



ARGE für Obdachlose

Kupfermuckn

Straßenzeitung von Randgruppen und sozial Benachteiligten

JUNI 2023 | 1,50 Euro bleiben den Verkäufer:innen | Achten Sie auf den Verkaufsausweis!

3 Euro

»NUR MIT ÖFFIS«

DEM KLIMASCHUTZ ZULIEBE



Die Straßenzeitung Kupfermuckn ist ein Angebot zur Selbsthilfe für Wohnungslose und für Menschen an oder unter der Armutsgrenze. Unsere Zeitung versteht sich als Sprachrohr für Armutsbetroffene und deren Anliegen. Der Zeitungsverkauf und das Schreiben bringen neben dem Zuverdienst das Gefühl, gemeinsam etwas zu schaffen. Von Wohnungslosigkeit Betroffene bilden mit Mitarbeitern des Vereins »ARGE für Obdachlose« in partnerschaftlichem Verhältnis die Redaktion.

Redaktion

Straßenzeitung Kupfermuckn, Marienstraße 11, 4020 Linz, Tel. 0732/770805-13, kupfermuckn@arge-obdachlose.at, www.kupfermuckn.at

Projektleitung, Koordination, Layout, Fotos:

Heinz Zauner (hz), Chefredakteur

Daniela Warger (dw), Leitung Redaktion

Daniel Egger (de), Redaktion

Katharina Krizsanits (kk), Vertrieb, Layout, Redaktion

Redakteure: Anna Maria, Bettina, Christine, Claudia, Helmut, Hermann, Johannes, Leo, Manfred F., Manfred R., Manfred S., Margit, Sonja, Walter;

Titelfoto (hz): Anton in einer Linzer Straßenbahn

Auflage: 19.000 Exemplare

Bankverbindung und Spendenkonto

Arge für Obdachlose, Marienstraße 11, 4020 Linz
IBAN: AT46186000010635860, BIC: VKBLAT2L

Ausgabe in Linz, Wels, Steyr und Vöcklabruck

Menschen, die in Armut leben und ihren Lebensmittelpunkt in Oberösterreich haben, können sich Montag bis Freitag zwischen 8 und 12 Uhr bei den Ausgabestellen melden und erhalten einen Verkäuferausweis. 50 Prozent des Verkaufspreises verbleiben den Verkäufern.

ARGE für Obdachlose, Marienstraße 11, 4020 Linz, Tel., 0732/770805-19

Soziales Wohnservice Wels, E 37, Salzburgerstraße 46, 4600 Wels, Tel. 07242/290663

Verein Wohnen Steyr, B 29, Hessenplatz 3, 4400 Steyr, Tel. 07252/50 211

Verein Wohnungslosenhilfe Mosaik, Gmundner Straße 69, 4840 Vöcklabruck, Tel. 07672/75145

Medieninhaber und Herausgeber

Vorstand des Vereines »ARGE für Obdachlose«, Vorsitzende Mag.^a Elisabeth Paulischin, Marienstraße 11, 4020 Linz, www.arge-obdachlose.at



International

Die Kupfermuckn ist Mitglied beim »International Network of Street Papers« INSP
www.street-papers.com



Wir drucken uns nicht vor der Verantwortung.

Gutenberg-Werbing Gesellschaft m.b.H.

Anastasia-Grün-Straße 6 | 4021 Linz
Tel. +43 732-69 62-0 | Fax. +43 732-69 62-250
office@gutenberg.at | www.gutenberg.at

LESERBRIEFE UND REAKTIONEN

Ich lebe zur Zeit von einem Traum,
ein Plätzchen im Warmen und ein wenig Raum.
Wir haben den Winter lang draußen gekämpft.
Dafür ist es jetzt unsere Bindung, die glänzt.
Ich habe wirklich alles gegeben.
So ist das wirklich kein leichtes Leben.
Doch wir geben unser Bestes Tag für Tag.
Der Grund, weswegen ich diese Stadt nicht mehr mag:
Wir werden diskreditiert bis zum geht nicht mehr,
trotzdem wir geben jeden Tag unsere letzte Kraft her.
Ich wünsche mir nur so sehr eine Chance für uns zwei,
wir werden es schaffen und glücklich sein dabei.
Dann werden wir aufbauen Stein auf Stein,
und irgendwann glücklich sein in unserem Heim.
Dann müssen wir diesen Kummer nicht mehr ertragen.
Doch haben wir so die Liebe gefunden,
und jede Situation hat uns mehr zusammengebunden.
Es ist nicht mehr weit bis zum vollendeten Glück,
denn keiner von uns beiden sieht jemals zurück.
Nadine



FOTOS: FREEPIK.COM, DE

Gedicht Aprilausgabe

Liebes Kupfermuckn-Team, das Gedicht auf der letzten Seite (Ich schaue aus dem Fenster raus ...) ist wundervoll und zaubert gerade an diesen Regentagen schon in der Früh ein Lächeln ins Gesicht – bitte mehr davon! Eine tolle Abrundung der stets interessanten Zeitung, die ich gerne beim Frühstück nebenbei lese. Schöne Grüße aus dem verregneten Salzkammergut, Sandra Depil, Kirchham

Achten Sie bitte auf den Verkaufsausweis!



Liebe Leserinnen und Leser!

Bitte kaufen Sie die Kupfermuckn ausschließlich bei Verkäuferinnen und Verkäufern mit sichtbar getragenen und aktuellem Ausweis in blauer Farbe. Nur so können Sie sicher sein, dass auch wirklich die Hälfte des Ertrages der Zielgruppe zu Gute kommt: Wohnungslosen und Menschen, die in Armut leben und ihren Lebensmittelpunkt in Oberösterreich haben.



Plötzlich stand mein Leben Kopf

Betroffene Menschen berichten über ihre psychischen Erkrankungen und wie sie damit fertig werden

DANIEL R.:

In Kärnten machte ich dann einen stationären Entzug

Ich bin gebürtiger Linzer. Meine Kindheit war nicht besonders gut. Zu Hause hat alles gepasst, aber in der Schule wurde ich von älteren Kindern und Jugendlichen gemobbt und geschlagen. Nach der Pflichtschule begann ich eine Maler-Lehre. Leider musste die Firma nach einem Jahr schließen und verlor dadurch meine Lehrstelle. Aus Frust, Langeweile und wegen dem falschen Freundeskreis, in den ich damals geraten bin, begann ich zu trinken. Das ging in den nächsten Jahren so ziemlich bescheiden dahin, bis mich meine Eltern vor die Tür setzten. Da begann eine schwierige

Zeit. Ich war obdachlos. Die meiste Zeit schlief ich unter der Traun-Brücke. Um meinen Alkoholkonsum zu finanzieren, begann ich Marihuana zu verkaufen. Das ging ein Jahr lang gut, bis mich die Polizei dabei erwischte. Daraufhin musste ich vier Monate lang im Gefängnis sitzen. Danach ging es wieder zurück auf die Straße. Damals lernte ich eine Frau kennen. Sie war auch obdachlos. Gemeinsam ließ sich das Leben auf der Straße leichter ertragen. Wir waren fast ein Jahr zusammen, bis sie meinen Alkoholkonsum und die Probleme, die sich dadurch ergaben, nicht mehr aushalten konnte. Als sie mich verließ, stürzte mich das in eine tiefe psychische Krise. Ich musste dann sogar stationär im Wagner-Jauregg-Krankenhaus behandelt werden. Die dort angestellten Sozialarbeiter setzten sich

dann dafür ein, dass ich einen stationären Therapieplatz in Kärnten bekam. Dort machte ich dann auch einen Entzug. Es folgte ein weiteres Jahr Therapie in Schöneben. Seit ein paar Monaten bin ich wieder zurück in Linz. Ich bin jetzt seit fünf Monaten nüchtern. Mir geht es so weit gut. Wohnen kann ich im Wohnheim des Sozialvereins B37.

BETTINA:

Dann hatte mich die Borderline-Erkrankung immer mehr im Griff

Ich war jung, als ich spürte, dass mit mir irgendetwas nicht stimmte. Trotzdem absolvierte ich die Pflichtschule, ging arbeiten und



Bettina musste 28 Tabletten pro Tag zu sich nehmen. Symbolfoto: Freepik.com, Foto S. 3: dw

hatte alles, was man so im Leben braucht. Doch dann bekam ich die Diagnose: »Borderline-Erkrankung«, die ich immer weniger im Griff hatte. Es war dann so extrem, dass ich mit allem und jedem überfordert war, vor allem mit mir selbst. Ich kam von einer betreuten Einrichtung in die nächste. Nirgends fühlte ich mich zu Hause. Ich hatte zwar das Nötigste, was man für das Leben braucht, aber trotzdem fühlte ich mich allein gelassen. Dieses Gefühl der Einsamkeit zog sich jahrelang durch mein Leben, bis ich dann schließlich in der Notschlafstelle landete – ohne Plan, psychisch am Ende und ohne Geld. Alles war beschissen. Ich schlug mich mehr schlecht als recht durch die düsteren Tage und Nächte. Dann schaffte ich endlich den Absprung und bekam meine eigene Wohnung, was aber auch bedeutete, nicht mehr viel Geld zur Verfügung zu haben, da man, wenn man Sozialhilfe bezieht, nichts dazuverdienen darf. Und so muss ich mit dem bisschen Geld auskommen. Oft denke ich mir: Wäre ich gesund, dann hätte ich vermutlich – finanziell gesehen – ein besseres Leben. Meine Erkrankung hat mich zu einem Leben in Armut verdonnert.

CLAUDIA:

Durch Ritzen zerstörte ich mich selbst und wollte nicht mehr leben

Seit meinem 13. Lebensjahr habe ich Borderline. Das ist eine instabile Persönlichkeitsstörung. Ich habe die Erfahrungen gemacht, dass ich meine Gefühle nicht zeigen darf. Man hat

mir gesagt, dass ich nicht weinen darf. Auch die Wut auszudrücken, war in meiner Kindheit nicht erlaubt. Irgendwann lernte ich, meine Gefühle abzustellen und eine Mauer um mich herum aufzubauen. Ich konnte niemanden mehr an mich ranlassen und anderen auch kein Vertrauen mehr schenken. Auch mein Partner wollte nicht, dass ich heule. So schluckte ich alles hinunter. Es ist mir jedoch bewusst, dass, wenn ich das immer mache, ich mich damit selber zerstöre. Noch vor wenigen

»IRGENDWANN HABE ICH ANGEFANGEN, NUR NOCH ZU WEINEN, WENN ICH ALLEINE BIN. AUCH IN DER THERAPIE FÄLLT ES MIR SCHWER, GEFÜHLE ZU ZEIGEN« CLAUDIA

Jahren habe ich mich durch Ritzen selbst verletzt und auch öfters versucht, mir das Leben zu nehmen. Ich beneide oft die Menschen, die in der Öffentlichkeit ihre Gefühle zeigen können. Ich weiß nicht, ob ich es jemals schaffe, in der Öffentlichkeit zu weinen. Wenn ich traurig bin und weinen möchte, dann ist gleich die Scham da. Diese muss ich unterdrücken. Irgendwann habe ich angefangen, nur noch zu weinen, wenn ich alleine bin, da, wo mich keiner sieht. Ich verstecke meine Gefühle in der Öffentlichkeit. Eigentlich bin ich eine Frohnatur und scherze mit den Leuten. Und wenn es mir dann wieder schlecht geht, dann zeige ich niemandem, wie es in mir wirklich aussieht. Auch in der Therapie fällt es mir sehr schwer, meine Gefühle zu zeigen. Ich schreie auch nicht, obwohl es oft angebracht wäre.

STEFANIE:

Bis zu meiner Genesung liegt noch ein ganzer Berg vor mir

Mit psychischen Krankheiten kenne ich mich aus, auch wenn ich erst seit kurzem über meine psychischen Krankheiten Bescheid weiß. Ich hatte Glück im Unglück. Nach einer polizeilichen Durchsuchung und Anzeige musste ich zu psychologischen Gesprächen bei einem Gutachter. Dieser fand im Dialog mit mir heraus, dass ich an einer schweren traumatischen Belastungsstörung, einer schweren Depression und an einer emotional instabilen Persönlichkeitsstörung leide. Endlich hatte ich eine Bestätigung dafür, dass etwas mit mir nicht stimmte. Mein ganzes Leben lang hatte ich schon vermutet, dass irgendetwas nicht ganz passte bei mir. Nachdem ich nun weiß, was ich habe und woran ich leide, kann ich mir endlich passende Hilfe suchen. Es läuft zwar noch nicht alles wie gewollt, aber das wird schon. Denn, so ganz alleine dazustehen mit dem Wissen, dass etwas nicht stimmt, aber nicht zu wissen, was es genau ist, führt nur zu Ratlosigkeit, Unsicherheit und Einsamkeit. Und das macht einen wirklich todtraurig. Und genau diesen Teufelskreis durchbreche ich nun endlich und fühle mich auch schon ein Stückchen besser. Wobei noch ein ganzer Berg Arbeit vor mir liegt bis zu meiner Genesung, aber der Anfang ist ge-

macht und ich sage euch, es fühlt sich toll an. Also holt euch Hilfe, vor allem dann, wenn ihr ratlos seid. Denn, Hilfe zu holen und anzunehmen zeigt von sehr großer Stärke und nicht von Schwäche. Nur zu!

HARALD:

Mittlerweile bin ich schon seit einem Jahr wieder clean

Die meisten Menschen haben schon Erfahrungen mit psychischen Krisen gesammelt. So auch ich. Meine schlimmste psychische Krise wurde durch familiäre Unstimmigkeiten ausgelöst und dauert mittlerweile schon gut vier Jahre. Aber nun ist ein Ende in Sicht. Ich war damals abhängig von Benzodiazepin. Meine

Schwester hingegen ist eine totale No-Drugs-Person. Mittlerweile bin ich seit einem Jahr clean. Als ich eines Tages nach einer schlimmen Nacht mit Migräneanfällen zu meiner geliebten Nichte gefahren bin, um ihren dritten Geburtstag zu feiern, bin ich nach der Grillerei und dem Spielen mit den Kindern am Abend erschöpft auf der Liege eingeschlafen. Meine Schwester dachte im Ernst, ich schlafe wegen dieser Substanzen. Ich war weder benommen, noch würde ich dieses Zeug in die Nähe meiner geliebten Nichte mitnehmen. Am darauffolgenden Tag war ein Essen mit mir als einzigem Gast geplant, aber dieses hat

geschlagen hat. Die Zeit auf der Straße war mit Sicherheit nicht die einfachste. Ich machte mir oft Gedanken darüber, welchen Sinn das macht, aber für den letzten Schritt hatte ich einfach nicht den Mut, worüber ich heute eigentlich ganz froh bin. Der Tod meines Mannes war auch nicht so leicht zu verkraften, doch ich wusste, dass das Leben wieder weiter gehen muss und raffte mich dann irgendwie wieder auf. Ja, ich wollte kämpfen. Kämpfen dafür, dass ich wieder ein halbwegs normales Leben haben werde. Doch es kam, wie es kommen musste: der Krebs, beziehungsweise das, was dieser meinem Körper und auch mei-

für mich. Mein zweites Kind wollte mich dann auch nie wieder sehen und brach von heute auf morgen den Kontakt zu mir ab. Als hätte ich Schuld am Suizid meines Kindes. Ich brauchte lange, um über das hinwegzukommen. Heute, knapp zehn Jahre später, sehe ich das zwar noch immer so wie damals, doch ich stehe drüber. Meine Arbeit mit psychisch kranken Menschen gibt mir sehr viel zurück. Es ist nicht immer leicht. Nicht jeder Tag gleicht dem anderen, doch es macht mir einfach Spaß. Und mir ist durch meine Ausbildung noch bewusster geworden, dass man mit jedem Menschen, sei es mit Beeinträchtigung oder auch ohne, individuell umgehen muss und nicht alle gleich gut oder schlecht behandeln kann. Mir war das auch vorher schon klar, doch all das, was in den letzten Jahren und vor allem in den letzten zwölf Monaten gelernt habe, hilft mir, in Zukunft alles ein wenig anders zu sehen. Was auch immer kommen mag.

»ICH MUSSTE 28 TABLETTEN AM TAG EINNEHMEN. DARUNTER WAREN STARKE BERUHIGUNGS- UND SCHLAFMITTEL. DAVON KONNTE ICH NUN WEGKOMMEN« *BETTINA*

leider nie stattgefunden, da mich meine Schwester ab dem Zeitpunkt ferngehalten hat. Sie hat mittlerweile einen einjährigen Sohn, den ich noch nie gesehen habe. Dieses noch immer andauernde Erlebnis ist für mich die schlimmste psychische Krise, aus der ich hoffentlich bald wieder herausfinden werde. Es gibt einen Lichtblick: Meine Schwester will in nächster Zeit den Kontakt zu mir aufnehmen. Eines habe ich trotzdem gelernt: Auch wenn die Krise noch so schlimm ist und lang andauert, sollte man stark bleiben und sich nicht unterkriegen lassen.

ner Seele antat, hatte was anderes mit mir vor. Anscheinend wollte mich irgendjemand, wahrscheinlich das Schicksal, noch einmal hart auf die Probe stellen. Als ich nach und nach wieder zu einem normalen Leben zurückfand, erholte sich zumindest meine Seele auch wieder gut. Was seinen Teil dazu beitrug, war der Kontakt zur Familie und vor allem zu meinen Kindern. Ja, ich konnte sagen, dass es mir wieder gut geht. Das Leben macht wieder Sinn. Als ich dann auch noch aus dem Obdachlosenheim ausziehen konnte, schien alles perfekt. Mein neuer Freund Mandi komplettierte die Sache dann noch. Und es schien so, dass ich nun zufrieden sein sollte mit dem, was ich hatte. Aber das Schicksal kann auch unbarmherzig sein. Als ich erfuhr, dass mein Sohn nicht mehr lebt, schien für mich die Welt unterzugehen. Doch dem nicht genug, da ich ja unbedingt wissen wollte, woran er gestorben war, schien es nun ganz aus zu sein. Der Selbstmord meines Sohnes war wie ein Schlag

ANONYM:

Die meiste Zeit war geprägt von Selbstverletzungen

Als ich circa 15 Jahren alt war, fing mein Leben an, Kopf zu stehen. Das war der Zeitpunkt, als ich meine Diagnose bekam. Diese lautete: »Borderline«. So hatte ich zwar eine Diagnose, aber keinen blassen Schimmer davon, was das zu bedeuten hatte. Ab diesem Zeitpunkt war mein Leben geprägt von Alkohol-Exzessen, der Einnahme von Medikamenten und dem Aufenthalt in psychiatrischen Einrichtungen. Mein Leben war echt beschissen. Ohne starke Medikamente konnte ich gar nicht aufstehen, auf die Toilette gehen, geschweige denn den Alltag meistern. Wobei

SONJA:

Es brauchte lange, bis ich über den Tod meines Sohnes hinwegkam

In meinem Leben hatte ich schon öfter einmal eine Krise, die sich auf meine Psyche nieder-



Krisenhilfe OÖ

Hilfe in Krisen

bietet telefonische und/oder persönliche Soforthilfe in psychosozialen Krisensituationen, bei Bedarf auch eine kurzfristige Aufenthaltsmöglichkeit in einem Krisenzimmer oder Krisenhaus. Unter der Telefonnummer 0732 2177 bietet die Krisenhilfe OÖ rasche und professionelle Hilfe und Unterstützung bei psychischen Krisen – rund um die Uhr!



Krisenzimmer und Krisenhaus

Krisenzimmer bieten eine kurzfristige Aufenthaltsmöglichkeit (im Regelfall bis zu einer Woche, im Krisenhaus auch länger) in psychischen Krisensituationen. Mit Hilfe einer Rund-um-die-Uhr-Betreuung können neue Lebensperspektiven gefunden werden. Die Krisenzimmer sind rund um die Uhr erreichbar unter der Telefonnummer (+ 43 732) 71 91 00 Das Krisenhaus ist erreichbar unter (+ 43 77 17) 78 40-59

Kosten

Die Gebühr beträgt 3 Euro pro Nacht.

Foto und Text: Krisenhilfe OÖ
Weiterführende Informationen:
www.krisenhilfeoee.at

Alltag-Meistern ist zu viel gesagt, denn in einer 24-Stunden-Einrichtung hast du nicht viel Alltag zu meistern. Man bekommt dort zu essen und ist überhaupt rund um die Uhr versorgt. Ich hatte dazwischen auch mal Tage, an denen es mir besser ging, aber die meiste Zeit war geprägt von Selbstverletzungen, Aufenthalt in Krankenhäusern und den Medikamenten. Ich musste 28 Tabletten am Tag zu mir nehmen, darunter ziemlich starke Benzodiazepine. Das sind Schlaf- und Beruhigungsmittel, die die ganze Sicht auf das Leben verändern. Mittlerweile brauche ich seit sieben Jahren Gott sei Dank keine Medikamente mehr und wohne schon fünf Jahre in meiner eigenen Wohnung. Nun nehme ich alles um mich herum wieder intensiver und bewusster wahr. Psychische Krisen gibt es bei mir aber nach wie vor. Diese werden mich wohl mein Leben lang begleiten. Doch inzwischen schaffe ich das alles, ohne mich selbst zu verletzen und hoffe, dass das auch so bleiben wird.

ROBERT (KUPFERMUCKNVERKÄUFER):

Aufgrund familiärer Todesfälle leide ich psychisch sehr

Im Juli werde ich 54 Jahre alt und lebe seit neun Jahren in Österreich. Ursprünglich komme ich aus Deutschland. Meine Schwester lebt mit ihrer Familie ebenfalls in Österreich, meine drei Brüder sind in unserer Heimat geblieben. Vor drei Monaten rief mich meine Schwägerin an und teilte mir mit, dass mein Bruder Willi, der zwar schon länger krank war, plötzlich verstorben ist. Das traf mich besonders schwer, da ich mir die Reise nach Deutschland, um sein Grab zu besuchen, nicht leisten kann. Auch meine Eltern konnte ich die letzten Jahre am Friedhof nicht besuchen. Meine Schwester weinte sehr viel. Ich wollte in ihrer Gegenwart stark bleiben, aber wenn ich alleine bin, überkommen mich die Tränen. Nur ein Monat später teilte mir mein letzter noch lebender Bruder Alfred mit, dass nun auch unser ältester Bruder Franz gestorben ist. Die letzten Monate waren schwer. Ich bin gesundheitlich sowieso schon angeschlagen, doch nun leide ich auch unter nervösen Zuständen. Unter anderem zittere ich unkontrollierbar. Ich habe schon so viele liebe Menschen verloren. Zuhause zünde ich für sie alle eine Kerze an. Das Gute ist, dass ich und meine Schwester die Urne von Franz nach Österreich überstellen lassen konnten. In Deutschland wäre er in einem Armengrab be-

erdigt worden. Das hat mich sehr wütend gemacht. Das alles tut mir noch sehr im Herzen weh. Franz kann ich wenigstens am Friedhof besuchen und mich um sein Grab kümmern.

FRAU B.:

Im Alter von 20 Jahren begann das Stimmen-Hören

Ich bin 45 Jahre alt und leide seit meiner Kindheit an einer schweren psychischen Erkrankung. Diese machte sich schon früh bemerkbar. Ich war bei meinen Großeltern und lief über ein Maisfeld. Plötzlich sah ich auf einer Maisstange ein Kruzifix. Ich spürte, dass da etwas nicht in Ordnung war. Kruzifixe haben hier nichts zu tun, dachte ich mir. Das machte mir dann so große Angst, dass ich heim rannte und mich versteckte. Doch ich habe damals noch mit niemandem darüber gesprochen. Es gab dann immer wieder so seltsame Ereignisse. Einmal lag ich im Bett, als mir etwas Unsichtbares die Decke vom Körper zog. Und dann, nach meinem ersten Liebeskummer mit 20 Jahren, lag ich auch im Schlafzimmer. Da hörte ich eine Stimme meinen Namen rufen. Sie ertönte hinter mir aus der Wand und schickte einen Kuss mit. Das mit dem Stimmen-Hören wurde dann mit den Jahren immer schlimmer. Die Stimmen sagten mir zwar niemals etwas Beängstigendes, dennoch wurden sie zunehmend zu einer großen Belastung. Ich wusste, dass ich mit diesem Problem bei meiner Familie auf tote Ohren stoßen würde. So behielt ich dieses Geheimnis lange Zeit für mich. Ich besorgte mir dann im Alter von 26 Jahren Bücher über dieses Thema und habe diese mit großem Interesse gelesen. Ich fand mich dort wieder. Meine Mutter entdeckte diese Bücher dann eines Tages. Sie war schockiert und irgendwie hilflos. Dennoch half sie mir, einen Termin bei einem Psychiater zu bekommen. Sie legte ihm dann alle Bücher auf den Tisch. In einem Gespräch mit ihm meinte der Psychiater dann: »Sie haben paranoide Schizophrenie«. Ich bekam nur Tabletten, jedoch keine weitere Behandlung. Erst ein Jahr später kam ich nach einem heftigen Familienstreit in die Psychiatrie. Dort blieb ich zwei Monate. Da wurde ich dann medikamentös eingestellt. Seither nehme ich diese jeden Tag ein, trotz Nebenwirkungen. Mein Leben ist dadurch wieder lebenswerter geworden. Meinen Erscheinungen und Stimmen sehe ich nun wesentlicher gelassener entgegen. Seit circa fünf Jahren kann ich auch über meine Krankheit reden.

»Es gibt immer einen Weg«

Psychosoziale Beratungsstelle Linz von »pro mente« als erste Anlaufstelle

Die seelischen Probleme sind komplex, die Nöte der Menschen groß. Jedenfalls ist die »Psychosoziale Beratungsstelle Linz«, eine Einrichtung des Dachverbands »pro mente OÖ«, derzeit voll ausgelastet. Über die Hilfsangebote dieser Sozialeinrichtung sprechen die Team-Mitglieder Edith Schaffner, Sozialarbeiterin, und die klinische Gesundheitspsychologin Zarfina Helac.

Frau Schaffner und Frau Helac: Was tun, wenn die Seele um Hilfe ruft?

Es gibt immer einen Weg. Jedenfalls ist es unbedingt notwendig, dass sich Menschen in schwierigen Lebenslagen Hilfe holen. Man darf mit seinen Problemen nicht alleine bleiben. Bei psychischen und sozialen Problemen ist unsere Beratungsstelle für viele Hilfesuchenden aus Linz meist die erste Anlaufstelle.

Wie läuft das ab?

Zuerst rufen Hilfesuchende bei uns an. Während des Telefongesprächs erfahren wir, wo-



Mag. Zarfina Helac und Mag. (FH) Edith Schaffner von der »Psychosozialen Beratungsstelle«

rum es geht. Wenn wir helfen können, vereinbaren wir ein Gespräch, in dem wir die Menschen bezüglich ihres Anliegens beraten.

Was bieten Sie Hilfesuchenden konkret an?

Unser Angebot ist vielfältig. Vorrangig bieten wir psychosoziale Beratung, Begleitung, Sozialarbeit, Krisenintervention, Psychotherapie, Beratungen von Angehörigen oder nahestehenden Personen und auch Weiterbetreuung nach einer stationären psychiatrischen Behandlung an. Diese Angebote richten sich an Menschen ab dem 16. Lebensjahr.

Wo liegen die Grenzen Ihrer Arbeit? Welche Anfragen müssen abgelehnt werden?

Falls es spezialisierte Beratungsangebote gibt – wie Alkohol- oder Suchtberatungsstellen oder Schulden- oder Rechtsberatung – vermitteln wir zielgerichtet weiter. Bei akuten Krisen ist die Krisenhilfe OÖ unter der Nummer 0732-2177 rund um die Uhr erreichbar.

Was sind die Anliegen, mit denen Menschen Sie aufsuchen?

Die meisten fühlen sich überfordert. Viele leiden an Ängsten und Depressionen und auch an anderen psychischen Erkrankungen. Einsamkeit und Überforderungen sind aktuelle und ernstzunehmende

Themen. Für diese Menschen gibt es bei »pro mente OÖ« ein breitgefächertes Angebot.

Sind seelische Erkrankungen heutzutage noch ein Tabu-Thema oder sinkt das Stigma in der Bevölkerung?

Diesbezüglich hat sich vieles verändert. Die Vorurteile gegenüber psychisch Kranken fallen allmählich. Menschen suchen heutzutage wesentlich rascher Unterstützung. Auch bei jungen Menschen steigen der Bedarf und die Bereitschaft, Hilfe anzunehmen.

Was wünschen Sie sich von der Politik?

Mehr Dialog, Entstigmatisierung, eine finanzielle Entlastung für psychisch Kranke und auch Unterstützung bei der Integration in den Arbeitsmarkt. Menschen, die von einer psychischen Erkrankung betroffen sind, sind den Anforderungen, welche für eine ausreichende Existenzsicherung notwendig sind, oft nicht gewachsen. Ein leichter Zugang zu Hilfestellungen ist wünschenswert. *Foto und Text: dw*



Weitere Infos unter: www.erstehilfefürdieseel.at
– pro mente/austria

Kontakt: Psychosoziale Beratungsstelle Linz, Scharitzerstraße 6-8 / 4. Stock / Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr: 9-12 Uhr sowie Di, Do: 13-16 Uhr, Mail: psb.linz@promenteoee.at / Tel.: 0732 / 21 78 /

»Lieber Gott, bitte steh mir bei«

Einige Akteurinnen und Akteure der Kupfermuckn machen sich Gedanken über ihren Glauben. Mit unterschiedlichen Ergebnissen: Ebrahim hat am Tiefpunkt seines Lebens zu Gott gefunden, Ramona geht dreimal in der Woche in die Kirche. Eine junge Mutter hingegen, die ihr Kind verloren hatte, beschloss für sich, dass es keinen Gott gibt.

Beatrix: Multikonfessionell

Was den Glauben betrifft, bin ich »multikonfessionell«. Ursprünglich wurde ich evangelisch getauft. Doch im Alter von zwölf Jahren ließ ich mich auch noch katholisch taufen, weil ich gefirmt werden wollte. In meiner Heimatgemeinde gab es nämlich nur zwei evangelische Familien. Da war es für uns als Minderheit schwierig, was die Teilnahme am Religionsunterricht betraf. Da es bei uns keinen evangelischen Religionsunterricht gab, durfte ich nach der zweiten Taufe zum katholischen Religionsunterricht. So ging ich mit meiner katholischen Großmutter zu Weihnachten in die Mette und am Karfreitag mit meiner evangelischen Oma zur Auferstehungsfeier. Heutzutage finde ich in vielen Religionen gute Ansätze. Es gibt ohnehin nur einen Gott für alle. Daran glaube ich. Für mich ist jede Religion lediglich eine Philosophie und mitunter auch ein guter Ratgeber fürs Leben. *Foto: dw*



Claudia: Halt in schweren Zeiten

Ich wurde katholisch getauft, doch meine Mutter war keine praktizierende Christin. So kannte ich die Kirche nur von außen. Über meinen Vater weiß ich so gut wie nichts. Als ich mit 17 Jahren im Heim in der Spattstraße war, lernte ich einen netten protestantischen Jungen kennen. Er erzählte mir viel von seiner Religion und nahm mich mit in die Gottesdienste. Ich war damals auch bei einem Jugendclub dabei, wo schöne religiöse Lieder gesungen wurden. Das alles gab mir Halt in meiner schweren Zeit. Ich hatte zuvor noch nie in meinem Leben irgendwo einen Halt gefunden. Ich war dann so erfreut über die Glaubensgemeinschaft, dass ich bald schon konvertiert bin. Ich gehe zwar nicht in die Kirche, doch das stille Gebet praktiziere ich heute noch. *Foto: dw*



Frau S.: Den Glauben an Gott verloren

Ich wurde römisch-katholisch getauft. Meine Mutter und ich besuchten jeden Sonntag die Heilige Messe. Mutter war sehr gläubig und lehrte mich, Gott, das Leben und alles, was damit verbunden ist, zu lieben. »Gott ist der Allmächtige«, sagte sie oft zu mir. »Er lässt das Schöne und auch weniger Schöne geschehen.« Diesen Glauben machte ich mir in der Kindheit zu eigen. Doch, als ich selbst Mutter eines Sohnes wurde und Gott diesen gleich zu sich geholt hatte, verlor ich den Glauben an ihn. Es war für mich unbegreiflich, dass Gott so etwas machen konnte. Ich stand da mit einem großen Schmerz. Die Wunde ist bis heute noch nicht abgeheilt. Nur zweieinhalb Stunden durfte ich das kleine Wesen genießen, ihn lebend in meinen Armen halten. Dann hörte das kleine Herzchen auf zu schlagen. Ich beschloss für mich: Es gibt keinen Gott. Ich bin in die Drogensucht geschlittert und schon längere Zeit obdachlos. *Foto: dw*



Ebrahim: Nach dem Gebet geschah ein Wunder

Ich bin 42 Jahre alt und komme ursprünglich aus dem Iran. 2014 flüchtete ich in die Türkei und kam ein Jahr später nach Österreich. Im Iran war ich Moslem. 2014 lebte ich für kurze Zeit in Istanbul, wo ich vorübergehend Arbeit fand. Das Geld wurde mir aber nicht ausbezahlt. Dadurch kam ich in eine finanzielle Krise. In meiner Verzweiflung ging in eine Kirche und redete mit Gott. »Du kennst mein Leiden, lieber Gott. Bitte steh' mir bei.« Als ich das sagte, wurde ich plötzlich ganz ruhig. Zuvor war ich sehr nervös und musste fest weinen. Kaum hatte ich die Kirche verlassen, bekam ich einen Anruf von der Firma. Ich sollte kommen, der Chef möchte mir reden. Als ich dort war, bekam ich ein großes Paket und 1.400 Lire in die Hand. Es war wie ein Wunder, denn mit dem habe ich nicht mehr gerechnet. Der Chef meinte auch noch, ich könne bei seiner Firma bleiben. Seither glaube ich an Gott und rede täglich mit ihm. Ich gehe auch regelmäßig in die Kirche. Ein Jahr später ließ ich mich in Innsbruck taufen und bin nun überzeugter Katholik. *Foto: dw*

Leo: Immer wieder mal in der Kirche

Da meine Eltern sehr religiös sind, musste ich als Kind immer jeden Sonntag in die Kirche gehen, was mir überhaupt keinen Spaß bereitete. Denn, wer steht schon gerne freiwillig an einem Sonntag um halb sechs Uhr auf, um in die Kirche zu gehen? Doch mir blieb es nicht erspart, da es sonst wieder Hiebe statt Liebe gegeben hätte. Auch in der Schule war mir der Religionsunterricht mehr schlecht als recht. Ich ging zum Beispiel so gut wie nie beichten. Auch dem Firmunterricht blieb ich fern und traf mich stattdessen mit Freunden, um gemeinsam etwas zu unternehmen. Ich hatte nie einen guten Bezug zu Gott. Doch im zunehmenden Alter hat sich das Ganze etwas verbessert. Es ist zwar noch lange nicht so weit, dass ich jeden Sonntag in die Kirche gehe, aber zu gewissen Anlässen gehe ich schon immer wieder gerne mal in die Kirche.



Sonja: Glaube nur das, was ich sehe

Ich war noch nie ein gläubiger Mensch. Das kommt auch nicht ganz von irgendwo, denn meine Eltern zwangen mich nicht, in die Kirche zu gehen, worüber ich heute noch sehr dankbar bin. Auch mit Gebeten kann ich nichts anfangen, denn ich glaube nur das, was ich sehe. Was Begräbnisse betrifft, halte ich es wie meine Eltern und gehe hin. Als ich Taufpatin geworden bin, ist mir der Weg zum Pfarrer und natürlich in die Kirche auch nicht erspart geblieben. Wenn Freunde oder Bekannte kirchlich heiraten und mich dann auch noch einladen, werde ich natürlich hingehen. Ansonsten werde ich den Kirchen weiterhin fernbleiben. Jeder soll sein Leben so gestalten wie er will. Ich mache es so, wie es mir passt. *Foto: hz*



Johannes: In Gottes Herzen ausruhen

Ich bin katholisch. Und ich glaube an einen Gott, der uns einmal nach diesem Leben in die ewige Gemeinschaft mit ihm aufnehmen wird, darauf können wir uns sozusagen schon ein ganzes Leben lang freuen. Diese Hoffnung, diese Zuversicht trägt den gläubigen Menschen sozusagen durch dieses – manchmal wohl auch mühsame – Leben durch. Einmal können/dürfen wir dann ganz bei ihm sein, uns ganz an seinem liebenden Herzen ausruhen. Der Glaube macht mein Leben unglaublich reich, und ich bin ihm, Gott, und meiner Familie, die mich da hineingeführt hat, unendlich dankbar für dieses tolle Geschenk, diese tolle Gnade. Danke! *Foto: dw*



Ramona: Ich bete knieend zu Gott

Bisher habe ich, wenn es mir schlecht ging, immer knieend zu Gott gebetet. Dann ging es auch wieder bergauf. Doch seitdem ich aufgrund meiner Krebserkrankung eine Chemotherapie machen muss, geht es mir auch psychisch schlecht. Zum Glück ist meine zweijährige Tochter bei mir. Sie gibt mir viel Trost. Durch sie kann ich immer wieder aufstehen und weiterkämpfen. Das Gebet hilft mir dabei sehr. Ich gehe dreimal in der Woche in die Kirche. Am Sonntag sogar zweimal. Ich bin Mitglied in der Pfingstgemeinde in der Dauphinerstraße. Wir glauben an Gott, Jesus und den Heiligen Geist. Dort treffe ich auch viele rumänische Freunde. Wir sagen »Schwester und Brüder« zueinander. Auch von ihnen bekomme ich sehr viel wohlthuende Zusprache. *Foto: dw*



Offenes Ohr für die Armen

Im Gespräch mit der Obdachlosenseelsorgerin Claudia Kapeller

Ein offenes Ohr schenken, miteinander reden, Trost spenden – diese und viele andere Fähigkeiten zeichnen die neue Obdachlosen-Seelsorgerin Claudia Kapeller aus. Die gebürtige Mühlviertlerin begleitet Menschen, die in Armut leben nicht nur in ihrem Alltag, sondern oftmals auch bis zu ihrer letzten Ruhestätte.

»Nächstenliebe und Verantwortung wurde mir bereits in meiner Kindheit in die Wiege gelegt«, erzählt die neue Linzer Obdachlosenseelsorgerin Claudia Kapeller in der Kupfermuckn-Redaktion und fügt hinzu: »Ich bin wohlbehütet als jüngstes von neun Kindern im Mühlviertel aufgewachsen.«

Respektvolles Miteinander

Werte wie soziale Gerechtigkeit und ein respektvolles Miteinander wurden ihr in ihrer Herkunftsfamilie vorgelebt. All das habe ihren Lebensweg nachhaltig geprägt. Nach einer mehrjährigen Tätigkeit als Bankangestellte hat sie sich beruflich neuorientiert. Aufgrund ihres langjährigen caritativen und ehrenamtlichen Engagements wollte sie dann hauptberuflich in den Sozialbereich wechseln. Nach

der Ausbildung zur Sozialpädagogin und Pastoralassistentin ist sie letzten Herbst in die Fußstapfen ihres Vorgängers Helmut Eder getreten. Auf die Frage, welche Hilfsangebote sie im Gepäck hat, zeigt sie auf ihren Rucksack und meint mit einem fröhlichen Lächeln: »Hier ist alles drinnen, was ich für meine Arbeit benötige: unter anderem der Linzer Obdachlosenratgeber, Prospekte mit unterschiedlichen Angeboten oder auch Handzettel mit diversen Einladungen.« Und schließlich habe sie ja auch immer sich selbst mit dabei: die Person Claudia mit all ihren Stärken und Fähigkeiten.

Begleitung auch auf dem letzten Weg

Claudia gilt in der Szene mittlerweile bereits als eine wichtige Ansprechperson. Schließlich ist sie ständig draußen unterwegs, ebenso in zahlreichen Linzer Sozial-Einrichtungen. Dort trifft sie auf Menschen, denen sie ihr Ohr schenkt. »Wenn sich jemand öffnet, mir seine Lebensgeschichte anvertraut, dann bin ich immer sehr berührt«, sagt die Seelsorgerin. Menschen ein Stück ihres Weges zu begleiten, das liege ihr am Herzen. Einige begleitet sie sogar bis zu ihrem letzten Weg, nämlich bei Fürsor-



gebegräbnissen, die sie organisiert und mitgestaltet. »Menschen sollen in einem würdevollen Rahmen bestattet werden«, sagt sie. Als Angestellte der Linzer Pfarre »Heilige Familie« hat Claudia bereits weitschichtige Netzwerke geknüpft. »Ich bin ökumenisch unterwegs«, sagt sie. Dadurch könne sie ihr Ziel verfolgen, nämlich für jene Armen und Schwachen unserer Gesellschaft da zu sein, die ihre Hilfe benötigen. *Foto und Text: dw*

EIN DANK AN CLAUDIA

JOHANNES:

»Frühstück bei mir«

Nein, ich meine nicht das »Frühstück mit Stöckl« (»Frühstück bei mir«) auf dem Radiosender Ö3. Diese Stöckl-Schwester heißt ja auch Claudia. Nein, ich meine unsere (Obdachlosen-)Seelsorgerin Claudia Kapeller: Sie lädt zum Frühstück ein, einmal im Monat, an einem Samstag. Ich durfte schon einmal dabei sein, hatte schon einmal die Ehre. Es ist eine tolle Idee und eine richtig schöne Atmosphäre und es gibt alles, was man sich – auch fürs leibliche Wohl – zum Frühstück wünschen kann. Danke, liebe Claudia, dass du das eingefädelt hast und so engagiert dabei bist! Und danke auch Maria (Baumgartner, Obdachlo-

sen-Ärztin). Du bist auch nicht unbeteiligt daran, dass dieses Projekt jetzt verwirklicht wird. Danke euch allen! Vergelt's Gott!

SONJA:

Sie geht auf uns zu

Es wäre schön gewesen, wenn es damals, als ich selber noch auf der Straße und in den Not-schlafstellen gelebt habe eine Obdachlosenseelsorgerin wie Claudia Kapeller gegeben hätte. Damals hätte mir ein ermutigendes Gespräch richtig gut getan. Ab und zu gehe ich noch zur Frida (Caritas Wärmestube für Frauen, Anm.d. Red.), wo auch Claudia aktiv ist. Ich habe Claudia als sehr sympathische

und engagierte Frau kennengelernt, die sich für Menschen, die nicht gerade auf der Butterseite des Lebens gelandet sind, einsetzt. Auf ihre Art und Weise versucht sie, mit diesen Menschen in Kontakt zu treten. Mittlerweile ist sie in unseren Kreisen schon bekannt, da sie direkt auf die armen Menschen zugeht und mit ihnen das Gespräch sucht. Claudia ist aber nicht nur auf der Straße und in der Caritas Wärmestube oder im Off(n)stüberl aktiv. Wenn dann einmal wer stirbt und leider ein Fürsorgebegräbnis bekommt, weil keine Angehörigen greifbar oder vorhanden sind oder weil einfach kein Geld da ist, schaut sie, dass dieser einen würdigen Abschied bekommt. Niemand hat es verdient, alleine von dieser Welt zu gehen. Liebe Claudia, bitte mach weiter so und: »Danke für alles«.



Noch heute schwärme ich von dieser Reise

Erinnerungen an ferne Länder und abenteuerliche Urlaube wecken so manche Sehnsüchte

NADINE:

Drei Jahre lang war ich in der Dominikanischen Republik

Dadurch, dass ich leider nie ein richtiges Zuhause hatte und viel Zeit auf der Straße verbracht habe, habe ich auch sehr viel Zeit im Ausland verbracht. Am liebsten war mir der Aufenthalt in der Dominikanischen Republik. Drei Jahre lang habe ich dort gelebt, gelitten und viele Sachen über mich und die Welt gelernt. Ich war total gebrochen und hatte mit der Welt schon so zu kämpfen, dass ich mir dachte, ich trete die Flucht nach vorne an und will nur

noch weit, weit weg. Ich habe die Sprache gelernt und die Gepflogenheiten übernommen. Von da an hatte ich wirklich Freunde dort. Freunde, die füreinander da sind. Wenn in der Nachbarschaft einer kein Geld hatte, wurde für die Familie mitgekocht. Und genau das gab uns das Gefühl, dass man sicher ist und keine Angst vor einem Tag ohne Essen oder Trinken haben muss. Leider ist das etwas, was die Menschen hier nicht kennen. Ich finde es traurig, dass jeder nur für sich kämpft, obwohl es in Ländern mit totaler Armut so einen Zusammenhalt gibt, den wir hier so sehr brauchen würden. Dies ist die Art von Reichtum, die man in dieser Welt noch anstreben kann und

die es auch wert sind, danach zu streben. Ich würde mir wünschen, dass mehr Menschen solche Erfahrungen machen. Vielleicht würde uns das den ganzen Kummer erträglicher machen. Einfach nur Menschlichkeit.

BEATRIX:

Mit der I-Pension kann ich keine großen Schritte machen

Fernweh habe ich laufend. Letzte Woche war ich in Frankfurt eingeladen, jetzt ist es ein wenig besser. Am liebsten wäre ich lebens-

länglich auf Reisen. Doch mit meiner I-Pension kann ich keine großen Schritte machen. Ich halte mich gerne an Bahnhöfen auf, weil da immer ein Kommen und Gehen ist. Da packt mich immer die Reiselust. Vor allem der Züricher Bahnhof hat es mir angetan – der ist wunderschön, sehr historisch. Früher habe ich dort gearbeitet, wo andere Urlaub machen. Kost und Quartier bekam ich gratis und an den freien Tagen habe ich mir die schönen Gegenden angeschaut. Ich war in der Schweiz am Murtensee und in Sargans, in Norwegen in Molde, auf Gran Canaria, in Bayern, in Italien und in Kitzbühel. Dort war ich in der Gastronomie und Hotellerie tätig. Nur in Italien war ich KassiererIn bei einer Dinosaurier-Ausstellung. Jedes Land hatte seine eigenen speziellen Reize. Als arbeitende Österreicherin war ich überall gerne gesehen. Nachdem ich ein wenig Geld zusammengespart hatte, kaufte ich mir ein Sparschienen-Ticket, setzte mich in Züge und übernachtete in billigen Jugendherbergen. Das Klimaticket kann ich mir leider nicht leisten, jedoch die Vorteilskarte. Damit werde ich in Zukunft die eine oder andere Zugfahrt in die Ferne machen.



MANFRED S.:

Trotz Überraschungen möchte ich wieder nach Saudi-Arabien

Mein Traum: Noch einmal in meinem Leben in Saudi-Arabien sein zu dürfen. In meinen jüngeren Jahren habe ich sechs Monate in Saudi-Arabien beim Bau der Autobahn von Dhahran am Persischen Golf durch das Land nach Mekka am Roten Meer als LKW- und Baumaschinen-Mechaniker gearbeitet. An einem freien Tag bin ich dann in der Nähe von Al Ghat, einer kleinen Stadt im Landes-Innenen, auf einen der Tafelberge über einen abenteuerlichen Weg hinaufgefahren. Oben auf dem Plateau bin ich ausgestiegen und war völlig erstaunt über die große Menge an natürlichen Achaten, die da massenhaft verstreut verteilt herumlagen. Kilometerweit keine Menschenseele. Ich habe überlegt, was diese Dinger wohl wert sein würden. Aber, da man im Land keine Objekte fotografieren darf – der Jausenspeck wird einem bei der Einreise vom Zoll in den Mistkübel geschmissen – habe ich den Gedanken verworfen, mir einige dieser großen, naturbelassenen Achate mitzunehmen. Hätte ich einen mitgenommen, wäre ich wohl hart bestraft worden. Man sollte sich an die Regeln halten, damit man wieder heil nach Hause kommt. Die Firma hatte dann plötzlich finanziellen Schwierigkeiten. Als das ans Tageslicht kam, verließen alle das Verwaltungsbüro am Camp. Ich fuhr

mit einem Jeep mit. Hinter mir saßen zwei von der Polizei. Beide hatten ein Gewehr dabei. Vorne, am Beifahrersitz, saß ein schon etwas älterer Herr vom Gericht mit Durban und langem Bart. Wir fuhren zur Baustelle, wo eine Brücke gebaut wurde. Dort arbeitete Erich, der schon Jahre bei dieser Firma war und sich besser auskannte als ich. Sie lie-

MARIA:

Meine Sehnsucht wird wohl nie gestillt werden

Es ist ungefähr zwölf Jahre her, als ich ein großes Verlangen verspürte, unbedingt einmal mit einem Flugzeug zu fliegen. Ich fand ein

»WIR MACHTEN DANN VOM SOZIALVEREIN B37 AUS IMMER WIEDER EINEN URLAUB NACH ITALIEN. DAS WAREN JEDESMAL ECHTE HÖHEPUNKTE IM LEBEN.« SONJA

ßen mich dann aussteigen. Erich nahmen sie aber mit. Also direkt wohlgeföhlt habe ich mich bei dieser Aktion nicht. Aber löste sich dann alles im Guten auf. Als ausländischer Arbeiter kann man sich in so einem Land keinen Tag sicher sein. Am ersten Tag muss übrigens jeder seinen Pass abgeben. Man kam nur dann aus dem Land wieder heraus, wenn die Gesetzgeber oder die Firma das Einverständnis dazu gegeben hatten. Trotz all dieser üblen Überraschungen, die dieses Land in sich birgt –oder eben gerade wegen dieser Überraschungen – möchte ich irgendwann einmal die 1.200 Kilometer durch das Land von Dhahran nach Mekka fahren. Vielleicht mache ich ja doch noch einen Lottosechser. Dann kann es wieder losgehen Richtung Saudi-Arabien.

günstiges Angebot: Hin- und Rückflug von Wien nach Ankara um nur 179 Euro. Damals konnte ich mit meinem Arbeitslosengeld keine großen Sprünge machen, doch ich habe jeden Cent für diesen Flug auf die Seite gelegt, bis ich mir diesen leisten konnte. Der Start und die Landung waren faszinierend. Vor allem der Blick von oben hinab auf die Wiesen und Felder. Einfach einzigartig. In Ankara blieb die Reisegruppe für eine Nacht in einem billigen Hotel. Am nächsten Tag machten wir mit einem Reisebus eine dreitägige Rundreise durch Kappadokien. Es war wunderschön – die Märkte, die Sehenswürdigkeiten, das Essen, ich fühlte mich wie im Paradies. Jeder von der Reisegruppe konnte außerhalb des Programms machen, was er wollte. Am dritten Tag bot man uns eine Ballonfahrt an. Zum Glück habe ich da nicht mitgemacht, denn



Zelten im Gebirge: Symbolfoto: Freepik.com, Fotos S.12 und 13: Sonja im Urlaub und Manfred (Kupfermuckn-Archiv)

beide Ballons stießen in der Luft zusammen und stürzten ab. Was genau passierte, davon haben wir nichts erfahren, da auch alle anderen dieses Angebot Gottseidank nicht angenommen hatten. Noch heute schwärme ich von dieser Reise. Ein zweites Mal in meinem Leben konnte ich mir so eine Reise nicht mehr leisten. Mit meinen 64 Jahren werde ich wohl keine weiten Sprünge mehr machen. Die Sehnsucht nach der Ferne wird wohl nicht mehr gestillt werden.

SONJA:

Wie schön wären nun: Sonne, Strand und Meer

Ich sitze hier in Linz. Das Wetter lädt nicht gerade ein, nach draußen zu gehen. Und im Fernseher kommt eine Dokumentation über ein fernes Land, wo es so richtig schön und warm ist. Sommer, Sonne, Strand und Meer. Ach, wie schön wäre das jetzt, wenn ich auch dort sein könnte. Den Alltag hinter mir zu lassen und einfach nur am Sandstrand liegen und einen Cocktail genießen. Ja, da ist es wieder, das Fernweh. Heimweh kannte ich übrigens noch nie. Nun gut, vielleicht mit Anfang zwanzig, als ich auf der Straße gelandet bin. Aber danach war das nie wieder ein Thema für mich. Schon in der Kindheit war ich viel unterwegs. Unvergesslich waren die LKW-Fahrten mit Papa. Das war schon ein Ding. Er fuhr durch halb Europa. Da habe ich viel gesehen und auch erlebt. Und es war schon von Anfang an klar: Nach Hause-Kommen ging da nicht mal eben schnell. Und dann war ich in den Ferien immer bei Oma. Ich durfte bei ihr bleiben. Da kamen mir die Ferien immer zu kurz vor. Als

ich dann vom Sozialverein B37 betreut wurde, durfte ich mit zum Klienten-Urlaub nach Italien. Das waren echte Höhepunkte im Leben. Immerhin konnte ich das Gefühl erleben, wie es ist, wenn man in einer schönen südlichen

»VATER BAUTE FÜR UNS DAS VIER-MANN-ZELT AUF. IN WARMEN SCHLAFSÄCKEN HINEINGEKUSCHELT SCHLIEFEN WIR NEBEN DEM GEBIRGSBACH EIN.« CHRISTIAN

Gegend wohnt. Ich bin immer gerne gereist. Diese Reisen kosteten nichts. Für andere Ausflüge fehlte mir immer das nötige Kleingeld. So kam ich alleine niemals über die Grenzen Österreichs. Wenn ich mir heute Fotos von meinen Urlauben ansehe, hoffe ich, dass es sich irgendwann wieder einmal ausgeht, weit weg zu fahren und für einige Momente die Sorgen und Ängste zu Hause zu lassen.

CHRISTIAN:

In Rauris auf der Suche nach Mineralien und Gold-Nuggets

Als mein Vater noch lebte, sind wir in den Sommermonaten öfters nach Rauris gefahren. Für uns kam dieser Ausflug einer Fernreise gleich, da diese länger dauerte als manche Urlaubsreise mit einem Flugzeug. Leider waren meine Eltern damals noch nicht in Besitz eines Autos. Wir fuhren also die lange Strecke mit Mopeds. Mein Vater war in Besitz eines braunen Pony-Zweisitzers und meine Mutter hatte eine hellblaue Vespa. Ich fuhr immer mit meinem Vater mit, mein etwas jüngerer Bruder mit meiner Mutter. Mit den Mopeds waren

wir mehrere Stunden unterwegs, was eine ziemliche Herausforderung war, denn immerhin mussten wir über zweihundert Kilometer zurücklegen. Doch die Reise lohnte sich in jeder Hinsicht. In Rauris war es wunderschön. Die Landschaft war unbeschreiblich. Rundherum nur Natur pur. In Rauris hatten wir dann ein großes Ziel. Wir wollten Mineralien wie Bergkristalle oder Amethysten finden und auch Goldnuggets, die im Gebirgsbach versteckt waren. Ich war damals zwölf und mein kleiner Bruder fast elf Jahre alt. Wir waren sehr begeistert. Für die Nacht waren wir auch gerüstet. Gemeinsam bauten wir mit unserem Vater unser großes Vier-Mann-Zelt auf. Wir zelteten in der Wildnis neben einem kleinen Bach. In unserem Gepäck hatten wir auch einen Bunsen-Brenner, um uns ein warmes Gulasch oder gefüllte Paprika zu machen. An den Abenden saßen wir am Lagerfeuer, machten uns Folien-Kartoffeln und hörten dem Bach-Rauschen zu. Und nebenher erzählte uns unsere Mutter Geschichten aus ihrem Leben. In den warmen Schlafsack hineingekuschelt, schliefen wir schnell ein. Am Morgen wuschen wir uns am kalten Gebirgswasser und gingen dann los zu einer Almhütte, wo es ein

gutes Frühstück gab. Gestärkt gingen wir weiter, um Mineralien zu suchen. Mit Erfolg! Wir stiegen über Schneefelder und kleine Schluchten. Es war sehr abenteuerlich und spannend. Dort fanden wir wunderschöne Bergkristalle. Am nächsten Tag suchten wir dann nach Gold im Bach. Mein Vater hatte hierfür die notwendige Ausrüstung. Er gab mir dann eine Goldwaschpfanne und zeigte mir, wie man die Schüssel schwenkt, damit man etwas finden kann. Natürlich habe ich Gold gefunden. Ein kleines Nugget. Es war jedoch eines, welches mir mein Vater zuvor heimlich in die Schüssel gelegt hatte. Das wusste ich zu diesem Zeitpunkt nicht und so habe ich mich sehr über den Fund gefreut. Die Heimreise mit den Mopeds war immer eine Qual. Die Funde kamen in die beiden Vitrinen im Wohnzimmer. Zu den Mineralien wie Hämatit, Türkis, Amethyst, Lapislazuli, Tigerauge und den verschiedenen Fossilien. Auch scharfe, harte Mineralien wie Obsidian und drei Diamanten hatten wir Zuhause. Ich fühlte mich reich. Das war schön. Die weiteren Ausflüge machten wir dann mit dem Auto, nachdem meine Mutter – sehr spät, aber doch – den Führerschein gemacht hatte.

Mit den Öffis unterwegs in Linz

Günstige Tickets für Einkommensschwache

In Linz hat sich der Aktivpass für Einkommensschwache schon längst bewährt. Menschen, die sich kein eigenes Auto leisten können, sind froh um diese Billig-Ticket-Variante. Einige von ihnen benutzen die Öffis zusätzlich als umwelt-schonende Transportmittel. »Ich bin nur zu Fuß oder mit den Öffis unterwegs, um CO₂-Emissionen zu reduzieren«, sagt der überzeugte Umweltschützer und Kupfermuckn-Verkäufer Anton. »Das bin ich der Umwelt schuldig.« Kupfermuckn-Redakteur Leo hat zu Weihnachten ein Klimaticket geschenkt bekommen. Da er immer schon gerne mit dem Zug unterwegs war, hat er große Freude damit. Und Bettina hat sich das österreichweite Klimaticket gekauft. Dank der Ermäßigung durch ihren Behindertenpass war dieses leistbar. Nun kann sie regelmäßig zu ihrer Familie nach Wien fahren. Zwei Gruppen der Kupfermuckn wollten es genauer wissen und fuhren mit den Öffis durch Linz. Eine Gruppe kam bis zum Pöstlingberg, die andere war Richtung Einkaufszentrum »Plus City« unterwegs. *Text: de, dw, Fotos: hz, de*



Dank des Aktivpasses kann Claudia viel günstiger mit den Öffis fahren. Das Monatsticket kostet nur 15,10 Euro.



Warum nimmt der Automat am Taubenmarkt denn keine Scheine?



»Bitte einsteigen, Bim fährt ab!«
Und der Walter fährt gleich mit.



Mit der Pöstlingbergbahn fahre ich jetzt zur Grottenbahn. Das wird ein Spaß!



Ich fahre auch mit den Öffis, um die Umwelt zu schonen. Mein ökologischer Fußabdruck ist für mich sehr wichtig, weil ich die Welt für nachkommende Generationen erhalten will.



Wenn ich den Aktivpass nicht hätte, dann würde ich viel mehr für die Öffis zahlen müssen.

Wenn man mit der Straßenbahn nach Traun fährt, muss man gut aufpassen. Von der Trauner Kreuzung bis zum Schloss Traun muss man nämlich noch einmal extra zahlen.



Zum Glück haben wir alle einen Fahrschein. Schwarzfahren kostet mindestens 55 Euro und man riskiert eine polizeiliche Anzeige.



Man ist schon eine Weile unterwegs, wenn man vom Linzer Zentrum nach Traun fährt. Da haben wir uns eine Stärkung im »Spinnerei Café-Bistro« verdient.



Die Fahrt mit der Pöstlingbergbahn erzeugt zusätzliche Kosten, weil das Angebot nicht im Monats-ticket enthalten ist.



Nicht überall gibt es so praktisch verbaute Mülleimer wie an der Haltestelle des Schlosses Traun. Da wird einem das Müllentsorgen leicht gemacht.



Für ältere Menschen sind solche Selbstbedienungs-Automaten oft eine große Herausforderung. Für Johannes ist das natürlich kein Problem, weil er sich regelmäßig ein Ticket kauft und sich deshalb gut auskennt.



Der Würstlstand ist mein zweites Zuhause

Trotz 16-jähriger Alkoholabstinenz ist Hans noch oft beim Schillerpark anzutreffen

Hans bewegtes Leben verschlug ihn vom Mühlviertel nach Linz. Wenn man sich mit ihm unterhält, ahnt man nicht, welche Geschichte er hinter sich hat. Er wirkt gefestigt, reflektiert und zufrieden. Das war aber nicht immer so – früher hat er sich täglich am Würstlstand einen hinter die Binde gekippt.

Aufgewachsen bin ich im Mühlviertel in St. Martin am Mühlkreis. Ich hatte fünf Geschwister,

wobei zwei davon leider schon gestorben sind. Zu meiner taubstummen Schwester habe ich nach wie vor Kontakt. Sie lebt mit ihrer Familie im Mühlviertel und ich besuche sie öfter. Mein Bruder Manfred lebt in einem Heim in Gmunden, wo wir ihn auch regelmäßig besuchen. Und dann ist da noch mein Bruder Charlie, den es wie mich nach Linz verschlagen hat. Nach der Schule habe ich zwei Jahre Maler gelernt, habe die Lehre aber dann

abgebrochen und mich mit Hilfsarbeiten auf Baustellen durchgeschlagen. Auch in einem Steinbruch habe ich längere Zeit gearbeitet.

Nach 14 Jahren Ehe trennte sich meine Frau von mir

Dann habe ich meine Frau kennen gelernt und habe zwei wunderbare Söhne mit ihr bekommen. Sie war eine Arbeitskollegin von meiner Schwester, die sie öfter

mit zu uns nach Hause genommen hat. Da haben wir uns kennen und lieben gelernt. Nach meiner abgebrochenen Maler-Lehre im Alter von 17,5 Jahren habe ich das erste Mal Alkohol getrunken. Der Konsum steigerte sich immer mehr und schließlich führte mein Alkoholiker-Dasein nach 14 Jahren Beziehung zur Trennung. Noch heute würde ich gerne zurück zu ihr, aber nachdem, was sie alles mit mir mitgemacht hat, will sie mich nicht mehr. Dafür

haben wir heutzutage aber eine gut funktionierende Freundschaft. Ich hatte zwar noch mehrere Jobs auf Baustellen, aber mein Leben lief langsam den Bach hinunter. Zudem hat sich mein Vater leider an seinem 55. Geburtstag am Baum neben dem Holzschuppen das Leben genommen. Als er länger von der Geburtstagsfeier fernblieb, schaute mein Bruder Manfred nach ihm und fand ihn am Baum hängend. Es war bereits zu spät, wir konnten ihn nur noch befreien, aber sein Leben nicht mehr retten. Er hat nicht einmal einen Abschiedsbrief hinterlassen. Aber was soll man machen?

Dann hat es mich nach Linz verschlagen

Das war dann der Moment, wo wir alle aus dem gemieteten Haus ausgezogen sind und uns eigene Bleiben gesucht haben. Ich in Linz. Beim Würstlstandl habe ich wieder eine Frau kennengelernt, die mich zu ihr nach Kematen aufgenommen hat, obwohl ich zu dieser Zeit nicht einmal eine feste Bleibe hatte. Ich habe mich in den Parks herumgetrieben und irgendwo geschlafen. Mit dieser Frau habe ich dann noch eine Tochter bekommen. Aber auch diese Beziehung war nicht für die Ewigkeit bestimmt, weil auch ihr mein Alkohol-Konsum zu heftig wurde. Nach 15 Jahren trennte sie sich von mir. Ich war einfach ein Lebemensch, der sich gerne mit seinen Kollegen und Bekannten einen hinter die Binde gekippt hat. An sich hatte ich keine Probleme, die ich ertränken musste. Nur der Alkohol selbst war das Problem. Im Rauschzustand hatte ich auch oft Raufereien, deren Konsequenz mehrmals Gefängnis war. Wenn ich nüchtern war, kam ich nie auf die Idee, jemanden zu attackieren. Aber im Rausch war mir alles egal. Da schaltete bei mir das Gehirn aus. Obwohl ich in viele Schlägereien verwickelt war, zeigte ich nie jemanden an, von dem ich verprügelt worden

war. Meine Gegenüber waren da nicht immer so kulant und brachten meine Angriffe schon zur Anzeige. Sogar drei Polizisten habe ich einmal verprügelt, weil sie mich vom Würstlstandl entfernen wollten. Gegen die Spezialeinheit der COBRA hatte ich dann aber keinen Auftrag. Mein längster

»ICH WAR EIN ZWEITES MAL VERHEIRATET, OHNE MICH DARAN ZU ERINNERN. ABER ES GIBT EIN HOCHZEITSFOTO UND EINE HEIRATSURKUNDE.«

Aufenthalt war für 19 Monate in Asten. Heutzutage bin ich froh, dass ich mit der Polizei und Justiz nichts mehr am Hut habe. Mit den meisten Beamten verstehe ich mich mittlerweile sogar gut und kann mich normal mit ihnen unterhalten. Ich glaube, sie sind auch froh über meine Entwicklung, weil sie mich von früher noch anders kennen. Gibt es jetzt irgendwelchen Stunk, dann verziehe ich mich sofort. Ich will da nicht mehr dabei sein. Ich habe zwei Frauen aufgrund meines Alkoholkonsums verloren und durfte mehrmals hinter schwedischen Gardinen sitzen. Das hat mich zum Nachdenken angeregt. Wenn ich heute zurückdenke, dann überkommt es mich manchmal, wie dumm ich damals gewesen bin.

Wir haben zu dritt in der Schachfigurenkiste geschlafen

Meine Kollegen und ich haben früher jeden Tag bei der alten Milchhalle in der Blumau gesoffen. Dort waren zwei große Schachbretter, ähnlich wie im Volksgarten. Teilweise haben wir den Rotwein direkt aus der Zweiliter-Flasche getrunken oder haben ihn uns mit Cola zu einem »Fetzi« gemischt. Eines Tages lernte ich dort eine sympathische Frau kennen. Sie hat zwar nichts getrunken, hat sich aber trotzdem mit uns »Rauschkugeln« abgegeben. Als es dann Abend wurde,

machten wir es uns gemeinsam mit meinem Bruder Manfred in der Kiste gemütlich, in der normalerweise die Schachfiguren aufbewahrt wurden. Zu dritt war es zwar etwas eng, aber irgendwie ging es. Als ich morgens aus meinem Delirium erwachte, hörte ich bereits Stimmen. Ich öffnete

den Deckel nur ein klein wenig, um durch den Spalt schauen zu können, woher die Stimmen kamen. Es handelte sich um Schachspieler. Mir war bis dahin nicht bewusst, dass es schon so spät war. Also sind wir alle drei schnell aus der Kiste geklettert und haben uns aus dem Staub gemacht.

Keine Erinnerung an meine zweite Hochzeit

Wir hatten auch wirklich schöne Tage damals, an denen wir nicht gestritten, sondern nur gesoffen haben. Ich habe dann immer zu singen oder jodeln begonnen, wenn ich gut drauf war. Eine ganz schräge Geschichte habe ich auch noch auf Lager: Ich war ein zweites Mal verheiratet, ohne mich daran zu erinnern. Eines Tages kam eine Frau mit dem Rollator beim Würstlstandl auf mich zu und fragte mich, ob ich sie denn nicht mehr kennen würde. Ich sagte ihr, dass sie mir nicht bekannt sei, worauf sie entgegnete: »Das gibt es nicht, du warst sogar mit mir verheiratet!« Ich glaubte ihr kein Wort, bis sie mir ein Hochzeitsfoto von uns am Standesamt und die Heiratsurkunde zeigte. Sie hatte früher bei meinem Stamm-Würstlstand gearbeitet, wo ich sie auch kennen gelernt habe. Kurze Zeit später haben wir uns offensichtlich wieder scheiden lassen. Alleine anhand dieses Umstands lässt sich schon abschätzen, dass ich damals wirk-

lich nicht zu wenig Alkohol getrunken habe. Ich weiß ja nicht einmal noch, wie ich zum Standesamt gekommen bin. Und von der Scheidung habe ich auch keine Ahnung mehr. Unglaublich! Als ich dann vor etwa 16 Jahren meinen ersten epileptischen Anfall hatte, habe ich mit dem Trinken aufgehört. Im Krankenhaus haben sie mir gesagt, dass der Anfall vom übermäßigen Alkoholkonsum komme. Und dass ein solcher jederzeit wieder auftreten könne, wenn ich nicht mit dem Trinken aufhören würde. Ich machte mir dann Gedanken, was passieren würde, wenn ich in diesem Moment alleine wäre. Dann hätte ich auch ersticken können. Der Arzt hat mir damals so ins Gewissen geredet, dass ich seitdem keinen Tropfen mehr angerührt habe und das auch nicht mehr tun werde. Auch wenn ich seither ein paar Tabletten nehmen muss, geht es mir gesundheitlich ganz gut. Aufgrund der Epilepsie habe ich auch meine unbefristete Invaliditätspension erhalten, von der ich bis heute lebe. Mit einer meiner Ex-Partnerinnen habe ich zwar kaum noch Kontakt, dafür wohnt mein Sohn nicht weit von mir entfernt. Er hat mir mittlerweile eine Enkelin geschenkt. Ich gehe voll in meiner Rolle auf, weil ich auf Kinder stehe. Der Kontakt zu meinen Kindern ist mir das Wichtigste.

Mir fehlt nur noch eine passende Frau

Die Beziehungen habe ich mit meinen Fehlern scheitern lassen, was aber nicht heißt, dass man nicht im Guten auseinandergehen kann. Im Rausch habe ich nie viel nachgedacht, sondern habe mich einfach treiben lassen. Das soll mir nie wieder passieren! Mein Dach über dem Kopf gebe ich nicht mehr her. Was ich mir für die Zukunft wirklich wünsche, wäre wieder eine liebevolle Beziehung zu einer Frau. Hoffentlich findet sich noch eine für mich. *Foto und Text: de*

Zuerst im ARGE-Garten und dann weit wandern

Johannes von der Kupfermuckn freut sich über die bevorstehende »grüne« Zeit



Mir steht bis in den Sommer hinein eine spannende Zeit bevor: Derzeit ist noch das »Garteln« angesagt, genauer gesagt: »Garteln am Freinberg« und danach möchte ich weit wandern.

Zuerst zum Garteln: Bei diesem Projekt der Initiative »Morgentau« in der Nähe des weit-hin sichtbaren riesigen Sendemasts, wurde ein Feld teilweise schon bestellt und – in einzelnen Parzellen unterteilt – etlichen Personen und Vereinen zur weiteren Betreuung und Bepflanzung zur Verfügung gestellt.

ARGE Garten am Freinberg

Eine davon haben jetzt wir vom Verein »ARGE für Obdachlose« übernommen. Und da war eben jetzt der erste Aussaat- bzw. Aussatz-Tag. Isabella von der ARGE WIEWO war dabei sowie Hans und ich. Wir haben erste (vorgezogene) Salat-, Kohl-, Kohlrabi-Pflänzchen aus- sowie etliche (Mini-)Steckzwiebeln eingesetzt. Kartoffeln, Karotten und Rüben hat der Bauer schon zuvor gepflanzt. Da hat er uns dankenswerterweise schon einiges an Arbeit abgenommen. Nach dem ärgsten Frost, den »Eismännern«, konnten wir dann noch die restlichen Samen aussäen. Wir freuen

uns schon auf den Herbst auf eine gute Ernte, Garteln ist auch eine Möglichkeit, günstig oder gratis zu Lebensmitteln zu kommen, auch wenn man wenig Geld hat. Außerdem ist die Bewegung im Freien, an der frischen Luft, auf jeden Fall gesund. Und man tut selber et-

»DUMME RENNEN, ANDERE WARTEN; WEISE GEHEN IN DEN GARTEN« – DIE BEWEGUNG IM FREIEN, AN DER FRISCHEN LUFT IST JEDENFALLS GESUND.«

was dazu und hat nachher ein Erfolgserlebnis. Wie heißt es so schön: »Dumme rennen, andere warten; Weise gehen in den Garten.«

.. und dann »packt es mich in meinem Reiseschuh«

Und nach dem Garteln werde ich wandern gehen. »Mich packt's in meinem Reiseschuh, fort mit der Zeit zu wandern« – so heißt es in einem netten alten Wander-Lied. So geht's mir ehrlich gesagt auch, jetzt, wo die Tage länger werden. Der Sommer kommt und damit – un-aufhaltsam – nicht nur die Zeit für den Garten, sondern auch die Zeit zum Wandern, zum Pilgern. Ich bin schon lange (nicht erst seit 2019,

dem Jahr meines großen Jakobsweges von Linz nach Santiago) von dem einschlägigen Virus infiziert. Die Pilgerzeit, wirft seinen Schatten voraus, die Sehnsucht beginnt in meinem Herzen stärker zu werden, und dann kommt sie, die Zeit, wo ich Wanderschuhe und Ruck- und Schlafsack schnappe und aufbreche, mit frohem, mit von Sehnsucht und Neugierde brennendem Herzen: Im Sommer, wo mir heuer wieder mehr Zeit zur Verfügung steht, habe ich vor, wieder einen längeren Jakobsweg zu machen, und zwar bis Berlin. Man wird vielleicht einwerfen wollen: Hoppala! Du gehst nach Berlin, das ist doch nicht der Jakobsweg, der geht doch nach Santiago, in die andere Richtung, nach Spanien! Ja, stimmt natürlich: Der direkte Weg geht nicht über Berlin, das ist ein gewaltiger Umweg. Doch darf ich zu meiner Verteidigung sagen: Erstens: Ich liebe Deutschland, und ich habe ver-

schiedene Ziele auf meinem Weg, die ich gerne besuchen möchte, verschiedene »Wallfahrts-Orte«. Außerdem war ich noch nie in Berlin und brenne darauf, diese große Stadt einmal kennen zu lernen. Und zweitens: Ich habe dann auch in den kommenden Jahren vor, den Weg weiter von Berlin über Vezelay (in Burgund) nach Santiago zu gehen. So gesehen bleibt mein Ziel sowieso weiterhin Santiago. Außerdem gibt es auch das alte Pilger-Wort: »Der Weg ist das Ziel.« – da wird dann das geographische Routen-Ziel (Santiago de Compostela oder Rom oder Jerusalem etc.) ziemlich relativiert. In diesem Sinne rufe ich mir selber jetzt schon zu: »Buen camino!« und »Ultreya!« *Johannes, Foto: Morgentau*

Rätselecke – Sudoku

Die Grundfläche besteht aus 9 mal 9 Zellen. Mehr oder weniger gleichmäßig verteilt befinden sich dort bereits 2 bis 5 Ziffern. Je mehr Ziffern vorgegeben sind, desto einfacher fällt die Lösung. Alle leeren Zellen sollen so aufgefüllt werden, dass jede Ziffer in einer Spalte (senkrecht), in einer Zeile (waagrecht) und in einem Block (3 mal 3 Zellen) nur einmal vorkommt. Die Rätsel wurden uns gratis von Dr. Bertran Steinsky zur Verfügung gestellt.

8	2			9			5	7
	5		6		2		4	
	9			8			6	
			9	5	4			
	4	9	7		8	5	3	
			2	1	3			
	6			7			2	
	1		3		9		7	
5	3			2			9	8

	4						7	
7			2		5			6
			4	8	7			
		6				5		
	2			9			4	
		9				1		
			8	5	9			
8			1		6			4
	9						3	

Auflösung auf Seite 22

So wohne ich

Andreas in Linz



DÜK – Dach überm Kopf

Seit Ende Februar 2023 bewohne ich mein eigenes, kleines Häuschen in Hafennähe. Die Initiative ging von Martin Lumetzberger aus, der sich sowohl in der Linzer Kolping-Familie engagiert als auch in der HTL 1 für Bau und Design tätig war. Vermittelt wurde es mir dann über die Obdachlosen-Streetworker des Sozialvereins B37. Nachdem ich den Schenkungsvertrag unterschrieben hatte, gehörte es mir. Es gibt ein paar Regeln, an die ich mich halten muss: Ich darf es nicht vermieten oder verkaufen, muss alles rundherum sauber halten, darf kein Alkohol- oder Drogenproblem haben und bin selbst für die Instandhaltung zuständig. Alles kein Problem für mich. Es ist ein zwei mal zwei Meter großer, versperrbarer Witterungsschutz aus Holz mit einer acht Zentimeter Wärmedämmung. Ausgestattet ist es mit einer Klappbank, einer kleinen Abstellfläche, einem Feuerlöscher und einem Erste-Hilfe-Paket. Ich habe weder Strom noch Wasser. Aber ich lade meine Akkus untertags in diversen Einrichtungen auf und kann meine Glühbirne am Abend damit betreiben. Mein Tablet nutze ich als Fernseher. Die großen Vorteile sind, dass ich nicht mehr alles mitschleppen muss, weil ich es in meinem DÜK lassen kann und jederzeit schlafen gehen kann. Früher musste ich immer bis etwa 21 Uhr warten, damit ich mich ungestört bei irgendwelchen Geschäften oder in Tiefgaragen niederlegen konnte. Jetzt geht es bergauf und ich spare für meine eigene Wohnung. Dabei hilft mir auch eine Anstellung, über die ich in sechs Monaten wieder arbeitslosenversichert bin. Eine tolle Sache! Ein herzliches Dankeschön all jenen, die mir dieses DÜK zur Verfügung gestellt haben. Mehr Informationen zum DÜK gibt es unter: www.kolpinglinz.at. Foto und Aufzeichnung: de



**MACGYVER
FÜR ARME**

Ein Trolley vom Müll

Vor ungefähr fünf Jahren habe ich mir einen Trolley gebaut, damit ich meinen Körper etwas schonen kann, wenn ich schwere Sachen transportieren muss. Das Gestell dafür habe ich bei den Mistkübeln am Bindermichl gefunden. Es handelt sich dabei um einen alten Kinderwagen, den ich etwas verschmälert und adaptiert habe, damit er meinen Bedürfnissen entspricht. Egal ob ich einkaufen gehe oder sonstige schwere Lasten zu tragen habe – er hat mir schon treue Dienste geleistet. Wenn ich einen Rucksack nehmen würde, bekäme ich sofort wieder Probleme mit meinen Bandscheibenvorfällen. Ein paar »specials« habe ich dann auch noch installiert. So habe ich zum Beispiel eine Regenschirmhalterung oder auch eine Halterung für den Verkauf der Kupfermuckn gebastelt. Zudem habe ich mir eine Klingel angebracht. Weil ich ein sehr geschickter Bastler bin, der so einfache Lösungen wie möglich sucht, wurde ich auch vom Of(f)'n-Stüberl engagiert. Die Mitarbeitenden holen regelmäßig Lebensmittel vom Südbahnhofmarkt oder Brot vom Bäcker und wollten eine einfachere Transportmethode haben. Dafür habe ich ein anderes Gestell beim Müll gefunden, das ich so umgebaut habe, dass man die Lebensmittel holen kann, ohne etwas davon auf dem Weg zu verlieren. Das Waagerl ist nämlich schief und wenn man es dann mit der Beladung kippt, sind die Lebensmittelkisten in der Waage. So kann nichts herausfallen. Frei nach dem Motto: »Schief und schief ist wieder gerade.« *Text aufgezeichnet: de*



Ein einzigartiger Trolley fürs Of(f)'n-Stüberl, hergestellt von unserem geschickten Bastler »MacGyver«. Foto: dw

**SAVE
THE
DATE**



Festveranstaltung »40 Jahre ARGE für Obdachlose« MENSCHENRECHTE – MENSCHENWÜRDE

Donnerstag, 28. September 2023

17.00 Uhr Vorprogramm: Lokalausgleich Bischofstraße

18.00 Uhr Festveranstaltung im Central Linz, Landstraße 36

- ▶ **Präsentation: 40 Jahre Arge für Obdachlose – Solidarität mit wohnungslosen Menschen**
- ▶ **Arge Theater** Szene aus dem Stück »Warm – Satt – Sauber«
- ▶ **Grußworte Bürgermeister Klaus Luger und Soziallandesrat Wolfgang Hattmansdorfer**
- ▶ **Präsentation »geschichtsträchtige Bischofstraße«** (mit historischen Filmausschnitten)
Tarek Leitner, Moderator und Autor
- ▶ **Charlotte Herman**, Präsidentin der israelitischen Kultusgemeinde

Musik: Kohelet 3 (jiddische und osteuropäische Musik)

Danach gemütliches Zusammensein mit Essen und Trinken

**OBDACHLOSE BRAUCHEN
KEIN MITLEID ...**

... SONDERN HILFE!
Solidarität die ins AUGE sticht.

Alternative, Grüne und Unabhängige
Gewerkschafter*innen OÖ
Deine schärfste Kraft in AK & ÖGB.



AUGE-OÖE.AT

Sudokus Seite 21 – Auflösung:

8	2	6	4	9	1	3	5	7
7	5	1	6	3	2	8	4	9
4	9	3	5	8	7	2	6	1
3	8	2	9	5	4	7	1	6
1	4	9	7	6	8	5	3	2
6	7	5	2	1	3	9	8	4
9	6	4	8	7	5	1	2	3
2	1	8	3	4	9	6	7	5
5	3	7	1	2	6	4	9	8

1	4	5	9	6	3	2	7	8
7	8	3	2	1	5	4	9	6
9	6	2	4	8	7	3	5	1
4	1	6	3	7	2	5	8	9
5	2	8	6	9	1	7	4	3
3	7	9	5	4	8	1	6	2
2	3	4	8	5	9	6	1	7
8	5	7	1	3	6	9	2	4
6	9	1	7	2	4	8	3	5

**IHR FUNDAMENT
ZUM ERFOLG.**
IHRE BANK. IHR ERFOLG.

VKB
VORANKOMMEN. VORERFOLG.

www.vkb.at

**Im Alltag sparen
mit der LINZ AG Vorteilswelt**

Sichern Sie sich jetzt **bis zu 30 Gratisstromtage ein Leben lang*** und sparen Sie auch im Alltag mit der **Vorteilswelt-App**.

**Jetzt informieren:
www.linzag.at/vorteilswelt**

* Gilt solange die LINZ AG Vorteilswelt angeboten wird und bei ununterbrochener Erfüllung der notwendigen Teilnahmebedingungen durch den Kunden.

LINZ AG



ARGE TRÖDLERLADEN

- ▶▶ **Wohnungsräumungen – Auftragsannahme**
Mo. bis Do. 8–10 Uhr, Tel. 66 51 30
- ▶▶ **Verkauf und Dauerflohmarkt**
Trödlerladen, Lager Goethestraße 93, Linz
Öffnungszeiten: Di. und Do. 10–17 Uhr,
Tel. 66 51 30
- ▶▶ **Raritäten und Schmuckstücke**
im Geschäft in der Bischofsstraße 7
Öffnungszeiten: Di. bis Fr. 12–18 Uhr
Sa. 10–13 Uhr, Tel. 78 19 86

Kupfermuckn INFORMATION

Redaktionssitzung

Mittwoch, 13 Uhr, Marienstr. 11 in Linz
Wir sind gastfreundlich: Wer mitarbeiten will, kann einfach vorbeikommen! Aber nicht jeder kann sofort Redakteur werden. Erst nach zweimonatiger Teilnahme als Gast kann eine Aufnahme in die Redaktion beantragt werden.

Kupfermuckn-Abo

Die Kupfermuckn ist eine Straßenzeitung und soll daher auch auf der Straße verkauft werden, damit die Straßenverkäufer und Straßenverkäuferinnen etwas davon haben. Wer keine Möglichkeit hat, die Kupfermuckn auf der Straße zu erwerben, kann ein Abo bestellen. Tel.: 0732/77 08 05-13 (Montag bis Freitag: 9-12 Uhr); Preis: 33 Euro

Die nächste Ausgabe

gibt's ab 3. Juli 2023 bei Ihrem Kupfermuckn-Verkäufer.

Verkaufsausweis

Achten Sie bitte auf den aktuellen Verkaufsausweis: Gelb/Schwarz mit Farbfoto und einer Bestätigung der Stadt Linz auf der Rückseite.

Obdachlosenratgeber Linz

Für Menschen in akuter Wohnungsnot hat die Straßenzeitung Kupfermuckn einen Falter mit vielen hilfreichen Adressen herausgegeben. Diesen und weitere Informationen finden Sie unter www.arge-obdachlose.at

Facebook und Kupfermucknarchiv

Die Kupfermuckn ist auch auf Facebook aktiv; Informationen unter <http://www.facebook.com/kupfermuckn>. Auf der Homepage »www.kupfermuckn.at« können Sie im Kupfermuckn-Archiv ältere Nummern herunterladen oder online nachlesen.

Ihre Spende ist steuerlich absetzbar!

Wenn Sie Ihren Namen (muss mit dem Melderegister übereinstimmen) und Ihr Geburtsdatum bei der Überweisung angeben, wird Ihre Spende automatisch von der Steuer abgesetzt. Unser Spendenkonto: Kupfermuckn – Arge für Obdachlose, VKB Bank, IBAN: AT46186000010635860

VERKAUF AUCH DU!



Mit dem Kupfermuckn-Verkauf kann man gerade in wirtschaftlich so schwierigen Zeiten etwas Geld verdienen! Jeden Monat gibt es die ersten zehn Zeitungen gratis. Man kauft diese um 1,50 Euro pro Stück und verkauft sie um drei Euro auf der Straße. Wohnungslose oder Menschen, die in Armut leben und ihren Lebensmittelpunkt in Oberösterreich haben, erhalten einen Ausweis und können sofort mit dem Verkauf beginnen.

Wer es einfach einmal ausprobieren will, meldet sich bei: Kupfermuckn, Marienstraße 11, 4020 Linz, Tel. 0732/770805-13, Zeitungsausgabe ist jeweils von 8 bis 12 Uhr.