

ÖSTERREICH SPIEGEL

Frühling 2025 **Nº 109**

Die Zeitung für den Deutschunterricht

OIF ÖSTERREICHISCHER
INTEGRATIONS
FONDS

OI
ÖSTERREICH
INSTITUT



Genuss zu Ostern

Regionale Köstlichkeiten
mit Tradition

13



Talent aus der Ukraine

Junge Turnerin bringt
Medaillen für Österreich

15



Wie gut kennen Sie Wien?

Testen Sie Ihr Wissen in
unserem Österreich-Quiz

18



Gedenkjahr
2025

Im Zeichen der Demokratie

80 Jahre Zweite Republik, 70 Jahre Staatsvertrag, 30 Jahre EU-Mitgliedschaft: 2025 feiert Österreich gleich drei wichtige Meilensteine seiner Geschichte. Sie stehen für den Neubeginn nach dem Zweiten Weltkrieg, den Wiederaufbau des Landes, die Rückkehr zur vollen Souveränität und ein gemeinsames Europa.

Ein Ort, der diese Entwicklungen begleitet hat, ist das Parlament an der Wiener Ringstraße – das Herz der österreichischen Demokratie. Der Architekt Theophil Hansen entwarf es im Stil der griechischen Klassik – eine Hommage an die Antike als Wiege der Demokratie. Die Göttin der Weisheit, Pallas Athene, vor dem Gebäude und die Siegesgöttin Nike in ihrer rechten Hand erinnern daran, dass Freiheit und Demokratie nicht selbstverständlich sind. Wir müssen sie schützen und bewahren. Auch das Gedenkjahr 2025 ruft uns ins Gedächtnis, wie wichtig demokratische Werte für Österreich sind – gestern, heute und in Zukunft.

Österreichs geschichtsträchtige Ereignisse

Die Gründung der Zweiten Republik, die Unterzeichnung des Staatsvertrags und der EU-Beitritt Österreichs jähren sich 2025 zum 80., 70. und 30. Mal.

Es war der 27. April 1945, an dem die Unabhängigkeit Österreichs und damit die Zweite Republik ausgerufen wurde. Zu dieser Zeit lag das Land nach dem Zweiten Weltkrieg in Trümmern und stand unter Besatzung der Alliierten, entsprechend groß waren die Herausforderungen der Nachkriegsjahre.

Seine endgültige Souveränität sollte Österreich erst zehn Jahre später erlangen, als am 15. Mai 1955 der österreichische Staatsvertrag unterzeichnet wurde. Gegenstand dessen war die Wiederherstellung Österreichs als souveräner, unabhängiger

und demokratischer Staat, nachdem dieser in der NS-Zeit an Deutschland angeschlossen worden war. Noch im selben Jahr beschloss Österreich die Verpflichtung zur immerwährenden Neutralität in Form eines Verfassungsgesetzes. Damit wurde ein Grundpfeiler österreichischer Identität geschaffen.

Das dritte Jubiläum widmet sich dem EU-Beitritt Österreichs, der 1995 vollzogen wurde. Mit dem Beitritt wurde nicht zuletzt der Wirtschaftsstandort gestärkt, gleichzeitig erhielt Österreich die Möglichkeit der politischen Mitgestaltung.



INHALT

Auftakt	3
Der Kren > Endlich Frühling! > Genuss mit Sternen > Fake News erkennen	
Schwerpunkt Gedenkjahr 2025	4
80 Jahre Zweite Republik: Frieden und ein Neuanfang > Ein besetztes Land > Österreichs Geschichte einfach erklärt > 70 Jahre Staatsvertrag: Österreich ist frei! > 30 Jahre EU: Viele Vorteile für Österreich > Österreichs Weg in die EU > Was tut die EU für mich?	
Umwelt und Natur	7
Schlau wie ein Fuchs > Neues Pfandsystem > Die 4-Jahreszeiten-Methode: Das ganze Jahr Gemüse ernten > Kreative Idee für ausrangierte Sonnenschirme	
Bildung und Beruf	8
Lehrberuf auf Probe > KI hilft beim Bewerbungsschreiben > Unterstützung für Schulen > Karriere zum Hören > Traumberuf Landwirt	
Familie und Gesellschaft	10
Nutzen wir die Kraft des Humors > WhatsApp ist die Nummer eins > Pollenservice 365 Tage im Jahr > „Gestresste Eltern können nicht feinfühlig reagieren“	
Essen und Trinken	12
Sobald man ein paar Pistazien draufstreut, wirkt es luxuriös > Am Wiener Würstelstand > Essen Sie 30 Pflanzen pro Woche? > Gerichte aus der Kindheit machen emotional > Köstliche Traditionen zu Ostern	
Integration und Zusammenleben	14
Syrer lernte Deutsch und Tirolerisch > „Das Leben hat uns hier gelassen“ > Jugendliche gegen Antisemitismus > Berühmte Österreicherinnen > Zurück ins Leben	
Kunst und Kultur	16
Der Wiener Designer, den der Markt liebt > Start ins Literaturjahr > Otto Schenk ist tot > Lieblingslieder > „Das Konzept Freizeit – was soll das sein?“	
Sport und Freizeit	18
Wie gut kennen Sie Wien? > Gesundheit wird zum Trendsport > Digitale Innovation im Hotel > Ostermärkte in Österreich > Das unbekannt Land	
Beilage	
20 Seiten Übungen und Aufgaben	

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser!

Ein nationales Gedenkjahr bietet die Möglichkeit, geschichtliche Ereignisse zu reflektieren. Nach 30, 70 oder 80 Jahren erscheint vieles in einem anderen Licht. Sich mit der eigenen Geschichte auseinanderzusetzen, trägt mitunter zu einem besseren Verständnis der Gegenwart bei.

Eine Sprache zu lernen, bedeutet auch immer, etwas über die Geschichte eines Landes zu erfahren. Österreichs Geschichte im 20. Jahrhundert ist geprägt vom Ende der Habsburgermonarchie, zwei Weltkriegen, den politischen Veränderungen in Europa in den 1980er Jahren und seinem EU-Beitritt. Einige dieser Ereignisse stehen im Mittelpunkt des Gedenkjahres 2025 sowie der aktuellen Ausgabe des **Österreich Spiegel**.

Wir laden Sie ein, das Gedenkjahr 2025 zu nutzen, um sich auch im Sprachunterricht mit Europas Geschichte zu beschäftigen. Arbeiten wir gemeinsam daran, dass ein friedliches Zusammenleben in Europa möglich ist!

Moderner, bunter, übersichtlicher

Sie werden das frischere Design des **Österreich Spiegel** bemerken. Betrachten Sie es als ein Zeichen des nahenden Frühlings. Die neue Farbgebung der einzelnen Ressorts erleichtert die Orientierung. Erstmals erscheint auch die Übungsbeilage in Farbe und die Hörbeiträge sind mittels QR-Code abrufbar. Wir sind auf Ihre Reaktion gespannt!

Ihre Redaktion

Deutsch für die Pflege

Arbeiten Sie in der Pflege oder Personenbetreuung, oder interessieren Sie sich für eine Ausbildung in diesem Bereich? Der ÖIF unterstützt Sie mit einem umfangreichen Angebot beim Deutschlernen:

Die **kostenlosen Live-Onlinekurse für die Pflege** finden mehrmals wöchentlich statt. Sie werden von qualifizierten Lehrkräften geleitet und sind für Lernende ab dem Niveau A2 geeignet. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Ergänzend dazu gibt es am ÖIF-Sprachportal über 1.000 Übungen, Lese- und Hörtexte sowie Video-Tutorials.

Zusätzlich bietet der ÖIF das **Bildwörterbuch „Deutsch für Pflege und Betreuung“** mit rund 300 Begriffen an. Es unterstützt den Aufbau eines Basis- und Fachwortschatzes. Die digitale Version steht am Sprachportal kostenlos zur Verfügung.

Geplant ist zudem ein neues Angebot ab dem Niveau A2/B1: der **Onlinekurs „Deutsch für die Erste Hilfe“**. Er hilft dabei, wichtige Begriffe und Sätze zu üben, um im Notfall richtig zu handeln.

Alle Angebote auf einen Blick:
berufssprachen.sprachportal.at



Deutsch? Kann ich! Österreich? Kenn' ich!

Deutschkurse für Kinder und Jugendliche am Österreich Institut

Spielerisch die ersten Schritte auf Deutsch machen und dabei Österreich kennenlernen – das bieten die Kinder- und Jugendkurse am Österreich Institut. Kinder ab 4 Jahren lernen hier Deutsch ganz



Kinder lernen am Österreich Institut spielerisch Deutsch.

intuitiv. Kinder der ersten Klasse werden mit den Buchstaben und einfachen Wörtern vertraut gemacht. In weiterführenden Kursen übt man mit kindgerechten Materialien und lustigen Lern-Apps das Lesen, Schreiben und Sprechen.

Jugendkurse ab zwölf Jahren folgen dem Curriculum des Österreich Institut. Abwechslungsreiche Einzel- und Gruppenübungen, altersgerechte Themen sowie digitale Materialien und Apps fördern die Motivation.

Schülerinnen und Schüler können auch im Zuge von Schnupperstunden an den Österreich Instituten die deutsche Sprache kennenlernen. Zusätzlich gibt es Projektwochen in den Schulferien. Sie bieten auch Eltern die Möglichkeit einer sinnvollen Ferienbetreuung ihrer Kinder. In Kreativ-Workshops können Jugendliche auch während des Schuljahres Film, Kunst und Rollenspiele erleben – und das alles auf Deutsch. Anmeldung unter: www.oesterreichinstitut.com

IMPRESSUM

HERAUSGEBER: Österreich Institut GmbH, Garnisongasse 3/9, 1090 Wien, oei@oei.org. REDAKTIONSLEITUNG: Mag. Christine Sicher. REDAKTION: Mag. Susanne Hartmann; Verena Bauer, MA; Marie-Theres Stampf, MA; Maja Kicinski, MA; Mag. Verena Kreamsner; Mag. Susanna Skrabal; Mag. Ildiko Tresnic. GESTALTUNG: Mag. Sandra Steiger. PRODUKTION: Riedel Druck, Bockfließersstraße 60–62, 2214 Auersthal. MEDIENINHABER UND HERSTELLER: Österreichischer Integrationsfonds – Fonds zur Integration von Flüchtlingen und Migrant/innen (ÖIF), Schlachthausgasse 30, 1030 Wien,

mail@integrationsfonds.at; Sämtliche Informationen über den Medieninhaber und die grundlegende Richtung dieses Mediums können unter www.integrationsfonds.at/impressum 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.



Wiederaufbau in Österreich
nach dem Ende
des Zweiten Weltkrieges

2025 ist ein bedeutendes Gedenkjahr für Österreich. Das Jahr steht unter dem Motto „80 – 70 – 30: Friede, Freiheit, Füreinander“.

2025 jähren sich drei Meilensteine der österreichischen Geschichte, die untrennbar mit der Entwicklung und dem Aufstieg des Landes zu tun haben: 80 Jahre Kriegsende und Zweite Republik, 70 Jahre Staatsvertrag und 30 Jahre Beitritt Österreichs zur Europäischen Union. Österreich entwickelte sich in der Zweiten Republik zu einer starken und stabilen Demokratie und stieg zu einem der reichsten Industriestaaten der Welt auf. Finden Sie hier einen Überblick über drei Jubiläen, die Frieden, Demokratie und Wohlstand gebracht haben.



80 Jahre Zweite Republik: Frieden und ein Neuanfang

1945 endet der 2. Weltkrieg, und in Österreich wird die Zweite Republik ausgerufen. Gleichzeitig endet in Mauthausen das dunkelste Kapitel der österreichischen Geschichte, das nie vergessen werden darf.

WIEN, 27. APRIL 1945: Die Zweite Republik wird ausgerufen. Nach Jahren nationalsozialistischer Diktatur erklären österreichische Politiker das Land für unabhängig. Die Basis dafür bildet die Verfassung von 1920. Sie garantiert Rechte wie Meinungsfreiheit und demokratische Mitbestimmung. Ihr zentraler Satz lautet: „Österreich ist eine demokratische Republik. Ihr Recht geht vom Volk aus.“ Bereits zwischen 1918 und 1933/1934 gibt es eine Demokratie. Doch wirtschaftliche und soziale Probleme führen zum Ende der Ersten Republik.

EIN LAND IN TRÜMMERN

Österreich liegt 1945 in Trümmern. Bombenangriffe im Zweiten Weltkrieg haben Städte zerstört, die Wirtschaft ist zusammengebrochen, und es fehlt an Nahrung und Wohnungen. 100.000 Menschen wurden von den Nazis ermordet, rund 120.000 Jüdinnen und Juden mussten das Land verlassen. 247.000 österreichische Soldaten sind im Zweiten Weltkrieg gefallen, fast 490.000 Männer sind in Kriegsgefangenschaft. Trotz der Not herrscht Aufbruchstimmung: Die Menschen sind entschlossen, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen. Vor allem Frauen (auch Trümmerfrauen genannt) leisten harte Arbeit. Die Menschen räumen den Schutt und die Trümmer auf und beginnen, das Land wieder aufzubauen. Zusätzliche Hilfe kommt aus dem Ausland, zum Beispiel durch Lieferungen von Lebensmitteln und Kleidung. Der Marshallplan der USA (auch European Recovery Plan – ERP, 1948–1953) bringt Österreich eine Milliarde US-Dollar für den Wiederaufbau.

Im November 1945 finden nach mehr als 12 Jahren wieder Wahlen statt. Leopold Figl wird erster Bundeskanzler der Zweiten Republik, Karl Renner

erster Bundespräsident. Parlament und Regierung können allerdings noch nicht völlig frei entscheiden, denn die ersten Jahre der Zweiten Republik stehen im Zeichen der Besatzung. Das Ende des Krieges brachte nicht nur den politischen Neubeginn, sondern auch die Befreiung von unvorstellbaren Gräueltaten.

80 Jahre Befreiung Mauthausen: Das Ende des Schreckens

MAUTHAUSEN, 5. MAI 1945: In Mauthausen, einem kleinen Ort an der Donau in Oberösterreich, errichten die Nationalsozialisten 1938 eines der vielen Konzentrationslager: das KZ Mauthausen. Es besteht bis 1945. Vor allem Jüdinnen und Juden sowie politische Gegner der Nationalsozialisten werden hier gefangen gehalten, zur Arbeit gezwungen, gefoltert und ermordet. Am 5. Mai 1945 erreichen amerikanische Soldaten das Lager in Oberösterreich. Sie finden Menschen vor, die dem Tod nahe sind – ausgezehrt von Zwangsarbeit, Hunger und Misshandlungen. In den sieben Jahren seines Bestehens werden rund 190.000 Menschen im KZ Mauthausen und seinen Außenlagern inhaftiert. Mindestens 90.000 von ihnen werden ermordet. Diese Verbrechen sind Teil des Holocaust – der systematischen Vernichtung der jüdischen Bevölkerung Europas – und der Shoa, wie die Jüdinnen und Juden dieses Verbrechen in ihrer eigenen Sprache nennen.

DAS WISSEN DER BEVÖLKERUNG

Die Verbrechen der SS geschehen oft vor den Augen der umliegenden Bevölkerung. Das Lager, hoch oben auf einem Hügel gelegen, ist weithin sichtbar.

Viele Menschen arbeiten für das Lager, liefern Waren oder haben Kontakt zu SS-Männern. Johanna Rittenschöber, die in der Nähe der Konzentrationslager Mauthausen und Gusen gearbeitet hat, hat über diese Zeit als Zeitzeugin erzählt: „Das haben alle rundum gewusst. Aber die SS hat uns gedroht: Wenn ihr ein Wort sagt, wie es ist, dann werdet ihr geholt.“

AUFARBEITUNG UND GEDENKEN

Gemeinsam mit den US-Truppen kommt auch ein „War Crimes Investigating Team“ nach Mauthausen. Das Team zur Untersuchung von Kriegsverbrechen sammelt viele Beweise für die Kriegsverbrechen der SS und schafft so die Grundlage für die Bestrafung der Täter. Dennoch versuchen einige Gruppen weiterhin, den Holocaust zu verharmlosen und ihn als „Lüge“ darzustellen. Die Leugnung des Holocaust bedeutet ein weiteres Unrecht an den Opfern und wird in Österreich und anderen europäischen Ländern bestraft.



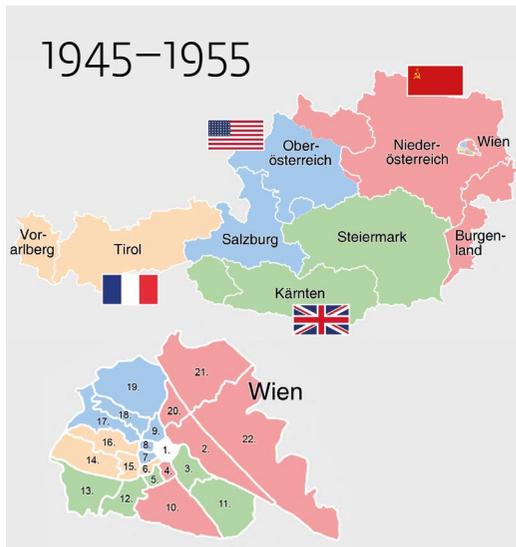
Überlebende des Konzentrationslagers, schwer gezeichnet von Hunger und Leid

MAUTHAUSEN ALS MAHNMAL

Heute ist Mauthausen eine internationale Gedenkstätte. Jährlich besuchen Tausende Menschen den Ort, um der Opfer zu gedenken und aus der Geschichte zu lernen. Die zentrale Botschaft: Nie wieder. www.mauthausen-memorial.org

70 Jahre Staatsvertrag: Österreich ist frei!

Der 15. Mai 1955 ist ein bedeutender Tag in der Geschichte Österreichs. Der Staatsvertrag wird im Schloss Belvedere in Wien unterzeichnet. Damit endet die zehnjährige Besetzung durch die Alliierten, und Österreich wird wieder ein unabhängiges und souveränes Land.



1945–1955: Österreich ist in vier Besatzungszonen geteilt. Auch Wien ist geteilt. Der erste Bezirk ist sogar von allen vier alliierten Mächten besetzt.

Ein besetztes Land

Von 1945 bis 1955 wird Österreich von den Alliierten – der Sowjetunion, den USA, Großbritannien und Frankreich – besetzt. Sie teilen das Land in vier Zonen und kontrollieren Österreich. 80.000 Soldaten sind in Österreich stationiert. Die Menschen sind dankbar für die Befreiung von der Nazi-Diktatur. Gleichzeitig haben sie Angst und wollen nicht kontrolliert werden.

Das Land soll vom Nationalsozialismus befreit werden, so der Grund für die Besetzung. Bereits während des Krieges wurde außerdem in der Moskauer Deklaration beschlossen, dass Österreich wieder ein unabhängiger Staat werden soll. Mit dem österreichischen Staatsvertrag ist dieses Ziel erreicht, und die Soldaten verlassen das Land.

TIPP

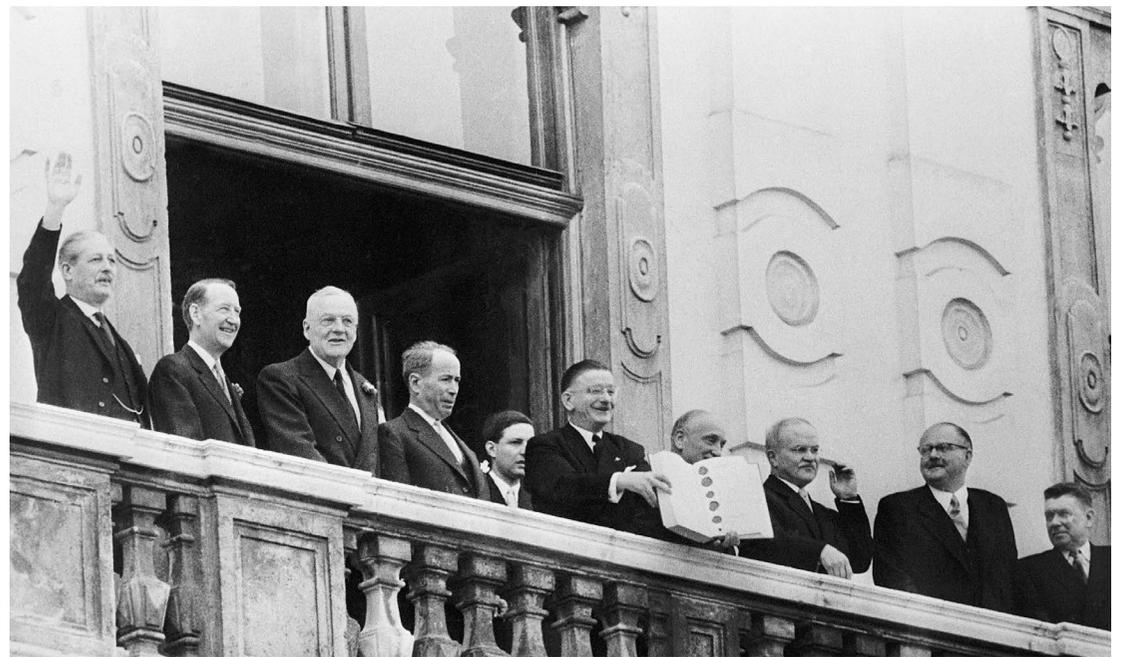
Österreichs Geschichte einfach erklärt

Wie hat sich Österreichs Demokratie entwickelt? Was bedeutet der Holocaust für unsere Vergangenheit und Gegenwart? Und wie arbeitet das Parlament heute? Folgende Plattformen bieten leicht verständliche Informationen zur Geschichte Österreichs:

Demokratiewebstatt.at: Politische Bildung und Demokratievermittlung sind die Themen der DemokratieWEBstatt. Die Rubrik „Angekommen“ für zugewanderte Menschen vermittelt Wissenswertes über Geschichte und Demokratie in einfacher Sprache.

Parlament.gov.at: Hier finden Sie Artikel über die Demokratie und Arbeit des österreichischen Parlaments in einfacher Sprache. Die Beiträge sind leicht zu lesen und vermeiden Fremdwörter und Abkürzungen.

Erinnern.at: erinnern.at ist das Institut für Holocaust-Education des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung. Es bietet Lernmaterialien und vielfältige Informationen zum Holocaust und zur NS-Zeit.



Außenminister Leopold Figl präsentiert am Balkon des Schloss Belvedere den Staatsvertrag, neben ihm die Vertreter der Alliierten Mächte.

„Österreich ist frei!“ – das sind am 15. Mai 1955 die berühmten Worte von Leopold Figl, dem damaligen Außenminister Österreichs. Neben ihm unterzeichnen auch die vier Besatzungsmächte Frankreich, Großbritannien, die USA und die Sowjetunion den Staatsvertrag. Im Land herrscht große Freude. Tausende Menschen versammeln sich vor dem Schloss Belvedere, um den Moment mitzerleben. Nach vielen Jahren des Krieges und der Kontrolle durch die Besatzungsmächte ist das Land endlich frei und kann wieder eigenständig Entscheidungen treffen. Auch international sieht man diesen Tag als wichtigen Schritt für ein stabiles Europa.

DER LANGE WEG ZUM STAATSVERTRAG

Schon 1947 will Österreich einen Friedensvertrag mit den Alliierten schließen. Dafür müssen jedoch alle vier Besatzungsmächte zustimmen. Der Kalte Krieg – der Konflikt zwischen den USA im Westen und der Sowjetunion im Osten – erschwert und verzögert die Verhandlungen. Erst im April 1955 kommt es zur Einigung: Außenminister Leopold Figl und Bundeskanzler Julius Raab reisen nach Moskau. Sie sichern mit dem Moskauer Memorandum zu, die Neutralität anzustreben. Dieses Versprechen ebnet den Weg zum Staatsvertrag.

WAS STEHT IM STAATSVERTRAG VON 1955?

Im österreichischen Staatsvertrag steht, dass Österreich ein demokratisches und freies Land ist. Außerdem gibt es einige Verpflichtungen für Österreich:

- Nationalsozialistische Ideen und Organisationen sind verboten.
- Österreich darf sich Deutschland wirtschaftlich und politisch nicht anschließen.
- Österreich schützt die Menschenrechte und die Rechte von Minderheiten, besonders der slowenischen und kroatischen Volksgruppen.
- Österreich gibt Besitztümer zurück, die während der NS-Zeit unrechtmäßig beschlagnahmt wurden.

Die Neutralität ist eng mit dem Staatsvertrag verbunden. Sie ist aber kein Teil davon. Auch die Mitschuld Österreichs am Zweiten Weltkrieg wird vor der Unterzeichnung aus dem Vertrag entfernt. Das sorgt später für Kritik, da es Österreich als Opfer des Nationalsozialismus darstellt.

WARUM FEIERT ÖSTERREICH AM 26. OKTOBER SEINEN NATIONALFEIERTAG?

Nach der Unterzeichnung und Bestätigung des Staatsvertrages mussten die Truppen der Alliierten Österreich innerhalb von 90 Tagen verlassen. Am 25. Oktober 1955 war die Besetzung offiziell vorbei. Einen Tag später, am 26. Oktober 1955, beschließt Österreich seine immerwährende Neutralität: Österreich bleibt bei Kriegen neutral und schließt sich keinem militärischen Bündnis an. Dieses Neutralitätsgesetz steht seither in der Verfassung. Am 26. Oktober erinnert man sich daran, dass Österreich ein freies, neutrales und unabhängiges Land ist.

30 Jahre EU: Viele Vorteile für Österreich



© ISTOCK

Vor 30 Jahren, am 1. Jänner 1995, wurde Österreich ein Mitglied der Europäischen Union. Der Beitritt war eine wichtige Entscheidung für das Land. Die Mitgliedschaft hat für das Leben, die Wirtschaft und die Politik in Österreich viele Vorteile gebracht.



© KELLY SCHÖBITZ/APA

Auf der Wiener Ringstraße feierten Menschen den Wahlausgang mit Autokorso und EU-Flaggen.

Der Eisenerne Vorhang hat Europa 40 Jahre lang in Ost und West geteilt. Nach dem Ende der Teilung im Jahr 1989 waren Stabilität und Sicherheit für Österreich wichtig. Der EU-Beitritt 1995 hat dem Land viele Vorteile gebracht. Besonders die Wirtschaft profitiert. Im EU-Binnenmarkt – dem gemeinsamen Markt der EU-Länder – können Waren, Dienstleistungen und Geld frei bewegt werden. Zollkontrollen sind weggefallen, Importe und Exporte sind einfacher geworden. Das hat die österreichische Wirtschaft belebt und die Zusammenarbeit der Länder verbessert. Strengere Kontrollen an den EU-Außengrenzen haben außerdem die Sicherheit innerhalb der Union erhöht.

Auch die Reisefreiheit im EU-Raum ist ein Gewinn: Seit 1995 können Österreicherinnen und Österreicher in den Schengen-Ländern ohne Grenzkontrollen reisen. Leben, Arbeiten, Studieren und Einkaufen in anderen EU-Staaten sind damit deutlich



© HANS KLAUS TECHT/APA

Neue Schilder für den Flughafen Wien Schwechat

einfacher – eine Freiheit, die vor dem Beitritt für viele undenkbar war.

ARBEITEN, WO MAN WILL

Der EU-Beitritt hat den Arbeitsmarkt geöffnet. Österreicherinnen und Österreicher können einfacher in anderen EU-Ländern arbeiten. Umgekehrt können Menschen aus der EU in Österreich unkompliziert Arbeit finden. 2004 sind zehn Länder aus dem Osten Europas zur EU gekommen. Darunter waren auch Österreichs Nachbarländer Slowenien, die Slowakei, Ungarn und Tschechien. Dadurch sind besonders viele Menschen aus Mittel- und Osteuropa zum Arbeiten nach Österreich gekommen.

EINE GEMEINSAME WÄHRUNG

Ein großer Meilenstein war die Einführung des Euro. Am 1. Jänner 2002 hat der Euro den österreichischen Schilling ersetzt. Heute ist der Euro die gemeinsame Währung in 19 EU-Ländern. Er hat den Zahlungsverkehr erleichtert und das Gefühl einer gemeinsamen europäischen Identität gestärkt.

Vielfalt und Gemeinsamkeit sind die zentralen Gedanken der Europäischen Union. Durch den Beitritt hat sich auch die österreichische Bevölkerung verändert. 2024 haben mehr als 900.000 Personen aus anderen EU-Staaten in Österreich gelebt. Besonders viele kommen aus Deutschland, Rumänien und Ungarn. Gleichzeitig haben über 340.000 Österreicherinnen und Österreicher ihren Lebensmittelpunkt in anderen EU-Ländern.

Österreichs Weg in die EU

- Juli 1989** **Der Brief an Brüssel**
1989 stellte Österreich mit dem „Brief an Brüssel“ den Antrag, um ein Mitglied der EU zu werden. Es dauerte 5 Jahre, bis das Land schlussendlich aufgenommen wurde.
- Februar 1993** **Lange Verhandlungen**
1993 haben die Gespräche zwischen der EU und Österreich begonnen. Es hat 9 Verhandlungen, 130 Treffen und 72 Fachgespräche gegeben.
- Mai 1994** **Die EU sagt Ja**
Am 4. Mai 1994 hat das EU-Parlament für die Aufnahme von Österreich gestimmt. Die Freude war groß. „Österreichs Weg zur EU ist frei!“ sagte der damalige Außenminister Alois Mock.
- Juni 1994** **Volksabstimmung in Österreich**
Vor dem EU-Beitritt hat es in Österreich eine Volksabstimmung gegeben. Zwei Drittel der Österreicherinnen und Österreicher haben „Ja“ zum Beitritt gesagt. Die Wahlbeteiligung war mit rund 82,3 Prozent hoch.



- Jänner 1995** **EU-Mitglied Österreich**
Am 1. Jänner 1995 wurde Österreich (neben Schweden und Finnland) offiziell ein EU-Mitglied. Nach dem Beitritt der drei Länder hatte die EU damals 15 Mitglieder, heute sind es 27.

Was tut die EU für mich?

Die Europäische Union bietet viele Möglichkeiten, um Europa besser kennenzulernen.

> CITIZENS' APP

Mit der App des Europa Parlaments hat man die EU immer dabei. Sie bietet Videos, Podcasts und spannende Infos über die EU.

> WHAT EUROPE DOES FOR ME

Auf dieser Website erfährt man, welche Projekte in den EU-Ländern und einzelnen Regionen gefördert werden.

what-europe-does-for-me.europarl.europa.eu

> HAUS DER EUROPÄISCHEN UNION

Diese zentrale Anlaufstelle in Wien bietet Veranstaltungen, Infos zu Praktika im Ausland und Stipendien. Ein Besuch lohnt sich – auch für Schulklassen! austria.representation.ec.europa.eu

> DISCOVEREU: GRATIS ZUGTICKETS

Die EU vergibt zweimal jährlich kostenlose Zugtickets an Personen unter 18. Mit DiscoverEU können sie 30 Tage lang Europa entdecken. Die nächste Bewerbungsrunde ist im April 2025. youth.europa.eu

> ERASMUS+

Dieses EU-Programm fördert Bildung, Jugend und Sport. Mit Erasmus+ können junge Menschen in einem anderen Land studieren oder ein Praktikum machen. erasmus-plus.ec.europa.eu

KURZ & LEICHT



© FREEPIK

Schlau wie ein Fuchs

Der Rotfuchs ist das Tier des Jahres 2025. Er trägt den Spitznamen „Gesundheitspolizist“. Das liegt daran, dass er kranke und schwache Tiere frisst. So sorgt er dafür, dass die Tierwelt gesund bleibt. Füchse sind Raubtiere und Einzelgänger. Sie leben in Wäldern, in den Bergen und sogar in Städten. Die Tiere sind sehr gute Jäger. Ihr feines Gehör und ihre gute Nase helfen ihnen beim Beutefang. Auf ihrem Speiseplan stehen Mäuse, Insekten, Regenwürmer, Vögel, Eidechsen und Frösche. Sie fressen auch Aas, also Fleisch von toten Tieren. Beim Fangen der Beute ist der Fuchs besonders schlau. Beispielsweise stellt er sich tot, um Tiere zu fangen. Der Fuchs ist deshalb – auch in Märchen und Geschichten – als besonders schlaues Tier bekannt. Ist jemand „ausgefuchst“ oder „schlau wie ein Fuchs“, kommt dieser Ausdruck vom klugen Raubtier.

TIPP

Neues Pfandsystem

Seit Jänner 2025 gibt es in Österreich ein neues Pfandsystem für Plastikflaschen und Dosen. Pro Verpackung zahlt man beim Einkauf 25 Cent. Sobald man das Leergut zurückgibt, erhält man auch das Geld retour. Ausgenommen sind Tetra Paks, Milchprodukte, Baby- und Medizinflaschen. Die Rückgabe ist in Geschäften möglich, die solche Produkte verkaufen. Verpackungen müssen unbeschädigt, leer und mit Etikett versehen sein. Ob eine Flasche oder Dose pfandpflichtig ist, erkennt man am Pfandlogo. Das neue Pfandsystem in Österreich ist Teil einer großen Initiative der EU. Ziel ist es, dass die Sammelquote erhöht wird. Das soll sich positiv auf die Umwelt auswirken, da dadurch die Umwelt weniger verschmutzt wird. Viele europäische Länder haben bereits ein solches Pfandsystem. In Zukunft sollen es noch mehr werden.



© RECYCLING PFAND ÖSTERREICH

Die 4-Jahreszeiten-Methode: Das ganze Jahr Gemüse ernten

Gemüse selbst anbauen und ernten muss sich nicht auf die warme Jahreszeit beschränken. Die 4-Jahreszeiten-Methode ermöglicht eine ganzjährige Ernte.

Viele Hobbygärtner und Hobbygärtnerinnen beginnen erst im Mai mit dem Anbau von Gemüse. Doch wer so spät beginnt, hat bereits ein halbes Jahr verloren. Denn es ist möglich, rund ums Jahr frisches Gemüse und Kräuter zu ernten. Das 4-Jahreszeiten-Gärtnern macht es möglich. Dieses System nutzt den Garten in allen Jahreszeiten und sorgt so für höhere Erträge. Zusätzlich spart es Energie und Ressourcen.

WIE FUNKTIONIERT DAS 4-JAHRESZEITEN-SYSTEM?

Das Prinzip beruht auf einem zeitversetzten Aussaat- und Ernteplan. Er ist in vier Pflanzsaisons unterteilt.



© RAWPIXEL LTD

Wer rechtzeitig plant, hat mehr vom Garten.



© FREEPIK

PFLANZSAISON 1 (Winter/Frühling)

- Jänner: Aussaat im Frühbeetkasten oder unter einer Hochbeethaube
- Februar/März: Aussaat ins offene Beet
- Ernte ab Ende März, z. B. Spinat, Feldsalat oder Radieschen

PFLANZSAISON 2 (Frühling/Sommer)

- April bis Mai: Auspflanzen von Frucht- und Sommergemüse wie Tomaten, Paprika oder Zucchini
- Ernte von Sommer bis Herbst

PFLANZSAISON 3 (Sommer/Herbst)

- Juni bis Juli: Aussaat und Auspflanzung von Herbst- und Wintergemüse, z. B. Grünkohl, Lauch oder Chinakohl
- Ernte ab Oktober bis in den Winter hinein

PFLANZSAISON 4 (Herbst/Winter)

- September/Oktober: Aussaat und Auspflanzung von frosthartem Gemüse, z. B. Wintersalat und Kräuter
- Ernte ab November bis Februar

Wer sich frühzeitig mit den richtigen Pflanzzeiten und Sorten beschäftigt, kann das Potenzial seines Gartens voll ausschöpfen. Das 4-Jahreszeiten-Gärtnern zeigt: Frisches Gemüse muss nicht auf den Sommer beschränkt sein!



ÖSTERREICH 1

Kreative Idee für ausrangierte Sonnenschirme

Stiegl Brauerei aus Salzburg bringt umweltschonende Taschenkollektion aus alten Schirmen auf den Markt.

Wohin mit 50 ausgedienten Gastronomie-sonnenschirmen? Anstatt sie einfach zu entsorgen, wollte man bei Stiegl einen anderen Weg gehen. Kreislaufwirtschaft und eine sinnvolle Nachnutzung waren der Wunsch, mit dem sich das Salzburger Traditionsunternehmen an die Geschützte Werkstätten – Integrative Betriebe (GWS) wandte. „Wir haben uns dann überlegt, was wir Sinnvolles und Praktisches aus dem gereinigten Schirmstoff machen könnten“, sagt Marietta Sigl, die Produktionsleiterin der Näherei und Stickerei bei GWS. Nach einer ersten Taschen-Musterkollektion für Stiegl war klar: Es sollten Kosmetik-, Sport- und Einkaufstaschen entstehen. „Es handelte sich um einen sehr festen Stoff, der von den Näherinnen und Nähern Kraft in den Fingern erforderte“, schildert Marietta Sigl. Aus

den 50 Schirmen sind so rund 300 verschiedene Taschen entstanden. Für Stiegl-Nachhaltigkeitsbeauftragte Victoria Seidl liegen die Vorteile auf der Hand: „Durch zirkuläre Wirtschaftsmodelle werden Ressourcen und dadurch auch die Umwelt geschont.“ Mit der Taschenkollektion aus alten Festschirmen sollen Nachhaltigkeit und Kreislaufwirtschaft sichtbar und erlebbar werden. GWS betont, dass es für Stiegl um einiges günstiger gewesen wäre, die Näharbeiten in Polen oder der Ukraine machen zu lassen. „Gerade im Textildbereich ist unsere Konkurrenz im Ausland groß“, sagt Marietta Sigl. Doch das Unternehmen habe sich bewusst für die GWS in Salzburg entschieden. Für immer mehr heimische Unternehmen sei die regionale Komponente wichtig, sagt GWS-Geschäftsführerin Astrid Lamprechter.



Lehrberuf auf Probe

Der Beruf des Fahrradmechatronikers bzw. der Fahrradmechatronikerin ist nicht neu. Jetzt wurde die Lehre aber komplett modernisiert. Und stößt auf großes Interesse.



Der Unternehmer Christian Huber bildet in seinem Betrieb „Huberista“ in Wien Lehrlinge zu Fahrradmechatronikern aus.

„Das klingt vielleicht arg, aber mir sind Fahrräder egal“, sagt Christian Huber. Trotzdem gründete er 2015 eine Fahrradfirma. „Ich bin nun mal ein guter Mechaniker“, erklärt er. Sein Talent erkannte er, als er 2006 für einen Betriebsausflug ein Rad baute – davor besaß er nicht einmal eines. Einige Jahre später verabschiedete er sich von seinem Büroleben im Großkonzern und seine Firma *Huberista* war geboren.

Mit seinen beiden Lehrlingen Kian und Morteya arbeitet er im Laden im dritten Wiener Bezirk. Dort reihen sich neue Sporträder neben ältere Räder und futuristische E-Bikes. „Ich habe naiv angefangen, wollte ursprünglich ein kleiner Betrieb bleiben“, so Huber. Aus 30 wurden schnell 400. „Und es ist immer noch zu wenig Platz.“

DER NEUE LEHRBERUF

Umso mehr freut er sich über die Unterstützung seiner Lehrlinge. „Ich war 19 Jahre alt, als ich hier angefangen habe. Davor war ich wochenlang auf Jobsuche“, erzählt Morteya. Eine Bekannte hatte ihm *Huberista* empfohlen. Auf ein dreitägiges Praktikum folgte ein Lehrstellen-Angebot zum „Fahrradmechatroniker“. Ein Novum auf dem Arbeitsmarkt. Den Beruf gibt es nämlich erst seit 2019 – und nur auf Probe. „Jeder neue Lehrberuf startet als Versuch und wird nach fünf Jahren evaluiert“, erklärt Thomas Gerhardt, Vorsitzender des Arbeitsausschusses der Fahrradmechatronik. Er ist der Initiator des neuen Berufs. Die erste Evaluierung haben die Fahrradmechatroniker bestanden. Der Lehrberuf wurde um weitere zwei Jahre verlängert. Aktuell gibt es in Österreich rund 300 Lehrlinge. Ein Aspekt soll die jungen Leute ganz besonders anlocken: „Es ist das beste Beispiel

für einen *Green-Job*. Wir belasten die Umwelt nicht, haben keine Motoren, verbrennen nichts, machen keinen Dreck und wir sind wiederverwertbar.“ Das macht den Beruf attraktiv. Außerdem wäre er lebendig. „Das Rad wird jedes Jahr neu erfunden. Es tut sich ständig etwas.“ Entsprechend groß ist der Andrang in den Fahrradgeschäften, bestätigt Christian Huber.

GROSSE TRÄUME

Morteya arbeitet gerade an einem Lastenfahrrad. Keine leichte Aufgabe, meint der Lehrling. Aber genau das gefällt ihm. „Es macht mir Spaß, Probleme zu finden und zu beheben. Sogar mehr als das Radfahren selbst“, lacht er. Gleich daneben steht sein Kollege Kian. Er schraubt an einem Radrahmen. Anders als Morteya ist Radfahren seine Leidenschaft. Die dreijährige Ausbildung zum Fahrradmechatroniker hat Kian schon hinter sich, jetzt bereitet er sich auf die Abschlussprüfung vor. Sein Traum: Auch selbstständig werden und ein Fahrradgeschäft eröffnen – für Sporträder.



Lehrling Kian repariert ein Mountainbike.

KI hilft beim Bewerbungsschreiben

Vor allem Männer und jüngere Jobsuchende verwenden Tools wie ChatGPT.

Künstliche Intelligenz bietet in der Jobwelt vielfältige Einsatzmöglichkeiten, von denen sowohl Arbeitgeber als auch Beschäftigte profitieren können. Immer mehr Unternehmen lassen sich beispielsweise beim Verfassen von Stellenanzeigen sowie der Analyse und Vorauswahl von Bewerbungen von der KI helfen.

Doch wie stehen heimische Jobsuchende dazu, Tools wie ChatGPT, Gemini, Perplexity und Co für die Erstellung ihrer Bewerbungsunterlagen zu nutzen? Dieser Frage will eine neue Umfrage der Verkaufsplattform Willhaben nachgehen. Befragt wurden rund 1.000 in Österreich lebende Menschen im Alter zwischen 15 und 59 Jahren, die aktuell auf Jobsuche sind oder in den letzten zwölf Monaten auf Jobsuche waren.

NOCH WENIG VERBREITET

„Unsere Marktforschung zeigt, dass österreichische Jobsuchende noch relativ zurückhaltend sind, wenn es um die Nutzung von automatisierten Tools zur Erstellung von Bewerbungsunterlagen geht“, sagt Markus Zink, Head of Jobs bei Willhaben. Nur etwa ein Viertel der Befragten hat Tools wie ChatGPT bereits für das Verfassen von Bewerbungsschreiben ausprobiert. Zwei Drittel davon geben an, die KI als hilfreich empfunden zu haben. Unter jenen, die Künstliche Intelligenz für das Anschreiben bereits zurate gezogen haben, sind Männer, Jobsuchende unter 39 Jahren sowie Personen mit einem monatlichen Haushalts-Nettoeinkommen von 2.500 Euro und mehr besonders stark repräsentiert.

Der Anteil jener, die sich die KI-Nutzung für Bewerbungen vorstellen können, sowie jener, die dies eher oder gar komplett verneinen, hält sich in etwa die Waage. Rund ein Fünftel aller Befragten meint, diese Vorgehensweise gänzlich abzulehnen. Unter den Skeptikern befinden sich häufig ältere Jobsuchende sowie Personen aus Ortschaften mit weniger als 5.000 Einwohnern.

WAS SPRICHT GEGEN KI?

Befürworterinnen und Befürworter der neuen Technologie nutzen Dienste wie ChatGPT dafür, Formulierungen für das Anschreiben zu finden, den Lebenslauf zu optimieren oder Texte auf Rechtschreibung, Grammatik und Stil zu prüfen. Und was spricht dagegen? Das häufigste Argument gegen den Einsatz von KI ist, dass die erstellten Unterlagen „unpersönlich wirken könnten“ – dies gab etwa ein Drittel an.

Gefolgt wird dies von „Es fühlt sich nicht ehrlich an, dafür KI-basierte Tools zu nutzen“ (29,3 Prozent) – ein Statement, das Frauen merklich öfter treffen als Männer. Weitere 27,2 Prozent sind der Meinung, dass es „bei der Bewerbung ein Nachteil sein könnte, wenn das Unternehmen KI-basierte Unterlagen erkennt“. Insbesondere Jobsuchende unter 29 Jahren, die ChatGPT selbst überdurchschnittlich gern für ihre Anschreiben nutzen, haben öfter Bedenken, von potenziellen Arbeitgebern „durchschaut“ werden zu können.

KURZ & LEICHT



© TEACH FOR AUSTRIA

Engagierte Menschen unterrichten mit „Teach for Austria“ an Österreichs Schulen.

Unterstützung für Schulen

Teach For Austria (TFA) ist eine Organisation aus Österreich. Sie möchte, dass alle Kinder eine faire Chance auf Bildung haben – egal, woher sie kommen oder wie viel Geld ihre Eltern haben. Um dieses Ziel zu erreichen, sucht TFA junge Menschen, die an der Universität studiert haben. TFA nennt sie „Fellows“. Fellows unterstützen zwei Jahre lang Kinder und Jugendliche an Schulen oder in Kindergärten, die besonders viel Hilfe brauchen. Damit sie gut auf ihre Aufgabe vorbereitet sind, erhalten die Fellows eine spezielle Ausbildung. Bewerbungen für den Jahrgang 2025 sind bis 4. Mai möglich. Auch für die Jahre 2026 und 2027 kann man sich schon bewerben. Mehr Informationen unter: www.teachforaustria.at

TIPP



© FREEPIK

Karriere zum Hören

Was mache ich nach der Uni? Wie finde ich meinen Traumjob? Studentinnen und Studenten haben viele Fragen und Unsicherheiten. Der Podcast *KarriereTalk* aus Graz hilft Studierenden bei der Berufsorientierung. Die Hörerinnen und Hörer bekommen Tipps für den Einstieg in den Job. 20 ehrenamtliche Personen realisieren den Podcast. Sie führen Gespräche mit Führungskräften aus verschiedenen Branchen. Besonders interessant sind die persönlichen Geschichten der Interview-Gäste. So kann man verschiedene Karrierewege kennenlernen. Bisher kann man 15 Podcast-Folgen anhören. Ein Magazin zum Podcast gibt es auch. Darin findet man zum Beispiel Tipps für Jobinterviews oder für das Schreiben der Uni-Abschlussarbeit. Hier geht es zum Podcast: www.karrieretalk.at

Traumberuf Landwirt

Fleiß und handwerkliches Geschick sind Voraussetzungen für die Arbeit am Bauernhof. Landwirte beschäftigen sich neuerdings auch mit Klimawandel und neuen Technologien.



© NETZWERK KULINARIK | ROBERT HERBST

In Österreich gibt es über 24.000 Biobauernhöfe – mit viel Auslauf im Freien für Schweine und Hühner.

Der Duft von frischem Heu, idyllisch gelegene Höfe und eine Mutterkuh, die sich auf einer mit Blumen bedeckten Weide mit ihrem Kalb beschäftigt. All das ist eine idealisierte Vorstellung vom Alltag in der Landwirtschaft. Oft stammt diese von Menschen, die von der harten Arbeit in der Landwirtschaft – von der Bereitschaft, rund um die Uhr für seine Tiere da zu sein – keinen blassen Schimmer haben. Doch wie ist es wirklich, Bäuerin oder Bauer zu sein? Der Jungbauer Christian Buchwinkler im Interview:

Wolltest du schon immer den Hof deiner Eltern übernehmen?

Ja, das war für mich von Anfang an klar. Seitdem ich ein kleiner Bub war, wollte ich unbedingt Bauer werden – um jeden Preis.

Welche Voraussetzungen sollte man mitbringen, wenn man Bauer oder Bäuerin werden möchte?
Man muss auf jeden Fall handwerklich geschickt sein. Man muss fleißig sein und man darf keine Arbeit scheuen. Außerdem braucht man oft eine dicke Haut. Gestern etwa war ich komplett voll mit Gülle – das ist nicht so cool.

Kann man ohne Nebenerwerb von dem Beruf leben?
In unserer Größe nicht. Mit dem Erlös aus den Eiern und den Bio-Hühnern sowie den etwa 15 Stieren, die wir im Jahr zum Schlachter bringen, geht es sich nicht aus. Außerdem gilt: Je mehr Fläche bewirtschaftet wird, desto mehr Förderungen bekommt man.

Inwiefern beeinflusst der Klimawandel die Landwirtschaft?

Man merkt den Klimawandel mittlerweile stark. Vergangenen Sommer war es beispielsweise relativ nass. Da wurden Teile unserer Flächen überschwemmt und es standen etwa vier bis fünf Hektar unter Wasser. Die vergangenen Jahre hat uns eigentlich immer eine Mahd gefehlt. Aber das Gras muss dann trotzdem abgemäht werden, weil ansonsten nichts oder eben nichts Gutes nachwächst. Das kostet dann Geld, obwohl man kein Futter zusammenbringt. Es ist einfach wärmer geworden und die prognostizierten Wetterextreme merkt man schon sehr, denn wenn es den ganzen August regnet, dann wächst auch nichts.

Wird die fortschreitende Technologie in der Zukunft die Bäuerinnen und Bauern ersetzen?

Nicht hundertprozentig. Also man braucht auch immer noch die Menschen, denn man sieht ganz viel bei den Tieren, was man mit Technologie nicht messen kann. Ich glaube, dass die Technologie sicher einiges ersetzen wird, vor allem Arbeiten wie zum Beispiel das Mulchen. Das wird vermutlich einmal ein autonomer Traktor machen. Aber ich glaube, dass es vor allem bei uns in Österreich, mit unserer klein strukturierten Landwirtschaft, schwierig sein wird, weil auch eine Überwachung des autonomen Fahrens benötigt wird. Das funktioniert nur bei großen Flächen richtig gut.

➤ Die Autorin Julia Lüftner ist 16 Jahre alt, kommt aus Oberndorf und besucht die 3. Klasse der HLW – ABZ St. Josef.





Die Clowns der Roten Nasen bringen Kinder im Krankenhaus zum Lachen.

Nutzen wir die Kraft des Humors

Die Clown-Visiten der Roten Nasen verzaubern seit 30 Jahren kleine und große Patientinnen und Patienten. Opernsänger Rolando Villazón ist prominenter Rote-Nasen-Humorbotschafter.

Dr. Rollo singt, tanzt, hüpfert und lacht so ansteckend, dass man sich kaum auf den Sitzen halten kann – und auch nicht im Spitals- oder Pflegebett. Begeistert klatschen und singen alle mit. Hinter dem Musikclown am Krankenbett verbirgt sich niemand geringerer als der berühmte Opernsänger und künstlerische Leiter der Stiftung Mozarteum Rolando Villazón. Er ist Rote-Nasen-Humorbotschafter und zog anlässlich des 30-Jahr-Jubiläums der Clowndoktors seine rote Clownsnase

an. „Das Leben lässt sich mit Humor, Kunst und Liebe deutlich besser bewältigen, besonders in schweren Momenten. Ich bin stolz, Botschafter der Roten Nasen und ein Mitglied ihrer Clown-Gemeinschaft zu sein“, so der Opernstar.

Wenn die ausgebildeten Künstlerinnen und Künstler in ihren lustigen Kostümen auftauchen, sind sie aus dem Spitalsalltag nicht mehr wegzudenken. Mittlerweile bekommen nicht nur Kinder im Krankenhaus, sondern auch Seniorinnen und Senioren in Pflegeheimen, Erwachsene in Reha-Einrichtungen, auf Wachkomastationen und in psychiatrischen Einrichtungen, Menschen mit Behinderung sowie Kinder und Jugendliche mit Fluchterfahrung regelmäßig Besuch von ihnen.

FREUDE UND ZUVERSICHT AUS ÖSTERREICH

Insgesamt knapp 500 Clowns in über 700 Einrichtungen konnten bislang mehr als acht Millionen Menschen Freude und Zuversicht bringen. In Österreich beginnend, wurden Partnerorganisationen in Deutschland, Ungarn, Slowenien, der Tschechischen Republik, der Slowakei, Kroatien, Polen, Litauen, Palästina und Jordanien gegründet. Damit ist die Rote-Nasen-Gruppe operativ die größte Vereinigung von Spitalsclown-Organisationen weltweit.

Der Erfolg der anfangs zunächst infrage gestellten „Gesundheitsclownerie“ hat nicht nur Auswirkungen auf die Besuchten, sondern erfüllt auch die Darsteller mit Hoffnung in schweren Zeiten. Rolando Villazón bringt es auf den Punkt: „Dieses Licht als Clown zu den Menschen zu bringen, ist wie ein Boomerang. Es kommt zu einem zurück.“



Opernsänger Rolando Villazón schlüpft als Rote-Nasen-Humorbotschafter ins Clown-Kostüm.

KURZ & LEICHT



WhatsApp ist die Nummer eins

Der Jugend-Internet-Monitor zeigt: Bei Österreichs Jugendlichen zwischen 11 und 17 Jahren ist und bleibt WhatsApp die Nummer eins. 87% nutzen den Nachrichtendienst, 82% davon nutzen die App täglich. Auf Platz zwei folgt YouTube, dahinter liegen Snapchat und Instagram sowie TikTok. Es gibt auch neue Trends. Die Künstliche Intelligenz (KI) wird auch bei jungen Menschen immer beliebter. So ist ChatGPT für viele die wichtigste Quelle für Informationen. Die Studie stammt von der Initiative *saferinternet.at*. Diese Organisation hilft Kindern, Jugendlichen, Eltern, Lehrerinnen und Lehrern beim sicheren Umgang mit sozialen Medien. Sie bietet Informationen zu den Themen Jugendschutz, Privatsphäre, Cyber-Mobbing, Soziale Medien, Computersicherheit oder Internetbetrug. Weitere Informationen gibt es hier: www.saferinternet.at

TIPP



Pollenservice 365 Tage im Jahr

Bereits im Winter fliegen die ersten Pollen durch die Luft. Im Frühling ist die Situation für Allergikerinnen und Allergiker besonders schlimm. Menschen mit einer Pollenallergie leiden unter häufigem Niesen, Schnupfen oder juckenden Augen. Medikamente können helfen. Zudem ist es wichtig zu wissen, wie viele und welche Pollen gerade in der Luft sind. So können betroffene Personen besser planen, wann sie nach draußen gehen und wie sie sich schützen. Das Pollenservice Wien informiert auf der Website und in der App über die tägliche Pollenbelastung in der Stadt. Hier gibt es auch wertvolle Tipps für Betroffene. Informationen zu den verschiedenen Pollen und Bäumen kann man ebenfalls nachlesen. Videos und Podcasts geben zusätzliche Infos. Das Pollenservice Wien ist ein Angebot der Medizinischen Universität Wien: www.meduniwien.ac.at/web/pollenservice-wien

„Gestresste Eltern können nicht feinfühlig reagieren“

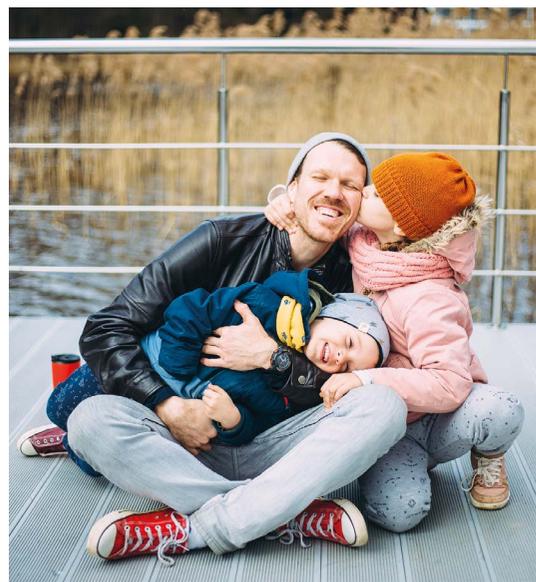
Eltern verbringen heutzutage mehr Zeit mit ihren Kindern und gehen stärker auf ihre Bedürfnisse ein. Zu Recht, denn es scheint tatsächlich gut zu sein, den Kindern auch mal ihren Willen zu lassen.

Viele Eltern haben Angst zu versagen und in der Erziehung etwas falsch zu machen, berichtet die Pädagogin Susanne Mierau. Sorgen als Eltern seien bis zu einem bestimmten Punkt völlig normal, weiß sie. Aber in letzter Zeit beobachtet Mierau einen Anstieg der Ängste, besonders bei Müttern. Schon alltägliche Fragen, etwa ob man einen Schnuller geben darf, werden zu großen Problemen. Dahinter versteckten sich oft tiefgreifende Ängste, in der Erziehung unwiederbringliche Fehler zu begehen – mit deren Konsequenzen das Kind sein Leben lang zu kämpfen hat.

„Elternsein ist anspruchsvoller geworden“, bestätigt der Familienbericht des deutschen Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen 2021. Eltern hätten höhere Ansprüche an sich selbst. Der Grund sei das neue Leitbild der „kindzentrierten Elternschaft“. Das zeigt sich an vielen Stellen: Eltern verbringen heutzutage viel mehr Zeit mit ihren Kindern als noch vor einigen Jahren. Sie gehen stärker auf die Bedürfnisse der Kinder ein. Statt wie früher die Meinung der Erwachsenen an oberste Stelle zu stellen und klare Regeln vorzugeben, hat die Meinung der Kleinen in der „kindzentrierten Elternschaft“ mehr Gewicht. Es geht darum, Kompromisse auszuhandeln. „Dabei werden auch die Gefühle des Nachwuchses sehr viel ernster genommen“, sagt Pädagogin Mierau. Wut darf sein. Ihre Aufgabe sehen die Eltern darin, ihrem Kind zu helfen, angemessen mit seinen Gefühlen umzugehen. Wenn sie Grenzen setzen, erklären sie diese so verständlich wie möglich.

SICHERE BASIS SCHAFFEN

Wie das konkret aussehen soll, zeigen hunderttausende Videos in sozialen Netzwerken zu Begriffen



Vor allem Väter verbringen heute mehr Zeit mit ihren Kindern als früher.



Eltern möchten ihren Kindern Geborgenheit und glückliche Momente schenken.

wie „warm“, „sanft“, „achtsam“, „bedürfnis- oder bindungsorientiert“. Im Mittelpunkt stehen das kindliche Bedürfnis nach Nähe, Schutz und Geborgenheit sowie eine liebevolle Eltern-Kind-Bindung. Die Idee: „Wenn Eltern es schaffen, feinfühlig auf die Bedürfnisse des Kindes einzugehen, entwickelt das Kind Vertrauen und hat eine sichere Basis, um die Welt zu erkunden“, erklärt Mierau.

Das kann sich für die Entwicklung des Nachwuchses auszahlen, wie Studien zeigen: Kinder, deren Eltern vor allem auf Gehorsam und strenge Regeln setzten, ohne dass ihre Bedürfnisse berücksichtigt wurden, schnitten in der Schule und im Umgang mit anderen schlechter ab. Es kam vermehrt zu negativem Verhalten wie Traurigkeit oder Angst, einem geringen Selbstwert oder dem Streben nach Perfektion. Die Probleme zeigten sich aber auch in Form von Aggression wie Schreien, Schlagen oder Beißen. Kinder, deren Eltern ihnen Grenzen setzten, aber auch auf ihre Bedürfnisse eingingen, hatten später ein höheres Selbstwertgefühl, waren besser in der Schule, hatten weniger mit Mobbing zu tun und griffen seltener zu Tabak, Alkohol und anderen Drogen.

ELTERNFALLE: BURNOUT

„Für Eltern macht das Eingehen auf die Bedürfnisse ihres Nachwuchses den Alltag allerdings anstrengender, denn sie leiden bereits unter Zeitarmut und Stress“, sagt Mierau. Forscherinnen und Forscher warnen daher vor Burnout: Nicht der Job lässt die

Betroffenen „ausbrennen“, sondern das Erfüllen der Elternrolle. Viele distanzieren sich dann emotional von ihren Kindern, haben keine Kraft mehr, auf die Bedürfnisse ihres Nachwuchses einzugehen, und schämen sich, dass sie ihr Elternsein nicht genießen. Um mit der Herausforderung der kinderzentrierten Erziehung umzugehen, suchen viele Eltern Rat. Anders als früher werden Wissen und Erfahrung zum Thema Erziehung heute weniger von Generation zu Generation weitergegeben. Ratgeberbücher, Erziehungspodcasts und Postings auf sozialen Netzwerken versprechen Orientierung. Unter dem Hashtag #bedürfnisorientiert finden sich etwa bei Instagram mehr als 300.000 Beiträge.

ERZIEHUNG KANN NICHT PERFEKT SEIN

„Kinder sind in ihrer Entwicklung und Persönlichkeit sehr unterschiedlich“, so Mierau. Sie rät daher davon ab, den Nachwuchs, aber auch sich selbst mit anderen zu vergleichen. „Das verursacht nur Stress und verstärkt Unsicherheiten“, sagt sie. Viel wichtiger sei, dass die Erwachsenen auf sich selbst achten. „Denn Eltern, die gestresst sind, können auf ihr Kind in der Regel nicht feinfühlig reagieren.“ Um Druck zu nehmen, ist es wichtig, der eigenen Intuition stärker zu vertrauen. Vom eigenen Perfektionsanspruch loszukommen hilft der Psyche. Selbst Eltern, die an sich arbeiten, geben Unzulänglichkeiten und problematische Verhaltensweisen an ihre Kinder weiter. „Eltern machen Fehler“, sagt Mierau.

Sobald man ein paar Pistazien draufstreut, wirkt es luxuriös

Wie entsteht ein kulinarischer Hype? Und welche Küche werden wir künftig öfter sehen? Food-Trend-Expertin Nina Mohimi im Interview.



Wie ist Dubai-Schokolade so unglaublich groß geworden?

Sie ist überraschend schnell in den Supermarktregalen gelandet und größere Konzerne sind aufgesprungen. Es sind mehrere Dinge zusammengekommen, die dazu geführt haben, dass das so explodiert ist. Das Erste ist einmal, dass Pistazien an sich schon sehr im Trend waren. Das Zweite ist dieses Luxuriöse. Und dann gab es auch noch die Anleitungen zum Selbermachen: Die Menschen wollen verstärkt dieses Gefühl von Kontrolle, von Selbstversorgung haben.

An den Pistazien kommt man nicht mehr vorbei. Warum?

Mit Pistazien kann man verschiedensten Produkten sehr leicht einen Luxustouch verpassen. Sobald man irgendwo ein paar Pistazien draufstreut, wirkt das auf einmal luxuriös. Der Geschmack ist außerdem nicht zu polarisierend. Er ist exotisch, aber nicht zu freaky. Und, das ist vielen Menschen in Zeiten von Social Media wichtig: Man kann es gut fotografieren.

Neapolitanische Pizza und die Smashburger sind in der Lokalszene voll aufgegangen. Wie kommt das?

Der Burger an sich hat einfach einen fixen Platz in der kulinarischen Welt – unter anderem deswegen, weil man als Gastronom weiß, dass es funktioniert. Es ist – so wie auch die Pizza – ein sehr vertrautes Gericht und gleichzeitig schwingt trotzdem noch etwas Coolness mit, etwas amerikanischer Traum. Man kann es leicht adaptieren.

Gesunde Ernährung ist ein großer Trend. Warum funktioniert der Burger trotzdem?

Ja, es gibt diese Bewegungen – aber es gibt auch sehr viele Menschen, denen beides egal ist. Das darf man nicht unterschätzen. Und unter jenen, die sehr wohl auf weniger Fleisch oder auf gesündere Ernährung achten, gibt es weiterhin Menschen,

die sagen: Dieses eine Mal gönne ich mir den Burger jetzt.

Welche Speisen und Konzepte werden wir dieses Jahr häufiger sehen?

Momentan geht es in Richtung südostasiatische Küche: Thailand, Vietnam, Philippinen, koreanische Küche. Das heißt aber jetzt nicht gleich, dass mehr solche Lokale aufsperrt werden – sondern eher, dass sich die Gerichte mehr an Aromen dieser Länder orientieren werden: also so etwas wie koreanische Bulgogi-Burger.

Es gibt den Trend zu weniger Alkohol. Wird das bleiben?

Ja, auf jeden Fall. Denn auch da kommen verschiedene Dinge zusammen. Dieser größere Selfcare-Wellness-Trend, dann die Tatsache, dass es bei uns immer mehr Menschen aus Kulturen gibt, die nicht mit Alkohol aufgewachsen sind – und dass Jugendliche offenbar inzwischen teilweise große Angst vor Kontrollverlust haben. Sehr viele Hersteller haben das schon erkannt.

Wird weniger Alkohol zu einem Problem für die Gastronomie?

Die Gastronomie muss sich etwas für Menschen überlegen, die keinen oder wenig Alkohol trinken. Ich habe zuletzt sogar in einem traditionellen Wiener Kaffeehaus gesehen, dass alkoholfreie Schaumweine auf der Karte sind. Für die Gastronomie wird es eine Ergänzung werden.

Welche anderen kulinarischen Trends kommen auf uns zu?

Es wird sehr viel passieren in Richtung *Cut Health*. Dabei geht es um die Darmgesundheit bzw. das Mikrobiom. Auch die Snacking-Welt und die Getränkeindustrie machen viel in diesem Bereich. Und auch das Thema Protein wird uns noch länger begleiten.

KURZ & LEICHT

9

ÖSTERREICH



Der Wiener Würstelstand ist jetzt Kulturerbe.

Am Wiener Würstelstand

Frankfurter, Debreziner und Käsekrainer: Wiener Würstelstände sind ein wichtiger Teil der Esskultur in Wien. Jetzt gehören sie zum immateriellen Kulturerbe Österreichs. Die UNESCO hat entschieden, dass die Würstelstandkultur besonders schützenswert ist. Würstelstände gibt es in Wien seit über 100 Jahren. Hier kaufen Menschen nicht nur Essen, sondern treffen sich auch und plaudern. Viele Wienerinnen und Wiener sehen die Stände als Teil ihrer Stadt – genau wie die Hofburg oder das Riesenrad. Das immaterielle Kulturerbe schützt Traditionen wie Tänze, Feste oder Handwerkskunst. Es unterscheidet sich vom Welterbe, das Gebäude oder Landschaften umfasst.

BUCHTIPP



Buchautorin
Katharina Seiser

Essen Sie 30 Pflanzen pro Woche?

Im neuen Buch *30 Pflanzen pro Woche* von Katharina Seiser geht es um gesunde Ernährung und das Mikrobiom. Das Mikrobiom sind die vielen kleinen Mikroorganismen im Darm. Sie sind für unsere Gesundheit sehr wichtig. Gemüse, Obst, Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte, Nüsse, Samen, Kräuter und Gewürze: Eine große Vielfalt an Pflanzen tut dem Mikrobiom und dem Immunsystem gut. Studien zeigen, dass diese Ernährung vor Krankheiten wie Diabetes, Übergewicht, Krebs und Depressionen schützt. Das Buch erklärt, wie einfach es ist, jede Woche 30 verschiedene Pflanzen zu essen. Es enthält vegane und vegetarische Rezepte, zum Beispiel von der bekannten Köchin Haya Molcho. Außerdem gibt es im Buch Tipps von Expertinnen und Experten. Eine praktische Pflanzen-Checkliste hilft beim Einstieg.

Gerichte aus der Kindheit machen emotional

Warum Kindergerichte wie Fischstäbchen Emotionen auslösen.

Die typisch österreichische Kindheit schmeckt nach Fisch. Der frittierte Dorsch ist beinahe geschmacksneutral. Die Panier umso gehaltvoller. Fischstäbchen sind seit Jahrzehnten fixer Bestandteil jedes Kinderspeiseplans. Die Zubereitung ist simpel, der Verzehr mangels Gräten ebenso. Jeder mag sie, zumindest ein bisschen. Kinder, weil sie handlich und paniert sind. Erwachsene, weil sie sie an ihre Kindheit erinnern. Denn wir mögen, was wir kennen.

„Unsere Geschmackspräferenzen formen sich bereits im Mutterleib“, sagt die Wiener Ernährungspsychologin Cornelia Fiechtl. Über das Fruchtwasser nimmt der Fötus die Aromen der mütterlichen Mahlzeiten auf. „Später ziehen wir dann das vor, was uns bekannt ist.“ Außerdem ist unser Geschmacksinn mit unseren Emotionen verknüpft. Und so fühlen wir uns geborgen, wenn wir Apfelstrudel mit Zimt essen, so wie ihn einst die Oma zubereitete. Oder eben Fischstäbchen mit Erdäpfelsalat, weil es die immer sonntags für die ganze Familie gab.



Fischstäbchen gehören zu den Lieblingsspeisen vieler Kinder.

DAS ERSTE STÄBCHEN

Vor knapp 70 Jahren kamen die ersten Fischstäbchen in Europa auf den Markt. Es war das US-amerikanische Unternehmen Birds Eye, das die Quader aus zwei Drittel Fisch und einem Drittel Panier 1955 in Großbritannien einführte. In Österreich wurden die ersten Fischstäbchen in den frühen 1960er-Jahren serviert. Und es ist eine Erfolgsgeschichte: Fischstäbchen sind das beliebteste Tiefkühlfischgericht. Dafür sorgt auch eine der bekanntesten Werbefiguren überhaupt: Käpt'n Iglo.

Ob man als Konsument in der westlichen Welt überhaupt zu Meeresfisch greifen sollte, ist durchaus umstritten. Die Meeresschutzorganisation Sea Shepherd rät grundsätzlich davon ab, Tiere aus dem Meer zu essen. Die Naturschutzorganisation WWF hat einen Fischatgeber verfasst, in dem steht, zu welchem Fisch man greifen kann. Klar ist aber in jedem Fall, dass die Überfischung das Ökosystem der Meere extrem beschädigt hat.

Was passiert, wenn die Fische einmal gefangen sind? Sie werden geköpft, und manche von ihnen werden tiefgefroren zur Verarbeitung nach China gebracht. Dort werden sie filetiert und paniert, bevor sie in Europa in den Tiefkühltruhen landen.



Zur Osterjause gibt es Osterschinken, Eier und Kren. Dazu wird oft Osterstriezel serviert.

Köstliche Traditionen zu Ostern

Zu Ostern werden in Österreich regionale kulinarische Bräuche gepflegt.

Rund um das Osterfest haben sich in Österreich besonders viele Bräuche erhalten. Auch kulinarische Traditionen werden von Generation zu Generation weitergegeben. Ein besonders beliebter Brauch ist die gemeinsame Osterjause am Karsamstag mit der ganzen Familie. Auf den festlich gedeckten Ostertisch kommen geselchtes Fleisch, Selchwursteln, Osterschinken und bunte Ostereier. Dazu passt am besten frisch geriebener Kren (auch Meerrettich genannt), der in Österreich klassisch aus der Steiermark kommt. Er ist bekannt für seine Schärfe und eine gesundheitsfördernde Wirkung.

Zu Ostern wird gern pikant und süß kombiniert. Zur klassischen pikanten Osterjause gehört ein süßes Brot aus Germteig. So zum Beispiel die Osterpinze oder der in Kärnten beliebte Reindling – ein mit Rosinen, Nüssen und Zimt gefüllter Germgugelhupf. Der Osterstriezel ist in ganz Österreich beliebt, besonders in den östlichen Bundesländern wie Wien, Niederösterreich und Burgenland. Der süße, geflochtene Germteig-Zopf wird auch gern mit Butter und Marmelade gegessen.



Der süße Osterstriezel aus Germteig lässt sich ganz einfach zubereiten.

REZEPT: SÜSSER OSTERSTRIEZEL

ZUTATEN

- 600 g Weizenmehl • 250 g lauwarme Milch
 - 42 g frische Germ (= 1 Würfel) • 80 g Zucker
 - 1 Prise Salz • 1 Ei • 80 g zimmerwarme Butter
- Außerdem: 1 Ei und etwas Milch zum Bestreichen, Hagelzucker zum Bestreuen**

ZUBEREITUNG

Germteig: In einer großen Rührschüssel die warme Milch mit den Eiern verrühren. Das Mehl dazugeben und die Germ darüber bröseln. Salz, Zucker und Butter hinzufügen. Alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. Dafür eine Küchenmaschine oder einen Handmixer mit Knethaken verwenden. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort eine Stunde rasten lassen, bis er sein Volumen verdoppelt. Zubereitungszeit: 20 min

Striezel flechten: Den Teig in 3 gleich große Stücke teilen. Jedes Stück zu einer glatten Kugel formen und diese mit einem Geschirrtuch zudecken. Nochmals 10 Minuten rasten lassen. Die Teigkugeln zu gleich langen Strängen formen (ca. 40 cm) und einen Zopf flechten. Den fertigen Zopf auf ein Backblech legen und zugedeckt nochmals 15–20 Minuten rasten lassen.

Bestreichen und bestreuen: Das Ei mit etwas Milch verquirlen. Den Striezel mit einem Backpinsel bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen. Den Striezel im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad (Ober- und Unterhitze) ca. 30–35 Minuten backen.

TIPPS: > Die Milch für den Teig darf nicht zu warm sein (max. 30–40 Grad)! Ist sie zu heiß, geht der Germteig nicht auf. > Je nach Geschmack kann man auch Rosinen in den Teig geben.

Gutes Gelingen!

Syrer lernte Deutsch und Tirolerisch

Robin Hasan ist Musterschüler der Integration: Er spielte bei der Musikkapelle Matri und brillierte beim Staatsbürgerschaftstest.



Der Hofgarten in Innsbruck ist der Lieblingsort von Robin Hasan.

Wenn man sich einen integrationswilligen Flüchtling schnitzen könnte, käme wohl Robin Hasan (30) heraus. Seine erste Station war das Wipptal, zunächst erhielt er keinen positiven Asylbescheid. Doch viele setzten sich für ihn ein: „Wenn du nicht bleiben darfst, wer dann?“ Als er noch nicht arbeiten durfte, übernahm er Spaziergeh-Dienste im Heim und spielte bei der Musikkapelle Gries am Brenner mit.

BEGRÜSSUNG IM DIALEKT

Mittlerweile besitzt er einen Asylstatus, hat die Sanitätausbildung absolviert und arbeitet bei den Tirol Kliniken im Transportdienst. Wir treffen ihn im Hofgarten, den er als Lieblingsplatz benennt. Er begrüßt uns in breitem Tirolerisch. Deutsch und den Dialekt habe er als zwei Sprachen lernen müssen, sagt er und schiebt eine Anekdote dazu nach. Als er im Wipptal wohnte, wollte er ein Ticket im Bus lösen. Der Fahrer fragte: „Wo willst du denn hin?“ Er habe gebeten: „Bitte langsam sprechen.“



Der Syrer Robin Hasan spricht neun Sprachen, darunter auch Tirolerisch.

Daraufhin wiederholte der Lenker denselben Satz. Hasan spricht neben den zwei neuen Sprachen sieben weitere: Arabisch, Kurdisch, Englisch, Persisch, Französisch, Türkisch und Italienisch.

„Ich sehe die Staatsbürgerschaft als Geschenk und will etwas zurückgeben.“

TIROL ISCH LEI OANS

Hasan geht als Integrationsbotschafter an Schulen, erzählt von seiner Flucht, wie er gelebt hat und worin sich beide Welten unterscheiden. Vor Kurzem meldete er sich zum Staatsbürgerschaftstest an. „Beim Land Tirol bekommt man Unterlagen mit 210 Fragen zu Geschichte und Demokratie“, sagt er. Am Anfang sei er ratlos gewesen, wegen Maria Theresia. Doch seine KollegInnen in der Klinik hätten ihm in den Pausen geholfen. „Irgendwann hatten alle einen riesigen Ehrgeiz, dass ich das schaffe“, sagt er. Und wie er es geschafft hat: mit 96,3 Prozent. Die Reaktion „Streber“ hat er oft gehört und findet sie lustig. Und er setzt noch einen drauf, indem er „Tirol isch lei oans“ ansingt. Nun wartet er, bis der formale Prozess abgeschlossen ist. „Ich sehe die Staatsbürgerschaft als Geschenk und will etwas zurückgeben“, erklärt er.

Was er zur reservierten Stimmung gegen Flüchtlinge sagt? „Die mich kennen, wissen: Ich bin Robin und ich bemühe mich.“ Ein Freund hat ihm ein Buch zum Lernen geschenkt und hineingeschrieben: „Bisch a Tiroler, bisch a Mensch. Bisch koa Tiroler, bisch a oaner.“ Das muss Hasan dem deutschen Fotografen übersetzen.

„Das Leben hat uns hier gelassen“

Mesut Tütüncü gehört das Kent in Wien. Es war das erste türkische Restaurant in Österreich. Hinter dem Erfolg steht die arbeitsame Geschichte seines Vaters, einem Gastarbeiter.

Mesut Tütüncü sitzt im Gastgarten seines türkischen Restaurants am Wiener Brunnenmarkt. Im Kent herrscht reger Betrieb, viele Tische sind besetzt. Mit Stolz erzählt er die Gründungsgeschichte des Betriebs. Heute gibt es fünf Filialen in ganz Wien, die alle ihren Ursprung im ersten Kent von Tütüncü haben. Hinter dem Erfolg steckt die arbeitsame Geschichte von Tütüncüs Vater Hüseyin, der 1973 mit 14 Jahren als Gastarbeiter von Trabzon am Schwarzen Meer nach Mauerbach in Niederösterreich kam. Mit der Selbstständigkeit verwirklichte sich Hüseyin Tütüncü einen Traum, den er schon als einfacher Hirte in der Türkei hatte. Begonnen hat alles mit einer Linsensuppe und nur zwei Hauptspeisen. „Es gab viele Türken in Österreich, aber nichts Türkisches zu essen. Auch die traditionellen Zutaten fehlten.“ Schon Mesuts Großvater kam 1962 als Gastarbeiter und wurde als Sägearbeiter beschäftigt. „Mein Opa und mein Vater wollten Geld verdienen und in die Türkei zurückgehen. Dann kam alles anders. Das Leben hat uns hier gelassen.“



Mesut Tütüncü gehört das Kent in Wien.

MIT HARTER ARBEIT ZUM ERFOLG

Mesut Tütüncü wurde 1982 in Österreich geboren. „Mit 12 habe ich begonnen, neben der Schule im Restaurant zu arbeiten.“ Er erinnert sich, dass er Teller wusch und Essen servierte, während seine Freunde beim Schwimmen waren. „Meine Kindheit habe ich nie gelebt, nur gearbeitet.“ Seit 2012 führt Tütüncü den Betrieb, steht regelmäßig selbst am Herd und ist überzeugt, dass gutes Essen mit Liebe gekocht werden muss. Er ist täglich im Lokal und entwickelt das Unternehmen laufend weiter. „Wenn ich einen Tag nicht komme, fehlt etwas in meinem Leben.“ Das Erbe des Vaters will er weitertragen, die türkische Gastfreundschaft den Österreicherinnen und Österreichern näherbringen. „Kein Gast soll das Lokal ohne Lachen verlassen.“ (kentrestaurant.at)

KURZ & LEICHT



Schüler sprechen über das Judentum.

Jugendliche gegen Antisemitismus

Das Projekt „Likrat“ der Israelitischen Kultusgemeinde Wien (IKG) bringt jüdische und nicht-jüdische Jugendliche zusammen. Jüdische Jugendliche besuchen Schulen und sprechen mit den Schülerinnen und Schülern über das Judentum. Sie beantworten Fragen und erzählen von ihrer Kultur. Das Ziel ist, einander besser zu verstehen und Vorurteile abzubauen.

„Likrat“ hat 2024 den Integrationspreis des Österreichischen Integrationsfonds (ÖIF) gewonnen. Über 170 Jugendliche machen bei dem Projekt mit. Bevor sie in die Schulen gehen, besuchen sie Workshops und Seminare. Dort lernen sie viel über Religion, Israel und jüdische Geschichte. Sie üben auch, wie sie vor einer Schulklasse sprechen und kritische Fragen beantworten. Nähere Informationen: likrat.at

LERNTIPP

Berühmte Österreicherinnen

Mit dem Magazin *Deutsch lernen* verbessern Sie Ihre Deutschkenntnisse, und Sie lernen mehr über Österreich. Das Magazin ist für Personen ab dem Sprachniveau A2. Es erscheint viermal im Jahr, und es ist kostenlos.

In der neuen Ausgabe geht es um sechs berühmte Frauen aus Österreich. Diese Frauen zeigen, wie stark und vielfältig weibliche Vorbilder sind. Ihre Geschichten sollen besonders Frauen mit Migrationshintergrund Mut machen, ihr Leben aktiv zu gestalten und die Chancen in Österreich zu nutzen.

Im Magazin gibt es Lesetexte, Hörübungen und Aufgaben für das Sprachniveau A2+ und B1. Bestellen Sie das Magazin hier: integrationsfonds.at/publikationen oder per E-Mail an: bestellungen@integrationsfonds.at



Zurück ins Leben

81.000 ukrainische Vertriebene haben in Österreich Zuflucht gefunden. Eine davon ist Serafyma Sytnikova. Die österreichische Staatsmeisterin in der Rhythmischen Gymnastik erzählt, wie sie ihren Weg gemacht hat.

Sie hatten nicht vor, ihre Heimat zu verlassen, aber sie mussten, weil Russland am 24. Februar 2022 die Ukraine angegriffen hat. Heuer jährt sich die Flucht der meisten Vertriebenen zum dritten Mal. Österreich ist Teil ihres Lebens geworden, die zweite Heimat von 81.000 Ukrainerinnen und Ukrainern. Gekommen sind vor allem Frauen und Kinder sowie ältere Menschen, 75 Prozent davon kamen unmittelbar mit Beginn des Krieges nach Österreich. Was zunächst als Flucht auf Zeit geplant war, entwickelte sich für viele zu einem dauerhaften Neuanfang. Laut einer aktuellen ÖIF-Studie haben nur noch drei Prozent der Geflüchteten konkrete Rückkehrpläne. Der Alltag in Österreich ist für die meisten längst zur Normalität geworden: Rund die Hälfte der Vertriebenen ist berufstätig, 12.000 Kinder besuchen österreichische Schulen, und auch der Deutscherwerb schreitet rasch voran. Es gibt viele inspirierende Erfolgsgeschichten ukrainischer Frauen in Österreich. Eine davon ist die der 15-jährigen Serafyma Sytnikova, die mit Disziplin und Leidenschaft in Österreich neu durchstartete und ZUSAMMEN ihre Geschichte erzählte.



„Ich bin glücklich, dass ich wieder turnen kann!“

Serafyma Sytnikova, Staatsmeisterin in Rhythmischer Gymnastik.

© ÖIF | OLHA SOLDATENKO

MIT FLEISS ZUM PREIS

Serafyma Sytnikovas Tage sind lang. Für Teenagerhobbys wie TikTok oder Shoppen bleibt wenig Zeit. Doch das kümmert die 15-Jährige nicht: „Ich bin glücklich, dass ich wieder turnen kann!“ Die Monate nach der Flucht bangte die Gymnastin um ihre Karriere. In Österreich fasste sie neuen Mut. Es hat sich gelohnt: Sytnikova wurde im Mai österreichische Staatsmeisterin in Rhythmischer Gymnastik.

Mit dem Band malt die junge Frau Kringel und Spiralen in die Luft, während ihr Körper sich verbiegt. Was so unbeschwert wirkt, ist das Ergebnis von sechs bis acht Stunden Training pro Tag im Bundesleistungszentrum Wien-Stadlau. Ihre Ausbildung absolviert Sytnikova online an einer ukrainischen Schule. Im Verein beschleunigt der Kontakt mit Gleichaltrigen den Deutscherwerb. „Meine Freundinnen in der Halle helfen mir und verbessern mich“, erzählt Sytnikova. Nach der Mittagspause wird bis 19 Uhr weitertrainiert, zu Hause warten Hausübungen und der wohlverdiente Schlaf.



© ÖIF | OLHA SOLDATENKO

Serafyma trainiert täglich sechs bis acht Stunden.

Vier Tage nach Kriegsbeginn verließ Sytnikova mit ihrer Mutter Kyjiw. Von Lwiv aus nahmen sie einen Evakuierungszug Richtung Polen, ohne Koffer dafür mit Kater Timothy. „Die Zugfahrt hat statt zwei Stunden dreißig gedauert.“ Es war eng, dunkel und beängstigend. „Mit drei Jahren fing ich mit Rhythmischer Gymnastik an. Es war die erste Woche ohne Sport.“ Gymnastik hat in der Ukraine einen hohen Stellenwert. Von 1996 bis 2016 stand immer zumindest eine Ukrainerin am Olympia-Siegertreppchen, in der Gesamtwertung liegt das Land auf Platz 4.

Nach fünf Monaten Pause kehrte sie in Österreich zurück zum Sport. Sie landete im Nationalteam und holte erfolgreich den Junioren- und Nationaltitel. Ihr großes Ziel: die österreichische Staatsbürgerschaft, um bei internationalen Wettbewerben wie Olympia antreten zu können. Dabei tickt die Uhr: Die meisten Profis üben den Sport maximal bis zum 30. Lebensjahr aus. Zu belastend werden die komplexen Bewegungen für die Gelenke. Nach dem Schulabschluss möchte Sytnikova an einer Sportuni inskribieren. Und später, nach ihrer aktiven Karriere? „Ich will Trainerin werden und mehr Mädchen in Österreich für Sportgymnastik begeistern!“

TIPP

Noch mehr Geschichten über ukrainische Frauen, die sich in Österreich ein neues Leben aufgebaut haben, finden Sie im ÖIF-Magazin ZUSAMMEN.

Kostenloses Abo auf integrationsfonds.at/magazin



Der Wiener Designer, den der Markt liebt

Verspielt, opulent und elegant sind die Entwürfe von Dagobert Peche, einem der wichtigsten Designer der Wiener Moderne.



Das Museum für angewandte Kunst (MAK) in Wien widmet Dagobert Peche eine große Ausstellung.

Dagobert Peche zählt zu den bedeutendsten Designern der Wiener Moderne. Seine Arbeiten für die Wiener Werkstätte (WW) zeichnen sich durch opulente, naturinspirierte Dekore aus, die bewusst gegen die strenge Geometrie seiner Zeitgenossen, wie Josef Hoffmann und Koloman Moser, opponierten. Aktuell widmet das Museum für angewandte Kunst (MAK) in Wien ihm die Ausstellung „Peche Pop. Dagobert Peche und seine Spuren in der Gegenwart“, die bis zum 11. Mai 2025 zu sehen ist. Peches Schaffen umfasst eine große Bandbreite, die von Schmuck und Textilien über Keramiken und Glasobjekte bis hin zu Möbeln reicht, die durch ihre verspielte Ornamentik und innovative Formensprache bestechen und wesentlich das Design des 20. und 21. Jahrhunderts beeinflussten. Hoffmann bezeichnete Peche als „Ornamentgenie“.

„PECHE-MÖBEL BEKOMMT MAN KAUM NOCH“

„Peches Stil ist sehr spielerisch und elegant, ganz im Gegensatz zur Strenge der frühen Wiener Werkstätte, die Peches neobarocken Stil ablehnte“, sagt Magda Pfabigan, Expertin im Wiener Auktions-



Dagobert Peche, Silberdose, 1919

haus Dorotheum. Doch Peches Stil beeinflusste auch Josef Hoffmann und letztlich die Wiener Werkstätte. 1915 trat Peche offiziell in die WW ein. Damit hielt auch die Leichtigkeit Einzug. „Peche hat alte Stile aufgegriffen und sie neu interpretiert. Vergleicht man Hoffmann, Koloman Moser und Peche, dann ist Hoffmann der Architekt, Moser der Grafiker und Peche der Künstler“, sagt Pfabigan. Peches Arbeiten sind auf dem Kunstmarkt sehr begehrt.



Entwürfe von Dagobert Peche für Tapeten und Stoff der Wiener-Werkstätte

„Peche ist international bekannt und gefragt, neben Österreich vor allem in den USA, England und Frankreich“, so die Expertin, die auch auf die umfangreichen Sammlungen etwa im MAK und der Neuen Galerie in New York verweist. So ist auch mit 400.000 Euro das teuerste von Peche versteigerte Werk ein Luster aus dem Jahr 1921. Erzielte wurde der Rekordpreis im November 2023 im Auktionshaus im Kinsky. Eine echte Rarität sind zudem Peches Möbelentwürfe. „Peche-Möbel sind ganz selten, die bekommt man am Markt kaum mehr, weil sich die meisten in Museen befinden“, sagt Pfabigan.



Start ins Literaturjahr

Die neuen Romane von Wolf Haas, Peter Handke und Daniel Glattauer

Ins österreichische Literaturjahr 2025 rutscht es sich ziemlich gut. Denn bereits in seinen ersten Tagen sind einige Highlights erschienen

DANIEL GLATTAUER: IN EINEM ZUG

Daniel Glattauers Roman liest sich „in einem Zug“. Und das im wahrsten Sinne des Wortes. Denn im Zug lässt er seine Protagonisten aufeinandertreffen: einen berühmten Liebesroman-Autor, der nicht nur zufällig große Ähnlichkeit mit dem 64-jährigen Glattauer hat, und eine junge Psychotherapeutin. Sie tun, was Menschen in öffentlichen Verkehrsmitteln heute nur noch selten tun: nichts. Kein Scrollen durchs Handy, kein Streamen am iPad, einfach nichts. Und in dieser stillen Gemeinsamkeit beginnt ein Gespräch. Keine lose Plauderei, sondern eine tiefgehende Unterhaltung über das Leben eines Autors, Beziehungsprobleme – und natürlich die Liebe. Glattauer erzählt das gewohnt leichtfüßig und mitreißend, sodass sich der Roman – wie könnte es anders sein – in einem Zug auslesen lässt.

> Daniel Glattauer: „In einem Zug“, DuMont, 24,50 €

WOLF HAAS: „WACKELKONTAKT“

Ein echtes Meisterwerk ist Wolf Haas mit seinem neuen Roman gelungen. In „Wackelkontakt“ hat der Maler M. C. Escher nur einen Kurzauftritt in Form eines Puzzles. Aber es ist kein Zufall, dass der Hauptakteur den gleichen Nachnamen wie der berühmte Künstler trägt, der die Grenzen der Realität und Fantasie in seinen Bildern verschwimmen ließ. Bei Haas wartet Franz Escher wegen eines Wackelkontakts auf den Elektriker und liest dabei ein Buch über einen Mafia-Killer. Der sitzt in einem Gefängnis und wartet auf seine Entlassung ins Zeugenschutzprogramm. Dabei liest er ein Buch – es handelt von Franz Escher, der auf den Elektriker wartet. Dies ist nur der Anfang zweier Lebensgeschichten, die langsam zu einem Ganzen zusammenfinden und dabei den Leser vergnüglich auf eine Achterbahnfahrt schicken.

> Wolf Haas: „Wackelkontakt“, Hanser, 26,50 €

PETER HANDKE: „SCHNEE VON GESTERN, SCHNEE VON MORGEN“

Und noch ein bedeutender Schriftsteller startet ins neue Jahr: Nobelpreisträger Peter Handkes „Schnee von gestern, Schnee von morgen“ ist „ein Stück für die Bühne, ein Drama ohne Rednerwechsel, ein Lied ohne Kehrvers“, so der Verlag. „Der Sprecher fällt sich selbst ins Wort, setzt neu an, und er sammelt nicht nur auf, was ihm im Gehen begegnet, sondern folgt auch den Nachbildern bei geschlossenen Augen.“

> Peter Handke: „Schnee von gestern“, Suhrkamp, 21,50 €

KURZ & LEICHT



Otto Schenk in „Der Kirschgarten“ im Theater an der Josefstadt in Wien

Otto Schenk ist tot

Der Schauspieler, Regisseur und Kabarettist Otto Schenk ist mit 94 Jahren gestorben. Er war einer der bekanntesten Künstler in Österreich. Über 70 Jahre lang hat er auf der Bühne gestanden und Opern inszeniert. Seine Opern wurden in vielen Ländern gezeigt, zum Beispiel in New York und Mailand. Auch als Schauspieler und Kabarettist war er sehr erfolgreich. Otto Schenk bekam viele Preise für sein Lebenswerk. Die Menschen liebten ihn für seinen Humor. Er brachte viele Menschen zum Lachen und berührte sie mit seinem Spiel. Seine Auftritte waren klug, lustig und oft auch ein wenig nachdenklich. Österreich verliert mit ihm eine große Künstlerpersönlichkeit. Sein Humor und seine Auftritte bleiben unvergessen.

TIPP



Anja Plaschg, besser bekannt als Soap & Skin

Lieblingslieder

Soap & Skin ist der Künstlername von Anja Plaschg. Sie wurde in der Steiermark geboren und lebt heute in Wien. Schon mit 14 Jahren fing sie an, eigene Lieder zu schreiben. Heute ist sie eine der bekanntesten Musikerinnen Österreichs und hat auch international viel Erfolg. Ihre Konzerte sind immer ausverkauft. Soap & Skin kombiniert Klassik, elektronische Musik und melancholische Klänge. Auf ihrem neuen Album Torso sind Coverversionen von Liedern, die sie besonders gerne mag. Darunter sind Songs von Künstlern wie David Bowie, Tom Waits, Lou Reed, Jim Morrison, Sufjan Stevens und Shirley Bassey.

„Das Konzept Freizeit – was soll das sein?“

Ihre Arbeit ist ihr Leben. Stefanie Reinsperger, eine der besten Schauspielerinnen Österreichs, kehrt nach acht Jahren in Berlin wieder ans Wiener Burgtheater zurück.



Zur Person

Stefanie Reinsperger wurde 1988 in Baden bei Wien geboren. Sie studierte am Max-Reinhardt-Seminar in Wien. Von 2017 bis 2022 gehörte sie dem Berliner Ensemble an. Seit 2020 spielt sie im „Tatort Dortmund“ die Hauptkommissarin Rosa Herzog. 2022 erschien ihr erstes Buch „Ganz schön wütend“ im Molden-Verlag. Mit der Saison 2024/25 ist sie wieder Ensemblemitglied des Wiener Burgtheaters.

Stefanie Reinsperger ist eine gefeierte Schauspielerin, bekannt aus Fernsehserien und als Mitglied des Wiener Burgtheaters.

Die Presse: Nach acht Jahren in Berlin sind Sie wieder nach Wien gezogen. Finden Sie, dass sich Wien in den vergangenen acht Jahren verändert hat?

Ehrlich gesagt kann ich es noch nicht beurteilen. Denn meine Tage sehen derzeit so aus: Ich stehe auf, mache Sport, dann Proben bis zum späten Nachmittag, dann gehe ich nach Hause, trinke Tee, mache noch Text und gehe schlafen. Eigentlich habe ich gedacht: „Geil, Wien! Da werde ich abends immer Leute treffen.“ Aber das schaffe ich gerade energetisch nicht.

Die Presse: „Das spielt's nicht“, wie man hier sagt. Das spielt es jetzt gerade nicht, und das ist okay. Das ist die heiße Phase, und alle um mich herum wissen, dass ich da komplett in meinem Tunnel drinnen bin. Mein größtes Achievement ist, wenn ich mir die Zeit einräume, Wäsche zu waschen. Aber das kriege ich gerade noch hin. Ich stelle immer wieder fest: Dieser Beruf ist alles für mich. Die Arbeit erfüllt mich so sehr, dass ich gar nicht das Bedürfnis nach noch sehr vielem anderen habe. Ich empfinde keine Leere.

Die Presse: Schön, wenn der Beruf so erfüllt. Wenn ich hier morgens ins Burgtheater herkomme, treibt es mir die Tränen in die Augen. Ja. Ich habe, glaube ich, schon 4.000 Fotos von dem Burgtheater gemacht. Das Burgtheater ist eine der größten deutschsprachigen Bühnen. Und ich finde, dass wir ab dem Moment, in dem wir auf die Bühne gehen – und zwar ganz egal, auf welche – Verantwortung übernehmen.

Die Presse: Wofür? Ich bin niemand, der Antworten hat, aber ich habe

viele Fragen. Und die will ich in mir und in meinem Gegenüber aufwerfen, weil ich es toll finde, wenn die Leute aus dem Theater hinausgehen und sich Fragen stellen und darüber diskutieren. Ich fände es schrecklich, wenn ich mich auf die Bühne stelle und sage: „So ist die Welt.“ Das könnte ich auch gar nicht, weil ich es nicht weiß. Was ist diese Welt? Keine Ahnung.

Die Presse: War Ihnen immer bewusst, dass Sie dieser Beruf so beanspruchen würde? Was ich an meiner Arbeit so liebe, ist, dass es keinen Stillstand, keine Routine gibt. Einmal drehe ich ein paar Wochen, manchmal an Orten, die ich bis dahin noch nicht kannte, und dann wiederum probe ich – wie jetzt – mit großartigen Kollegen und Kolleginnen, mit denen ich zuvor noch nie gespielt habe. Das ist so aufregend! Was habe ich für ein Glück, mit dieser Gruppe hier starten zu dürfen!

Die Presse: Sie haben in den vergangenen zwei Jahren so viel gearbeitet wie nie zuvor, sagten Sie anfangs. Fällt es Ihnen schwer, Nein zu sagen, oder wollen Sie das gar nicht? Ich wollte es nicht. Ich kann dem Konzept „Freizeit“ nicht so viel abgewinnen (lacht). Es hat sich mir noch nicht erschlossen. Ich weiß, dass es das gibt, aber nicht, was es sein soll. Ich arbeite sehr gern, liebe den Dialog und die Herausforderung. Ich wüsste auch gar nicht, warum ich jetzt zwei freie Wochen bräuchte. Ich mag es auch gar nicht, wenn Leute fragen: „Entspannst du dich auch genug? Wann machst du Urlaub? Wann erholst du dich?“ Ich beziehe so viel Kraft aus meiner Arbeit. Das ist mein Leben. Ich möchte einfach spielen.



Das
Österreich
Quiz

Wie gut kennen Sie Wien?

In unserem Österreich-Quiz können Sie Ihr Wissen über die Bundesländer Österreichs testen. Diesmal ist Wien an der Reihe, das Hauptstadt und Bundesland zugleich ist.

- 1 **Wie viele Menschen leben in Wien?**
A) 1 Million
B) 2 Millionen
C) 6 Millionen
- 2 **In wie viele Teile ist Wien unterteilt, und wie heißen sie?**
A) 23 Bezirke
B) 18 Viertel
C) 31 Distrikte
- 3 **Welche Auszeichnung hat Wien schon mehrfach erhalten?**
A) Die modernste Stadt der Welt
B) Die Stadt mit der höchsten Lebensqualität weltweit
C) Die kinderfreundlichste Stadt der Welt
- 4 **Was war einst die Sommerresidenz der Habsburger?**
A) Die Donauinsel
B) Das Schloss Schönbrunn
C) Floridsdorf
- 5 **Wo wurde am 15. Mai 1955 der österreichische Staatsvertrag unterzeichnet?**
A) Am Donauturm
B) Im Wiener Rathaus
C) Im Schloss Belvedere
- 6 **Welche weltweit wichtige Organisation hat ihren Sitz auch in Wien?**
A) UNO (United Nation Organisation)
B) WWF (World Wide Fund For Nature)
C) Ärzte ohne Grenzen
- 7 **Was ist eine Wiener Melange?**
A) Ein Rührkuchen
B) Ein gemischter Salat
C) Eine Kaffeespezialität
- 8 **Wien ist für seine Mehlspeisen bekannt. Wofür ist das der Sammelbegriff?**
A) Torten und Kuchen (zum Beispiel Sachertorte und Gugelhupf)
B) Beilagen zu Fleisch (zum Beispiel Nudeln)
C) Suppen (zum Beispiel Frittaten- und Nudelsuppe)
- 9 **Welcher berühmte Hollywood-Schauspieler und Oscar-Gewinner kommt aus Wien?**
A) Christoph Waltz
B) Michael Fassbender
C) Daniel Brühl
- 10 **Wie heißt das weltweit größte Musikfestival, das jährlich in Wien stattfindet?**
A) Vienna-Music-Festival
B) Falco-Festival
C) Donauinselfest

Gesundheit wird zum
Trendsport

Was sind die aktuellen Fitnesstrends?

Neue Impulse für unsere Fitness- und Gesundheitsroutinen machen sich breit. Klar ist: Körperliches Wohlbefinden und mentale Balance rücken immer mehr in den Mittelpunkt. Biohacking liegt im Trend, bestätigt Sportmediziner Robert Fritz. Er meint damit das Selbsexperimentieren mit Technik, Ernährung oder Verhaltensweisen, um die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit zu steigern. Durch Fitness-Apps wird das Training individueller. Fitnessgeräte analysieren in Echtzeit Körperdaten wie Herzfrequenz, Muskelermüdung oder Kalorienverbrauch und passen die Intensität automatisch an den individuellen Fortschritt an.

ES MUSS NICHT IMMER ANSTRENGEND SEIN

Positiv sieht Fritz den Trend zum „Mindful Movement“: Menschen integrieren Meditation, Atemübungen oder Yoga in ihr Training, um Körper und Geist in Einklang zu bringen. Der Trend geht zu „Low Intensity“. „Damit meine ich nicht nur Yoga und Meditation, sondern auch Ausdauertraining mit niedriger Intensität“, erklärt Fritz. Das kann für einen unsportlichen Menschen Spazierengehen sein, für einen sportlichen Menschen lockeres, gemühtes Laufen. „Der Trend kommt über den Spitzensport zurück. Unsere Radfahrer, unsere Triathleten, die machen es vor. Die Weltspitze trainiert zu 80 Prozent mit niedriger Intensität. Für die ist das natürlich auf einem viel höheren Niveau, weil die alle topfit sind. Aber das können wir uns abschauen, weil es für alle funktioniert“, plädiert der Sportmediziner für „mehr Mut zu niedrigen Intensitäten“. „Wenn wir lernen, dass Sport nicht jedes Mal anstrengend sein und wehtun muss, dann machen wir ihn auch regelmäßig.“

HYPE UM PILATES

Dabei werde Yoga in der Beliebtheit gerade von Pilates abgelöst, beobachtet Tobias Homberger. Kaum jemand kennt die aktuellen Sporttrends so gut wie der Chef von myClubs. Sein Unternehmen bietet einen flexiblen Zugang zu verschiedenen Fitnessanbietern: Statt sich an ein festes Studio zu binden, kann man per App aus einer Vielzahl von Kursen und Studios wählen. Extrem beliebt ist derzeit zwar das klassische Pilates und Gruppentrainings. Der Spitzenreiter ist aber Reformer-Pilates. Ein Reformer ist ein Trainingsgerät, das speziell für Pilates entwickelt wurde. „Wir haben jeden Monat ein neues Pilates-Reformer-Studio bei myClubs. Die schießen wie die Schwammerln aus dem Boden“, so Homberger.

KRAFTTRAINING BLEIBT

Im Kommen ist auch das Hyrox-Training, das Kraft, Ausdauer und funktionelles Training kombiniert. Zudem erlebt das Krafttraining eine Renaissance und erfreut sich großer Beliebtheit, sowohl bei Männern als auch bei Frauen. Das Fitnessprogramm Crossfit mit hochintensiven Übungen aus Gewichtheben, Gymnastik und Ausdauersport hat hingegen seinen Höhepunkt erreicht.

Die Presse

29.12.2024

Barbara Schechtner



KURZ & LEICHT



© INNSBRUCK TOURISMUS | GERI BERGER

Der „Innsbruck Voice Concierge“ ist rund um die Uhr erreichbar.

Digitale Innovation im Hotel

Hotelgäste in Tirol können einen digitalen Assistenten nach Informationen fragen. Dafür gibt es das neue Projekt „Innsbruck Voice Concierge“. Schon in fünf Hotels in Tirol gibt es den Service. In den Zimmern stehen Geräte, die man mit der Sprache steuert. Gäste können damit zum Beispiel nach Frühstückszeiten oder Busverbindungen fragen. Die digitale Assistentin Alexa gibt die Antworten. Der KI-Concierge soll die Arbeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Hotel erleichtern. Das Programm soll die Jobs aber nicht ersetzen. Tirol ist die erste Region im deutschsprachigen Raum, die die Technologie testet.

AUSFLUGSTIPP



Beliebt bei Touristinnen und Touristen: Der Ostermarkt vor dem Schloss Schönbrunn.

Ostermärkte in Österreich

In Österreich gehören Ostermärkte zur Frühlingszeit einfach dazu. Hier kann man Kunsthandwerk und Osterdekorationen entdecken und viele kulinarische Spezialitäten genießen. Beliebte sind Osterschinken, Osterpinzen, frisch gebackenes Bauernbrot und süße Leckereien. Auch Wein aus der Region kann man hier kosten. Zu den bekanntesten Ostermärkten zählt der Markt vor dem Schloss Schönbrunn in Wien. Hier gibt es auch immer ein Kinderprogramm und Live-Musik. In Graz gibt es den Ostermarkt am Hauptplatz. Er ist für seine regionalen Spezialitäten bekannt. In Salzburg ist der Ostermarkt auf dem Domplatz ein Highlight. Im Burgenland ziehen die Ostermärkte in Rust mit Weinverkostungen viele Besucher und Besucherinnen an. Die Märkte eröffnen Ende März.

Das unbekannte Land

Vorarlberg. Kaum ein Reisebericht über das „Ländle“ kommt ohne den Bodensee, die Festspiele oder das Skifahren am Arlberg aus. Dieser schon.



© ÖSTERREICH WERBUNG | DIETMAR DENGER

Vorarlberg begeistert mit seinen Almen, wie hier im Bregenzerwald.

Wissen Sie, was ein „Vorsäß“ ist? Nein? Sie müssen sich nicht grämen. Wenn, dann wissen es zunächst einmal die Vorarlberger. Und selbst für die 411.000 Österreicher, die im westlichsten Zipfel der Republik zu Hause sind, ist dies auch nicht selbstverständlich.

Mit Vorsäß meint man im Bregenzerwald eine besondere Art der Dreistufen-Landwirtschaft. Im gebirgigen Ländle sind Rasen- und Ackerflächen oft rar. Und damit die Böden geschont werden und die Tiere trotzdem nicht hungern, treiben Bauern in der Übergangszeit ihr Vieh seit Generationen auf eine Art Zwischenalm – das Vorsäß.

Was hat das alles mit Vorarlberg und dem Tourismus zu tun? Eine ganze Menge. Das Vorsäß ist immaterielles Weltkulturerbe und steht – weil es Wiesen wie Almen schont – für eine naturverbundene Wirtschafts- und Lebensweise. Und genau die fällt Nicht-Vorarlbergern auf, wenn sie die Landesgrenze überschreiten.

FREMD

Vorarlberg, das ist für viele ein ferner, fremder Kontinent. Nur jeder zehnte Tourist kommt aus Österreich, und selbst in dieser Gruppe sind es vor allem die Vorarlberger selbst und einige Tiroler, die im Ländle urlauben. Was schade ist, denn auch abseits von Bregenz, dem Bodensee und den prächtigen Pisten des Arlbergs hat die Region enorm viel zu bieten.

Vielleicht muss man die Sache konkret machen, um sie besser zu verstehen: Wir sind im Schetteregg, einem Vorsäß im Bregenzerwald. Am Ort ihrer Kindheit hat Carmen Can eine Lodge bauen lassen. Und nichts an dem Projekt ist Zufall. Die Unterkunft steht für vieles, was Touristiker und Unternehmer im Bregenzerwald auszeichnet: Anstatt das Billigste und Profitabelste zu tun, nämlich einen einzigen, möglichst großen Kubus in die Alm zu „pflanzen“, vermaßen Architekten

und Handwerker den Standort über Wochen und Monate mit Drohnenflügen.

Die Idee dahinter: Die Lodge sollte wie ein Bauernhof angelegt werden. Weißtanne und Bergahorn sind in allen Räumen allgegenwärtig. Sie wachsen in der Gegend, prägen die Landschaft. Und fast alles ist nachhaltig. Sogar die Böden, die nicht aus Beton, sondern aus Lehm mit Milcheiweiß gefertigt wurden.

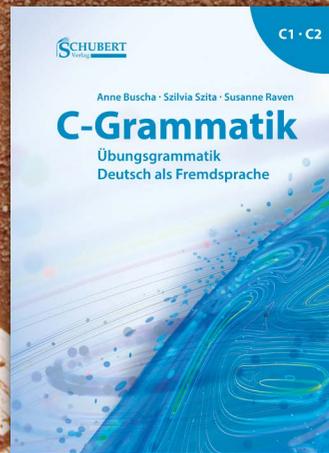
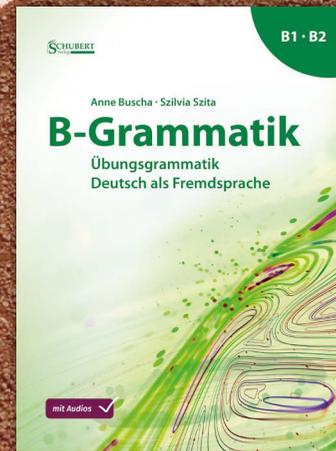
KEIN SHOPPING

Geschäfte sucht man am Schetteregg vergebens. Wer hierher kommt, der wandert, läuft, fährt mit dem Fahrrad über die Forstwege – oder rastet einfach. Lohnende Wanderungen gibt es übrigens auch im Tal. Südöstlich von Dornbirn liegt zum Beispiel die Rappenlochschlucht. Wer sie hinaufspaziert, kann bis zum „Kirchle“ gehen, einer mächtigen, vom Gletscherwasser erschaffenen Klamm, die so groß ist, dass ihre Ausmaße an eine kirchenähnliche Halle erinnern.

Apropos Kirche: Unten, in Dornbirn, gibt es die katholische Kirche, die dem Heiligen Martin geweiht ist. Und dort können Dante, Milton, Michelangelo und Dürer am Eingangsfresko bestaunt werden.

- > Mit der Bahn dauert die Fahrt von Wien bis Dornbirn rund 6,5 Stunden (und ist damit schneller als mit dem Auto).
- > Vorarlberg ist mit 2.601 Quadratkilometern nach Wien Österreichs kleinstes Bundesland und hat rund 411.000 Einwohner. Es liegt ganz im Westen, an der Grenze zur Schweiz und zu Liechtenstein. Die Hauptstadt ist Bregenz mit knapp 30.000 Einwohnern. Dornbirn ist die größte Stadt mit rund 52.000 Einwohnern.
- > Weitere Informationen unter: www.vorarlberg.travel

Auch im gemischten Doppel ein gutes Team!

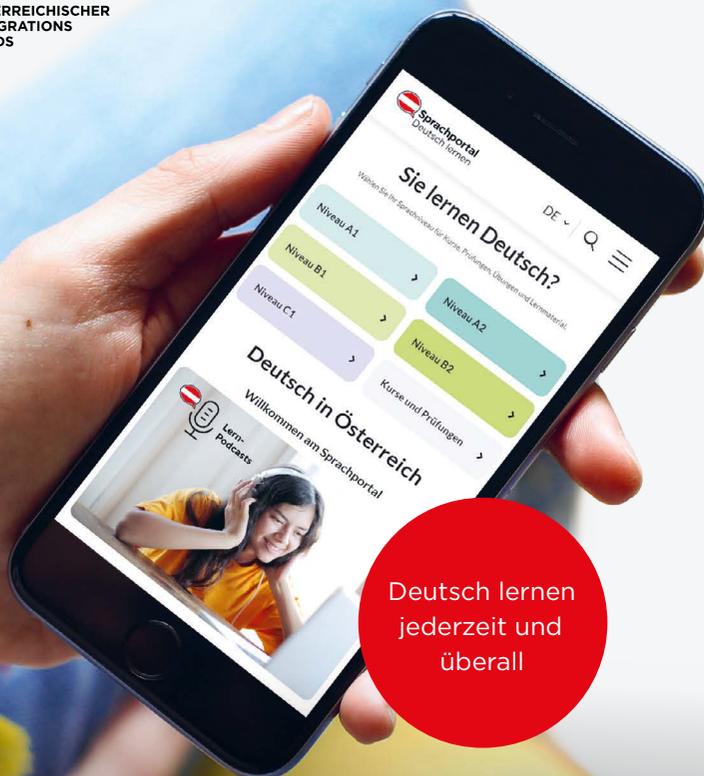


- Neuauflage der erfolgreichen Lehrwerkreihe und der Übungsgrammatiken
- Abwechslungsreich durch authentische Texte zu aktuellen Themen
- Vorbereitung auf alle Prüfungen der Sprachniveaus B2 und C1
- Auch als interaktive E-Books mit Lern-Management-System

SCHUBERT
Verlag
www.schubert-verlag.de

OIF ÖSTERREICHISCHER
INTEGRATIONS
FONDS

OI
ÖSTERREICH
INSTITUT



Deutsch lernen
jederzeit und
überall

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