

**Y**

**BÄRTE  
INSIGNIEN DER  
MÄNNLICHKEIT**

**FREIER WILLE?  
RINGEN UM EIN GESETZ  
ZUR STERBEHILFE**

# GEMEINSAM

**SOLIDARITÄT  
ZWISCHEN  
GENERATIONEN**

**EVN**

**ENERGIEFÜR**

*Heute & Morgen*

Unser Beitrag zur Energiezukunft.  
Jetzt informieren auf [noeklima.at](http://noeklima.at)

EVN Natur-Tarife\*  
**100% CO<sub>2</sub>-frei!**

\* Informationen auf [evn.at](http://evn.at) oder unter 0800 800 100.  
EVN Energievertrieb GmbH & Co KG, 2344 Maria Enzersdorf.

# Wissen Sie, ob der Kirchturm bewohnt ist?

In vielen Pfarrhöfen, Klöstern und rund um viele Kirchtürme finden auch Tiere einen guten Lebensraum. Zum modernen Naturschutz gehört das Wissen, wo welche Tiere leben. Das Projekt „Kirchturmtiere“ will helfen den Artenschutz zu verbessern.

Wie funktioniert es?

- Download der kostenlosen App [naturbeobachtung.at](http://naturbeobachtung.at)
- Projekt „Kirchturmtiere“ auswählen

Die Fundmeldungen werden von Expert\*innen bestimmt.

[www.kirchturmtiere.at](http://www.kirchturmtiere.at)

© August Falkner

# weichberger WORK.BIKE

REIFEN . FELGEN . SERVICE . FAHRRAD . WORK.BIKE . E-MOBILITÄT

Mit dem Work.Bike von Weichberger Diensträder zu unschlagbaren Konditionen auch privat nutzen!  
[www.workbike.at](http://www.workbike.at) · 22 x in NÖ . OÖ . Wien . Steiermark

Anzeigen

# GRÜSS GOTT



## DU SOLLST EIN SEGEN SEIN!

**Liebe Y-Leser und -Leserinnen!**

Gemäß der jüdisch-christlichen Tradition versteht man unter einer segensreichen Handlung (= Segen) jede Handlung, die das Leben zur Entfaltung bringt, die das Leben unterstützt, fördert und wachsen lässt. Im Umkehrschluss ist jede Handlung, die das Leben hindert, hemmt und vernichtet, ein Fluch. Unter diesem Aspekt stellt sich mir die Frage: Handeln wir segensreich für die nachfolgenden Generationen?

**Achte auf ...**

- ... deine Gedanken, denn sie werden Worte.
- ... deine Worte, denn sie werden Handlungen.
- ... deine Handlungen, denn sie werden Gewohnheiten.
- ... deine Gewohnheiten, denn sie werden dein Charakter.
- ... deinen Charakter, denn er wird dein Schicksal.

Saubere Luft, Wasser von guter Qualität, giftfreie Böden und ein stabiles Klima ist die gemeinsame Grundlage alles Lebens auf unserem Planeten. In der Enzyklika „Laudato Si“ („Über die Sorge für das gemeinsame Haus“) von Papst Franziskus sind Umwelt- und Klimaschutz die zentralen Schwerpunkte, denn wenn wir unsere Umwelt vernachlässigen und Raubbau an den natürlichen Ressourcen betreiben, vergrößern wir auch die sozialen Ungerechtigkeiten in der Welt. Bemühen wir uns also segensreiche Handlungen für unsere nachfolgenden Generationen zu setzen!

**DR. ANDREAS RESETARITS** | VORSITZENDER DER KMB DER DIÖZESE EISENSTADT



## INHALT

### SCHWERPUNKT

## SOLIDARITÄT ZWISCHEN GENERATIONEN

- 04 ENKERLTAUGLICH?**  
Die goldene Regel der Generationen
- 07 X AN Y**  
Hört endlich zu!
- 09 GOTT BEWEGT**  
Wo bleibt die Generationensolidarität?
- 10 GANZ OHR**  
Mehr Lebensfreude für Jung & Alt
- 12 VATER-KIND-ANGEBOTE DER KMB**

- 14 NEURODERMITIS**  
Es ist zum Aus-der-Haut-Fahren!
- 16 BÄRTE**  
Insignien der Männlichkeit
- 19 LESERBRIEFE UND IMPRESSUM**
- 20 KURZ UND GUT**
- 22 FREIER WILLE?**  
Ringeln um ein Gesetz zur Sterbehilfe

DAS NÄCHSTE YPSILON  
ERSCHEINT AM **15.09.2021**  
SCHWERPUNKT:  
KRAFTQUELLE GLAUBE



# ENKERLTAUGLICH?

**DIE GOLDENE REGEL  
DER GENERATIONEN**

WELCHE WELT WOLLEN WIR NACHKOMMENDEN GENERATIONEN HINTERLASSEN? WIE KÖNNEN HERAUSFORDERUNGEN WIE DER KLIMAWANDEL, SCHULDENBERGE UND EIN FUNKTIONIERENDES PENSIONSSYSTEM BEWÄLTIGT WERDEN? AUCH WENN SICH GENERATIONENBEZIEHUNGEN WANDELN UND DIE GENERATIONEN - ABGESEHEN VON DER FAMILIE - EHER NEBENEINANDER ALS MITEINANDER LEBEN: EINE LEBENSWERTE ZUKUNFT GIBT ES NUR, WENN JUNG UND ALT AN EINEM STRANG ZIEHEN.

**SANDRA LOBNIG**

Tilman Voss wusste bereits vor Pensionsantritt, dass er seinen Ruhestand alles andere als ruhig verbringen wollte. Nur Rad fahren und Bücher lesen? Die Aussicht darauf war dem Niederösterreicher zu wenig. „Ich will etwas tun“, dachte er sich. Dann: „Ich muss etwas tun.“ Fürs Klima nämlich. Umweltschutz war dem ehemaligen Pharmaforscher immer schon ein Anliegen. Dass mittlerweile weltweit abertausende junge Menschen auf die Straße gehen und Maßnahmen zum Klimaschutz fordern, beeindruckte ihn. Auf diesen Zug wollte der Mittsechziger aufspringen. „Voriges Jahr habe ich deshalb die ‚Grandparents for future‘ gegründet“, erzählt Voss, dessen eigene Enkelkinder noch zu klein sind, um für mehr Klimaschutzmaßnahmen zu demonstrieren.

Wie ihre jungen Mitstreiter von „Fridays for Future“ machen auch die „Grandparents“ auf die Klimakrise aufmerksam und wollen die Politik zum Handeln bewegen. Voss bezweifelt nicht, dass es bei einer globalen Herausforderung wie dem Klimawandel den Einsatz aller – der Alten und der Jungen – braucht. So würden das auch die Jugendlichen sehen. „Die Jungen finden es cool, dass wir dabei sind. Je mehr wir sind, desto besser.“ Schuldzuweisungen von Seiten der Jugendlichen, dass die ältere Generation mit ihrem

Lebensstil für die globale Erderwärmung mitverantwortlich sei und schon früher etwas gegen die Umweltausbeutung hätte tun können, gebe es dabei nicht, sagt Voss. Zeit und Energie wende man für andere Diskussionen auf: „Im Moment beschäftigt uns die Frage, wie wir vermitteln können, dass Klimaschutz nicht in erster Linie Verzicht bedeutet.“

#### KAUM ÜBERSCHNEIDUNGEN ZWISCHEN DEN GENERATIONEN

Jung und Alt, die, wie hier im Kampf gegen den Klimawandel, an einem Strang ziehen: Ein schönes Bild. Aber ein seltenes. Die Beziehungen zwischen den Generationen sind nämlich in der Regel gar nicht so innig, sagt der Soziologe und Gerontologe Franz Kolland. Oder anders formuliert: Es gibt sie kaum. „Über die Familie hinaus gibt es wenige Gelegenheiten des intergenerationalen Austausches. Die Generationen leben nebeneinander, haben aber auch keine großen Konflikte.“ Die Jüngeren tummeln sich auf digitalen Plattformen wie TikTok, die etwas Älteren kämpfen mit der Vereinbarkeit von Familie und Beruf und wer schon aus der Erwerbstätigkeit ausgeschieden ist, genießt die

**IM MOMENT BESCHÄFTIGT UNS DIE FRAGE,  
WIE WIR VERMITTELN KÖNNEN, DASS KLIMASCHUTZ  
NICHT IN ERSTER LINIE VERZICHT BEDEUTET.**

TILMAN VOSS | GRANDPARENTS FOR FUTURE



---

**WIR SIND IN STRUKTUREN GEFANGEN, DIE ES  
UNS ENORM SCHWER MACHEN, SO ZU LEBEN,  
DASS WIR UNSEREN KINDERN UND ENKELKINDERN  
KEINE HYPOTHEKEN HINTERLASSEN.**

WALTER OSZTOVICS | KOVAR UND PARTNERS

---



gewonnene Freiheit und das Leben. Überschneidungen gebe es kaum und würden auch nicht unbedingt gewünscht, sagt Kolland. Er bringt ein Beispiel aus der digitalen Welt: „Ältere Menschen, die sich auf TikTok bewegen, bekommen dort ihre Abreibungen. Da heißt es dann: Was wollt ihr hier? Lasst uns in Ruhe und geht auf Facebook!“

**TRANSFER-UMKEHR**

Dieses Nebeneinander wandelt die Generationenbeziehungen, wie wir sie bisher kannten. „Historisch war es immer so, dass die ältere Generation etwas an die jüngere weitergibt“, sagt Kolland. Werte, Bildung, Tradition, Materielles: Der Transfer ging stets von oben nach unten, von den Alten zu den Jungen. Das verändere sich, in manchen Bereichen seien bereits die Jungen die Experten. Bei der Digitalisierung zum Beispiel. „Da holen sich dann die sechzigjährigen Babyboomer etwas von der Generation X, also die Alten von den Jüngeren“, sagt Kolland. „Nicht umgekehrt. Kaum ein Junger wird sich von seinen Eltern zeigen lassen, wie TikTok funktioniert.“ Ähnliches gilt für das Thema Ökologie. Es sind Vierzehn-, Fünfzehn-, Sechzehnjährige, die aufzeigen, wie dringlich die Klimakrise ist, die ihre Eltern und Großeltern zum Handeln motivieren. Die Jungen machen ihr eigenes Ding. Und inspirieren dabei mitunter die, die ihnen an Jahren und Erfahrung voraus sind.

Gibt es also gar nichts mehr, was die Jungen von der Eltern- und Großelterngeneration lernen können? Doch, sagt Franz Kolland. Mehr sogar als das vor zwanzig oder dreißig Jahren der Fall war. „Es gibt heute viel weniger Fronten zwischen den Jungen und den Alten. Die Kinder nehmen mehr von ihren Eltern an. Sie schauen sich ab, wie die Eltern Beziehungen gestalten, wie sie Freizeit und Arbeit leben, wie sie Kinder erziehen.“ Mit den Großeltern hätte

die junge Generation oft ein herzliches, emotionales Verhältnis. Von ihnen würden sie „Social Skills“ wie Gelassenheit oder Humor lernen. Der Transfer von oben nach unten funktioniere also immer noch. Wenn auch anders als früher.

**GENERATIONENKONFLIKT: JA, ABER UNGEWOLLT**

Generationen, die eher nebeneinander als miteinander leben, Großväter, die sich von ihren Enkeln in die digitale Welt einführen, und junge Mütter, die sich in Erziehungsfragen von ihren eigenen Eltern beraten lassen: Nach Generationenkonflikt klingt das alles nicht. Gibt es sie überhaupt, die viel beschworenen Kämpfe zwischen Alt und Jung? Wo sind die Fronten im „Krieg gegen die eigenen Kinder“, von dem der US-Ökonom Laurence J. Kotlikoff spricht? Auf welchen Schlachtfeldern werden die Auseinandersetzungen um ökologische Fußabdrücke, Ressourcenverteilung, Schuldenberge und Pensionsansprüche ausgetragen? „Feindseligkeit im eigentlichen Sinne gibt es nicht“, sagt Walter Osztovcics vom Wiener Beratungsunternehmen Kovar und Partners. Das Unternehmen führte 2015 mit der „Arena Analyse“ eine Studie durch, bei der Expertinnen und Experten aus unterschiedlichen fachlichen und gesellschaftlichen Bereichen zum Thema „Generationen-Fairness“ befragt wurden. Von offener Feindseligkeit ist dort nicht die Rede, wohl aber von einem „Krieg“, der ungewollt stattfindet. „Wir sind in Strukturen gefangen, die es uns enorm schwer machen, so zu leben, dass wir unseren Kindern und Enkelkindern keine Hypotheken hinterlassen“, sagt Osztovcics. „Ich glaube, dass sehr wohl ein Bewusstsein vorhanden ist, unsere Welt in jeder Hinsicht nachhaltiger zu gestalten, aber wir scheitern sehr oft an der Praxis.“

Zugesicherte Pensionen, die für die Jungen nicht mehr finanzierbar sein werden, rücksichtsloser Raubbau an unserem Planeten,



## **HISTORISCH WAR ES SO, DASS DIE ÄLTERE GENERATION ETWAS AN DIE JÜNGERE WEITERGIBT. HEUTE SIND IN MANCHEN BEREICHEN DIE JUNGEN DIE EXPERTEN.**

**FRANZ KOLLAND**

gigantische Schuldenberge, nicht erst seit Corona: Für diese komplexen Probleme gibt es eben keine einfachen Lösungen. Osztovcics veranschaulicht das am Beispiel der Pensionen: „Wir wissen, dass die Pensionssysteme in Österreich und in den meisten Ländern Europas überfordert werden, wenn die Menschen weiterhin so früh in Pension gehen. Aber dass so viele Menschen schon mit sechzig in Pension gehen, ist in den weitaus meisten Fällen nicht egoistische Rücksichtslosigkeit, sondern traurige Notwendigkeit. Sie finden keinen Job mehr, sie werden von ihren Arbeitgebern mehr oder weniger unsanft in den Ruhestand geschickt.“

### **GENERATIONEN-FAIRNESS**

Eine Reform des Pensionssystems müsse deshalb mit einer Reform des Arbeitsmarktes einhergehen. Dass Menschen in Zukunft auch über sechzig oder fünfundsechzig arbeiten werden, steht für Osztovcics außer Frage. Weil sie es selbst wollen und weil die Gesellschaft ihre Potenziale nutzen will und muss. Wissen, Erfahrungen und Ressourcen all jener über sechzig würden verschwendet und unnötig brachliegen, wenn nicht erkannt wird, wie wertvoll sie für die Gesellschaft sind. „Bei typischen Consulting-Jobs gibt es bereits heute nicht wenige, die über siebzig sind und die ganz viel Erfahrung mitbringen.“

## **HÖRT ENDLICH ZU!**

**Ich wünsche mir viel für meine Zukunft, sowohl persönlich als auch gesellschaftlich.**

Ich wünsche mir ein erfülltes Leben, Unabhängigkeit und die Freiheit, meine eigenen Entscheidungen zu treffen. Ich will in einer Gesellschaft leben, in der Diskriminierung, Rassismus und Machtmissbrauch der Vergangenheit angehören. Ich wünsche mir, dass wir gemeinsam gegen Ungerechtigkeiten vorgehen und dass „Catcalling“ („verbale, sexualisierte Belästigung in der Öffentlichkeit“, Anmerkung der Redaktion) kein Kavaliersdelikt mehr ist.

Das sind einige sehr große Wünsche, deren Erfüllung ich nicht erleben werde. Wenn ich mich für den Moment auf einen Wunsch fokussieren müsste, würde ich mir wünschen, gehört zu werden. Endlich gehört zu werden. Ich mache als junge Frau regelmäßig die Erfahrung, dass mir entweder nicht zugehört wird oder mir erklärt wird, wieso meine Meinung nichts zählen kann und wie die Welt eigentlich funktioniert.

Was hier gerade wie ein feministisches Vorurteil klingt, ist leider die Erfahrung, die junge Menschen, egal welchen Geschlechts, regelmäßig machen. Dabei ist es völlig egal, ob es sich um Themen wie das Schulsystem, die Klimakrise, die Kirche oder um Gleichberechtigung und Diskriminierung handelt. Betroffenen wird nicht zugehört, sondern über ihre Köpfe hinweg entschieden. Alternativ werten die Menschen, die versuchen hinzuhören, Systemkritik oftmals als persönlichen Angriff.

Ich glaube, dass wir als Gesellschaft nur dann weiterkommen werden, wenn wir es schaffen, dass alle Generationen voneinander lernen und gemeinsame Wege gehen wollen. Dazu müssen wir uns aufeinander einlassen und echtes Interesse zeigen – auch, um zu begreifen, warum wir zu bestimmten Überzeugungen gekommen sind. Bevor wir keinen ehrlichen, generationenübergreifenden Dialog führen, werden wir keine Lösungen für die Probleme unserer Zeit finden, die für ALLE Generationen zufriedenstellend sind.



**MAGDALENA BACHLEITNER**  
VORSITZENDE DER KATHOLISCHEN  
JUGEND ÖSTERREICH



## VON GENERATION ZU GENERATION

INTERVIEW MIT GUIDO SCHWARZ

Das, was man aufgebaut, wofür man sich eingesetzt hat, an die nachfolgende Generation weitergeben zu können, ist erfüllend. Solche Übergabeprozesse gibt es in (Familien-)Unternehmen genauso wie in zivilgesellschaftlichen, politischen und kirchlichen Organisationen. Sie können knifflig sein und bergen Frustrationspotenzial. Der Philosoph und Berater Guido Schwarz begleitet Unternehmen bei der Übergabe und erklärt, was zu beachten ist, wenn man das eigene Lebenswerk den Jüngeren überlässt.

### **Herr Schwarz, was muss man beachten, wenn man etwas an die nächste Generation weitergeben möchte?**

Man muss zuerst einmal verstehen, dass Alt und Jung in einem stark dialektischen Verhältnis stehen. Die eigene Existenz hängt an der Existenz der Gegenseite. Das bedeutet: Wenn ich als ältere Generation Verantwortung für die jüngere übernehme, übernehme ich sie in Wahrheit für mich selbst. Ich bin selber ohne die Jüngeren nicht denkbar.

### **Welche Haltung sollen die Jüngeren den Älteren gegenüber einnehmen, die ihnen ihr Lebenswerk übergeben?**

Der plakative Spruch „Ich muss es verändern, um es zu bewahren“ trifft hier gut zu. Wenn ich es genauso weiterführe wie die Alten, geht es zugrunde, weil sich Zeit und Gesellschaft weiterentwickeln. Auch wenn die Älteren es gerne hätten, dass die Jüngeren alles so weiterführen wie sie, nur eben jünger. Wenn ich hingegen keinen Stein auf dem anderen lasse, verliere ich die Bodenhaftung. Die Jungen sollen das Erbe mit Respekt entgegennehmen, den sie auch öffentlich ausdrücken können, und es dann zu Ihrem machen.

### **Und die ältere Generation? Es ist nicht leicht, das, was einem jahre-, gar jahrzehntelang wichtig war, aus der Hand zu geben.**

Nein, das ist es nicht. Bei vielen hängt das ganze Leben an der Sache. Wichtig ist es deshalb, die Übergabe zu planen, Alternativen für die Zeit danach zu suchen. Und dann auch wirklich den Platz frei zu machen. Solange der Platz besetzt ist, kommt niemand auf die Idee, ihn auch auszufüllen. Wenn für eine Aufgabe kein geeigneter Nachfolger in Sicht ist, liegt es vielleicht daran, dass man sich selber noch nicht zurückgezogen hat.

### **Wie geht man mit Erwartungen und Wünschen um, die man für das eigene Erbe und für die jüngere Generation hat?**

Erwartungen sollen klar geäußert werden, das ist leider oft nicht der Fall. Da muss man manchmal noch einmal nachfragen, denn nicht alles, was man erwartet, ist einem auch bewusst. Und die unbewussten Erwartungen sind oft die gefährlichsten.



Welche Maßnahmen auch immer für ein funktionierendes Pensionssystem getroffen werden, es sei nicht sinnvoll, diese mehrheitsdefiniert festzulegen. Also jene bestimmen zu lassen, die mehr Macht oder mehr Stimmen haben. Vielmehr sollten Überlegungen und Lösungsansätze stets im Sinne einer Generationen-Fairness gestaltet werden. Walter Osztovics erklärt: „Wir müssen unsere Institutionen, unsere Gesetze, unsere Politik so anpassen, dass sie weder zu Lasten der Alten noch zu Lasten der Jüngeren gehen.“ In der „Arena Analyse“ heißt es dazu: „Generationen-Fairness entsteht also einfach dann, wenn wir die berühmte Goldene Regel über ein halbes Jahrhundert hinweg anwenden und uns fragen: ‚Würde es uns gefallen, wenn unsere Großeltern uns eine Welt hinterlassen hätten, die so aussieht wie die, die unsere Enkel vorfinden?‘“

## UNSERE PFLICHT, DIE ERDE ZU SCHÜTZEN


Zwar nicht von Generationen-Fairness, wohl aber von generationenübergreifender Gerechtigkeit und Solidarität zwischen den Generationen spricht auch Papst Franziskus in seiner Enzyklika „Laudato si“, die sich dem Umweltthema und der Bewahrung der Schöpfung widmet. Der Papst spart darin nicht mit Kritik an rücksichtslosem Verhalten, das das Wohlergehen der nachkommen Generationen nicht im Blick hat. Gegenwärtiges Handeln müsse immer die Konsequenzen für jene berücksichtigen, die jung oder noch gar nicht geboren sind. Für einen verantwortungsvollen Umgang mit der Erde bedeutet das: „Jede Gemeinschaft darf von der Erde das nehmen, was sie zu ihrem Überleben braucht, hat aber auch die Pflicht, sie zu schützen und das Fortbestehen ihrer Fruchtbarkeit für die kommenden Generationen zu gewährleisten.“

Dahinter steht die Idee, dass den Menschen die Erde als Geschenk anvertraut ist und die gegenwärtigen Generationen dafür Sorge tragen müssen, dass auch die nachfolgenden dieses Geschenk empfangen können. Gelingen könne das nur im Dialog miteinander: „Wir brauchen ein Gespräch, das uns alle zusammenführt,





denn die Herausforderung der Umweltsituation, die wir erleben, und ihre menschlichen Wurzeln interessieren und betreffen uns alle.“

Für Menschen wie Tilman Voss verwirklicht sich dieses Miteinander im gemeinsamen Engagement von Jung und Alt gegen den Klimawandel. „Jeder von uns trägt einen Mosaikstein bei“, sagt Voss. Die Fähigkeiten der Jugendlichen und der „Grandparents“ würden sich ergänzen, man lerne voneinander. „Die Jugendlichen haben Teamarbeit echt drauf. Wir Älteren haben vielleicht manchmal aufgrund unserer Lebenserfahrung einen breiteren Blickwinkel.“ Was den Umgang mit den sozialen Medien betrifft, lernt Voss von den Jungen hingegen sehr viel Neues. Und sein Bekanntenkreis hat sich innerhalb kürzester Zeit vergrößert. „Ich kenne jetzt tausend Leute. Und zwar alle per Zoom.“ 

## GENERATION: WAS IST DAS ÜBERHAUPT?

**Großeltern, Eltern, Kinder:** Am häufigsten wird der Generationenbegriff im Kontext von Familie gebraucht. Gesellschaftlich und sozialpolitisch ist er in diesem Sinne sehr bedeutsam, weil der Transfer von Bildung, Beratung, Hilfeleistung in der Familie sehr ausgeprägt ist.

**Pensionen:** Wenn von Pensionen die Rede ist, unterscheidet man zwischen zwei Generationen – denen, die Pensionen beziehen, und denen, die sie finanzieren.

**Von der Nachkriegsgeneration zur „Generation Greta“:** Zuschreibungen wie Babyboomer, Nachkriegsgeneration oder Generation X meinen kulturelle Generationen, die Werthaltungen oder Einstellungsmuster teilen.

# GOTT BEWEGT

## WO BLEIBT DIE GENERATIONEN- SOLIDARITÄT?

Laut einem Pressebericht erwarten sich ältere Menschen am wenigsten von den Jungen und am meisten von den Älteren. Bei den jüngeren Menschen ist die Situation genau umgekehrt. Sie erwarten sich von der eigenen Generation am wenigsten, aber von den Älteren am meisten. Und die Realität sieht wieder vollkommen anders aus. Die Jungen sind untereinander am solidarischsten und bekommen von den Älteren am wenigsten.

Das ist erschreckend. Wo ist da die Generationensolidarität? Immerhin verbindet Groß und Klein, Alt und Jung eine gemeinsame Sehnsucht nach erfülltem Leben. Der Mensch ist und bleibt ein soziales Wesen, manches Mal wird Hilfe oder Rat von anderen gesucht. Eltern, Großeltern sind beliebte Quellen der Unterstützung, Enkelkinder werden gerne um Rat gefragt, wenn es ums Internet oder Handy geht. Im Kleinen funktioniert die generationenübergreifende Hilfe. Und wie sieht es in größeren Bereichen aus? Da funktioniert das eher nicht, denn da wollen die Jungen nicht auf den oft unerbetenen Rat der Alten hören und die Älteren wollen Veränderungen bei den Jungen nicht wahrhaben.

Und was steht dazu in der Hl. Schrift? Generationenkonflikte gab es damals auch schon, sonst stünde nicht die Elternverehrung in den Geboten. Aber halten wir uns daran? Im persönlichen Umfeld ja, aber in größeren Bereichen wiederum eher nicht. Dabei sollten wir doch den Nächsten lieben wie uns selbst.

Der Begriff „Nächster“ geht weit über den 2., 3. oder 4. Grad der Verwandtschaft hinaus. Wie kann denn die Erde lebenswert sein, wenn wir in Altersstrukturen verharren? Wenn wir Angst davor haben, zu kurz zu kommen im Alter, wenn wir Angst haben, als junger Mensch zu viel für Ältere leisten zu müssen? Ich habe keine erschöpfende Lösung, aber mit ein wenig Verständnis für andere lässt sich viel meistern.



**PETER STROISSNIG**

E. A. DIAKON, GEISTLICHER ASSISTENT  
DER KMB WIEN



# GANZ OHR

## MEHR LEBENSFREUDE FÜR JUNG & ALT

### DIE BESTE MEHLSPEIS' VON DER OMA

Die beste Mehlspeis' gibt es immer noch bei der Oma oder bei der Tant' - und in der „Vollpension“. Mit den Generationencafés in der Schleifmühlgasse und der Johannesgasse hat das Team um Geschäftsführerin Hannah Lux in Wien Räume geschaffen, wo Alt und Jung zum Miteinander-Reden und gemeinsamen Tun kommen und wieder ein Stück näher zusammenrücken. Lux: „Wir haben hier Arbeitsplätze für die ältere Generation geschaffen und zeigen damit, dass Wirtschaften auch funktionieren kann, wenn Menschen beschäftigt werden, die sonst nur als Kostenfaktor fürs System abgestempelt werden. Und darüber hinaus fördern wir den Austausch zwischen Alt und Jung.“

Drastische Corona-Zeiten erforderten leider auch drastische Maßnahmen. Die „Vollpension“ ist mittlerweile als „BackAdemie“ im Internet. Dort kann man das Backen in Live-Backkursen oder mehrstündigen Video-Backkursen direkt von den Omas und Opas lernen. Die Mehlspeisen können natürlich auch „to go“ vor Ort abgeholt oder für daheim bestellt werden.

[www.vollpension.wien](http://www.vollpension.wien)

### GEMEINSAM WOHNEN

„Wir sind in Familien aufgewachsen, in denen mehrere Generationen unter einem Dach leben“, erzählt Manuel Schuler. „Als wir für das Studium nach Wien gezogen sind, haben wir festgestellt, dass es in der Großstadt kaum Berührungspunkte zwischen Jung und Alt gibt, obwohl sich die Bedürfnisse sogar ergänzen würden. Viele Junge, vor allem Studierende, suchen ein günstiges und familiäres Zuhause. Ältere Menschen haben oft ein Zimmer in ihrer Wohnung frei, sind froh, wenn sich jemand an den Wohnkosten beteiligt und freuen sich über Gesellschaft und über Unterstützung im Alltag.“ Daraus entstand die Idee, Wohngemeinschaften zwischen Jung & Alt in Wien zu vermitteln und in Folge die Online-Plattform [www.wohnbuddy.com](http://www.wohnbuddy.com).





## TECHNIK IN KÜRZE

Neue Kommunikationsschienen wie Internet oder E-Mail sind fixer Bestandteil unseres Lebens geworden. Während junge Menschen damit aufgewachsen sind, ist das Bedienen von Computer, Tablet und Smartphone für viele ältere Menschen oft noch eine große Hürde. Unter dem Titel „Technik in Kürze“ hat das Katholische Bildungswerk (KBW) der Diözese Graz-Seckau ein Angebot erstellt, in dem medienkompetente junge Erwachsene ihr Wissen an Seniorinnen und Senioren weitergeben. Für diese Aufgabe absolvieren die Jungen, vielfach Studentinnen und Studenten oder Zivildienstler, ein Ausbildungsprogramm, bei dem sie lernen, wie sie die älteren Menschen in die neue Welt begleiten können.

Neben den rein technischen Herausforderungen lernen beide Seiten auch die Lebenswelten der anderen kennen. „Voneinander, miteinander und übereinander etwas lernen“, beschreibt die pädagogische Leiterin Martina Platter den Grundgedanken, der hinter dem Angebot steht. „Die Jungen sind erstaunt über den Wissensdurst und die vielfältigen Interessen der ‚älteren Semester‘, die Seniorinnen und Senioren sind begeistert darüber, wie geduldig, höflich und verständnisvoll die jungen Leute mit ihnen umgehen.“

<https://bildung.graz-seckau.at>

## GANZ OHR

Es gibt vor allem zwei Altersgruppen, die nicht selber lesen können. Ganz kleine Kinder, die es noch nicht gelernt haben, und alte Menschen, die schon sehr schlecht sehen. Also lesen wir ihnen etwas vor – dachten sich die Bibliotheks-Fachstelle und die Caritas Vorarlberg. Das Österreichische Bibliothekswerk hat



die Idee aus Vorarlberg aufgegriffen und in ganz Österreich ausgerollt. „Beim Vorlesen passiert viel mehr als Weitergeben von Inhalten“, erzählt Geschäftsführer Reinhard Ehgartner. „Im dialogischen Herangehen an Bilderbücher und Geschichten, an Bücher oder Zeitschriften entwickelt sich eine Atmosphäre, in der Kinder und ältere Menschen aktiv teilnehmen, in der Beziehungen entstehen oder sich vertiefen.“

Beliebte Vorleseorte außerhalb der Familie sind vor allem öffentliche Bibliotheken, Kindergärten, Eltern-Kind-Gruppen oder Seniorenheime. Richtiges Vorlesen will aber auch gelernt sein. Mit einem „Ganz-Ohr-Kurs“ können Interessierte eine Ausbildung zum „Vorlesepaten“ machen. Infos dazu gibt es unter [www.biblio.at](http://www.biblio.at).

## REPARIEREN UND VERSCHENKEN

45 Jahre lang arbeitete Hans Eidenhammer in einer Autowerkstatt. Schon damals berührte es den Oberösterreicher, wenn Menschen für ihr Auto kein Pickerl mehr bekommen und sich kein neues leisten können. Als vor 40 Jahren dringend so ein Auto benötigt wurde, kaufte Hans einen billigen Gebrauchtwagen, reparierte ihn und schenkte das Auto der Familie. Ab diesem Zeitpunkt sparen Hans und seine Frau jeden Monat, um alte Autos und Ersatzteile zu kaufen und zu reparieren. Über 50 Autos hat der 71-Jährige bis heute auf Vordermann gebracht und verschenkt, meist an Alleinerziehende, aber auch an Familien, die auf dem Land leben und auf ein Auto angewiesen sind. „Mit dem Autoschlüssel übergebe ich gerade hier am Lande auch eine Chance, aus der Armutsspirale wieder herauszukommen“, ist Eidenhammer überzeugt.



Rund um sein Engagement hat er sich ein helfendes Netzwerk geschaffen: Die Caritas prüft und vermittelt die Autos, die jemand zum Schenken anbietet. Der ÖAMTC stellt die Autos innerhalb von Oberösterreich kostenlos zu und der Lions Club übernimmt die Anmeldekosten. Mittlerweile treten auch oft Menschen an ihn heran, um ihm ihre alten Autos zu schenken. Die Arbeit an den Autos macht ihm große Freude: „Ein Tag, an dem ich an den Autos arbeite, ist kein verlorener Tag, sondern ein erfüllter Tag. Und es hält mich geistig lebendig“, sagt der Pensionist. Alle, die ihr gebrauchtes Auto verschenken wollen oder eine Familie kennen, die aufgrund einer schwierigen sozialen Notlage eines benötigt, können sich per Mail an [freiwillig@caritas-linz.at](mailto:freiwillig@caritas-linz.at) melden. **V**

---

# VATER-KIND-ANGEBOTE DER KMB

---

## NIEDERÖSTERREICH

### KANUWANDERN MIT PAPA IM THAYATAL

**SAMSTAG, 3. JULI 2021**

Alle von acht bis neunundneunzig sind eingeladen, mit Wanderkanus die Thaya zu befahren. Einige Stromschwelen und Dämme, die zu bewältigen sind, lassen die Fahrt zu einem unvergesslichen Erlebnis werden. Lust am Abenteuer und die Geborgenheit, beim Vater zu sein, stehen an oberster Stelle.

Organisation: Karl Toifl.

**Anmeldung: KMB St. Pölten, Tel. 02742/324-3376,  
Mail: [kmb.stpoelten@kirche.at](mailto:kmb.stpoelten@kirche.at)**

### NATUR ENTDECKEN AUF DER BURGARENA REINSBERG

**SAMSTAG, 17. JULI 2021**

Wir entdecken die Burg Reinsberg und Natur in den Wäldern des Ritter Rüdigers (Musical von Toni Knittels), welches hier aufgeführt wurde. Drumherum gibt es ein abwechslungsreiches Programm mit Bogenschießen, Kegeln auf einer alten Holzkegelbahn, usw.

Organisation: Diakon Robert Plank.

**Anmeldung: KMB St. Pölten, Tel. 02742/324-3376,  
Mail: [kmb.stpoelten@kirche.at](mailto:kmb.stpoelten@kirche.at)**

## SALZBURG

### INTO THE WILD - ABTSDORFER SEE, LAUFEN

**FREITAG, 18. BIS SONNTAG, 20. JUNI 2021**

Ein Wochenende für Väter und Kinder von 12 bis 16 Jahren, um gemeinsam eine gute und abenteuerliche Zeit miteinander zu erleben: gemeinsam kochen, Lagerfeuer machen, nachts auf eine Insel im See schwimmen, schnitzen, stabfechten, ein Biwak bauen, die Natur im Wald erfahren, im Gelände spielen u. v. m. Begleitung: Outdoor-Pädagoge Peter Kaubisch & Team.

**Anmeldung: KMB Salzburg, Tel. 0662/8047-7558,  
Mail: [kmb@ka.kirchen.net](mailto:kmb@ka.kirchen.net)**

### SCHNEESCHUHWANDERUNG MIT PAPA IM ADVENT IN GOLLING

**FREITAG, 17. BIS SAMSTAG, 18. DEZEMBER 2021**

Kurz vor Weihnachten einmal raus aus dem Trubel. Mit Papa mit Schneeschuhen eine abenteuerliche Schneewanderung unternehmen und einen unvergesslichen Hüttenabend auf dem Stahlhaus erleben. Und der Advent bleibt nicht ganz außen vor: Das Warten auf das Christkind hält auch eine schmunzelnde Seite bereit.

Leitung: Andreas Oshowski.

**Anmeldung: KMB Salzburg, Tel. 0662/8047-7558,  
Mail: [kmb@ka.kirchen.net](mailto:kmb@ka.kirchen.net)**



## OBERÖSTERREICH

### WILDNIS-ACTION IN SCHÖNEBEN/ULRICHSBERG

**FREITAG, 2. BIS SONNTAG, 4 JULI 2021**

Ein Wildnis-Abenteuer für Väter mit Kindern von 8 bis 14 Jahren. Das Forsthaus der Ramenai bietet die perfekte Unterkunft für Ausflüge in den Hochseilpark, zu den Aussichtstürmen (Moldaublick und Alpenblick) oder für eine Wanderung in einen nahen Steinbruch zum gemeinsamen Steinofenbau und Brotbacken. Dazu Lagerfeuer, Grillen, gemeinsames Kochen u. v. m. Referenten: Johannes Ebner, Michael Rothmann.

**Anmeldung: KMB Linz, Tel. 0732/7610-3461,  
Mail: [kmb@dioezese-linz.at](mailto:kmb@dioezese-linz.at)**

### BURGABENTEUER AUF DER BURG ALTPERNSTEIN

**FREITAG, 27. BIS SONNTAG, 29. AUGUST 2021**

Väter mit Kindern von 6 bis 12 Jahren übernachten auf einer 1.000 Jahre alten Burg und leben dort wie die Ritter und Burgfräulein. Wir gehen auf Entdeckungsreise in die spannende Welt des Mittelalters, tauchen ein in die Zeit der Ritter, Burgfräulein, Sagen und Drachen, lassen unsere Ahnen wiederauferstehen und basteln unser Familienwappen. Referenten: Joachim Sulzer, Johannes Ebner.

**Anmeldung: KMB Linz, Tel. 0732/7610-3461,  
Mail: [kmb@dioezese-linz.at](mailto:kmb@dioezese-linz.at)**

### EIN ABENTEUER MIT DEM OPA IN LOSENSTEIN

**SAMSTAG, 9. BIS SONNTAG, 10. OKTOBER 2021**

Das Großvater-Kind-Wochenende im Landesjugendhaus Losenstein ist für alle Opas mit ihren Enkelkinder im Alter von 6 bis 12 Jahren. Auf dem Programm stehen Ausflüge zur Burgruine Losenstein oder ins Tal der Feitelmacher, Lagerfeuer, Stockschnitzen, lustige Spiele und ganz viel Spaß. Referenten: Christian Freisleben, Ferdinand Kaineder.

**Anmeldung: KMB Linz, Tel. 0732/7610-3461,  
Mail: [kmb@dioezese-linz.at](mailto:kmb@dioezese-linz.at)**

## ZAUBERHAFTER ADVENT AM BIOHOF IN OBERKAPPL

**FREITAG, 26. BIS SONNTAG, 28. NOVEMBER 2021**

Der Biobauernhof der Familie Stadler ist ein Paradies für Kinder, die Tiere gerne haben. Kühe, Ziegen, Hühner, Katzen und ein Pony wollen versorgt werden, im Hof gibt es eine kleine Werkstatt, die sie benützen dürfen. Und bei einer Fackelwanderung durch den Zauberwald wartet die eine oder andere Überraschung. Für Väter und Kinder, die bewusst in die Adventszeit eintauchen wollen. Referenten: Michael Rothmann, Wolfgang Schönleitner.

**Anmeldung: KMB Linz, Tel. 0732/7610-3461,  
Mail: [kmb@dioezese-linz.at](mailto:kmb@dioezese-linz.at)**

## TIROL

### VÄTER UND KINDER IM ZELT IN MATREI AM BRENNER

**SAMSTAG, 12. BIS SONNTAG, 13. JUNI 2021**

Erlebnisse in der Natur mit Übernachtung haben einen ganz besonderen Reiz. Väter mit Kindern, Paten mit ihren Patenkindern und Großväter mit ihren Enkelkinder ab 5 Jahren sind eingeladen, dieses Abenteuer einmal zu erleben. Mit Matthias Haslwanter, David Haslwanter und Patrick Nitzlnader.

Veranstalter: Männerreferat der Diözese Innsbruck.

**Anmeldung: Bildungshaus St. Michael, Tel. 0 5273/6236,  
Mail: [st.michael@dibk.at](mailto:st.michael@dibk.at)**

### VÄTER-UND-KINDER-WOCHENENDE IN MATREI AM BRENNER

**SAMSTAG, 26. BIS SONNTAG, 27. JUNI 2021**

Lachen, spielen, kraftvoll sein, Geborgenheit erleben, rund ums Lagerfeuer sitzen – das sind wertvolle Zeiten für Kinder von 3 bis 10 Jahren und ihre Väter, für die im Alltag oft Raum und Zeit fehlen. Der Abend bietet auch Gelegenheit für Gespräche unter Vätern. Mit Michael Griesser und Andreas Brüggel.

Veranstalter: Männerreferat der Diözese Innsbruck.

**Anmeldung: Bildungshaus St. Michael, Tel. 0 5273/6236,  
Mail: [st.michael@dibk.at](mailto:st.michael@dibk.at)**



# ES IST ZUM AUS-DER-HAUT- FAHREN!

DER „KLEINE BRUDER DES SCHMERZES“ - SO WIRD JUCKREIZ OFT BEZEICHNET. TATSÄCHLICH STELLEN HAUTPROBLEME EINEN HOHEN BELASTUNGSFAKTOR FÜR KÖRPER UND SEELE DAR. NEURODERMITIS ZÄHLT DABEI ZU DEN HÄUFIGSTEN DERMATOLOGISCHEN ERKRANKUNGEN. EINE HEILUNG IST BIS DATO NICHT MÖGLICH, WOHL ABER EINE LINDERUNG.

SYLVIA NEUBAUER



**0 bis 20 Prozent der Kinder und 2 bis 3 Prozent der Erwachsenen leiden in den Industrieländern unter Neurodermitis. Die chronisch-entzündliche Hauterkrankung wird auch als atopisches oder endogenes Ekzem bezeichnet. „Atopisch“ bedeutet „überempfindlich“. Das Immunsystem sieht in an sich harmlosen Umweltstoffen eine gefährliche Wirkung, worauf das Abwehrsystem eine Entzündung veranlasst. Diese Reaktion irritiert wiederum kleinste Nervenfasern – eine zermürbende „Juck-Kratz-Spirale“ kann die Folge sein. „Innerliches Brennen“ lautet die Ableitung aus den lateinischen Begriffen „endogen“ und „Ekzem“. Treffender könnte das Krankheitsbild nicht umschrieben werden.**

## **(K)EINE FRAGE DER SAUBERKEIT**

Die Zahl der Neurodermitis-Erkrankungen hat sich in den letzten Jahrzehnten verdreifacht. Da drängt sich die Frage auf, inwieweit veränderte Lebensbedingungen als mögliche Ursache in Frage kommen. Im Vergleich zu früher haben sich hygienische Maßnahmen deutlich verbessert, was auch gut ist. Manchmal ist unsere Umgebung allerdings regelrecht steril geworden. Und das kann sich auch nachteilig auswirken, da von Bakterien ein gewisser Schutz ausgeht. Werden diese Bakterien durch übertriebene Sauberkeit künstlich eliminiert, geht die schützende Wirkung verloren. Das trifft auch auf Antibiotika – die „Putz-

mittel der Medizin“ – zu. Eine vom Henry Ford Hospital in Detroit durchgeführte Studie zeigt: Die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder nach früherer Antibiotikagabe eine Allergie entwickeln, ist um 1,5 Mal höher als bei jenen Sprösslingen, die keine Antibiotika erhielten.

Zürcher Forscher gehen noch einen Schritt weiter. Sie haben herausgefunden, dass der Kontakt zu Tieren und zu Bakterienbestandteilen während der Schwangerschaft eine präventive Wirkung auf den Embryo hat. Die Wissenschaftler konnten bei den Kindern dieser Mütter zwei Gene identifizieren, die für die angeborene Immunität von Bedeutung sind und folglich das Risiko für Neurodermitis und Allergien senken.

## **NEURODERMITIS IST KEINE NAHRUNGSMITTELALLERGIE**

Gene wirken bei der Entstehung von Neurodermitis mit. Forscher haben herausgefunden, dass eine Erbgutveränderung auf Chromosom 11 besonders signifikant ist. Und weil das auch bei der Entstehung von Morbus Chron, einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung, eine Rolle spielt, lohnt es sich, bei einer Neurodermitis den Blick auch auf den Darm zu richten. Ist dieser durch denaturierte Lebensmittel und/oder Medikamente geschädigt, kann das auf das Hautbild und somit auch auf den Krankheitsverlauf Einfluss haben.

Vorsicht ist jedoch bei „Neurodermitis-Diäten“ geboten. Experten raten dringend davon ab, bestimmte Lebensmittel auf Eigeninitiative wegzulassen. Besonders fatal wirken sich solche Eliminationsdiäten auf die Konstitution von Kindern aus: „Je mehr Nahrungsmittel oder sogar Nahrungsmittelgruppen aus der Kost weggelassen werden, desto einseitiger ist die Ernährung und umso größer ist das Risiko für eine mangelhafte Nährstoff- und Energieversorgung“, weist Diätologe Christian Schicker darauf hin, dass Neurodermitis nicht mit einer Lebensmittelallergie gleichzusetzen ist. „Richtig ist aber auch, dass zirka 30 Prozent der Kinder mit Neurodermitis zusätzlich eine

Nahrungsmittelallergie aufweisen“, sagt Schrickler und nennt Hühnerei, Kuhmilch, Erdnuss, Nüsse, Soja, Weizen und Fisch als die häufigsten Nahrungsmittelallergene. „Wenn gleichzeitig zur Neurodermitis eine Nahrungsmittelallergie vorliegt, muss ein Kompromiss zwischen einer vollwertigen Ernährung und der Vermeidung von Allergenen eingegangen werden“, meint der Experte und empfiehlt bei der Zusammenstellung der individuell passenden Ernährung einen Allergologen und/oder Diätologen zurate zu ziehen.

## DIE HAUT - EIN SPIEGEL DER SEELE?

Neurodermitis leitet sich von griechisch „neuron“ (Nerv) und „derma“ (Haut) ab. Ursprünglich ging man davon aus, dass es sich bei der Krankheit um eine reine Nervenstörung handelte. Heute weiß man, dass die Psyche bei Neurodermitis eine wesentliche Rolle spielt – sowohl im Sinne einer Trigger-Wirkung als auch hinsichtlich der Folgeerscheinungen. Die Deutsche Gesellschaft für Allergologie und Klinische Immunologie fand heraus, dass Kinder, deren Eltern sich scheiden ließen, dreimal so häufig unter Neurodermitis leiden wie Kinder aus anderen Familien. Den deutschen Forschern zufolge beeinflusst die psychische Belastung das kindliche Immunsystem in hohem Ausmaß.

Ähnliche Ergebnisse brachte eine Untersuchung, die nach dem schweren Erdbeben von Kobe im Jahre 1995 durchgeführt wurde. Japanische Wissenschaftler kamen zu dem Ergebnis, dass sich die Krankheit bei fast 40 Prozent der rund 1.500 Neurodermitiker, die in der Region lebten, nach der Naturkatastrophe massiv verschlimmert hatte. Stress kommt zwar nicht als dezidierte Ursache für Neurodermitis in Frage, kann jedoch zum Auslöser für einen Krankheitsschub werden. Die Symptome wie starker Juckreiz bis hin zu deutlich sichtbaren Hautveränderungen beeinträchtigen das psychische Wohlbefinden noch weiter.



## WAS KANN ICH GEGEN NEURODERMITIS TUN?

Neurodermitis beginnt meist im Kleinkindalter. Bei etwa 60 bis 80 Prozent der Betroffenen wird die Erkrankung im Laufe der ersten zwei Lebensjahrzehnte deutlich milder oder heilt ganz aus. Das bedeutet: Die charakteristischen Schübe, die mit Entzündungen und anschließender Verkrustung und Schuppung der Haut einhergehen, nehmen anzahlmäßig ab. Die Hautkrankheit kann sich im Alter jedoch auch verschlechtern.

Nachdem Neurodermitiker unter chronisch trockener Haut leiden, sollten die Pflegemaßnahmen unabhängig von der Jahreszeit erfolgen – nicht nur als Therapie, sondern auch zur

Vorsorge. Sobald sich die Haut erholt hat, hören viele Patienten mit der Pflege auf. Das ist insofern fatal, als der Defekt in der Hautbarriere bestehen bleibt und die Haut empfänglicher für die Besiedlung mit Keimen und potenziellen Allergenen ist. Eine reichhaltige Pflege mit feuchtigkeitsspendenden Lotionen wirkt dem entgegen. Linderung gegen den Teufelskreislauf aus Infektion, Entzündung, Juckreiz und Kratzen können im Kühlschrank aufbewahrte Hautpflegeprodukte verschaffen, die beim Auftragen auf die Haut reizlindernd und kühlend wirken. Auch Ablenkung – etwa in Form von Bewegung oder durch ein Gespräch / ein Telefonat – kann den Impuls, sich zu kratzen unterbinden. Bei akuten Schüben werden meist schwach kortisonhaltige Salben verordnet, bei dauerhaft schweren Ekzemen kommen Medikamente, die das Immunsystem dämpfen, zum Einsatz.



Ein wichtiger Behandlungsbaustein bei Neurodermitis ist die Prävention. Neue Schübe sollen durch gezielte Maßnahmen verhindert werden, die einer Austrocknung der Haut vorbeugen. Dazu zählen vor allem eine luftdurchlässige Kleidung, keine überhitzten Räume und die Vermeidung von übermäßigem Schwitzen. Vollbäder sollen möglichst vermieden werden, nach dem Waschen die Haut nicht mit dem Handtuch reiben, sondern nur abtupfen und sofort eincremen. Mit kurz geschnittenen Fingernägeln kann man sich auch nicht so leicht kratzen.

Obwohl es keine allgemeingültigen Ernährungsempfehlungen für Menschen mit Neurodermitis gibt, fördert ein ausgewogener Speiseplan, auf dem vorwiegend pflanzliche sowie wenig tierische und verarbeitete Lebensmittel Platz finden, das Wohlbefinden der Patienten. Wichtig ist es auch, den Körper von innen mit ausreichend Flüssigkeit zu versorgen – je nach Aktivitätsausmaß und Temperatur dürfen es mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit pro Tag sein.

Stress vermeiden tut der Seele – und offensichtlich auch der Haut – ganz gut. Die dadurch erworbene Gelassenheit reduziert nicht nur die Entzündungsanfälligkeit, sondern hilft auch selbstbewusster mit dem Krankheitsbild umzugehen.

Neben diesen allgemeinen Tipps zur Linderung und Behandlung in Eigenregie bleibt die Tatsache, dass Neurodermitis eine sehr individuelle Erkrankung ist und dass es daher auch keine Standardtherapie geben kann. Es ist wichtig, die Krankheitssymptome genau zu beobachten und idealerweise auch zu dokumentieren. Ein exaktes Juckreiz- und Lebensstil-Tagebuch, das mit dem behandelnden Arzt besprochen wird, gibt Aufschluss über mögliche Einflussfaktoren. Gemeinsam können Sie daraus Ihre individuelle Therapie entwickeln. **Y**



# BÄRTE

INSIGNIEN DER MÄNNLICHKEIT





ER IST SYMBOL FÜR MACHT, STÄRKE, MÄNNLICHKEIT UND ZUWEILEN AUCH EIN POLITISCHES STATEMENT. DIE BEDEUTUNG DES BARTES IST ENG MIT DER GESCHICHTE DER MENSCHHEIT VERKNÜPFT. VON GÖTTER- BIS ZU BERÜHMTE HERRSCHERBÄRTEN LÄSST SICH DIE TRADITION DER GESICHTSBEHAARUNG UND DEREN PFLEGE ÜBER JAHRTAUSENDE NACHVOLLZIEHEN. DER GEGENWÄRTIGE ZEITGEIST ZELEBRIERT DIE FREIHEIT (FAST) ALLER BARTSTILE.

#### CHRISTIAN BRANDSTÄTTER

**In der Frühzeit des Menschen trugen alle Männer einen Bart. Verständlich, gab es doch weder Rasierklinge noch Elektrorasierer. Die geschliffenen Feuersteine ermöglichten zwar eine primitive Bartpflege, der Haarwuchs blieb trotzdem im Gesicht. Denn so ein Bart war durchaus praktisch. Er wärmte, schützte das Gesicht vor Staub und vor der Sonne. Aber vor allem war er ein Zeichen von Stärke. So ein praller, martialischer Bartwuchs konnte einen Gegner schon gehörig einschüchtern.**

Später, in den Zeiten der ersten Hochkulturen bei den Mesopotamiern oder in Ägypten, entstand so etwas wie eine Bartkultur. Dabei ging es in erste Linie um Männlichkeit und um Macht. Das ging sogar so weit, dass sich Pharaonin Hatschepsut, eine der mächtigsten Herrscherinnen der Antike, zum Zeichen ihrer legitimen Herrschaft einen künstlichen Bart zulegte. Ähnlich bei den alten Griechen. Alle Götter des Olymps von Zeus abwärts trugen Bärte. Und auch für die Philosophen war der Bart ein Signal für Weisheit und Würde.

Auch in der Katholischen Kirche sehen wir auf allen gängigen Abbildungen Gottes einen alten Mann mit langem, weißem Bart. Das vermittelt Autorität und Weisheit. Sogar Jesus wird vereinzelt als alter Mann mit Bart dargestellt, obwohl er mit etwa 33 Jahren gestorben ist. Vor allem aber kennen wir von ihm ein bärtiges Gesicht mit langen Haaren. All diese Darstellungen

haben Auswirkungen auf unser Gottesbild. Die weiblich-mütterlichen Aspekte gingen verloren, patriarchale Strukturen in Gesellschaft und Kirche werden mit diesen Bildern legitimiert.

#### VIelfalt in der Gesichtsbehaarung

In den letzten Jahrhunderten etablierte sich eine Vielfalt individueller Bartstylings. Herrscher und hohe Würdenträger gaben in der Bartracht den Ton an. Die wichtigsten Barttypen waren der Backenbart (auch Koteletten genannt) und der Schnurrbart auf der Oberlippe, der in verschiedenen Varianten besonders in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts sehr beliebt war. Kaiser Franz Joseph vereinte beides, indem er einen kräftigen Backenbart mit ausrasiertem Kinn und Schnurrbart trug.

Vorbilder einzelner Bartmoden waren bekannte Persönlichkeiten aus Film, Kunst oder Politik. Mit dem Aufkommen der Selbstrasur war es möglich, diese nachzuahmen. Man erinnere sich zum Beispiel an die Stummfilm-Legende Charlie Chaplin, der einen kleinen Oberlippenbart – auch Fliege genannt – als Markenzeichen pflegte, oder Salvador Dali, dessen gezwirbelter Schnurrbart manchen Zeitgenossen bisweilen bekannter war als die Werke des spanischen Surrealisten. Elvis Presley ließ bei vielen jungen Männern die Koteletten sprießen.

## DER BART ALS POLITISCHES STATEMENT

Schon 1848 wurde der Vollbart das Zeichen der Demokraten. Beim Fliegenbart denken wir heute in erster Linie an Adolf Hitlers Konterfei. Er wurde zum Symbol der Nazi-Ideologie und wird heute noch als Protest auf Werbeplakate geschmiert, um die politische Gesinnung von Kandidaten rechter und rechts-extremer Parteien zu kennzeichnen. In den glatt rasierten 1960er Jahren kam der Vollbart, vielfach in Kombination mit langen Haaren, als Zeichen der Rebellion gegen das Establishment. Che Guevara und Fidel Castro dienten als Vorbilder. Anfangs glatt rasiert wuchsen die Gesichter der Beatles innerhalb eines einzigen Jahrzehnts fast vollständig zu. Die Botschaft: Friede,

Selbstbestimmung, Freiheit und der Bart als gesellschaftskritischer Aufreger.

Nach einigen glatten Jahrzehnten ist Bart heute wieder angesagt. Besonders jugendlich wirkende Männer entscheiden sich immer öfter für einen Drei-Tage-Bart oder einen kurz geschnittenen Vollbart, da dies einen rauen, erfahrenen Gesichtsausdruck verleiht. Ihre Vorbilder lachen aus fast allen Magazinen, besonders die Werbung hat bei ihren Testimonials den Trend zum Bart aufgegriffen und verstärkt ihn damit kräftig. Reife Männer schätzen hingegen eher die glatte Rasur, sie wirken damit jünger und strahlender. Erlaubt ist heute, was gefällt. Ein Bart ist Teil einer individuellen, freien Lebensart. **V**



# DIE RICHTIGE PFLEGE DES BARTES

**Marga Walcher**, Bartexpertin und Geschäftsführerin von ESBJERG, dem Fachgeschäft für Bartpflege und Rasur in der Wiener Innenstadt. [www.esbjerg.com](http://www.esbjerg.com)

### **YPSILON: Was brauche ich alles für die richtige Bartpflege?**

Marga Walcher: Bartschere, Bartbürste oder Bartkamm, Pinzette, Trimmer und einen Nassrasierer für die glatten Stellen. Wichtig ist, dass Sie alle diese Utensilien gründlich reinigen. Ungepflegtes Werkzeug verursacht Hautirritationen bei der nächsten Anwendung.

### **Kann ich zum Waschen normales Haarshampoo verwenden?**

Grundsätzlich können Sie mildes Shampoo nehmen, besser ist jedoch ein spezielles Bartshampoo. Das Barthaar unterscheidet sich nämlich eklatant vom Haupthaar. Es ist struppiger und widerstandsfähiger. Die darunter liegenden Hautpartien sind oft trockener und schuppiger als der Rest des Körpers. Ein Bartshampoo ist genau darauf abgestimmt. Und bitte nach dem Waschen nicht

föhnen. Heiße Luft trocknet das Barthaar aus und irritiert die Haut darunter.

### **Wie oft soll ich den Bart nachschneiden?**

Nicht alle Barthaare wachsen gleich schnell, im Schnitt so nach drei bis vier Tagen sollte passen. Noch wichtiger ist, dass Sie den Bart trocken schneiden, im nassen Zustand sind die Barthaare länger. Einzelne Barthaare kürzen Sie am besten mit der Bartschere, Streuhaare im Gesicht lassen sich mit einem Rasiermesser entfernen.

### **Und was mache ich bei einem Drei-Tage-Bart?**

Dafür gibt es den Barttrimmer, der auch kleine Längen bis zu drei Millimetern schneiden kann. Zum Schluss rasieren Sie den Hals noch mit einem Nassrasierer. Das sorgt für saubere Konturen und ein gepflegtes Aussehen.

### **Manche Männer zaubern wahre Kunstwerke in ihre Gesichter. Wie gelingt das?**

Mittlerweile gibt es eine Reihe von Kosmetikprodukten, die speziell auf die Bartpflege abgestimmt sind. Mit Bartwachs lässt sich der Bart formen und festigen sowie optisch vergrößern. Pomaden sorgen für Halt und Glanz, Bartöle, Tonics und Conditioner halten das Haar geschmeidig und beruhigen und pflegen die Haut.

### **Ist das alles nicht sehr aufwendig?**

Bartpflege als zutiefst archaische Handlung kann ich als willkommenen Ausgleich zu einem Alltag voller Terminen, Stress und Verpflichtungen sehen. Die beruhigende Wirkung des täglichen Rituals ähnelt dem Effekt einer Entspannungsübung. Körper und Psyche befinden sich im Einklang – ungeachtet dessen, ob der Mann glattrasiert oder perfekt getrimmt das Haus verlässt.



## ENTWICKLUNGSZUSAMMENARBEIT Y 2/2021

Die Beiträge sind großteils interessant und informativ. Es darf jedoch nicht verschwiegen werden, dass viele sogenannte Entwicklungsländer nach wie vor Unsummen für Waffenkäufe ausgeben und die Korruption vielfach allgegenwärtig ist. Es ist erfreulich zu lesen, wenn es gelungen ist, die Mütter- und Kindersterblichkeit um 50 % zu senken. Was mir in diesem Zusammenhang völlig fehlt, ist ein Hinweis auf die Notwendigkeit einer Geburtenregelung. Ohne eine solche ist Entwicklungshilfe auf Dauer wenig effektiv. Bei Fortsetzung des gegenwärtigen Trends wird sich die Bevölkerung Afrikas bis 2050 auf etwa 2,4 Milliarden verdoppeln und bis Ende dieses Jahrhunderts auf rund vier Milliarden Menschen belaufen.

Es ist doch letztlich unverantwortlich, Kindern das Leben zu schenken, ohne für sie ausreichend Sorge tragen zu können. Dies den dortigen Menschen zu vermitteln, sollte gleichfalls Teil einer verantwortlichen Entwicklungshilfe sein.

**HELMUT FÖHLICH, INNSBRUCK**

Ich möchte Euch zu dem wirklich gelungenen Artikel gratulieren, den ich mit großem Interesse gelesen habe. Er enthält nicht nur viel Information, sondern auch praktische Tipps für einen persönlichen Beitrag: politische Teilhabe, spenden, Veränderung des persönlichen Lebensstils. Konkret möchte ich hier

ergänzen, dass man sich unter [www.lieferkettengesetz.at](http://www.lieferkettengesetz.at) auch aktiv für ein gerechtes Lieferkettengesetz einsetzen kann.

Jede Veränderung seiner gewohnten und oft lieb gewordenen Verhaltensweisen bedarf einer gewissen Überwindung. Meiner Erfahrung nach sind diese Veränderungen z. B. des Konsumverhaltens aber weder Verzicht noch Einschränkung der Lebensqualität. Ich bemerke, dass ich die meisten Dinge, die mir die Werbung verkaufen möchte, nicht benötige, um ein glückliches Leben führen zu können. Oder, wie es Harald Welzer in seinem Aufruf „Bilden Sie Labore der Zukunft“ so treffend formuliert: „Stornieren Sie Ihre nächste blöde Flugreise (Sie wollen da sowieso nicht hin), bestellen Sie Ihr nächstes Auto erst gar nicht (es wird Sie unglücklicher machen, weil Sie glaubten, es mache Sie glücklicher), kaufen Sie nichts mehr, was zu billig ist (denn dann hat irgendjemand zu wenig bekommen).“

**ALEXANDER SPRITZENDORFER, KOTTES**

Ich finde den Artikel fast grandios: gut recherchiert, on point, mit Herz und mit viel Info-Gehalt, niveauvoll und korrekt.

**THOMAS BANASIK, REFERENT FÜR  
DIE DREIKÖNIGSAKTION, ST. PÖLTEN**

## ZUM MAGAZIN

Ich gratuliere euch zum Y 02/2021. Leuchtende Farben sind wieder in Bildern im y eingekehrt, aufmunternd, Leben erweckend. Danke. Auch die Beiträge, Texte und Berichte sind tiefgehend und berührend. Macht so weiter – Gottes Segen.

**RUDDOLF WALTER, BAUMGARTEN**

## EINSAMKEIT Y 1/2021

Als Mitglied der KFB haben mich einige Themen wie z. B. Einsamkeit, X an Y (Wie kann ich der Einsamkeit entkommen?), die Aussage von Theresa von Avila und

das Interview mit Matthias Gschwandtner sehr angesprochen. Glaube ist für mich ein wichtiger Halt, sich darüber auszutauschen und gelebte Gemeinschaft „beginnt, wo Zwei oder Drei in seinem Namen beisammen sind, ist Er unter uns“.

**THERESIA FELLNER, NEUKIRCHEN  
AN DER VÖCKLA**

Der neue Stil von Ypsilon ist tatsächlich sehr gelungen und sieht gut aus. Ich, Angelika, habe auch viel Freude mit dem Artikel, den ich beisteuern durfte. Wir haben nun eine Frage: Sind Sie damit einverstanden, wenn wir den Artikel auch als Blog auf unserer Homepage „Marriage Encounter“ verwenden? Natürlich mit Quellenangabe, dass der Artikel aus der Zeitschrift „Ypsilon“ stammt.

**ANGELIKA & SEPP MUNDIGLER, STUDENZEN**

*Liebe Angelika, lieber Sepp,  
gerne könnt ihr den Beitrag auf eurer  
Homepage verwenden!*

*Wenn auch Sie Beiträge aus dem Magazin Ypsilon verwenden möchten, etwa in Ihrem Pfarrblatt oder einer anderen Aussendung, können Sie das gerne in Absprache und mit Quellenangabe tun. Noch besser: Sie ermuntern viele Menschen, das Magazin zu abonnieren. Mit nur 15 Euro in Jahr bekommen Sie fünf Ausgaben – und damit alle Artikel – gleich direkt ins Haus. Die Bestellkarte finden Sie auf der Rückseite.*

## SCHREIBEN AUCH SIE UNS IHRE MEINUNG!

Zu einem Artikel aus der aktuellen Ausgabe oder zu einem Thema, das Ihnen besonders am Herzen liegt. Kürzungen sind der Redaktion vorbehalten.

**Per Post: KMB, Redaktion Ypsilon,  
Klostergasse 15, 3100 St. Pölten  
Per Mail: [ypsilon@kmb.or.at](mailto:ypsilon@kmb.or.at)**

# KURZ & GUT

## VATER SEIN

### VERPASS NICHT DIE ROLLE DEINES LEBENS!

Die Bereitschaft vieler junger Väter, Verantwortung in der Kindererziehung zu übernehmen, ist groß. Sie möchten für ihr Kind von Anfang an da sein und eine aktive Vaterschaft leben. Dabei kommen jede Menge rechtliche Fragen auf die jungen Familien zu. Der Katholische Familienverband hat die wichtigsten Themen

wie Papamonat, Väterkarenz, Elternteilzeit, Familienzeitbonus, Kinderbetreuungsgeld, Pensionssplitting, gemeinsames Sorgerecht u. v. m. in einer Broschüre zusammengefasst.

Diese kann auf [www.familie.at](http://www.familie.at) heruntergeladen oder kostenlos unter [info@familie.at](mailto:info@familie.at) oder 01 51611-1400 bestellt werden.

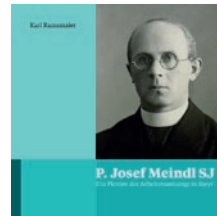


## ARBEIT. WOHLSTAND. MACHT.



Die OÖ Landesausstellung zeigt am Beispiel der Stadt Steyr die Entwicklung unserer Gesellschaft – vom Mittelalter bis in die Gegenwart. Auch die Kirche von Steyr beteiligt sich mit mehreren Projekten.

In der Stadtpfarrkirche lädt der Bibelvers „Der Mensch lebt nicht nur vom Brot allein, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt“ zum Nachdenken. Beim Kriegerdenkmal wird die Spannung zwischen Krieg und Frieden gezeigt. Steyr erzielte einen Teil des Wohlstandes durch die Produktion von Waffen. In der Christkindlstadt Steyr steht das Weihnachtsevangeliem „Friede den Menschen auf Erden“ im Mittelpunkt. Bei der Kirche St. Michael werden die Betriebsseelsorge und Inhalte der katholischen Soziallehre präsentiert.



Karl Ramsmaier hat dazu ein Buch über P. Josef Meindl SJ, den Pionier der Arbeiterseelsorge in Steyr, verfasst. Bestellungen an: [karl.ramsmaier@dioezese-linz.at](mailto:karl.ramsmaier@dioezese-linz.at)

## TERMINE

### TABU MÄNNLICHE TEILZEIT

**Dienstag, 15. Juni 2021, 19:30 bis 21:00 Uhr**

Immer mehr Männer verrichten einen Teilzeitjob, um mehr Zeit für die Familie zu haben. Warum sind „Teilzeit-Väter“ immer noch Exoten, wie schaut es mit der gesellschaftlichen Anerkennung aus und was sagen die Arbeitgeber dazu?

**Offener Sozialstammtisch mit Bastian Öchsle, Haus der Begegnung, Rennweg 12, Innsbruck. Anmeldung: Tel.: 0512/587869-12, Mail: [hdb.kurse@dibk.at](mailto:hdb.kurse@dibk.at)**

### HERRENZIMMER

Das Herrenzimmer ist ein Treffpunkt für Männer, um völlig ungezwungen zu einem bestimmten Thema Erfahrungen auszutauschen und zu diskutieren. Motto: Männer reden über das, was Männer bewegt. Die Veranstaltung ist kostenlos und kann ohne Voranmeldung besucht werden.

**Mo, 7. Juni 2021 und Mo, 5. Juli 2021, jew. 17 bis 19 Uhr, EFZ Feldkirch, Herreng. 4, Begleitung: Edgar Ferchl-Blum. Mittwoch, 16. Juni 2021, 17 bis 19 Uhr, EFZ Dornbirn, Postgebäude-Busbahnhof, Begleitung: Alfons Meindl.**

### WALLFAHRT ZUR JOSEFIKIRCHE Samstag, 12. Juni 2021, 9:00 Uhr

Zum Jahr des Hl. Josef lädt die KMB Steiermark zu einer Wallfahrt zur Josefikirche oberhalb Schwanberg ein. Es wird gemeinsamer Gottesdienst im Gedenken an unsere im vergangenen Jahr verstorbenen Vorstandsmitglieder gefeiert. **Anschließend findet eine Führung durch die Kirche (Fresken von Jakob Laub) statt.**

### SPIRITUELLE BERGTAGE FÜR MÄNNER Donnerstag, 12. bis Sonntag, 15. August Ankengelgruppe (Hohe Tauern)

Das Gehen in den Bergen erfordert Aufmerksamkeit für sich selbst, für die anderen und für die Umwelt. Es ist eine uralte Übung, ganz in die Gegenwart zu kommen und wahrzunehmen, was ist. Der Weg in die Berge ist gleichzeitig ein Weg in die eigene Tiefe. Jeder Tag ist durch spirituelle Impulse geprägt. Mit Matthias Thonhauser. **Informationen und Anmeldung bei KMB Linz, [kmb@dioezese-linz.at](mailto:kmb@dioezese-linz.at).**

## Ausflüge in den Bibelgarten Tulln

+++ Der Bibelgarten im Rahmen der Garten Tulln (NÖ) lädt zu einer Entdeckungsreise in die Heilige Schrift ein.



Die verschiedenen Pflanzen und Symbole im Garten sind nicht nur rein Gartengestalterische Elemente: Sie stehen für Themen und Geschichten in der Bibel. Am Leseplatz kann man sich dann buchstäblich in das Buch der Bücher setzen, es zur Hand nehmen und darin lesen. Die Katholische Männerbewegung St. Pölten vermittelt Führungen für Gruppen auf Anfrage. „Tauchen Sie mit allen Sinnen ein in die biblische Welt und freuen Sie sich an der Schönheit der Schöpfung“, so Diözesansekretär Michael Scholz.  
**Kontakt: 02742/324-3376**



### Karl Rottenschlager Hassen oder vergeben? Bausteine für eine geeinte Welt

Karl Rottenschlager, Theologe und Sozialarbeiter, gründete nach neun Jahren Dienst in der Justizanstalt Stein die Emmausgemeinschaft St. Pölten. Mit seinem aktuellen Buch veranschaulicht er, wie Unterdrückte und Unterdrücker Befreiung erfahren können. Er lässt viele prominente Überwinder von Hass zu Wort kommen und zeigt auf, dass in der Globalisierung auch eine einzigartige Chance liegt. Rottenschlager macht uns Mut zum Wagnis einer Weggemeinschaft mit Ausgegrenzten und zur Mitgestaltung der Welt. Ein leidenschaftliches Plädoyer für Versöhnung.

419 Seiten, Eigenverlag, ISBN 978-3-200-07117-9, € 18, Bestellung: [verkauf@emmaus.at](mailto:verkauf@emmaus.at)



### Udo Baer Männerwürde Laut und leise, stark und zart

Wann ist ein Mann ein Mann? Wer bin ich eigentlich? Im Hamsterrad der Erwartungen rennen viele Männer vermeintlichen Idealen hinterher: der perfekte Sohn, der ideale Ehemann, der beste Vater aller Zeiten, der leistungsfähigste Mitarbeiter und sportlich nicht zu toppen. Dahinter verbirgt sich eine unablässige Suche nach Identität, nach Wertschätzung und Würde. Anhand von Beispielen zeigt Udo Baer, welchen Verletzungen und Traumatisierungen Männer in unserer Gesellschaft ausgesetzt sind. Und er bietet Hinweise, wie Männer den Weg zu einem würdevollen Leben finden.

240 Seiten, Herder Verlag, ISBN: 978-3-451-03277-6, € 20



## KMB DIÖZESANSTELLEN

### KMB Diözese Eisenstadt

Tel.: 02682/777-216

Mail: [kmb@martinus.at](mailto:kmb@martinus.at)

### KMB Diözese Feldkirch

Tel.: 0676/832408176

Mail: [kmb@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:kmb@kath-kirche-vorarlberg.at)

### KMB Diözese Graz-Seckau

Tel.: 0316/8041-326

Mail: [kmb@graz-seckau.at](mailto:kmb@graz-seckau.at)

### KMB Diözese Gurk-Klagenfurt

Tel.: 0463/5877-2240

Mail: [wolfgang.unterlercher@kath-kirche-kaernten.at](mailto:wolfgang.unterlercher@kath-kirche-kaernten.at)

### KMB Diözese Innsbruck

Tel.: 0664/5715755

Mail: [kmb@dibk.at](mailto:kmb@dibk.at)

### KMB Diözese Linz

Tel.: 0732/7610-3461

Mail: [kmb@dioezese-linz.at](mailto:kmb@dioezese-linz.at)

### KMB Erzdiözese Salzburg

Tel.: 0662/8047-7556

Mail: [kmb@ka.kirchen.net](mailto:kmb@ka.kirchen.net)

### KMB Diözese St. Pölten

Tel.: 02742/324-3376

Mail: [kmb.stpoelten@kirche.at](mailto:kmb.stpoelten@kirche.at)

### KMB Erzdiözese Wien

Tel.: 01/51552-3333

Mail: [ka.maennerbewegung@edw.or.at](mailto:ka.maennerbewegung@edw.or.at)

## BUCHTIPPS

### Simon Ebner, Alois Halbmayr, Josef P. Mautner Perspektiven für eine lebenswerte Gesellschaft

#### Zum Beitrag des Christlichen vor Ort

Dieses Buch versteht sich als Denkanstoß und Handlungsorientierung für Menschen, die aus christlicher Motivation heraus die Krise geschärften gesellschaftspolitischen Herausforderungen annehmen und zu einer positiven Gestaltung der Zukunft beitragen wollen. Es behandelt Themen wie Gesundheit und Pflege, Wirtschaft und Arbeit, Demokratie und Beteiligung aber auch Digitalisierung, Armut, Migration oder Flucht und ihre neuen Probleme und Perspektiven.

156 Seiten, Tyrolia Verlag, ISBN 978-3-7022-3900-8; € 18

# FREIER WILLE?

## RINGEN UM EIN GESETZ ZUR STERBEHILFE

CHRISTIAN BRANDSTÄTTER

**„Die Bischofskonferenz wird nie ein Gesetz gutheißen, das Hilfe zum Suizid unterstützt“, sagt der Innsbrucker Bischof Hermann Glettler. Und trotzdem werde man sich an der Diskussion zum Zustandekommen dieses Gesetzes beteiligen. Denn wenn es kein Gesetz gibt, ist ab 1.1.2022 die Beihilfe zum Suizid auf jeglicher Methode und für jede Person möglich – ohne Regeln, die eine freie Willensentscheidung möglichst absichern.**



**WIR WERDEN NIE EIN GESETZ GUTHEISSEN, DAS HILFE ZUM SUIZID UNTERSTÜTZT.**  
BISCHOF HERMANN GLETTLER

Nachdem der Verfassungsgerichtshof (VfGH) die Strafbarkeit der Beihilfe zum Suizid als verfassungswidrig erkannt hat, müssen bis Ende des Jahres Rahmenbedingungen für den assistierten Suizid gesetzlich verankert werden. In der letzten Aprilwoche tagte dazu im Justizministerium das „Dialogforum Sterbehilfe“ mit Vertretern aus Ministerien, Medizin, Hospizbewegung, Hilfsorganisationen, Pflegeeinrichtungen, Wissenschaft, Verfassungsdienst, Religionsgemeinschaften sowie der organisierten Zivilgesellschaft.

Die Juristin Stephanie Merckens hat daran für die Bischofskonferenz teilgenommen. „Da der VfGH beschlossen hat, dass Beihilfe zum Suizid ohne Strafe bleiben soll, ist es nicht mehr eine Frage, ob wir das wollen oder nicht, sondern es geht darum, einen Weg zu finden, wie wir damit umgehen. Ja wir müssen nicht vorschnell von einem freien Suizidentschluss ausgegangen wird und den Betroffenen Alternativen ermöglicht werden. Hier können wir als Kirche einen großen Erfahrungsschatz in der Begleitung von Menschen in Krisen einbringen.“



**WIR MÜSSEN UNS FÜR DEN SCHUTZ ALLER BETEILIGTEN VOR MISSBRAUCH UND ZWANG EINSETZEN.**  
STEPHANIE MERCKENS

Die Palette der angesprochenen Themen ist groß. Sie reicht von Hospiz- und Palliativversorgung über Fragen, wer Suizidbeihilfe in Anspruch nehmen könne und wer sie leisten dürfe, bis hin zur Beratung, zur Feststellung und Absicherung des freien Willens oder zur Problematik minderjähriger Suizidwilliger.

### ALTWERDEN IST KEINE KRANKHEIT

Um eine Ahnung davon zu bekommen, was auf uns zukommen kann, braucht es nur einen Blick über die Grenzen. In Belgien und in den Niederlanden sind die Fälle aktiver Sterbehilfe bei älteren Menschen ohne schwere Erkrankung dramatisch gestiegen. Von jährlich 1.882 (2002) auf 6.361 Fälle (2019) in den Niederlanden und von 24 (2002) auf 2.656 Fälle (2019) in Belgien. Besonders bedenklich: Bei rund 20 Prozent der Sterbewilligen wird eine sogenannte „Polypathologie“ oder ein „multiples geriatrisches Syndrom“ diagnostiziert, eine Anhäufung mehrerer altersbedingter Beschwerden wie chronischer Schmerzen, Rheuma, Seh- und Hörverlust usw. Da geht es nicht um unheilbare und unerträgliche Krankheiten, man könnte den Grund



**ES MUSS EIN PROZEDERE GEBEN, UM NICHT VORSCHNELL VON EINER FREIEN WILLENS-ENTSCHEIDUNG AUSZUGEHEN.**  
SUSANNE KUMMER

auch als „Lebensmüdigkeit“ übersetzen. Merckens setzte sich beim Dialogforum dafür ein, dass Suizidbeihilfe auf jenen Bereich des Lebens beschränkt wird, in dem der natürliche Tod bereits absehbar ist.

### FREIER WILLE?

Dazu kommt noch eine weitere Dimension. Viele Senioren empfinden ihr Dasein weniger aufgrund von körperlichen Einschränkungen als „unerträglich“. Sie sind sehr oft einsam und denken, dass ihr Leben keinen Sinn mehr macht. Sie wollen auch nicht länger eine Belastung für die pflegenden Angehörigen sein. Kommt dazu auch noch der finanzielle Druck – schon gar nicht will man den Kindern auf der Tasche liegen –, dann sind die alten Menschen in einer psychischen Notlage.

„Das Bild des freien, selbstbestimmten Todes gerät angesichts des älteren Menschen, der sozial vereinsamt immer mehr Angst



**DAS GESUNDHEITSPERSONAL DARF NICHT ZUR MITWIRKUNG ODER BETEILIGUNG AM ASSISTIERTEN SUIZID GEDRÄNGT WERDEN.**

**ANNA PARR**

vor seiner Hinfälligkeit bekommt und deshalb Tötung auf Verlangen oder Beihilfe zum Suizid wählt, ins Wanken“, warnte die Wiener Ethikerin Susanne Kummer. Gerade das muss laut VfGH jedoch gegeben sein, wenn er von einer „unzweifelhaft“ vorliegenden selbstbestimmten Entscheidung spricht. „Es muss daher ein Prozedere geben, um nicht vorschnell von einer freien Willensentscheidung auszugehen“, so die Geschäftsführerin des Instituts für Medizinische Anthropologie und Bioethik (IMABE).

Durch die Möglichkeit der Beihilfe zum Selbstmord könnten auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im medizinischen und pflegenden Bereich sowie die pflegenden Angehörigen selbst unter Druck geraten. Bisher konnten sie sich mit dem Verweis auf das Verbot der Mitwirkung entschlagen. Caritas Generalsekretärin Anna Parr fordert vom neuen Gesetzesrahmen, dass weder Gesundheitspersonal noch Institutionen zur Mitwirkung oder Beteiligung am assistierten Suizid gedrängt oder direkt oder indirekt unter Druck gesetzt werden dürfen. Es muss jedweder Missbrauch und jedwede Geschäftemacherei durch gewinnorientierte Vereine und Unternehmen verhindert werden. Darüber hinaus darf das bestehende Grundvertrauen in Ärzte sowie in Gesundheits- und Pflegeberufe nicht erschüttert werden.

**BEGLEITUNG AM LEBENSENDE**

„Es braucht ein Dorf, um ein Kind großzuziehen“, zitiert der Theologe und Philosoph Clemens Sedmak ein altes Sprichwort, um es auch gleich abzuwandeln: „Es braucht ebenso ein Dorf, um einen alten Menschen auf dem letzten Weg seines Lebens zu begleiten. Wenn ich in meinem Leben jemanden habe, der oder die bereit ist, mich auf dem letzten Weg zu begleiten, kann genau dieser Umstand die Quelle der Kraft sein, diesen Weg bis zum Ende zu gehen.“

Die Regierung hat einen „Pakt gegen Einsamkeit“ angekündigt, den es angesichts der neuen Gesetzeslage konsequent umzusetzen gilt. Wenn es ein Gesetz zur Sterbebeihilfe geben soll, dann




**WENN ICH JEMANDEN HABE, DER ODER DIE MICH BEGLEITET, KANN DIES DIE QUELLE DER KRAFT SEIN, MEINEN WEG BIS ZUM ENDE ZU GEHEN.**

**CLEMENS SEDMAK**

muss es auch ein Gesetz für eine ausreichende Anzahl an Palliativ- und Hospizangeboten geben. Das eine ohne das andere macht keinen Sinn.

„Es geht nicht nur um selbstbestimmtes Sterben, sondern auch darum, wie ich bis zuletzt selbstbestimmt leben kann“, ergänzt Anna Parr. „Wir wissen, dass Gesellschaften mit gut ausgebauter palliativer Versorgungsstruktur geringere Fallzahlen an aktiver Sterbebegleitung aufweisen.“ Maria Katharina Moser, Direktorin der Diakonie, fordert einen Rechtsanspruch auf eine professionelle Begleitung am Ende des Lebens. „Man kann nicht über eine rechtliche Regelung des assistierten Suizids reden, ohne gleichzeitig über einen Rechtsanspruch auf Palliativ- und Hospizversorgung zu sprechen. Denn eine tatsächliche Wahl haben Menschen nur, wenn sie sich darauf verlassen können, in der letzten Lebensphase gut behandelt und begleitet zu werden.“

Wie geht es weiter? Bis zum Sommer soll jetzt eine Gesetzesvorlage erarbeitet werden, diese wird dann im Herbst diskutiert und gegen Ende des Jahres vom Nationalrat und vom Bundesrat beschlossen. 



**ES MUSS EINEN RECHTSANSPRUCH AUF EINE PROFESSIONELLE BEGLEITUNG AM ENDE DES LEBENS GEBEN.**

**MARIA KATHARINA MOSER**

**SUIZIDGEDANKEN: HILFE IM KRISENFALL**

Suizidgedanken sind oftmals Ausdruck von Depressionen. Für Menschen, die sich in einer Krise befinden, gibt es Unterstützungsangebote. Unter folgenden Telefonnummern und Internetangeboten erhalten sie und Angehörige rasch Hilfe.

- Rat und Unterstützung im Krisenfall bietet die Psychiatrische Soforthilfe von 0 bis 24 Uhr unter 01 313 30.
- Das Kriseninterventionszentrum ist Montag bis Freitag von 10 bis 17 Uhr unter 01 406 95 95 erreichbar.
- Die österreichweite Telefonseelsorge ist von 0 bis 24 Uhr unter 142 erreichbar.
- Hilfe für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bietet Rat auf Draht von 0 bis 24 Uhr unter der Nummer 147.
- Informationen und Materialien für Angehörige bietet die Österreichische Gesellschaft für Suizidprävention unter [www.suizidpraevention.at](http://www.suizidpraevention.at).



## SUPER-DADS RETTEN DIE WELT

Am 8. Juni.2021 spricht der EU-Jugendbotschafter, Gründer der Berufsplattform [watchado.com](http://watchado.com) Ali Mahlodji im Wissensturm Linz über das neue Männerbild 2021. Mahlodji ist selbst Jungvater und erzählt, was es für Männer bedeutet, sich selbst neu zu entdecken und ein komplett neues Männerbild zu entwickeln. Teilnahme auch online möglich!

## VÄTER-AKTIONS-TAGE

**1. BIS 13. JUNI 2021**

Das Rollenbild des Vaters hat sich gewandelt. Väter möchten für ihre Kinder von Anfang an da sein. Sie möchten sich in allen Lebensphasen aktiv am Leben ihrer Kinder beteiligen. Die Veranstaltungsreihe „Väter-Aktions-Tage“ vom 1. bis 13. Juni 2021 – eine Initiative der KMB Oberösterreich in Zusammenarbeit mit dem Familienreferat des Landes und zahlreichen anderen Familienorganisationen – soll die Väter in ihrer neuen Rolle bestärken.

## VERSCHLOSSENE ORTE ERKUNDEN

In den vergangenen Monaten waren viele Orte für Eltern und Kinder nicht zugänglich. Unter dem Motto „Verschlossene Orte erkunden“ öffnen wir mit den Vater-Kind-Aktionen Türen in spannende Erlebnisräume: Abenteuernachtwanderung in den Donauauen, Führung über Flugfeld und Flughafenfeuerwehr in Hörsching, Erkundung tierischer Väterliebe im Zoo Linz. Liebe Väter: Lasst euch von der Neugierde und dem Entdeckungsdrang der Kinder anstecken!

**Infos:** [www.dioezese-linz.at/kmb](http://www.dioezese-linz.at/kmb)

**Anmeldung für alle Termine:** [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at)

Foto: Ali Mahlodji

Kupon ausschneiden, in ein Kuvert stecken und an KMBÖ, Spiegelgasse 3/2/6, 1010 Wien senden.



## Y GREIFT AUF, WAS MÄNNER BEWEGT:

- Identität und Mann-sein
- Partnerschaftliche Beziehungen in allen Lebensbereichen
- Glaube und Spiritualität
- Mitgestaltung von Gesellschaft und Kirche
- Soziale Gerechtigkeit und Entwicklungschancen



## Y ABONNIEREN

- Ich möchte das Männermagazin Y abonnieren.  
5 Ausgaben im Jahr € 15.

Name

Adresse

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Bestellungen per Mail bitte an [sekretariat@kmb.or.at](mailto:sekretariat@kmb.or.at) sowie telefonisch oder per Mail bei der KMB in deiner Diözese.

PS.: Wenn du Mitglied der KMB werden möchtest, melde dich bitte ebenfalls bei deiner Diözesanstelle. Das Magazin Ypsilon ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Verlags- und Aufgabepostamt: Österreichische Post AG, MZ 022032352 M, Pastorale Dienste, Klostersgasse 15, 3100 St. Pölten

Retouren bitte an: KMBÖ, Spiegelgasse 3/2/6, 1010 Wien

