STRASSENMAGAZIN UND SOZIALE INITIATIVE DER CARITAS STEIERMARK #368 – OKTOBER 2026

MEGAPHON

Zukunfts-küche

Wertschätzung für das, was die Industrie ausgestoßen hat

Seite 28

3.40
50% für die Verkäufer:innen

App sei Dank:
Lesen ohne Lenken.
Ticket kaufen. Einsteigen. Fertig.
GrazMobil
GrazMobil-App downloaden, Tickets bequem am Smartphone kaufen und das Fahren jemand anderem überlassen.
achtzigzehn | Foto: Lex Karelly | Bezahlte Anzeige
holding-graz.at/grazmobil
GRAZ HOLDING

↑
EDITORIAL VON ANNA GANZER UND VALENTINA SCHMID
COVER-FOTO: THOMAS RAGGAM
AUTOR:INNEN-ILLUSTRATIONEN: LENA WURM

↑
FOLGT UNS
Das Megaphon ist auch im Web aktiv. Schau rein.

Der Tisch ist gedeckt.

Diese Ausgabe des Megaphons ist eine Einladung. Eine Redaktion aus Studierenden der FH Joanneum hat sie in Kooperation mit dem „Markt der Zukunft“ gestaltet. In diesem Jahr steht das Grazer Festival unter dem Motto „(R)esistere“ und macht brennende Zukunftsthemen als Aktionsraum im Kunsthaus erlebbar. Wo, wenn nicht in der Küche, wird das greifbar? Und genau wie bei jedem guten Essen kommt es auch bei unserer Ausgabe nicht nur auf das Menü an, sondern darauf, wer aller mit am Tisch sitzt.

Den Platz an der Stirnseite überlassen wir Carla Bobadilla: Die Künstlerin hat das Konzept der „Diasporischen Zukunfts-Küche“ erfunden und damit das Menü dieses Magazins geprägt. Während eines Spaziergangs durch den Botanischen Garten zeigt sie uns, wie versteckte Migrationsgeschichten unseren Blick auf die Zukunft verändern können.

Als Vorspeise tischen wir auf, was andere liegen gelassen haben. Auf seinem TukTuk sammelt Calvin dreimal pro Woche übriggebliebenes Essen aus Grazer Restaurants ein und verwandelt es in der Zinzendorfgasse in ein gemeinsames Abendmahl. Danach servieren wir die steirische Fermentationsszene.

Als Häppchen gibt es drei Kolumnen darüber, mit wem wir essen, was dabei gesagt wird und was nicht. Damit niemand hungrig dasteht, falls der Tisch einmal schneller abgeräumt wird, als uns lieb ist, halten wir ein Notfallmenü bereit: drei 72-Stunden-Pakete für drei verschiedene Ernährungsformen. Auch tierische Gäste finden an unserem Tisch einen Platz. Wir stellen einen Verein vor, der ausgediente Legehennen rettet und vermittelt.

Gerettet wird auch unser Gruß aus der Küche. Denn der LEBI-Laden in Gleisdorf stellt Essen, das vor der Mülltonne bewahrt wurde, günstig Bedürftigen zur Verfügung. Zum Ausklang plaudern wir mit der ältesten Haubenköchin der Welt und ihrem Sohn über Tradition und Innovation, bevor vier Menschen den letzten Toast übernehmen und erzählen, wo es für sie das beste Essen aus ihrer Heimat gibt. Ihre Antworten zeigen, wie viele Kulturen an diesem Tisch zusammenkommen.

Guten Appetit!

QUELLEN

Zahlen, bitte

AUFGESCHRIEBEN VON NICO KAMMERITSCH & CLEMENS LESCH

31,7 Milliarden US-Dollar würde es derzeit jährlich kosten, um den weltweiten Hunger zu beenden. Das ergab vor Kurzem eine Analyse der Hilfs- und Entwicklungsorganisation Oxfam. Zum Vergleich: Das entspricht etwa 2,9 % der jährlichen Militärausgaben der G7-Staaten. Auch ohne Anpassung dieser Ausgaben könnte laut Oxfam eine Vermögenssteuer zur Lösung beitragen. Eine moderate Steuer in den G7-Staaten könnte bis zu einer Billion einbringen – jedes Jahr. Mit einer solchen Steuer für nur ein Jahr wäre es möglich, den weltweiten Hunger über 30 Jahre lang zu eliminieren.

685.000

Tonnen Lebensmittel werden jedes Jahr in Österreich laut WWF in privaten Haushalten entsorgt. Das entspricht im Durchschnitt 168 Kilogramm. Am häufigsten landen laut Umweltministerium Brot, Süß- und Backwaren im Müll, gefolgt von Obst und Gemüse. Besonders traurig: Mehr als die Hälfte dieser Abfälle soll vermeidbar sein.

42,6

Prozent betrug der Preisanstieg der Hauptgruppe „Nahrungsmittel und alkoholfreie Getränke“ im Verbraucherpreisindex zur Berechnung der Inflation seit 2015. In den letzten 10 Jahren war damit nur die Teuerung in den Gruppen Gastronomie und Energie höher. Zusätzlich ist die sogenannte gefühlte Inflation oft höher, als die von Statistik Austria tatsächlich ermittelte.

673 Millionen Menschen litten 2024 weltweit an Hunger, also fast jede zwölfte Person. Die Zahl ist gegenüber den Vorjahren leicht gesunken, jedoch scheint das Ziel der Vereinten Nationen, den Welthunger bis 2030 zu beenden, außer Reichweite. Auch in den kommenden Jahren ist ein Rückgang zu erwarten. Trotzdem wird es laut Prognosen im Jahr 2030 noch 512 Millionen Hungerleidende geben – 60 % davon in Afrika.

80%

der Österreicher:innen geben an, sich auf einen möglichen Blackout vorbereitet zu haben. Dazu zählen auch Maßnahmen wie Ersatzbeleuchtung oder Bargeld im Haushalt. Ein Vorrat an haltbaren Lebensmitteln ist jedoch nur in jedem zweiten Haushalt vorhanden. Expert:innen sehen deshalb bei der Krisenvorsorge noch Aufholbedarf. Im Bundesländervergleich sind Vorarlberg und Burgenland am besten vorbereitet — das Schlusslicht bildet Wien.

300

Eier legt eine Legehenne heutzutage pro Jahr. Vor 50 Jahren waren es noch etwa 180 Eier. Durch Zucht und leistungsorientierte Haltung hat sich die Legeleistung massiv erhöht. Viele Tiere werden gerade deswegen bereits nach 1,5 Jahren aus der Produktion genommen – und das, obwohl ihre natürliche Lebenserwartung deutlich höher liegt.

„Eine tolle Zeitschrift, die immer wieder spannende Perspektiven liefert, die sonst nicht so stark vorkommen. Ich lese es immer wieder einfach gerne.

Michael

→

Was uns am meisten hilft: Megaphon kaufen. Du willst mehr tun, vielleicht sogar spenden? Einfach nebenstehenden QR-Code scannen.

GRAZ

Mein Leben. Meine App. Mein Graz.

Mit der neuen Mein Graz App jederzeit auf städtische Services, Angebote und aktuelle Infos zugreifen – individuell auf deine Interessen abgestimmt.

graz.at/meingraz

achtzigzehn | Foto: KI generiert | Bezahlte Anzeige

MEIN GRAZ

Die Mein Graz App. Gehört zu Graz, wie du. Jetzt downloaden!

TEXT:
STEFANIE GROSS UND
JOHANNA SEEBACHER

Freies Ham-Ham für alle

FOTOS:
THOMAS RAGGAM

Calvin beginnt seine Tour bei der Rösselmühle und legt dann verschiedene Stopps ein – hier z.B. beim Mangolds in der Griesgasse.

Gratis Essen für jede:n. Montags und mittwochs in der Zinzendorfgasse. **Calvin** rettet an diesen Tagen Essen und stellt es auf seinem blauen Tuk-Tuk der Allgemeinheit zur Verfügung. Es geht aber um mehr als um ein Essen. Es entsteht ein Ort der Begegnung, an dem Fremde zusammenkommen und als Freund:innen gehen.

Es ist halb sieben an einem Mittwochabend. Über Graz ziehen dunkle Wolken auf. Regen ist angesagt. Trotzdem macht sich Calvin mit seinem Tuk-Tuk auf den Weg. Denn wie jeden Montag und Mittwoch lädt der 28-Jährige zum „Abendmahl" ein. Aber bevor das Essen verteilt werden kann, muss es beschafft werden.

Die kleine Reise

Wir schwingen uns also auf die Ladefläche des blauen Tuk-Tuks, ein elektrisches Dreirad, und fahren los. Die erste Station ist eine OMV-Tankstelle. Calvin kennt den Besitzer und bekommt deshalb übriggebliebene Sandwiches.

Nach dem kurzen Halt geht es weiter zum Mangolds, einem vegan-vegetarischen Restaurant in der Griesgasse. Dort wartet bereits Jeremias, ein Freund, der beim Einladen hilft. Gemeinsam heben sie randvoll gefüllte Kübel auf die Ladefläche.

Während Calvin über Schleichwege und Nebenstraßen Richtung Innenstadt fährt, wird schnell klar: Das Tuk-Tuk ist ein geniales Transportmittel und zugleich Calvins Markenzeichen.

Um 19:30 Uhr rollt er schließlich in die Zinzendorfgasse. Einige Menschen warten bereits. Aus dem nahegelegenen „Bewusstseins Atelier" – einem bunt angemalten Atelier für Meditation und Kunst – holen sie Bänke und Geschirr. Alle, die da sind, packen an. Im Nu entsteht ein Pop-up-Biergarten. Vor der Hausmauer stehen Holzbänke, am Straßenrand das Tuk-Tuk mit Kübeln voller Reis, Pilzcremesuppe, Buchweizen-Laibchen und Gemüseeintopf. Die ersten haben schon volle Teller und sich damit auf die Bänke gehockt, während immer weitere Leute dazukommen, sich am Tuk-Tuk-Buffet bedienen, sich setzen und quatschen. Es ist ein großes Picknick auf der Straße.

Zahlreiche Stammgäste

Fenja, eine Studentin, kommt seit mehr als einem Jahr regelmäßig zum Abendmahl, erzählt sie, als sie gerade eine Schöpfkelle Reis in ihre mitgebrachte Dose leert. Für sie steht nicht das Essen im Mittelpunkt. „Es sind oft die gleichen Leute da, man kennt sich oder lernt sich kennen", sagt sie. Andere Gäste schätzen vor allem das kostenlose Angebot. „Es ist gratis, vegan oder vegetarisch, schmeckt gut und ich muss nicht selbst kochen", erzählt Hannah, die die Gelegenheit gleichzeitig nutzt, um Freund:innen zu treffen. Manchmal bringen auch die Gäste etwas mit: Kirschen aus dem Garten oder gerettetes Brot vom Bäcker.

Calvin beobachtet das Treiben zufrieden. Er ist Teil der Menge. Sitzt zwischen alten Bekannten und neuen Gesichtern. „Es ist einfach schön, wenn viele Leute da sind, alle haben was zu essen, alle haben Gemeinschaft – es ist einfach so ein cooler Treffpunkt." Viel Essen bleibt am Ende meist nicht übrig. Falls doch, bringt Calvin die Reste zu einem „Fairteiler", einem öffentlichen Kühlschrank, aus dem sich jede:r bedienen kann.

Dass ausgerechnet er heute einen sozialen Treffpunkt organisiert, ist überraschend. Denn Calvins Lebensweg verlief alles andere als geradlinig.

Von Anfang an ein Rebell

Ein paar Tage, nachdem wir Calvin auf seiner Abendmahl-Mission begleitet haben, treffen wir ihn in einem Bio-Café wieder. Wir wollen mehr über ihn erfahren: Wer ist dieser Mann – und was treibt ihn an?

Auf dem Tisch steht eine selbst mitgebrachte Glasflasche mit Zitronenwasser. Er schenkt sich ein Glas ein, lehnt sich zurück und beginnt zu erzählen. Zum ersten Mal öffnet er die Tür zu seiner Vergangenheit. Schon im Kindergarten fiel er auf: Er ist regelmäßig davongelaufen. In der Schule setzte sich das Muster fort. „Ich war Klassenclown hoch zehn", erzählt er. „Ich musste in der zweiten Volksschulklasse die Schule verlassen, weil es viele Reibungen mit den Lehrern gab. Ich musste nachsitzen, in der Pause vorm Lehrerzimmer stehen und wurde die ganze Zeit aus der Klasse rausgeschickt."

Bild: Stefanie Groß

Auch ohne markanten Aufsteller wissen viele Bescheid und holen sich ihr „freies Ham-Ham".

Nachdem er seine holprige Schulzeit überstanden hatte, folgte eine Reihe von Ausbildungen: Tischler, Wagen-Eichtechniker, Mechatroniker, Maschinenbautechniker. Abgeschlossen hat er sie nicht. Der 28-Jährige hat zwar, wie er selbst sagt, „zwei rechte Hände", kam jedoch mit der Berufsschule nie zurecht. Aus diesem Grund hat er eine weitere Ausbildung ohne schulischen Teil gemacht: Eine Teilqualifizierung als Metallverarbeiter. „Die bringt aber nichts, weil der Arbeitsmarkt Leute mit richtiger Ausbildung sucht", meint Calvin.

Seine Freizeit verbringt er draußen. „Ich bin von einem Park in den nächsten gefahren und kannte überall die Leute, die dort abhingen", erzählt er. Manche dieser Bekanntschaften bringen ihn, wie er selbst sagt, in „die falschen Kreise". Weil ihn das Verbotene schon immer reizt, zieht es ihn schnell in die Kleinkriminalität. Rückblickend betont Calvin, dass er nie direkt Personen schädigen wollte. Es ging ihm eher um das Finanzielle und darum, gegen Regeln zu rebellieren. Schließlich wird er erwischt, als er gerade dabei ist, in ein Kellerabteil einzubrechen, und muss dafür für einige Monate ins Gefängnis.

Die Zeit dort beschreibt er als „trist und langweilig". Gleichzeitig bekam er einen Einblick in eine Welt, in der Kriminalität auch hinter Gittern weiter existiert. „Drogen werden in Schuhsohlen oder im Innenfutter von Jacken geschmuggelt. Die Wärter bemerken das oft nicht. Teilweise schauen sie auch weg", erzählt er.

← Volle Kübel – und Calvin teilt aus: alles ist vegetarisch oder vegan!

Die 180-Grad-Wende

Über neue Bekanntschaften gerät er in eine andere Szene: jünger, alternativer, spiritueller. Während der Corona-Zeit organisiert er große Partys im Stadtpark und lernt dabei unzählige Menschen kennen. Darunter auch viele, die bewusster leben als die Menschen in seinem bisherigen Umfeld. „Das hat mir mehr gefallen als die alte Szene“, sagt er.

Nach und nach beginnt er, sein eigenes Leben zu hinterfragen. „Ich habe gemerkt, dass Menschen aus meinem Umfeld ihr Potenzial nicht ausschöpfen und habe mich daran mitschuldig gefühlt. Das wollte ich nicht. Nicht für sie und nicht für mich.“ Er wechselt sein Umfeld – und verändert sich selbst.

Früher verdiente er viel Geld und kaufte neue Kleidung, statt die alte zu waschen, und ernährte sich von Burger und Döner. Heute lebt er den Gegensatz: vegan, nachhaltig, naturverbunden. Meditation ist fester Bestandteil seines Lebens geworden.

„Ich möchte mein Potenzial nicht verschwenden“, sagt er. Vielleicht erklärt genau das, warum er heute so viel Energie in Projekte wie das Abendmahl steckt und ständig unterwegs ist.

Unsere Verabredung im Café hat er auch beinahe vergessen. Als Calvin etwa 20 Minuten verspätet zur Tür hereinkommt, entschuldigt er sich: „Ich war noch Schwefelporlinge sammeln“, und zeigt uns Beweisfotos seiner Funde – gelborange Baumpilze.

Wenn er nicht gerade Pilze sucht, hilft er Freund:innen, räumt Sperrmüll weg oder kümmert sich um seine Sonnenblumen und Tomaten. Wenn gerade nichts ansteht, fährt er zur Rösselmühle oder – natürlich mit dem Tuk-Tuk – zum Schwarzlsee zum Baden. Routine scheint in seinem Leben kaum zu existieren.

Regelmäßig klingelt das Telefon. Jemand kennt ein Haus, das ausgeräumt werden muss. Dann macht sich Calvin auf den Weg. In alten Villen findet er manchmal wertvolle Möbelstücke, die er später verkauft. Nach eigener Aussage verdient er damit und über Online-Verkäufe den Großteil seines Geldes. Wie genau sein Lebensunterhalt funktioniert, bleibt trotzdem ein wenig rätselhaft – vielleicht auch für ihn selbst. Eine weitere Besonderheit prägt seinen Alltag: Calvin ist hochsensibel.

Extreme Sensibilität

Die Veränderung zu einem bewussten Lebensstil hat auch Schattenseiten. „In den letzten zwei Jahren bin ich extrem hochsensibel geworden.“ Auf chemische Gerüche wie Parfüms, Zigarettenrauch und Waschmittel reagiert sein Körper mit Lungen- und Halsschmerzen.

Das führt so weit, dass Calvin an Wochenenden nicht mehr in die Stadt kann, denn gerade dann, so sagt er, tragen die Menschen besonders viel Parfüm auf. Aber auch zuhause ist die Geruchssituation für ihn belastend. Seine Nachbarn haben das „volle Spektrum“, das ihn stört: „Die rauchen und stinken nach Fleisch. Ihre Wäsche riecht nach Parfüm, nach billigem Waschmittel. Was noch fehlt: ein Red Bull in der Hand.“ Tagsüber könne er nicht lüften, da sonst der „Gestank“ in seine Wohnung ziehe. Für Calvin gibt es nur eine Lösung: die Wohnung kündigen. Die Hochsensibilität schränkt ihn zudem beruflich ein. Viele Jobs wären für ihn nicht mehr möglich – das Abendmahl aber glücklicherweise schon.

Ein ausgezeichneter Treffpunkt

Für sein Engagement wurde Calvin ausgezeichnet. Vergangenen Juni bekam er den fee-AWARD der Stadt Graz verliehen – das fee steht für freiwillig, ehrenamtlich, engagiert. Die Stadt würdigt damit Projekte, die „unser Zusammenleben unterstützen und bereichern“.

Calvin hatte nie damit gerechnet, diesen Award zu gewinnen, und wusste zunächst nicht, was er „vor den 200 Leuten“ sagen sollte. Die Auszeichnung ist mit 700 Euro dotiert – das Geld möchte er in „gute Projekte investieren“ und seine Oma unterstützen.

Während das Abendmahl in der Zinzendorfgasse an diesem Mittwoch langsam zu Ende geht, sitzen noch einige Menschen auf den Bänken. Es wird geredet, gelacht, diskutiert. Die weißen Kübel sind fast leer. Nur die Cremesuppe war scheinbar nicht so beliebt. Calvin beginnt aufzuräumen – Teller und leere Kübel abwaschen, den Sonnenschirm zuklappen und Bänke ins Atelier tragen. Die, die noch da sind, packen mit an.

Sobald alles aufgeräumt ist, geht‘s wieder weiter. Den einen Kübel müssen wir noch zum Fairteiler bringen. Wir sind zu zweit auf der Ladefläche. Und vorne auf der Fahrerbank sitzt neben Calvin ein weiterer Freund. Calvin ist also auch ein kleines Taxiunternehmen für Freund:innen. Sobald alle heimgebracht sind und der Kübel im Fairteiler-Kühlschrank steht, kann Calvin nun auch in seinen Feierabend fahren. Das Tuk-Tuk zuhause aufladen, damit es bereit ist für morgen. Für was genau, das weiß Calvin selbst noch nicht.

→ JOHANNA SEEBACHER ist selten so satt von einem Interview nach Hause gekommen.

→ STEFANIE GROSS hatte viel Spaß bei der Recherche. Vor allem bei der Fahrt mit dem Tuk-Tuk.

Über den Tellerrand geschaut

→ ISABELLA WIESLER ist immer auf der Suche nach lustigen Wortspielen und der sogenannten Subkultur. Bei dieser Ausgabe mit der FH Joanneum war sie ein wichtiger Teil des Textteams.

Kebab gegen Einsamkeit

Es gibt nicht viele Kebabstände, die um diese Uhrzeit noch offen haben. Der Mann hinter der Theke ärgert sich, dass wieder ein Kunde mit Karte bezahlen will und ruft: „Keine Kartenzahlung!” Mist. Meine Münzen reichen nicht aus. 70 Cent fehlen mir zur Erlösung. In meiner Verzweiflung tippe ich dem Mann vor mir auf die Schulter. Ich rede eigentlich nur ungern mit Fremden, aber um halb zwei Uhr früh ist die Welt verzerrt. „Hätten Sie vielleicht 70 Cent?”, frage ich. „Sicher”, er drückt mir einen Euro in die Hand.

Nach einiger Zeit wischt sich der Kebabmann den Schweiß von der Stirn. Alle sind versorgt. Vor dem Geschäft stehen drei kleine Tische. Ich setze mich und merke, wie der, der mir den Euro gegeben hat, das Gleiche am Nebentisch tut. Ein weiterer Mann aus der Schlange torkelt zum letzten Tisch. Wir tauschen ein höfliches Lächeln aus.

Es ist spät. Ich sitze hier ohne Begleitung, aber fühle mich nicht alleine. Ist ein weiterer heimlicher Grund, hier zu sitzen, dass es schöner ist, schweigend mit Fremden zu essen als einsam daheim?

Mit diesem Gefühl bin ich ja auch nicht alleine: Laut einer Studie der Statistik Austria geben 28 Prozent der Österreicher:innen an, sich einsam zu fühlen. Wir leben in einer Zeit, in der wir in der Bim die Musik in den Kopfhörern auf voll aufgedreht und den Blick aufs Handy geklebt haben, um jede Art von Interaktion zu vermeiden. Ist das Ansprechen eines Fremden da beinahe eine Form der Rebellion? Oder will ich mir schönreden, dass ich gerade jemanden um 70 Cent angebettelt habe? Ich werde aus meinen Gedanken gerissen, als einer der Männer aufsteht und sagt: „Schönen Abend noch.” Wir drei lächeln uns an und gehen wieder getrennte Wege.

ANZEIGEN

Eine Revolution am Esstisch

TEXT: LENA GOLLOWITSCH, ANJA PALME UND MAXIMILIAN REICHMANN

FOTOS: LENA GOLLOWITSCH

Carla Bobadilla, geboren in Valparaíso, Chile, lebt und arbeitet schon fast ihr halbes Leben in Wien. Diagnosen und Rettung für unsere heutige Gesellschaft liegen für die bildende Künstlerin in den alltäglichen Dingen und Momenten des Lebens.

Klima- und Gerechtigkeitskrise, Kriege und Inflation: **Carla Bobadilla** wird am Markt der Zukunft eine „Diasporische Zukunfts-Küche" einrichten, um die großen Fragen der Zeit neu zu verhandeln. Wir haben die Künstlerin zum Fühl- und Denk-Spaziergang im Grazer Botanischen Garten getroffen.

↑ Ein kleiner Farn, der am Wegesrand ausbricht, als Hoffnungsträger für Carla Bobadilla.

→ Carla beim Spaziergang durch den Heilkräutergarten.

Der Himmel ist grau, dicke Regentropfen prasseln auf das Glasdach. Die Gewächshäuser, die der Grazer Architekt Volker Giencke vor 30 Jahren in den Botanischen Garten in der Schubertstraße setzte, wirken an diesem Vormittag wie ein futuristischer Schutzschild. Im Foyer dieser Pflanzen-Arche zieht Carla Bobadilla ihre orange Regenjacke aus. Die bildende Künstlerin ist eine erfahrene Beobachterin botanischer Gärten. Mit Bobadilla wird ein Ausflug in einen solchen Garten zur Spurensuche: Warum erkennen viele Menschen keine heimischen Baumarten mehr? Warum wissen wir so wenig über unsere Lebensmittel? Warum verrotten Früchte am Boden, während wir im Supermarkt Schlange stehen? Wie können wir mit Bobadillas Methode des „Fühl-Denkens" den Krisen unserer Zeit entgegentreten?

Station 1: Kaiserlich verschleppt

Mit dem Regenschirm, am Ursprung der botanischen Gärten: im Heilkräutergarten. Die Pflanzen hier kommen aus allen Ecken der Welt, auf manchen Schildern findet man das Wort „Verschleppt". Auch die große Brennnessel, die in einem der Beete mächtig gewachsen ist, trägt diese Bezeichnung. „Asien", „Südamerika", beim Überfliegen der Schilder wird klar: Ohne „Verschleppung" wäre der einst von Mönchen und Nonnen kultivierte Garten dünn besiedelt. Wären die Beete leer gewesen, stünde es auch um die medizinische Versorgung schlechter.

Vor allem Kaiser Josef II. füllte die Gärten weiter. Er finanzierte viele Reisen, um seltene Pflanzen nach Österreich zu „verschleppen". Die natürlichen Gefahren des Amazonasgebietes oder Südostasiens mussten andere überwinden. Eine lange Zeit blieben die Gärten dem Adel vorbehalten. Heute, erzählt Bobadilla, könnten diese für Menschen mit Migrationsgeschichte Orte des Erinnerns sein, an denen „verschleppte" Pflanzen die Brücke zwischen Ländergrenzen und Generationen schlagen.

Carla Bobadilla bleibt stehen. Sie riecht an Kräutern, kostet ein Blatt Minze und reibt Fenchel zwischen ihren Fingern. „Genauso riechen die Hügel von Valparaíso in Chile, wenn die Sonne lange darauf scheint", sagt sie und schließt kurz die Augen. „Für mich ist das ein Moment zwischen Nostalgie und Begehren, wie eine Zeitreise." „Fühl-Denken" nennt Carla diese Art des Erinnerns.

Station 2: Widerstand im Kleinen

Einer der Trampelpfade führt aus dem Kräutergarten hinaus, ein kleines Spalier aus Obstbäumen tut sich auf. Am Boden liegen Kirschpflaumen und Pfirsiche, die im Gras verfaulen. Für Carla Bobadilla ist dieses Bild kein Zufall, sondern ein Symptom. „Würden wir nicht so viel Geld haben, wäre dieser Garten voll mit Menschen, die das Obst sammeln", sagt sie und blickt auf die Früchte. „Und nicht nur sammeln, sondern sie würden es nach Hause bringen, Saft oder Marmelade daraus machen – und laden Freund:innen oder Familie ein."

„Aber wir sind viel zu beschäftigt damit, dem Kapitalismus zu dienen. Wir verdienen Geld, um uns ein Leben zu leisten, von dem wir glauben, es zu brauchen. Dabei brauchen wir in Wahrheit nur einander und die Natur." Für Bobadilla beginnt der Widerstand genau hier, im Kleinen. „Wir schützen die Natur und die Natur schützt uns."

Station 3: Ein schöner Ort?

Wälder beeindrucken Bobadilla: „Ich habe lange Zeit große Angst vor Bäumen gehabt, bis ich verstanden habe, dass ich ihre Energie spüren kann." Sie geht ein Stückchen tiefer in das Wäldchen aus europäischen Laubbäumen, das einen hier kurz zu verschlucken scheint, verlässt den Trampelpfad und steht zwischen zwei großen Eichen. Ihren Kopf im Nacken beobachtet sie die Kronen der 250 Jahre alten Baumriesen im Wind und legt ihre Hand sanft auf die Rinde des äußeren Baumes. „Wie viele Kriege hat er schon gesehen und überlebt?"

Während Carla durch den Garten streift, bleibt keine Pflanze unbeachtet. Dabei legt sie die Wurzeln dieser Gärten frei. „Je schöner die Orte sind, desto schwieriger ist es, die dahinter liegende Gewalt zu lesen", sagt Bobadilla. Die Methode, die sie vorschlägt, um dennoch unter die Oberflächen

Künstliche Idylle im Botanischen Garten.

zu blicken, bezeichnet sie mit „Ver-Lernen". Das bedeutet nicht, alles Gelernte zu vergessen, sondern Dinge zu hinterfragen oder aus einer anderen Perspektive zu betrachten.

Oft sind die Dinge vor der eigenen Nase am besten versteckt. So auch ein kleiner Farn, der aus dem Schlitz eines Metallkastens zurück in die Natur wächst. „Das ist für mich ein klarer Gefängnisort", sagt die Künstlerin. Versperrt durch ein Vorhängeschloss, weckt die Kiste am Wegesrand Erinnerungen an die „Sisi-Palme" im Palmenhaus Schönbrunn. Für ihr Glashaus zu groß gewachsen, musste sie schließlich gefällt werden. „Sisi" hat viel gesehen. Die Geschichte der „botanischen Gefangenen" ist eng mit einem dunklen Kapitel Wiens verknüpft: Ab der Mitte des 19. Jahrhunderts fanden auch in botanischen Gärten sogenannte „Völkerschauen" statt. Besonders während der Wiener Weltausstellung wurden Menschen wie Ausstellungsstücke vorgeführt. Diese Zurschaustellung von Menschen aus entfernten Kulturen hat es in Österreich noch bis 1940 gegeben. Der Voyeurismus drang bis in das Herz der Wiener Gesellschaft vor, als Intellektuelle wie Peter Altenberg die ausgestellten Menschen zur eigenen Inszenierung in die Kaffeehäuser der Stadt ausführten.

Station 4:
Der blinde Fleck der Wiener Kaffeehauskultur

Was assoziiert man eigentlich mit dem Begriff Kaffeehaus? Denkt man an die Marmortische, an die Gemütlichkeit und an die österreichische Tradition? Carla steht im Gewächshaus der Subtropen direkt vor dem Robusta-Strauch und betrachtet die Kaffeepflanze. Mythen darüber, wie Kaffee seinen Weg nach Österreich gefunden hat, gibt es viele. Eine, so Bobadilla, besagt, dass nach der türkischen Belagerung Wiens im 17. Jahrhundert ein Sack Kaffeebohnen liegen geblieben sei. Doch diese nostalgische Erzählung habe einen blinden Fleck. „Die Kaffeehauskultur hier wäre niemals möglich gewesen, wenn Menschen in Äthiopien nicht die Kaffeebohnen entdeckt hätten", stellt Carla klar. Der Kaffee wurde von den Einheimischen kultiviert und trinkbar gemacht. Es braucht Anerkennung und Wertschätzung dieses Ursprungs und diese Wertschätzung muss sich auch ökonomisch zeigen. „Der Kaffee, der aus Äthiopien nach Wien importiert wird, um weiterhin die österreichische Kultur zu unterstützen, sollte auf jeden Fall fair sein. Er sollte so gut bezahlt werden, dass die Äthiopier:innen dort Infrastrukturen aufbauen können."

Station 5:
Kochen gegen Nostalgie

Durch Migration verändert sich auch die Esskultur. Carla erzählt hier gerne die Geschichte von zwei Österreichern, die nach Peru ausgewandert sind und Lust auf ein Gericht aus ihrer Kindheit hatten. Aber am Markt konnten sie keine Äpfel finden. Aus Apfelstrudel wurde Bananenstrudel. Menschen, die ihre ursprüngliche Heimat verlassen haben, aber weiterhin mit ihr verbunden sind, greifen auf regionale Güter zurück, um Traditionen aufrechtzuerhalten. Der Apfelstrudel ohne Äpfel, als Anpassung an eine neue Realität.

Speisen als Wege des Erinnerns, die Küche als Ort der Sehnsucht. Umgeben von der warmen und feuchten Luft des Tropenhauses, fühlt sich Carla zu Hause in ihrer ersten Heimat, Chile. Sie erzählt von Gerüchen und Geschmäckern. Trotzdem ist sie auch eng mit Österreich verbunden. Wenn sie zwischen der Lust auf Wiener Schnitzel und dem Verlangen nach Fischsuppe schwankt, nennt sie das die „Krankheit der Nostalgie". Die Heilung: der Herd als Treffpunkt. Die „Diasporische Zukunfts-Küche" als Ort der Anerkennung, an dem verstanden wird, dass die nationale Kultur ohne globale Verflechtungen, wie die Reise der Kartoffel aus den Anden oder die äthiopischen Wurzeln der Kaffeekultur, gar nicht existieren würde. Das Wertvolle: gemeinsam. Die alltägliche Praxis des Kochens als politisches Werkzeug, um Geschichte aktiv zu gestalten. Besonders wichtig ist dabei der Austausch. „Um Widerstand auszuüben, müssen wir unsere Omas immer fragen, was sie gegessen haben und wie sie es gegessen haben." Diese Erinnerungen sind das Fundament einer solidarischen Zukunft ohne „Gäste" und „Gastgeber:innen", sondern mit Verbündeten. In einer Zeit, in der oft Ohnmacht vermittelt wird, erinnert uns Bobadilla an unsere eigene Handlungsfähigkeit. Das Ergebnis nennt sie optimistisch „Futuro Posible".

Station 6:
„Wir sind noch am Leben, weil Liebe herrscht."

Am Ende steht Carla Bobadilla in der trockenen Hitze des Sukkulentenhauses. Hier, zwischen Kakteen und dickblättrigen Gewächsen, herrscht ein anderes Gesetz als in der satten Natur der Tropen – das der extremen Sparsamkeit. Eine Vorschau auf den klimatischen Wandel, der uns in Zukunft erwarten wird? „Wir sind dafür verantwortlich, dass unsere Welt so ist wie sie heute ist, sonst niemand. Aber es muss nicht so bleiben." Bobadilla spricht nie von einem potenziellen Ende der Menschheit, sie stellt mehr die Frage nach dem „Wie". Eine „Futuro Posible", in der es für die Natur und jeden Menschen Raum, Sicherheit und Solidarität gibt. Diese Zukunft ist kein fernes Versprechen, sondern eine tägliche Entscheidung für radikale Solidarität, glaubt sie. „Wir sind noch am Leben, weil Liebe herrscht." Sie sagt das mit einer Bestimmtheit, die keine Zweifel aufkommen lässt.

„Momente einer ‚Futuro Posible' gibt es bereits, wir müssen nur hinsehen." In der Straßenbahn aufzustehen, um einer anderen Person Platz zu machen, ist für Carla ein solcher Moment. Aber auch die Initiativen, die Carla Bobadilla zum Markt der Zukunft einlädt, machen ihre Vision spürbar. Mit zwei dieser rund 50 Initiativen haben wir uns zum Gespräch getroffen.

Experiment Zukunft

„Wir lieben die Herausforderung", erzählt Christina Saxton, während sie mit ihrem Mann Anthony und ihrem Hund Pico auf ihrer Terrasse in Ligist sitzt. Anthony fermentiert, püriert und legt ein. Ein in Kombucha eingelegtes, sozusagen doppelt fermentiertes Radieschen, knackst zwischen seinen Zähnen. „So einen spannenden Geschmack bekommt man einfach nicht anders hin." Von der Saat bis zum verarbeiteten Produkt machen sie alles selbst. Verkauft wird das, was übrig bleibt. Nichts wird weggeschmissen und, ganz wichtig, auch die Schnecken dürfen mitessen. Was wie ein Vollzeitjob klingt, ist für die beiden ein Nebenerwerb. „Wir machen das, weil es irrsinnig viel Spaß macht. Wenn wir nebenbei die Welt noch zu einem besseren Ort machen, ist das ein feiner Bonus." (**Mehr auf S. 14**)

Wie viel ist dein Samen wert?

In der Hitzewelle dieses Sommers steht Margarethe Makovec in einer Grazer Schatzkammer im <rotor>. In der Grazer Saatgutbibliothek AYOCOTL, benannt nach dem indigenen Name der Käferbohnen, lagern rund 50 Samensorten. Jede:r kann Samen mitnehmen, anpflanzen und die geernteten Samen zurückbringen. Margarethe Makovec sieht darin ein wichtiges Lernprojekt, da wir den Umgang mit Saatgut verlernt haben. Sie erinnert an die Zeit vor der industriellen Landwirtschaft: „Vor der Industrialisierung der Landwirtschaft warfen alle Bauern im Dorf ihre Getreidesamen in einen Topf, den sie umgerührt und wieder verteilt haben, sodass die Samen nicht in der gleichen Erde wachsen." Teilen, tauschen und weitergeben war überlebenswichtig – ein Prinzip, das die Bibliothek wieder in das Bewusstsein rückt.

LENA GOLLOWITSCH hat ihre Liebe für doppelt fermentierte Radieschen entdeckt.

ANJA PALME ist nun fest entschlossen, ihre Bildungslücke über heimische Pflanzenarten zu schließen.

MAXIMILIAN REICHMANN hat sich aufs Baum-Umarmen eingelassen und war von der wohltuenden Wirkung überrascht.

achtzigzehn 2025 | Foto: iStockphoto/Julia Siukhtskaya | Anzeige

Morgen schmeckt's besser

TEXT UND FOTOS:
YARA HÖFER,
ANNA GANZER UND
MELANIE SPIELER

← Mit etwas Geduld wird aus einfachen Zutaten ein geschmackvolles Ferment.

Fermentation erlebt ein bemerkenswertes Comeback. In der Landwirtschaft, in Workshops und Universitätslaboren beschäftigen sich Menschen aus ganz unterschiedlichen Gründen mit einer der ältesten Praktiken der Menschheit. Was sie alle antreibt, zeigt ein Blick in die steirische Fermentationsszene.

← Die Wertschätzung für Lebensmittel beginnt bei den Saxtons bereits in ihrer Marktgärtnerei.

→ Marcel Raunnigger beschäftigt sich intensiv mit Lebensmitteln, ihrer Verarbeitung sowie dem Zusammenspiel von Geschmack und Technik.

Anthony Saxton stellt ein Glas nach dem anderen auf den Gartentisch – doppelt fermentierte Radieschen, Brennnessel-Kombucha, dazwischen Rotes und Oranges, Trübes und Klares. Ringsum wirkt der Garten wie eine Oase: über mehrere Ebenen angelegt, ruhig, dicht bewachsen mit duftenden Kräutern, Blumen und seltenen Gemüsesorten. Was in dieser Erde gedeiht, braucht Zeit und was danach entsteht, erst recht.

In Ligist, südlich von Voitsberg, bauen Anthony und Christina Saxton Gemüse an. Die beiden haben eine Leidenschaft dafür, immer wieder Neues anzupacken. „Wir sind alte Projektant:innen", erklärt Anthony. Daraus ist „Vorsicht, Gemüse" entstanden, eine Landwirtschaft nach den Prinzipien der Marktgärtnerei. Auf den Feldern wachsen Paprika, Kohlrabi, Chilis, dazwischen auch seltene Sorten wie Eiskraut. Den Großteil verkaufen sie frisch, den Überschuss fermentiert Anthony. „Unser Ziel ist es, dass nichts weggeschmissen wird", sagt Christina. Seit vier Jahren arbeitet das Paar so, ausschließlich mit Gemüse vom eigenen Hof. „Wenn ich keine Paprika habe, gibt es kein Ajvar", ergänzt Anthony. In Zeiten, in denen Erdbeeren und Paradeiser das ganze Jahr über verfügbar sind, wirkt diese Selbstverständlichkeit erfrischend altmodisch.

Aus Tradition wird Trend

Anthony fermentiert seit vielen Jahren und spricht mit der Begeisterung eines Forschers über Sauerkraut, Miso – eine würzige Paste aus fermentierten Sojabohnen – oder Koji-Kulturen. Diese Edelschimmelpilze nutzen Japaner:innen seit Jahrhunderten, um etwa Sojasauce herzustellen. Dass Fermentation derzeit als Superfood vermarktet wird, sieht Anthony allerdings kritisch: „Der Ursprung des Fermentierens liegt im Bewahren und Haltbarmachen von Lebensmitteln. Alles andere ist ein Zusatznutzen." Viele Produkte werden mit Gesundheitsversprechen aufgeladen, die den eigentlichen Kern der Sache verdecken. Entscheidend sei, Lebensmittel zu verstehen. Auch Christina relativiert den Superfood-Hype: „Wenn ich jeden Tag einen Liter Kombucha trinke, kann das nicht gesund sein. Das wäre zu viel Zucker auf einmal." Kombucha ist ein fermentiertes Teegetränk, das häufig als gesundes Erfrischungsgetränk vermarktet wird.

Auch der Anspruch an Fermentation hat sich laut Anthony verändert: Statt Haltbarkeit stehe heute oft maximaler Geschmack im Mittelpunkt. Vor allem die Sterneküche greife gezielt in den eigentlich unkontrollierbaren Prozess ein. „Für mich geht darin der Ursprungsgedanke von Fermentieren verloren", ergänzt Anthony. In seinen Regalen stehen Gläser, manche seit Monaten, manche seit Jahren, in denen sich Gemüse langsam und unbeobachtet verändert. „Ich schreibe mir nie etwas auf", sagt Anthony. „Es ist jedes Mal anders." Besonders eindrucksvoll: ein Kohlrabi, der nach Monaten der Fermentation eher nach Miso oder Sojasauce schmeckte als nach Gemüse.

Trotzdem freut sich Anthony über das wachsende Interesse an Fermentation. Sich mit Lebensmitteln und ihren Prozessen auseinanderzusetzen, sei durchwegs positiv. Dennoch sieht er die kapitalistischen Vermarktungspraktiken der modernen Fermentationsszene kritisch. Es gibt spezielle Gewichte, Keramikgefäße und Design-Sets. Doch man brauche kein High-End-Equipment. Tatsächlich zeigen wissenschaftliche Untersuchungen, dass die grundlegenden Prozesse der Milchsäuregärung erstaunlich robust sind. Ein altes Marmeladenglas, Wasser und Salz erfüllen demnach denselben Zweck.

Gemeinsam fermentieren

Wie niedrigschwellig Fermentation sein kann, zeigt sich auch in Graz: Mit „Ferment Freude" haben Marcel Raunnigger und David Haider eine Anlaufstelle für Neugierige geschaffen. Mehrmals im Monat treffen sich Kleingruppen, um Kombucha zu brauen oder verschiedenste Gemüsesorten in Salzlake einzulegen, dieses Verfahren nennt man Lakto-Fermentation. Für Raunnigger ist Fermentation weit mehr als eine Konservierungsmethode: „Fermentation ist ein Gegengewicht zur industriellen Lebensmittelverarbeitung und eine Praktik, die gesellschaftliche Thematiken miteinander vereint." Im Mittelpunkt stehen für ihn Gesundheit, Nachhaltigkeit und Kulinarik. Besonders wichtig sind dem gelernten Koch jedoch die besonderen Aromen: „Man holt einfach nochmal 20 Prozent Geschmack raus."

Bei den Workshops fällt Marcel ein Muster auf: Die Mehrheit des Publikums seien Frauen, viele würden sich bereits intensiv mit Ernährung und nachhaltigem Konsum beschäftigen. Aus Gesprächen zwischen den Teilnehmenden zeige sich aber auch, dass eine so intensive Auseinandersetzung mit Lebensmitteln Zeit und Ressourcen voraussetzt, die nicht allen Menschen gleichermaßen zur Verfügung stehen.

Die Freude am Experimentieren spiegelt sich in den Produkten von „Fer-

Jenseits der Norm

Anthony Saxton wird Anfang November beim Markt der Zukunft im Kunsthaus Graz kochen. Das mehrtägige Format bringt Klimakultur, Ernährung und gesellschaftliche Zukunftsfragen zusammen. Gemeinsam mit der Künstlerin Carla Bobadilla bespielt der gelernte Koch im Rahmen der „Diasporischen Zukunfts-Küche“ einen Tisch, an dem Kochen ausdrücklich als soziale und politische Praxis verstanden wird.

Im Rahmen der Veranstaltung treffen weitere Positionen aufeinander, die ähnlich wie Anthonys mit dem Wert von Lebensmitteln jenseits von Normen arbeiten. Eine davon ist jene von Špela Petrič. Die slowenische Künstlerin präsentiert Pickling Rejects. Für dieses Projekt begleitete sie einen niederländischen Gurkenproduzenten, dessen Ernte von einer KI-gestützten Sortieranlage bewertet wird. Innerhalb eines Tages sammelte sie 283 Gurken ein, die aussortiert worden waren – gekrümmt, zu groß, zu klein oder aus anderen Gründen nicht normgerecht.

Špela fermentiert die Gurken nicht, sondern legt sie ein. Doch die Geste folgt derselben Logik wie viele Fermentationspraktiken: Was als Ausschuss gilt, wird bewahrt statt entsorgt. „Gemüse kann eigentlich nicht deformiert sein“, sagt sie. „Es ist einfach Gemüse.“

Nicht Perfektion entscheidet über den Wert eines Lebensmittels, sondern sein Potenzial. Beim Markt der Zukunft geht es zwischen Kunst, Landwirtschaft und Kulinarik um die Frage, wie Lebensmittel jenseits industrieller Normen neu gedacht werden können. Was passiert, wenn nicht Makellosigkeit, sondern Potenzial zählt?

Dünn, dick, lang, kurz, krumm oder gerade. Špela Petrič hat sie alle gesammelt.

ment Freude“ wider. „Es gibt einfach so viel zum Ausprobieren. Mir würden so viele Sachen einfallen, ich werde in meinem Leben sicher nicht fertig“, erklärt Marcel. Interessierte können in Workshops beispielsweise auch Tempeh herstellen oder das fertige Produkt kaufen. Tempeh ist ein indonesischer Presskuchen, der traditionell aus fermentierten Sojabohnen besteht, gebunden durch ein feines Pilzgeflecht. Verarbeitet wird bei „Ferment Freude” jedoch, was regional und saisonal verfügbar ist – unabhängig von üblichen Schönheitsidealen. Das hauseigene Käferbohnen-Tempeh entsteht etwa aus Bruchbohnen. „Also Bohnen, die zu unschön sind und deswegen verbrannt werden oder auf dem Kompost landen würden“, erklärt Marcel. Außerdem möchte man zeigen, wie sich internationale „Fermentationstraditionen” mit regionalen Zutaten verbinden lassen. So ersetzen sie beispielsweise die Hauptzutat Chinakohl der traditionellen koreanischen Beilage Kimchi durch Radieschen oder Karfiol.

Geduld als Zutat

Kimchi steht auch im Geschmackslabor der Universität Graz auf dem Programm. Dort leitet der Mikrobiologe und Ernährungswissenschaftler Fritz Treiber regelmäßig Workshops, in denen Teilnehmende Miso oder fermentierten Liptauer herstellen. Das Interesse sei auch hier groß, gleichzeitig seien Anfänger:innen meist unsicher. „Obwohl es sich um einen uralten Prozess handelt und sich die Menschen dafür begeistern, trauen sie sich oft nicht drüber“, erklärt Treiber. In den Workshops möchte er durch gemeinsames Zubereiten Hemmschwellen abbauen, Mythen widerlegen und Wissen neu beleben.

Mit Fermentation beschäftigt sich Fritz Treiber seit Jahren – wissenschaftlich, historisch und praktisch. Der Ursprung dieses Prozesses liegt Jahrtausende zurück und ist dem Zufall geschuldet. Schon Sammler:innen und Jäger:innen machten sich erste Gedanken zur Lagerung von Nahrungsmitteln. Sie wickelten die Ernte etwa in Blätter und vergruben sie anschließend zum Schutz vor Wildtieren in der Erde. Mit der Zeit machte sich ein säuerlicher Geschmack bemerkbar – die Nahrung fermentierte. Wissenschaftlich betrachtet ist Fermentation ein Zusammenspiel von Mikroorganismen wie Bakterien, Hefe- oder Schimmelpilzen. Sie bauen Zucker und andere Nährstoffe in Säuren und Alkohol um. Der pH-Wert sinkt, schädliche Keime werden verdrängt und Lebensmittel bleiben haltbar.

Fritz Treiber ist Kursleiter am universitären Geschmackslabor und Koordinator für den Studiengang Ernährung, Gesundheit und Konsum.

Über Jahrtausende hinweg entwickelte sich dieses Wissen zu einem gemeinsamen Erbe der Menschheit. Mit dem Aufkommen von Supermärkten und Kühlschränken verlor das Haltbarmachen jedoch an Bedeutung. Viele Menschen hätten verlernt, Geduld zu wahren und sich an saisonalen Produkten zu orientieren. Dass sich Menschen heute freiwillig mit Fermentation beschäftigen, sei laut Fritz deshalb auch Ausdruck eines gewissen Wohlstands.

Wer täglich bis spät abends einkaufen kann und theoretisch nicht einmal mehr auf einen Kühlschrank angewiesen ist, hat die Notwendigkeit des Haltbarmachens längst hinter sich gelassen. Fritz sieht diese gesellschaftliche Veränderung kritisch: „Die Frage ist, muss immer alles zu jeder Zeit verfügbar sein?“

Zurück in Ligist scheint diese Frage bereits beantwortet. In den Regalen von Anthony Saxton stehen dutzende Gläser, in denen frisch geerntetes Gemüse langsam fermentiert. Hier zählt nicht, dass alles jederzeit verfügbar ist, sondern dass Lebensmittel Zeit bekommen. Fermentation ist mehr als eine traditionelle Konservierungstechnik oder ein aktueller Ernährungstrend. Sie erinnert daran, dass sich nicht jeder Prozess beschleunigen, planen oder vollständig kontrollieren lässt. Oft braucht es nicht mehr als Zeit, Salz und ein Glas, damit aus Überschuss Haltbares und aus Geduld Geschmack werden kann.

YARA HÖFER war überrascht davon, in wie vielen Lebensmitteln eigentlich Fermentation steckt.

ANNA GANZER hat die Recherche mit unzähligen Rezeptideen verlassen und einem Glas Radieschen.

MELANIE SPIELER hat während des Workshops eine Vorliebe für Kombucha entwickelt.

Foto: MMSSammlung Gorkiewicz

DIALOGREIHE

→ AUFBRUCH! Steiermark & Kärnten

Mi., 7.10., 14.10., 21.10., 28.10., jeweils 18 Uhr
Museum für Geschichte, Sackstraße 16, Graz
Im Rahmen der Ausstellung „Aufbruch! Steiermark & Kärnten“ lädt die Dialogreihe zu moderierten Gesprächsabenden ein. Im Mittelpunkt stehen die vielfältigen Verbindungen zwischen Steiermark und Kärnten – als gemeinsamer Kultur- und Lebensraum, als Grenzregion im Wandel und als Zukunftsraum. Die Reihe bringt Persönlichkeiten aus Wissenschaft, Kultur, Zivilgesellschaft und regionaler Praxis miteinander ins Gespräch und versteht Kultur als Ort des Austauschs.
www.museumfürgeschichte.at

WORKSHOP

→ Pflegestützpunkt Radio Helsinki: Was würde ich wollen?

Mittwoch, 21. Oktober, 9:30–11:30 Uhr
Senior:innenbüro, Stigergasse 2, 8010 Graz
Im wertschätzenden Rahmen setzen sich die Teilnehmer:innen aktiv und kreativ mit der Frage auseinander: „Wie möchte ich im Alter leben? Und wenn ich Unterstützung oder Pflege brauche, wie hätte ich es gerne?“ Dabei tauschen Interessierte, Betroffene und Angehörige ihr Wissen und ihre Erfahrungen aus. Im Mittelpunkt stehen unterschiedliche Perspektiven und die Frage, welche Rolle dabei die Menschenwürde spielt. Eingeladen sind alle interessierten Menschen. Anmeldung und weitere Infos per Mail an: pflege@helsinki.at

Grafik: Radio Helsinki

Grafik: HungerMachtProfite

FILM

→ Hunger.Macht.Profite. TiAN – Generation Farmfluencer

Mittwoch, 21. Oktober, 19 Uhr, Stieglerhaus
St. Stefan ob Stainz 14, 8511 St. Stefan ob Stainz
Seit 2006 bringen die Filmtage zum Recht auf Nahrung „Hunger.Macht.Profite.“ unser globales Landwirtschafts- und Ernährungssystem auf die Kinoleinwände. Im Film „TiAN“ stehen junge Landwirt:innen im Mittelpunkt, die sich bewusst für ein Leben in der Landwirtschaft entschieden haben. Zwischen Tradition, den Folgen der Klimakrise und ökonomischem Druck gehen sie eigene Wege und machen vor, dass Veränderung möglich ist. www.hungermachtprofite.at

VORTRAG & DISKUSSION

→ Wenn Worte zu Waffen werden

GRATIS

Montag, 12. Oktober, 18 Uhr
Literaturhaus Graz, Elisabethstraße 30, 8010 Graz
Mit der Veranstaltung sollen die Mechanismen hinter der sprachlichen Aufrüstung entschlüsselt und diskutiert werden, wie diese Dynamiken durchbrochen werden könnten. Ruth Wodak, international bekannte und vielfach ausgezeichnete Sprachsoziologin und Diskursforscherin, spricht über die sprachlichen Mechanismen hinter Aufrüstung und Militarisierung. Eintritt frei!
Eine Veranstaltung von: GIFFUN – Grazer Initiative für Frieden und Neutralität. www.giffun.at

Foto: Clara Wildberger

Grafik: Nina Thiel

SPEZIALTIPP

GRATIS

→ Aktionstag: Tag der Straßenzeitung

Mittwoch, 21. Oktober, 12–16 Uhr
Hauptplatz Graz
Im Oktober findet erstmals der TAG DER STRAßENZEITUNG statt! In ganz Österreich rufen die Straßenzeitungen diesen Aktionstag rund um das Thema „Nimm's mit, dann wirkt's“ aus. Damit soll darauf aufmerksam gemacht werden, was eine Straßenzeitung alles verändern kann - allen voran: Perspektiven. Die der Verkäufer:innen, die sich ein Zusatzeinkommen erarbeiten können. Und jene der Leser:innen, die durch anregende Geschichten und Stimmen abseits der Mainstream-Medien tiefere Einblicke und Verständnis dazu gewinnen, was ein menschliches Miteinander ausmacht.

Unser ganzes Team ist vor Ort und freut sich auf den Austausch mit euch: Teilt mit uns eure Ideen, Sorgen, Anregungen und Wünsche – was soll eine Straßenzeitung in Zukunft unbedingt bewahren, wohin darf oder muss sie sich entwickeln? **SEI DABEI** und besuche uns am Hauptplatz in Graz, denn heute zählt jede Ausgabe!

Über den Tellerrand geschaut

← ANJA PALME ist seit Oktober 2024 JPR-Stundentin an der FH-Joanneum und hat für diese Ausgabe einen Redaktionsposten übernommen.

Stille Gäste am Küchentisch
Ich stehe in der Küche und habe Hunger. Zumindest dachte ich das. Früher war Essen ein zutiefst sozialer Akt, verhandelt am Küchentisch. Man aß, was auf den Tisch kam, sozialisiert durch Familie und Tradition. Heute stehe ich alleine vor dem Kühlschrank und zögere. In meine schlichte Lust auf ein Brot grätscht mir eine ganz andere, digitale Instanz hinein: der unerbittliche Algorithmus einer scheinbar „sozialen“ Community.

Dabei gab es gute Ratschläge für gesunde Ernährung immer schon. Omas „Karotten sind gut für die Augen“ war jedoch von Fürsorge getragen. Heute ist das Internet voll mit Heilsversprechen, die sich kaum überprüfen lassen. Aus dem warmen Miteinander der Tischgemeinschaft ist ein kühles, kognitives Regelwerk geworden: Proteine ja, Kohlenhydrate nein, davor Wasser trinken und danach spazieren gehen.

Diese neuen Regeln erreichen mich beiläufig auf dem Bildschirm, platziert zwischen News und Urlaubsfotos von Bekannten. Das Paradoxe daran ist: Ich muss diese Ratschläge nicht einmal glauben, um ihren Druck zu spüren. Greife ich zu Brot, schleicht sich sofort ein leiser Zweifel ein. Ich rechtfertige mich im Stillen – nicht vor meiner Familie, sondern vor den perfekten Bildern einer anonymen Welt.

Früher hätte ich das Brot vielleicht mit jemandem geteilt. Man hätte geredet, diskutiert und nebenbei gegessen. Heute sitze ich allein in der Küche und habe die halbe Welt am Tisch. Sie sagt mir, was ich lassen soll und was mir guttut. Also sitze ich da und denke an all die Dinge, die ich falsch machen könnte.

Am Ende schmeckt das Brot immer noch nach Brot. Aber mein Kopf war zwischendurch deutlich voller als mein Magen.

72 Stunden: Bunkern für das Blackout

TEXT:
CHEYENNE SCHRÖFL,
VASILY MURAVYEV,
VALENTINA SCHMID
UND CLEMENS LESCH

ILLUSTRATIONEN:
LEE SOMMER

Spätestens seit der neuen EU-Empfehlung ist klar: Vorsorge geht uns alle an. Doch wie fängt man am besten an? Wir haben die Theorie in die Praxis umgesetzt, **drei Überlebenspakete** für Sie geschnürt und zeigen, wie unkompliziert der Schutz für die eigenen vier Wände ist.

Die letzten Jahre gaben reichlich Anlass zur Sorge. Blackouts, Lieferkettenprobleme, Extremwetter – kaum eine Woche vergeht, ohne dass irgendwo eine neue Krise aufpoppte. Und doch sitzen die meisten von uns abends auf der Couch, öffnen den Kühlschrank und denken: Passt schon. Passt es aber wirklich?

Auch wenn kein Grund zur Panik besteht, hat sich die Europäische Union genau dieser Frage im März 2025 offiziell gestellt, und die Antwort fiel ernüchternd aus. Mit der sogenannten „EU-Strategie der Bereitschaftsunion“ empfiehlt Brüssel den Mitgliedstaaten, ihre Bevölkerung besser auf Krisen vorzubereiten. Unter dem Motto „anticipate – prevent – react“ will man etwa durch bessere Präventionsmaßnahmen, engere zivil-militärische Zusammenarbeit und rasche Reaktion bei dem Eintritt einer Krise vorsorgen. Der konkreteste Auftrag an jede und jeden Einzelnen: Selbstversorgung für mindestens 72 Stunden. Drei Tage, in denen Strom, Wasser und Supermarkt womöglich nicht zur Verfügung stehen.

Wer jetzt denkt, das klingt nach Survivalismus für Paranoide, liegt falsch. Es geht um etwas Banales und Machbares – und vor allem um etwas sehr Persönliches. Denn wie ein sinnvoller Notvorrat aussieht, hängt davon ab, wer man ist: davon, wie man lebt, was man isst und was man sich leisten kann. Genau deshalb haben wir gemeinsam mit Expert:innen drei sehr unterschiedliche Notfallpakete zusammengestellt – für jemanden, der vegan lebt, für jemanden, der besonders auf seine Leistungsfähigkeit achtet, und für jemanden, für den jeder Euro zählt.

Bevor es aber um Konservendosen, Hülsenfrüchte oder Proteinquellen geht, stellt sich eine grundlegendere Frage: Worauf bereitet man sich eigentlich vor?

Kerze an, Kühlschrank zu

Heribert Uhl kennt sich mit Ernstfällen aus. Als Geschäftsführer des Zivilschutzverbandes Steiermark begleitet er Menschen seit Jahren dabei, sich auf das Unerwartete vorzubereiten. Er spricht von einer „heißen Phase“ – jener kritischen Zeitspanne von 24 bis 72 Stunden, in der bei einem größeren Ausfall sowohl Strom als auch Logistik und Kommunikation zusammenbrechen können. „In dieser Zeit sollte man sich unbedingt selbst versorgen können“, sagt Uhl. Die 72 Stunden der EU sind für ihn dabei eher die Untergrenze als das Ziel, am besten plane man gleich für zehn bis 14 Tage.

Uhls Rat zur Planung ist einfach: Setzen Sie sich abends mit der Familie zusammen, machen Sie das Licht aus, zünden Sie eine Kerze an und überlegen Sie, wie lange man jetzt wirklich durchhalten würde. Ohne Einkaufen. Ohne Lieferservice. Nur mit dem, was im Haus ist. „Wenn bei diesem Selbstcheck rauskommt, dass man es locker zehn bis 14 Tage schafft, ist alles abgehakt“, sagt Uhl. Wer aber merkt, dass der Kühlschrank täglich neu befüllt werden müsste, hat Handlungsbedarf.

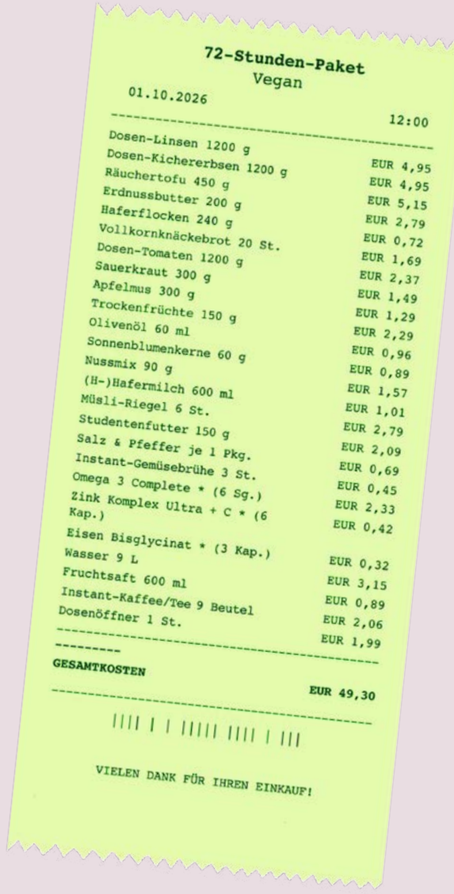
Welche Lebensmittel letztlich in den Vorrat gehören, hängt laut Uhl vor allem vom eigenen Alltag ab. Genau dort beginnen die Unterschiede.

Der/die Veganer:in

Lebt bewusst, kauft nachhaltig, verzichtet auf tierische Produkte. Was braucht es im Ernstfall – und worauf muss man besonders achten?

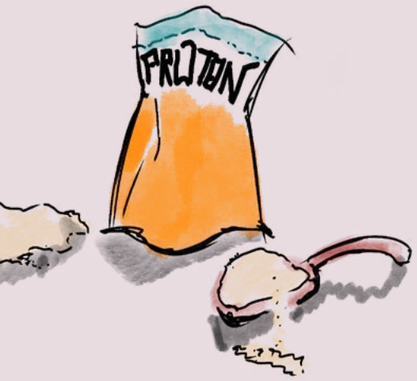
Für Veganer:innen stellt sich bei der Notfallvorsorge eine zusätzliche Frage: Was, wenn die ohnehin eingeschränkte Produktauswahl im Krisenfall noch knapper wird? Diätologin, Ernährungsberaterin und FH-Dozentin Daniela Grach hat sich angesehen, wie ein 72-Stunden-Paket ohne tierische Produkte aussehen kann, und ist zu einem beruhigenden Ergebnis gekommen.

Die gute Nachricht: Die meisten Kohlenhydratquellen sind ohnehin vegan. Reis, Haferflocken, Vollkornnudeln, hier gibt es kaum Einschränkungen. Auch gesunde Fette lassen sich problemlos über Nüsse abdecken, die zudem lange haltbar sind. Etwas mehr Planung braucht es bei den Proteinen. Grach empfiehlt Hülsenfrüchte wie Linsen oder Kichererbsen, idealerweise in Dosenform, weil sie lagerstabil und vielseitig einsetzbar sind.
Die größte Herausforderung bleibt Vitamin B12. „Da Pflanzen es nicht selbst herstellen, ist eine gezielte Ergänzung Pflicht“, sagt Grach. Auch Omega-3, Zink und Eisen können bei rein pflanzlicher Ernährung knapp werden. Wer diese Punkte berücksichtigt, kann auch einen veganen Notvorrat ausgewogen zusammenstellen.



Der/die Sportler:in

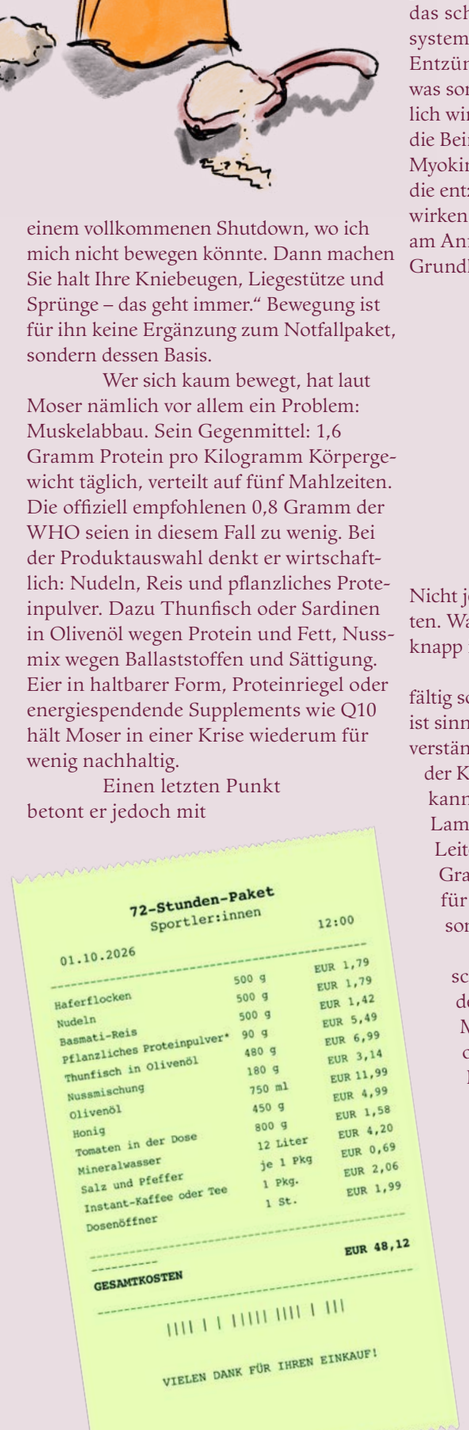
Trainiert regelmäßig, denkt in Makronährstoffen, will auch im Notfall leistungsfähig bleiben. Für diese Person ist Protein keine Modeerscheinung, sondern Grundlage. Wie hält man den Körper während einer Krise leistungsfähig? Othmar Moser, Sportmediziner und Universitätsprofessor in Graz, nennt sich selbst augenzwinkernd „Bewegungspapst“. Wir haben ihn deshalb gefragt, was der Körper braucht, wenn im Notfall genau das wegfällt – Bewegung. Seine erste Reaktion: ein Einwand. „Es gäbe eigentlich keine Situation, auch in



einem vollkommenen Shutdown, wo ich mich nicht bewegen könnte. Dann machen Sie halt Ihre Kniebeugen, Liegestütze und Sprünge – das geht immer.“ Bewegung ist für ihn keine Ergänzung zum Notfallpaket, sondern dessen Basis.

Wer sich kaum bewegt, hat laut Moser nämlich vor allem ein Problem: Muskelabbau. Sein Gegenmittel: 1,6 Gramm Protein pro Kilogramm Körpergewicht täglich, verteilt auf fünf Mahlzeiten. Die offiziell empfohlenen 0,8 Gramm der WHO seien in diesem Fall zu wenig. Bei der Produktauswahl denkt er wirtschaftlich: Nudeln, Reis und pflanzliches Proteinpulver. Dazu Thunfisch oder Sardinen in Olivenöl wegen Protein und Fett, Nussmix wegen Ballaststoffen und Sättigung. Eier in haltbarer Form, Proteinriegel oder energiespendende Supplements wie Q10 hält Moser in einer Krise wiederum für wenig nachhaltig.

Einen letzten Punkt betont er jedoch mit Nachdruck: Flüssigkeit. Wer zu wenig trinkt, setzt seinen Körper unter chronischen Stress, das schlägt sich im Immunsystem nieder und begünstigt Entzündungen. Wer sich fragt, was sonst noch antientzündlich wirkt: Moser verweist auf die Beine. Jeder Schritt setzt Myokine frei, Botenstoffe, die entzündungshemmend wirken. „Da wären wir wieder am Anfang, Bewegung ist die Grundlage.“



72-Stunden-Paket
Sportler:innen

01.10.2026 12:00

Haferflocken	500 g	EUR 1,79
Nudeln	500 g	EUR 1,79
Basmati-Reis	500 g	EUR 1,42
Pflanzliches Proteinpulver*	90 g	EUR 5,49
Thunfisch in Olivenöl	480 g	EUR 6,99
Nussmischung	180 g	EUR 3,14
Olivenöl	750 ml	EUR 11,99
Honig	450 g	EUR 4,99
Tomaten in der Dose	800 g	EUR 1,58
Mineralwasser	12 Liter	EUR 4,20
Salz und Pfeffer	je 1 Pkg	EUR 0,69
Instant-Kaffee oder Tee	1 Pkg.	EUR 2,06
Dosenöffner	1 St.	EUR 1,99

GESAMTKOSTEN EUR 48,12

VIELEN DANK FÜR IHREN EINKAUF!

Der/die Sparfüchs:in

Nicht jeder kann sich einen Notvorrat leisten. Was ist also möglich, wenn das Budget knapp ist?

Supplemente, Proteinpulver, sorgfältig sortierte Dosenvorräte: Vieles davon ist sinnvoll, aber längst nicht für alle selbstverständlich. Für manche beginnt die Frage der Krisenvorsorge schon viel früher: Was kann ich mir überhaupt leisten? Adam Lamprecht kennt diese Realität. Als Leiter des Marienstüberls der Caritas in Graz arbeitet er täglich mit Menschen, für die knappe Ressourcen kein Notfall, sondern ein Normalzustand sind.

Seine Empfehlung ist pragmatischer als alles bisher Genannte: mindestens eine Fertiggericht-Dose pro Mahlzeit, orientiert an dem, was man ohnehin gerne isst. Chili con Carne, Dosenravioli oder ein Linseneintopf. Hauptsache, die Mahlzeit lässt sich auch ohne Strom verzehren. Ergänzt werden könne der Vorrat durch Obstkonserven wie Ananas oder Birnenhälften. Sie seien zwar kein Gourmet-Erlebnis, aber durch 72 Stunden käme man damit locker, so Lamprecht.

Doch sein Notfallpaket besteht aus mehr als nur Lebensmitteln: Das Marienstüberl in der Grazer Kleiststraße würde auch im Krisenfall geöffnet bleiben. Die Caritas Steiermark hat dafür einen eigenen Blackout-Plan entwickelt: mit analogen Arbeitsplänen, Kontaktlisten und klaren Abläufen. Lebensmittel würden zunächst nach Haltbarkeit aufgebraucht, anschließend kämen die gelagerten Konserven zum Einsatz. Gerade dann, wenn soziale Isolation zur Belastung wird, brauche es Orte, an denen Menschen nicht nur Essen finden, sondern auch Gemeinschaft, so Lamprecht.

72-Stunden-Paket
Günstig

01.10.2026 12:00

Chili Con Carne 400 g	EUR 1,79
Dosenravioli in Tomatensauce 800 g	EUR 2,49
Rindsgulasch 400 g	EUR 3,29
Gulaschsuppe 417 g	EUR 1,99
Pfirsichhälften 825 g	EUR 3,59
Ananas in Ananassaft 825 g	EUR 2,29
Linseneintopf Fleisch od. Gemüse 800g	EUR 1,99
Birnenhälften 820 g	EUR 2,99
Bohnensuppe 400 g	EUR 1,49
Heringsfilet in Creme, Dose 200 g	EUR 1,59
Thunfisch in eigenem Saft, Dose 195 g	EUR 1,59
Gefüllte Paprika 400 g	EUR 1,99
Mineralwasser 9 L	EUR 3,15

GESAMTKOSTEN EUR 30,23

VIELEN DANK FÜR IHREN EINKAUF!

→ VALENTINA SCHMID hat nach der Recherche den Vorratsschrank aufgestockt.

→ VASILY MURAVYEV würde sich für sein 72-Stunden-Paket 9-mal Dosenravioli holen.

→ CHEYENNE SCHRÖFL kommt mit einem Vorratsschrank für drei Tage mindestens fünf aus.

→ CLEMENS LESCH ist jetzt wahnsinnig hungrig.

Foto: Johanna Kalcher

3 Fragen an

→ Thi Ba Nguyen und Robert Nguyen

Thi Ba Nguyen ist mit 85 Jahren die älteste Haubenköchin der Welt. 1981 flüchtete sie aus Vietnam nach Österreich. Seit 2015 führt die Grazerin gemeinsam mit ihrem **Sohn Robert** das Restaurant Vina in der Grazer Kalchberggasse. Dort tischt die Familie authentische vietnamesische Küche auf und wurde dafür mit einer Gault-Millau-Haube ausgezeichnet.

INSTAGRAM: @VINAGRAZ

→ 1

Gibt es einen Geschmack, der bei Ihnen ein Gefühl von Zuhause hervorruft?

Thi Ba: Pho-Suppe – die habe ich schon in meiner Kindheit immer gegessen. Die Basis ist Rindfleisch und den guten Geschmack geben Sternanis, Ingwer und Koriander. Außerdem ist die Suppe leicht verdaulich. Sie ist definitiv auch mein Lieblingsessen aus der vietnamesischen Küche. Aus Österreich ist es Schweinsbraten oder Gulasch – Hauptsache nicht süß!

→ 2

Was verbindet Österreich und Vietnam?

Robert: Als meine Mutter hierher gekommen ist, hat sie zuerst in der Küche der Schulschwestern gearbeitet. Dort hat sie sehr viel Neues gelernt: Die Zubereitung, die Zutaten, der Geschmack – alles ist in der österreichischen Küche anders. Und jetzt zeigen wir den Leuten, wie das Essen in Vietnam schmeckt. Ich glaube also, es funktioniert gut, verschiedene Kulturen über Essen miteinander zu verbinden, denn Essen vereint.

→ 3

Tradition oder Innovation?

Robert: Wir ergänzen uns: Bei mir ist es eher die Innovation, bei ihr die Tradition.

Thi Ba: Ich stehe zwar zu Stoßzeiten nicht mehr in der Küche, aber die Vorbereitungen mache ich weiterhin selbst. Für mich ist Tradition aber nicht nur bei der Zubereitung wichtig. Zum Beispiel gehört es auch dazu, bei einem gemeinsamen Festessen ganz viele verschiedene Speisen aufzutischen.

→ JOHANNA KALCHER wird in Zukunft öfter Vietnamesisch essen.

→ VASILY MURAVYEV will jetzt unbedingt Pho-Suppe probieren.

Wo der Nikolaus den Osterhasen trifft

TEXT:
NICO KAMMERITSCH,
VERONICA SCHULZ UND
ALBERT FORMANEK

↓
Brigitte Strempfl räumt neue Produkte in die Regale im LEBI-Laden.

↑
Die Leiterin des LEBI-Ladens Jacqueline Fall vor mehreren Kisten mit Schokohasen.

Seit 16 Jahren verkauft der **LEBI-Laden** in Gleisdorf gerettete Lebensmittel zu günstigen Preisen. Im Gegensatz zu anderen Sozialmärkten ist hier kein Einkommensnachweis erforderlich.

Vorsichtig reicht der Lieferant die rote Kiste durch das weit geöffnete Küchenfenster. Darin: Semmeln, Brot und Gebäck vom Vortag. Jacqueline Fall packt die Kiste an den Griffen, hievt sie auf den Tisch und beginnt, das Gebäck zu sortieren. Viel Zeit bleibt nicht – immerhin öffnet der LEBI-Laden in Gleisdorf in nicht einmal einer Stunde – also um halb neun – seine Türen. Während Fall die Backwaren für den Verkauf vorbereitet, steigt der Fahrer bereits wieder in den weißen Kleintransporter. Sein nächster Halt: ein Großhandel in Graz. Auch dort warten Obst und Gemüse darauf, vor dem Weg in die Tonne gerettet zu werden. „Wir verwerten wirklich fast alles. Was noch gut ist, kommt ins Regal, der Rest wird an Tiere verfüttert“, erklärt Fall, die vor 14 Jahren die Leitung des Geschäfts übernommen hat.

Der LEBI-Laden folgt einem besonderen Konzept: Hier werden Lebensmittel nicht wie im Supermarkt bestellt und geliefert, sondern „gerettet“. Das kleine Geschäft im Zentrum von Gleisdorf bekommt Artikel, die im regulären Handel aussortiert wurden – aufgrund des Ablaufdatums oder leichter Schäden. Während Fall ein Preisschild auf eine Packung Kaisersemmeln klebt, schmunzelt sie: „Ich esse jetzt seit einigen Jahren größtenteils abgelaufene Dinge und lebe immer noch.“

Was ihr nun selbstverständlich erscheint, wäre für die gelernte Einzelhandelskauffrau undenkbar gewesen, bevor sie in den LEBI-Laden gewechselt ist: „Als ich im Supermarkt gearbeitet habe, hätte ich kein Joghurt gegessen, dessen Ablaufdatum überschritten war.“ Heute wundert sie sich über den guten Zustand der Waren: „Wir bekommen hier Kisten mit Lebensmitteln, bei denen ich mir häufig denke: Um Gottes willen, es kann doch nicht sein, dass so etwas weggeschmissen wird!“

Im LEBI-Laden endet kaum ein Lebensmittel in der Biotonne. Produkte, die hier ankommen, werden für einen günstigen Preis weiterverkauft – der Großteil zwischen 55 Cent und zwei Euro. Im Gegensatz zu anderen Sozialmärkten müssen Kund:innen im LEBI-Laden außerdem keinen Einkommensnachweis mitbringen.

„Jede:r kann hier einkaufen kommen – damit sind wir so ziemlich die Einzigen“, sagt auch Brigitte Strempfl, während sie in Folie eingewickelte Croissants zwischen Salzstangen und Kornspitze einräumt. Die Verkäuferin ist seit drei Jahren beim LEBI-Laden beschäftigt, insgesamt seit sieben Jahren beim Mutterunternehmen „Chance B“.

Davor arbeitete sie in der Autoproduktion bei einer großen Firma, bis sie dort aufgrund gesundheitlicher Probleme aufhören musste. Der Wechsel in den Verkauf im LEBI-Laden stört sie nicht – im Gegenteil: Die Arbeit erfüllt sie. „Es ist nicht eintönig, es gibt immer Abwechslung“, erzählt sie. Der Verkaufsraum, in dem sie steht, gibt ihr Recht. Die Auswahl an Produkten ist bunt zusammengewürfelt: Neben den Grundnahrungsmitteln, die immer angeboten werden, gibt es unter anderem flüssigen Bärlauch, eingekühlte Packungen mit veganem Kebab-Fleisch und Schokohasen – Unmengen an Schokohasen. Allein vier Kisten davon stehen im Geschäft, weitere im Lager.

„Die sind bei den Kindern sehr beliebt. Auf dem Weg zum Bus kommen sie herein und nehmen sich einen mit“, sagt Strempfl mit Blick auf die Kisten. Jacqueline Fall deutet auf einen einsamen Nikolaus, der sich im Regal noch zwischen Olivenöl und Weizenmehl einreiht. „Wir sagen immer, bei uns treffen sich der Nikolaus und der Osterhase“, bemerkt sie mit einem Lachen.

Noch nie hatten sie so viele Osterhasen wie in diesem Jahr. „Das hat wahrscheinlich mit den gestiegenen Preisen im regulären Handel und der angespannten finanziellen Lage im Land zu tun“, vermutet Fall. Seit Corona verzeichnet der LEBI-Laden höhere Kund:innenzahlen – aktuell sind es mindestens 50 täglich. Davor waren es etwa 30 bis 35 Personen, die das Angebot jeden Tag nutzten.

Der Nachmittagskaffee

Doch der LEBI-Laden hat mehr zu bieten als günstige Lebensmittel. In einem Zimmer neben den Verkaufsräumen stehen vier Tische mit grünen Tischtüchern: ein kleines Café. Es gehört zum LEBI-Laden und hat seine eigene Stammkundschaft – wie die pensionierten Schwestern Ingrid Kien und Annemarie Zrin, die jeden Tag vorbeikommen. Der LEBI-Laden ist für sie ein sozialer Treffpunkt und eine Konstante in ihrem Alltag. „Das Team hier ist nett. Immer wieder trifft man bekannte Gesichter unter den Gästen“, berichtet Zrin. Nach ihrer traditionellen Tasse Kaffee schlendern sie hinüber ins Geschäft.

„Die Lebensmittelverschwendung ärgert uns, deshalb kaufen wir immer nur das ein, was wir heute brauchen“, erzählt Kien. Die Schwestern verschaffen sich einen Überblick. „Manche Produkte gibt es nicht so oft. Da muss man auch auf andere Rücksicht nehmen und nicht die Regale leerräumen“, meint Zrin schulterzuckend. Mit dem Tageseinkauf in der Hand begeben sich die beiden Schwestern schließlich zu Brigitte Strempfl an die Kassa. Die Frauen kennen sich schon lange – seit der Eröffnung des Ladens kommen Kien und Zrin hierher. „Das Team vom LEBI-Laden ist für uns fast wie eine kleine Familie“, lächelt Zrin.

Die Schwestern verabschieden sich mit einem „Pfiat euch, bis morgen“. Während die Tür ins Schloss fällt, räumt Jacqueline Fall schon die nächsten Backwaren ins Regal. Zwischen Mehl und Olivenöl steht noch immer der Nikolaus, ihm gegenüber der Haufen aus Osterhasen. Im LEBI-Laden begegnen sich die beiden eben das ganze Jahr.

→
NICO KAMMERITSCH
hat zwischen Schokohasen und Brot vom Vortag eine ganz neue Sicht auf Lebensmittel gefunden.

→
VERONICA SCHULZ
sieht reguläre Supermärkte seit ihrem Besuch im LEBI-Laden in einem anderen Licht.

→
ALBERT FORMANEK
hat im LEBI-Laden vollkommen neue Leute und Geschichten kennengelernt.

Über den Tellerrand geschaut

CLEMENS LESCH
ist 2002 in Graz geboren und dort aufgewachsen. Für diese Kooperations-Ausgabe mit der FH-Joanneum hat er eine wichtige Rolle im Textteam eingenommen.

Die dritte Halbzeit schmeckt am besten

Raststätte Bad Fischau: Nach drei hart umkämpften Flag-Football-Spielen sitze ich mit meinen Teamkollegen beim Schachtelwirt. Meine Mitspieler verschlingen bereits ihre Burger. Der Spieler des Tages begleicht seine Schulden: eine Runde Eis – so die Tradition. Die Niederlage vor einer Stunde wird mich in den kommenden Tagen mehrfach beschäftigen. Aber jetzt gibt es einfach nur uns und mein Essen.

„Durchs Essen kommen d'Leut zam", heißt es so schön. Und obwohl amerikanisches Fastfood kein Sinnbild für gehobene Küche ist, stehen solche Momente wie das gemeinsame Essen nach dem Match für mich symbolisch für Gemeinschaftsgefühl. Sport begleitet mich mein Leben lang. Außenstehende denken bei einem Blick auf eine Mannschaft oft an Kameradschaft und Harmonie. Doch sowohl beim Training als auch an Spieltagen kann es richtig zur Sache gehen. Gemüter prallen aneinander, an der Seitenlinie wird gestritten. Aber wenn du am Ende beisammensitzt, ist all das meist weggeblasen. Am Tisch gibt es keine Startaufstellung. Ein Gemeinschaftsgefühl kehrt ein, Spielszenen werden diskutiert und Freundschaften gestärkt. Ein Verteidiger erzählt schon wieder dieselbe Geschichte und trotzdem lachen alle.

Gerade im Amateurbereich bedeutet Sport viel Aufopferung. Auswärtsfahrten müssen selbst koordiniert werden; Mannschaftsbus gibt es keinen. Selbst die Trainer sind maximal nebenberuflich tätig. Vielleicht schmeckt das Essen deshalb so gut. Es klingt banal, aber der Burger ist die Belohnung für die harte Arbeit, die niemand sieht. Nach einem Sieg ist er deine Trophäe, nach einer Niederlage dein Trost.

An viele Ergebnisse erinnere ich mich nicht mehr, dafür an die Mahlzeiten danach. An die Leute neben mir, mit denen es gleich doppelt so gut schmeckt. Und an die Raststätte Bad Fischau.

Finanztipps 2Go

FINANZBILDUNG
powered by **STEIERMÄRKISCHE SPARKASSE.** In dieser Kolumnen-Serie geht's ums Geld. Keine großen Versprechen, keine schnellen Lösungen – sondern konkrete Ideen für das Geldleben.

Jedem sein Konto

Ein eigenes Konto ist wichtig für die eigene finanzielle Unabhängigkeit. Trotzdem nutzen viele Menschen ein gemeinsames Konto – zum Beispiel in einer Partnerschaft. Das kann praktisch sein, führt aber oft auch zu Unklarheit oder Abhängigkeit. Ein eigenes Konto hilft, den Überblick zu behalten: Einnahmen und Ausgaben sind klar erkennbar – und jede Person entscheidet selbst über ihr Geld. Das ist besonders wichtig, wenn sich Lebenssituationen ändern, etwa bei Trennung oder Jobverlust.

Gemeinschaftskonten können sinnvoll sein, zum Beispiel für gemeinsame Ausgaben. Dabei gilt: Beide Personen haben oft Zugriff auf das gesamte Geld. Jede:r kann überweisen oder Geld abheben. Deshalb sind Vertrauen und klare Absprachen wichtig.

Eine weitere Möglichkeit ist die Zeichnungsberechtigung. Das bedeutet: Eine Person darf ein Konto mitnutzen, zum Beispiel für Überweisungen. Das Konto gehört aber weiterhin nur einer Person. Diese Berechtigung kann jederzeit wieder geändert oder beendet werden. Klare Regeln rund ums Konto helfen, Missverständnisse zu vermeiden – und geben Sicherheit im Alltag.

FLiP-Wissensanker

Finanzielle Selbstbestimmung beginnt beim eigenen Zugang zum Geld. Siehe dazu QR-Code (Das Recht auf ein Konto – Financial Life Park Graz)

Service-Box – das hilft jetzt:

- Eigenes Konto haben oder eröffnen
- Bei gemeinsamen Konten klare Absprachen treffen
- Zeichnungsberechtigung bewusst vergeben
- Konto regelmäßig kontrollieren
- Bei Fragen Beratung (Bankberater:in) nutzen

Im nächsten Monat: Sparen kann man auch mit kleinen Beträgen. Die nächste Folge zeigt, warum kleine Beträge und bewusste Entscheidungen den Unterschied machen können.

Fotocredits: © BMEIA / Auer-Grumbach

MIT DER OUD UM DIE WELT

Avin Ahmadi hat sich über das Projekt NASOM ganz neue Welten erschlossen. Nur ein Beispiel für die Vielfalt der Kunstförderung in Österreich.

„Durch die Auftritte auf der ganzen Welt hat sich meine Musik vom Salat zur Suppe gewandelt", sagt Avin Ahmadi. „Die Genres verschmelzen und sind nun nicht mehr als Zutaten, sondern als homogene Masse wahrzunehmen." Mit ihrer Oud – einer Laute – und ihrer Stimme wurde sie für das Unterstützungsprogramm NASOM (The New Austrian Sound of Music) der Sektion für internationale Kulturangelegenheiten des Bundesministeriums für Europäische und internationale Angelegenheiten gewählt – eines der Programme, die am Markt der Zukunft vorgestellt werden. Eine Fachjury wählt alle zwei Jahre fünf in Österreich lebende Künstler:innen aus, die von Kulturforen, Botschaften und Generalkonsulaten bei Auftritten weltweit unterstützt werden.

Mit ihrem Programm „Qayeq – قیاق", also persisch für Boot, war Ahmadi in Tunesien und Nordafrika. Jetzt kommt sie damit auch zum Markt der Zukunft. „Die Idee hinter dem Namen ist, dass mein musikalischer Weg wie ein Boot auf einem Fluss dahingleitet", erzählt Ahmadi. „Dass ich an so vielen Orten spielen darf, dort musikalisch aktiv bin und gleichzeitig neue Orte sehe, ist für mich als Musikerin und als Mensch eine große Bereicherung." Im Lauf ihrer bisherigen Karriere hat Ahmadi gelernt, Perfektion beiseitezulegen: „Manchmal fühlt es sich an, dass etwas noch nicht gut genug ist, um damit auf die Bühne zu gehen – das ist es aber. Wenn man sich dem Publikum aussetzt, wird es automatisch besser."

Der **Markt der Zukunft** findet vom **4.–6. November 2026 im Kunsthaus Graz** statt. Vertreten sind unter anderem die bildenden Künstler:innen Carla Bobadilla, Aldo Giannotti und Oliver Ressler sowie die Initiativen Vorsicht, Gemüse!, ausreißer – Die Wandzeitung, AYOCOTL Saatgutbibliothek für alle, The Cake Escape u. v. m. Genaue Uhrzeiten sowie das Programm finden Sie im Internet unter marktderzukunft.at

Markt der Zukunft 2026: Ein Wegweiser durch den Kultur-Förderdschungel

Der Weg von einer kreativen Idee zur Umsetzung ist häufig lang. Ein Stolperstein dabei ist oft die Finanzierung. Helfen können dabei Kulturförderungen – aber welche? Beim Markt der Zukunft am 6. November im Grazer Kunsthaus lichten sich die Nebel.

#brauchenwir: Ein Slogan, den sich nach den Förderkürzungen in der Steiermark 2025 viele steirische Kulturinstitutionen auf die Fahne geschrieben haben. Bis heute steht der Hashtag für Vernetzung in der Kulturszene. Er mahnt Politik und Gesellschaft, das Kulturland Steiermark in seiner Vielfalt und Qualität zu erhalten.

Gerade in finanziell herausfordernden Zeiten müssen Künstler:innen und Kulturinstitutionen umso mehr den Überblick über die Förderlandschaft behalten. Eine zentrale Beratungsstelle gibt es dafür aber nicht. Ein Forum für Förderungen und Kulturfinanzierungen – also ein gemeinsamer Service-Cluster wichtiger Förderstellen beim Markt der Zukunft im Grazer Kunsthaus – soll Abhilfe schaffen. Kunstschaffende können sich dort umfassend informieren, Kontakte knüpfen und neue Fördermöglichkeiten entdecken.

Office Ukraine und Creative Europe Desk Austria

„In einer Situation, wo Förderungen auf kommunaler, Landes- und Bundesebene zurückgefahren werden, gewinnen andere Förderbereiche an Gewicht", erklärt Anton Lederer, Mitbegründer des <rotor> – Zentrum für zeitgenössische Kunst. Mit dem „Office Ukraine" hat der Verein eine Anlaufstelle für ukrainische Künstler:innen in Graz geschaffen. Gemeinsam mit verschiedenen Fördergebern – darunter dem Bundesministerium für Wohnen, Kunst, Kultur, Medien und Sport und dem Creative Europe Desk Austria – gibt das „Office Ukraine" Künstler:innen die Möglichkeit zur Vernetzung und steht mit Tipps zur Orientierung im „Förderdschungel" zur Seite. Die Grazer Kulturinitiative „uniT" setzte mit einer Förderung von 1.000.000 Euro aus dem EU-Programm „Creative Europe" das Projekt „Future Narratives for Planet Earth" um. Gemeinsam mit fünf weiteren europäischen Partnern entwickelte „uniT" Theaterformate zur zukünftigen Beziehung von Mensch und Natur – beraten und begleitet durch den Creative Europe Desk Austria, der solche Initiativen für kulturelle Vielfalt in Europa unterstützt.

Michi und die wilden Hühner

Das Leben einer **Legehenne** in Österreich hat ein Ablaufdatum: Nach rund fünfzehn Monaten sinkt ihre Legeleistung, für den Betrieb ist sie nicht mehr rentabel. Danach wird sie geschlachtet. Doch einigen wenigen ergeht es anders. Sie werden gerettet und finden ein Für-immer-Zuhause bei Tierfreund:innen wie **Michaela Gihammer** in Graz Umgebung.

→
Mit vollem Einsatz für die Tierwelt. Michaela Gihammer könnte sie alle aufnehmen.

TEXT: JOHANNA KALCHER, JOHANNA SEEBACHER UND MAGDALENA BINDER

FOTOS: THOMAS RAGGAM

↓
Henne Ina hat bei Michi ein neues Zuhause gefunden.

Neben der Einfahrt wälzt sich ein Huhn in einer Erdkuhle und reibt sein Federkleid in den trockenen Boden. Aus dem Haus dringt lautes Bellen und Winseln. Im Gegensatz zu den Hunden lassen sich die vielen Hühner im Hof von unserer Anwesenheit nicht aus der Ruhe bringen. Michaela Gihammer, von allen Michi genannt, hat schon im Garten auf uns gewartet und winkt uns zu.

„Ihr müsst wissen, ich bin keine normale Hühnerbesitzerin, sondern ich bin schon auf der fanatischen Seite“, stellt Michi gleich zu Beginn klar. Dreizehn Hennen und der Hahn Yoshi leben in ihrem Garten. Drei von ihnen haben ein Handicap, wie sie es nennt.

Michis Hühner sind die Ausnahme. Rund 7,4 Millionen Legehennen leben in Österreich, und für die meisten von ihnen ist der Weg vorgezeichnet: Mit etwa fünf Monaten beginnen sie, Eier zu legen; moderne Hybridhühner schaffen bis zu 320 Eier im Jahr. Wenn ihre Legeleistung nachlässt, verbrauchen sie mehr Platz und Geld, als sie Nutzen bringen. Die Tiere werden geschlachtet und meist zu Suppenhuhn verarbeitet. „Ausstallung heißt das in der Branche”, erzählt Michi.

Ina

Im hinteren Bereich von Michis Garten steht eine Voliere. Darin wohnt Ina. Ihr weißes Gefieder sticht heraus, dazu ein schwarzer Federschopf, der ihr wie eine Mütze auf dem Kopf sitzt. Ina war nie eine industrielle Legehenne. Sie stammt von einem privaten Hof, vermutet Michi. Wenn Ina hüpft, schlenkert ihr rechter Fuß mit. Ihr Bein war gebrochen und wurde von den ehemaligen Besitzer:innen nicht versorgt. An der Stelle hat sich mit der Zeit ein Pseudogelenk gebildet, ein zweites Gelenk dort, wo keines sein sollte. „Ich habe mich am Anfang richtig erschrocken, weil der Fuß bei jeder Bewegung lose mitbaumelte und ich das vorher noch nie so gesehen habe. Aber es tut ihr überhaupt nicht weh und deswegen darf sie natürlich weiterleben“, erklärt Michi. Den Namen Ina hat sie von Nina abgeleitet. Denn die Obfrau des Vereins „Rette (d)ein Huhn”, Nina Hofstädter, hat Ina zu ihr gebracht. Mit ihrem Team rettet und vermittelt sie ausrangierte Legehennen und Hühner wie Ina, die ein neues Zuhause brauchen. Dabei wendet sich die Obfrau immer wieder an Michi, weil sie um ihre Erfahrung und Hingabe für die Tiere weiß.

Während Michi das Tor zu Inas Gehege wieder verschließt, erzählt sie uns von der sogenannten „Hackordnung“: „Die Herde geht immer auf die Kranken und Schwachen los. Die bringen sie sogar um.“ Unsere Frage, warum Ina in einem eingezäunten Bereich lebt, erübrigt sich.

Ein zweites Leben

„Ausstallung – Hühner zu verschenken“, teilte die Besitzerin eines Legebetriebs auf Facebook. Michis Lebensgefährte ist darauf angesprungen. „Ich habe ihn gefragt, ob er einen Vogel hat“, erzählt sie. Er habe nur entgegnet: „Ich werde schon einen Stall bauen, aber jetzt schnell, die werden sonst geschlachtet.“ Seine Rolle hat sich seitdem nicht verändert. Er baut Ställe, Volieren und Ausläufe. Das Übrige übernimmt Michi.

„Am Anfang habe ich mich gar nicht getraut, sie anzugreifen. Die haben so komisch geflattert und waren so rippig, dass das Brustbein rausgeschaut hat.” Erst mit der Zeit kam die Liebe zu den Hühnern. „Ich habe verstanden, was es heißt, eine Legehenne zu sein. Die meisten Leute wissen ja gar nicht, dass die nach gut einem Jahr geschlachtet werden.“

Bei den ersten Tieren blieb es nicht. Von da an rief die Betreiberin des Legebetriebs einmal im Jahr an, wenn wieder eine Ausstallung anstand. Michi suchte dann Lebensplätze in der Umgebung, postete auf Facebook und rettete mit ihrem Pferdeanhänger jedes Mal 200 bis 300 Hühner. Vier Jahre lang ging das. Bestimmt 800 Tiere sind es gewesen, schätzt sie.

War ein Huhn besonders nackig, schwach oder verletzt, hat es bei ihr sein Für-immer-Zuhause bekommen. „Für diese Tiere braucht man echt viel Erfahrung, die habe ich mir über Jahre angeeignet”, erklärt sie. Seit die Betriebsbesitzerin 2021 aufgehört hat, vermittelt Michi keine ausgedienten Legehühner mehr. Wenn jemand

← Das sogenannte „Staubbaden" ist bei Hühnern ein wichtiger Bestandteil der Gefiederpflege.

↑ So viel Vetrauen haben die Tiere zu Michaela Gihammer aufgebaut: Sie lassen sich sogar aus der Hand füttern.

← Der grüne „Hühnerrollstuhl" soll die Beine des Huhns entlasten.

↑ In Michis Hühnerstall ist so manches anders, als man es erwarten würde.

mit einem Tier auf sie zukommt, nimmt sie es weiterhin ohne zu zögern auf. Vor allem dann, wenn es keiner sonst haben will.

Krankenstation im Vorraum

So war es auch bei Lotti. Ihr Besitzer, ein privater Bauer, wollte sie schlachten, nachdem sie eine Lähmung in den Beinen erlitten hatte. Michi hat die Henne daraufhin zu sich geholt und aufgepäppelt. Überall hatte sie Wunden und getrocknetes Blut, als sie ankam. Stellenweise haben ihr die anderen Hühner alle Federn ausgepickt. „Dabei hätte sie eigentlich von den anderen sofort getrennt werden müssen, sie konnte sich ja nicht wehren", sagt Michi. Jetzt lebt Lotti im Vorraum des Wohnhauses, wo eine kleine Krankenstation aufgebaut ist. Ein „Hühnerrollstuhl" nimmt ihr für ein paar Stunden am Tag das Gewicht ab. „Man darf sich den nicht als Fortbewegungsmittel vorstellen, mit dem sie durch die Gegend saust. Es ist einfach eine Entlastung für die Beine", erklärt Michi.

Während sie über Lotti spricht, hat sich die Henne halb aus dem Gestell aus Rohren und Reifen gearbeitet. „Aha, du bist schon wieder rausgesegelt", sagt Michi und hebt sie zurück. „Selber ausgestiegen bist du."

Eier legte Lotti bis vor kurzem trotz ihres Handicaps, ein paar Mal in der Woche, besonders große. „Ich konnte es nicht mehr ertragen, ihr dabei zuzuschauen, sie kann ja nicht einmal stehen. Das muss man sich fast wie eine Geburt vorstellen, so anstrengend ist das jedes Mal." Deshalb hat Michi ihr einen Hormonchip setzen lassen, der die Produktion für vier bis fünf Monate stoppt. Rund 200 Euro kostete das Einsetzen. „Ja, und vorheriges Monat war ich mit meinem Kater beim Tierarzt, da habe ich 2.000 Euro liegen gelassen. Also muss ich mir das schon immer ein bisschen einteilen."

Zum Arzt ihres Vertrauens fährt Michi eine gute Stunde pro Strecke. Spezialist:innen sind rar. Nicht allzu weit entfernt gäbe es einen, der auch Legebetriebe betreut. Für Michi kommt er allerdings nicht in Frage: „Wenn der ein Huhn untersuchen will, nimmt er es bei den Füßen und dreht es um. Bei mir stellen sich da alle Haare auf."

Die Henne, die das Meer sah

Manche Fälle sind mit einer Fahrt zum Tierarzt nicht erledigt. Michi erzählt von einer Henne, die zwei Jahre lang bei ihr gelebt hat. Das Tier hatte epileptische Anfälle, meist nachts, deshalb schlief es neben ihrem Bett. So konnte sie im Notfall hinuntergreifen und die Henne festhalten. Irgendwann verlernte das Tier das Fressen. Zwei Jahre lang ernährte Michi es mit einer Spritze, Tropfen für Tropfen, jeden Tag. Als sie beruflich nach Italien musste, war niemand da, der die Pflege übernommen hätte. „Da habe ich sie einfach mitgenommen", sagt Michi und lächelt. „Natürlich waren wir auch am Strand mit ihr."

Neben Hühnern hat sie auch Hunde, Katzen, Schildkröten, Kaninchen und ehemalige Brieftauben bei sich aufgenommen. Bereits als Kind hatte sie Meerschweinchen und Hamster. Hunde oder Katzen hätte sie sich ebenfalls gewünscht, konnte sich aber bei ihren Eltern nicht durchsetzen. Heute sucht sie sich die Tiere kaum noch selbst aus. Es läuft eher umgekehrt. Einmal landete eine Brieftaube zufällig auf ihrem Auto. „Da sind ungefähr 30 Autos gestanden und genau mein Auto hat sie sich ausgesucht, weil sie gewusst hat, da bekommt sie Hilfe." Ein anderes Mal lag ein angefahrenes Reh auf der Straße, ausgerechnet auf der Strecke, für die sie sich an diesem Tag entschied.

Hühnerhälterin als Nebenjob

Michi greift in einen Kübel, und binnen Sekunden hat sich eine Schar um uns gebildet. Gierig picken die Hennen kleine getrocknete Würmer, sogenannte Soldatenlarven, aus ihren Händen. Nur der schüchterne Hahn Yoshi traut sich anfangs nicht. Erst nachdem Michi ein paar Mal seinen Namen gerufen hat, gesellt er sich zur Gruppe.

Vor den Würmern hat sich Michi anfangs selbst geekelt. Überwunden hat sie es, weil sich die Hennen so darüber freuen. „Für die ist das wie ein Leckerli, ein Keks zwischendurch." Mit richtigem Futter habe das nichts zu tun. Die laufenden Ausgaben dafür rechnen die wenigsten ein. Zu hartnäckig hält sich das Bild vom genügsamen Huhn, das sich von Küchenresten und Insekten ernährt.

Hühner kosten aber nicht nur Geld, sondern vor allem Zeit. Michis Tag beginnt eineinhalb Stunden vor ihrer Arbeit. Hauptberuflich ist sie Servicemitarbeiterin im Außendienst für Kaffeemaschinen. Erst wenn alle Tiere versorgt sind, fährt sie los. „Und wenn ich von der Arbeit nach Hause komme, dann sind zuerst sie dran, bevor ich mir Essen mache." Vielleicht zögert sie deshalb bei der Frage, welche Tipps sie für angehende Hühnerhalter:innen hat. „Ich bin gar nicht so der Fan davon, dass jetzt alle Hühner haben wollen. Natürlich ist es toll, wenn sich mehr Menschen für diese Tiere interessieren. Aber ich habe das Gefühl, dass sich viele nicht wirklich mit ihnen auseinandersetzen und das Ganze total unterschätzen."

Katzenboxen im Hühnerstall

Wie schnell etwas schiefgehen kann, zeigt die Vorgeschichte ihrer Henne „Schopfi". Die Besitzer:innen wussten nicht, dass Hühner in der Nacht einen sicheren Schlafplatz brauchen. Ein Marder oder Fuchs holte alle Tiere bis auf eines. Schopfi konnte entkommen und fand bei Michi ein neues Zuhause. Geschichten wie diese über ihre Schützlinge teilt sie auf ihrer Facebook-Seite. Dort setzt sie sich auch für Straßenhunde in Bosnien ein und informiert über Reiturlaube.

Die Tür zu ihrem Hühnerstall wird Michi am Abend von Hand zusperren, wie jeden Tag. Automatische Hühnerklappen gibt es längst, doch Michi traut ihnen nicht. Sie liest zu oft von Türen, die zu früh schließen oder gar nicht. Wir dürfen einen Blick in den Stall werfen. In der Mitte steht eine Futterschüssel, am rechten Rand sind drei Katzenboxen aufgereiht. Sie wirken fehl am Platz. Doch für Michis Hennen sind sie ein wichtiger Rückzugsort und dienen als Brutstätte für Eier. Auch wenn das nicht immer so klappt: „Die suchen sich da ihre eigenen Plätze und lassen sich das nicht vorschreiben", schmunzelt Michi. Stangen gibt es nur wenige, niedrige. Denn Hühner aus Legebetrieben sind nicht damit vertraut. Der restliche Stall wirkt aufgeräumt und gemütlich. „Im Winter kommt noch Plexiglas vor die Fenster, als Schutz gegen den Wind", sagt Michi. Auf die Frage, ob bald noch mehr Hühner hier einziehen werden, hat sie keine Antwort. Es ergibt sich. „Wenn heute jemand anruft – ‚bitte komm, ich habe das und das, bitte Hilfe' –, bin ich natürlich unterwegs."

→
JOHANNA KALCHER
träumt noch immer von Hühnern im eigenen Garten. Nur ein bisschen realistischer als vorher.

→
JOHANNA SEEBACHER
hat das erste Mal ein Huhn gefüttert.

→
MAGDALENA BINDER
ist entsetzt über das kurze und wenig berauschende Leben von Hühnern in der Eierindustrie.

Wo schmeckt es wie zu Hause?

TEXT & FOTOS:
VICTORIA KIMLA UND
ISABELLA WIESLER

Смачного!, Enjoy!, Noosh-e jân und Prijatno. So sagt man „Guten Appetit“ in vier Sprachen: Ukrainisch, Englisch (Nigeria), Persisch (Iran) und Bosnisch. Auf einer **kulinarischen Reise** durch Graz haben wir vier Menschen begleitet – dorthin, wo es für sie das beste Essen aus ihrer Heimat gibt.

← Almira mag es bunt gemischt – so wie ihre Familie: Mutter Bosnierin, Vater Serbe, aufgewachsen in Tirol.

↑ Der Balkan ist ein Schmelztiegel der Kulturen – seine Küche so vielfältig wie seine Geschichte.

↑ Ein nigerianischer Klassiker: Jollof-Reis und Kochbananen.

→ Anthonia kam vor vier Jahren aus Nigeria nach Graz und verfolgt in der Küche einen großen Traum.

Essen bringt Menschen zusammen und Erinnerungen an die Kindheit oder an schöne Momente mit Familie und Freund:innen zurück. Deshalb haben wir uns mit vier Personen getroffen, die nicht ursprünglich aus Österreich stammen, und sie gefragt: Wo gibt es in Graz das authentischste Essen aus deiner Kultur? In vier verschiedenen Restaurants sprachen wir mit ihnen über ihre ganz persönlichen Wege, sich durch Essen an ihre Heimat zu erinnern.

Ein Kochbuch für die nächste Generation (Balkan)

„Gastfreundschaft ist bei uns am Balkan ganz wichtig. Auch wenn man mit Freund:innen essen geht, streitet man sich darum, wer zahlt“, sagt Almira, während wir uns nach dem Essen passenderweise streiten, wer von uns die Rechnung begleichen darf. Wir waren mit ihr im Restaurant Duo in der Kärntner Straße. Hier wird Essen vom Balkan serviert. Auf Almiras Empfehlung hin haben wir Punjene paprike, also gefüllte Paprika, Sarmice, also gefüllte Weinblätter, und Burek bestellt. Zu trinken gab es Cockta, die Balkan-Version von Coca Cola.

Almira, 25, hat dieses Restaurant ausgewählt, weil dort Speisen aus Kroatien, Serbien und Bosnien auf der Karte stehen. Ihre Mutter ist Bosnierin, ihr Vater Serbe. Das war, vor allem in der Zeit, in der sich die beiden kennenlernten, ungewöhnlich. Vielleicht ist Almira der bunte Mix der Speisen aus dem Balkan deshalb auch so wichtig. Sie ist in Tirol aufgewachsen und hatte als Kind wenig Bezug zum Herkunftsland ihrer Eltern. „Sie haben mit mir auf Serbisch gesprochen und ich habe immer auf Deutsch geantwortet. Wenn meine Mama mir in die Schule Sudžuk, also bosnische Wurst, als Jause mitgegeben hat, war es mir manchmal sogar peinlich, weil sie so stark gerochen hat”, erzählt Almira.

Doch je älter sie wurde, desto mehr lernte sie ihre Wurzeln zu schätzen. Jetzt fährt sie oft zurück nach Bosnien oder Serbien und besucht dort Freund:innen oder Verwandte. Dort lernte sie, kleine Momente zu genießen. Zum Beispiel nach dem Fortgehen, wenn die Sonne bereits wieder aufgeht und alle langsam müde und hungrig werden. „Und dann in eine Bäckerei gehen, also die Pekara, und mit deinen Freund:innen Burek und Joghurt frühstücken – es gibt nichts Besseres.”

Als Almira bei einem Projekt in ihrer Ausbildung zur Medien- und Grafikdesignerin ein Kochbuch entwickeln sollte, wusste sie sofort, welchen Fokus sie dabei setzen wollte. Sie begann, Rezepte zu sammeln, die sie mit ihrer Kindheit und dem Balkan verband. Und als das Projekt fertig war, wusste sie, dass sie es nicht dabei belassen und weitermachen wollte: „Durch das Buch habe ich erst gemerkt, dass ich so viel von meiner Heimat, vom Essen und auch von der Kultur, vergessen habe. Und ich glaube, dass es vielen jungen Menschen, die Wurzeln im Balkan haben, auch so geht.”

Deshalb nahm sie Kontakt zur Wiener Influencerin Jovana (@madebyminimalism) auf, die sich ebenfalls auf Rezepte vom Balkan spezialisiert hatte, und gemeinsam schrieben sie weiter an dem Buch. Jovana machte die Fotos und Rezepte, Almira konzipierte das Design und schrieb die passenden Geschichten. Es ist also nicht bloß ein Rezeptbuch, sondern auch ein Weg, die eigene Kultur wiederzuentdecken. Neben dem Burek-Rezept schreibt sie von dem Morgen nach dem Fortgehen. Das Rezept für ihre Lieblingsnachspeise, Čupavci (das sind Kokoswürfel), hat ihre Mutter handschriftlich verfasst. Viele Gerichte sind also mit persönlichen Erinnerungen und der eigenen Familie verbunden. Mit ihrem Buch will Almira diese Wertschätzung der Kultur und Küche am Balkan, die sich vor allem durch Gastfreundschaft auszeichnet, an die nächste Generation weitergeben.

Apropos Gastfreundschaft: Unser Streit darüber, wer die Rechnung zahlt, wurde prompt beendet, als der Manager des Restaurants zu uns kam: „Keine Sorge, wir laden euch ein, es geht aufs Haus.” Wir müssen alle lachen. „Typisch Balkan“, sagt Almira.

Jollof meets Käsespätzle (Nigeria)

Aus den Boxen im Restaurant spielt Musik, die zum Tanzen einlädt, man kann gar nicht anders als mitwippen. Die Wände sind orange und grün bemalt und mit Bildern, Wandteppichen und Pflanzen behängt. Anthonia sitzt an einem der Tische im nigerianischen Restaurant Omoka in der Keplerstraße und beschreibt sich selbst als „großer Food-Enthusiast”. Vor vier Jahren kam Anthonia, die heute 27 ist, nach Österreich. Davor hatte sie in Nigeria eine Kochausbildung absolviert. Seit April macht sie nun eine Ausbildung zur Köchin in Graz und lernt dadurch auch die österreichische Küche kennen. Der größte Unterschied zwischen den Ausbildungen in den beiden Ländern? „Im Kurs in Nigeria geht es mehr darum, beim Kochen in den Flow zu kommen. Bei meinem jetzigen Kurs sind alle Schritte und Rezepte sehr viel präziser.” Anthonia träumt davon, diese beiden Erfahrungen zu verbinden und ihr eigenes Restaurant in Graz zu eröffnen, das eine Fusion aus nigerianischem und österreichischem Essen bieten soll.

Unser Tisch füllt sich mit Tellern von nigerianischem Essen: von dem orangen Jollof-Reis, der mit Paprika gemacht wird, über Kochbananen, bis hin zu nigerianischer Fanta, von der der Besitzer, Omoka, uns schon vorgeschwärmt hatte, weil

↑ Safran, Reis und viel Gastfreundschaft: Die persische Küche zeigt Liebe auf dem Teller.

→ Sepid arbeitet als Sozialpädagogin und vermisst ihre Heimat auch an ungewöhnlichen Orten.

sie ganz anders als unser Fanta schmecken soll, und einem nigerianischen Guinness. Währenddessen erzählt Anthonia, welche der Gerichte sie auch selbst am liebsten kocht: Jollof-Reis und Fried Rice. Sie sind schnell und einfach, erinnern aber auch an ihre Kindheit, vor allem an ihre Mutter, die diese Gerichte damals auch immer zubereitet hat. Und an die Kochkünste ihrer Mutter kommt bis heute nichts heran, obwohl Anthonia gar nicht so genau benennen kann, was ihr Essen so einzigartig macht: „Die Technik, die sie in der Küche hat. Die Liebe, die sie in die Suppen steckt. Ich weiß es nicht, aber es ist besonders."

Das Kochen hat sie früh von ihrer Mutter und ihren älteren Geschwistern gelernt. Heute kocht Anthonia vor allem für ihren Mann und die beiden Kinder, einen sechsjährigen Sohn und eine zweijährige Tochter. Die nigerianische Okra-Suppe haben die beiden am liebsten. Aber mittlerweile haben es ihnen auch österreichische Gerichte angetan. Anthonias Sohn hat in der Schule Käsespätzle probiert und gefragt, ob sie das auch machen kann. „Ich musste ihm sagen, dass ich noch nicht weiß, wie das geht. Aber ich werde es lernen und dann mache ich es ihm." Es wird sich also zeigen, ob in Anthonias Restaurant neben dem Jollof-Reis dereinst auch Käsespätzle auf der Karte stehen werden.

„Es riecht nach Heimat" (Iran)

Im Safran in der Gerrigasse dauert es nicht lange, bis uns andere Gäste im Restaurant ansprechen: Sie fragen uns nach unserer Arbeit, ein Gast zeigt uns Fotos von Tiroler Berglandschaften, es wird gleich gelacht und über Fotografie diskutiert – man fühlt sich sofort willkommen. Sepid Sarmad-Tucci geht mit uns persisch essen. Gemeinsam schauen wir uns die Speisekarte an, lassen uns von ihr beraten und bestellen: Safran-Juice, einen Kuku-Kartoffel-Wrap und Mirza Ghasemi – eine gegrillte Melanzani mit Tomaten, Knoblauch, Ei und Reis. „Im Iran isst man viel Reis", erklärt sie.

Im Jahr 2000 zog Sepid nach Österreich, um Oboe zu studieren, denn das war im Iran an der Universität damals nicht erlaubt. Sie entschied sich, in Österreich zu bleiben – auch aufgrund der besseren Frauenrechte: „Ich bin sehr ängstlich aufgewachsen. Du musstest immer Angst haben, dass dein Kopftuch ein bisschen zurückrutscht oder etwas nicht passt. Und wenn du einen Polizisten gesehen hast, dachtest du nicht an Sicherheit, sondern an Schreck."

Mahsa Jina Amini wurde 2022 von der iranischen Sittenpolizei wegen eines angeblichen Verstoßes gegen die Kleiderordnung festgenommen und in Polizeigewahrsam so schwer misshandelt, dass sie an den Folgen starb. Ihr Tod löste weltweite Proteste aus und war auch für Sepid ein Wendepunkt: Seitdem engagiert sie sich, neben ihrer Arbeit als Sozialpädagogin, bei „Woman Life Freedom Austria" in Graz. Dieser Verein möchte den Protestierenden im Iran eine Stimme geben und organisiert Kino-Abende, Podiumsdiskussionen und Demonstrationen. Auch gemeinsam gegessen wird manchmal, denn Gastfreundschaft spielt auch im Iran eine große Rolle: „Der Gast ist König", erklärt sie. „Er muss am besten Platz sitzen. Wenn jemand zu Besuch kommt, muss viel angeboten werden und alles schön dekoriert sein." Das sei auch eine Art, Liebe zu zeigen.

Kulinarisches Heimweh überkommt sie auch an ungewöhnlichen Orten. Am Grazer Hauptbahnhof zum Beispiel. „Ich bin herumgegangen wie ein Hund: Woher kommt dieser Geruch?" Überraschenderweise kam er vom Brezelstand. Besonders die hellen Brezeln riechen ähnlich wie persisches Brot. „Es schmeckt nicht wie unser Brot, aber dieser Geruch! Wenn ich am Bahnhof bin, kaufe ich deshalb oft eine und rieche daran." Außerdem vermisst sie den Duft von Safran, der einem im Iran mittags beim Vorbeigehen aus jedem Haus entgegenströmt. Wenigstens den Geschmack dieses Gewürzes findet man im Safran-Juice im Restaurant Safran wieder: süß, erfrischend und ganz besonders.

← Die Teigtaschen werden klassisch und traditionell mit Sauerrahm oder flüssiger Butter serviert.

↑ Olena kommt aus der Südukraine. Mittlerweile hat sie ihr eigenes Geschäft in der Münzgrabenstraße.

Teigtaschen als Therapie (Ukraine)

Im Geschäft Varenyky in der Münzgrabenstraße wartet Olena Krulikowska auf uns. Das beste ukrainische Essen gibt es bei ihr – in ihrem eigenen Geschäft, das selbstgemachte Teigtaschen verkauft. Olena kommt aus Saporischschja, einer Stadt in der Südukraine, die seit Kriegsbeginn regelmäßig von Drohnen und Raketen angegriffen wird. Nach Graz zu ziehen war nie geplant, doch ein medizinischer Notfall in der Familie zwang sie auf der Flucht nach Polen, ihre Pläne zu ändern. Seitdem wohnt Olena in Graz und beschreibt die Stadt als ihre zweite Heimat.

Am Anfang lebte ihre Familie zwei Monate lang bei einer anderen Familie. Olena kochte oft für sie, und eines der Kinder meinte, sie solle unbedingt ein Restaurant eröffnen. Olena liebt das Kochen, und ein eigenes Geschäft war ein lang gehegter Traum. In der Ukraine war sie fünfzehn Jahre lang Polizistin – ihr jetziger Job gefällt ihr besser: kein Stress, dafür freundliche Kund:innen. Warum genau Teigtaschen? „Es ist ein praktisches Essen. In der Ukraine ist es die Nummer eins. Man kocht es fünf Minuten – und lecker!" Im Geschäft gibt es viele verschiedene Sorten mit salziger oder süßer Füllung: Kraut, Kartoffel und Pilze, Sauerkirsche, Heidelbeere und vieles mehr.

Olena kocht für uns Teigtaschen mit Pilzfüllung, dazu Sauerrahm und Butter. Außerdem probieren wir ukrainischen Gurkensalat mit viel Knoblauch. Zur Erfrischung bietet uns Olena Kwas an, ein Getränk, das durch Gärung aus Brot hergestellt wird – natürlich auch selbstgemacht.

Während wir essen, kommen immer wieder Kund:innen ins Lokal, lassen sich beraten und kaufen die selbstgemachten, tiefgekühlten Teigtaschen sowie andere Spezialitäten aus der Vitrine: etwa Pirogi mit Kartoffelfüllung oder verschiedene Süßspeisen mit Karamell. Als es im Geschäft ruhiger wird, setzt sich Olena zu uns und erzählt von ihrer Geschichte und ihrer Liebe zur ukrainischen Küche.

Ihr Lieblingsessen ist Borschtsch. Die österreichische und die ukrainische Küche schmecken ganz unterschiedlich, findet Olena. Zum Beispiel beim grünen Salat: In Graz isst man ihn eher sauer und salzig, in der Ukraine wie in Wien eher süß. Auch beim Essenstempo gebe es Unterschiede: In der Ukraine nimmt man sich mehr Zeit, schnelles Essen zwischendurch ist nicht so üblich. Zu Weihnachten gehört es etwa zur Tradition, zwölf verschiedene Speisen auf den Tisch zu stellen – das bedeutet viel Arbeit. Auch Gemeinschaft spielt eine große Rolle: Gegessen wird immer gemeinsam, besonders beim Frühstück.

Um die Tradition des gemeinsamen Essens und ihre Liebe zu Teigtaschen weiterzugeben, möchte Olena künftig Workshops in ihrem Geschäft veranstalten. In einem Raum, der gerade noch umgebaut wird, will sie gemeinsam mit den Teilnehmer:innen Teigtaschen formen, kochen und essen: „Mit Teig zu arbeiten ist gut für den Kopf. Man kann es sich wie Meditation oder Therapie vorstellen." Wer nicht auf die Workshops warten möchte, findet im Varenyky schon jetzt tiefgekühlte Teigtaschen – und nimmt ein kleines Stück ukrainischer Küche mit nach Hause.

→ VICTORIA KIMLA hat während der Recherche neue Lieblingslokale in Graz gefunden.

→ ISABELLA WIESLER hat dank diesem Artikel ihre brennende Liebe für Kochbananen entdeckt.

Elene Sabiashvili

TEXT: YARA HÖFER UND
VICTORIA KIMLA

Wenn Elene Teig knetet, muss er fest sein. So fest, da muss auch ihr Mann mit anpacken. Während er den Teig bearbeitet, bereitet sie die Füllung vor und formt Khinkali – georgische Teigtaschen aus ihrer Heimat. „Für solche besonderen Gerichte laden wir unsere Freund:innen aus Georgien, aber auch aus Österreich ein. Sie mögen unsere traditionellen Speisen von zu Hause auch sehr gerne", erzählt Elene.
Elene Sabiashvili verließ mit ihrer kleinen Familie vor rund elf Jahren Georgien. Damals hatte das Paar eine Tochter. Heute ist diese dreizehn und hat zwei jüngere Brüder, zehn und acht Jahre alt. Nach ihrer Ankunft in Österreich wurde die Familie nach Vorarlberg, in ein kleines Dorf geschickt. „Eine sehr ruhige, schöne Zeit", erinnert sich Elene. Für die 39-Jährige aus der georgischen Hauptstadt Tiflis wirkte die Ruhe zunächst ungewohnt: „Am Anfang habe ich gedacht, was ist hier passiert?", schmunzelt sie heute über ihre Verwirrung. Immer wieder vergaß sie, dass abends oder am Sonntag alle Geschäfte geschlossen sind.

Von Tiflis ins Dorfleben

Eine junge Frau aus der Gemeinde half der Familie beim Deutschlernen. Nachbar:innen kamen auf sie zu. Über den Kindergarten entstanden Kontakte und Freundschaften. „Wir haben sehr schnell Anschluss gefunden", freut sich Elene. Daher sei der Umzug nach Graz vor sechs Jahren dramatisch gewesen – besonders für die Kinder. Die Familie musste Vorarlberg verlassen, weil sich ihre damalige rechtliche Situation veränderte. „Aber nicht nur für die Kinder, für alle ist es schwer. Die Freund:innen gehen verloren. Du musst irgendwohin umziehen und bist alleine." Wirklich alleine sind sie aber nicht. Ihre österreichischen Bekannten beschreibt Elene als Engel: „Solche Menschen im Leben zu haben, ist nicht nur Glück, sondern eine große Freude."

Mittlerweile ist die Familie in Graz angekommen. Die Kinder haben sich ein neues, großes soziales Netz aufgebaut. „Ich bin so zufrieden, dass meine Kinder so gute Freund:innen haben", erzählt Elene stolz. Die Kinder haben klare Träume: Der jüngste Sohn möchte einmal für Sturm Graz Fußball spielen, die Tochter spielt Theater und malt gerne. Darin erkennt die Mutter viel von sich selbst wieder. Wenn Elene eine Auszeit braucht, erstellt sie gerne mit ihren Kindern gemeinsam Collagen. Diese Stunden bedeuten ihr viel.

Ein neuer Weg mit dem Megaphon

Dass Elene heute das Megaphon verkauft, war nie Teil ihres Lebensplans. Als Kind träumte sie davon, Journalistin zu werden. Später entschied sie sich für ein Studium an der Kunstuniversität im Fach Design. In Georgien sammelte sie berufliche Erfahrung in einer Marketingabteilung. Das kommt ihr heute beim Verkaufen des Magazins zugute. „Wenn du nur sitzt und wartest, geht das nicht so gut", weiß sie. Die Arbeit mit Menschen ist Elene wichtig. Besonders schätzt sie Menschen, die ihr durch den Kauf des Magazins bewusst helfen möchten.
Seit fast einem Jahr bieten Elene und ihr Mann das Straßenmagazin vor dem Lidl in der Kärntner Straße an. Lange wussten sie nicht einmal, dass ihnen diese Möglichkeit offensteht. Die Familie lebt schon seit Jahren in rechtlicher Unsicherheit. Viele Entscheidungen über ihre Zukunft liegen nicht in ihren Händen. Umso wichtiger sind für Elene die Dinge, die sie beeinflussen kann.
Die beiden Eltern teilen sich die Aufgaben des Alltags gut auf: Während einer das Megaphon verkauft, kümmert sich der andere um den Haushalt und die drei Kinder. „Eltern machen alles für ihre Kinder, auch das Megaphon-Verkaufen ist für die Kinder", sagt Elene.

Kochen schafft Brücken

Auch beim Kochen denkt Elene oft an andere: „Wenn ich etwas Leckeres koche, nicht nur für mich, sondern für meine Familie und für Gäste, dann bedeutet das für mich doppelt so viel Dopamin", erzählt sie. Besonders gerne bereitet sie traditionelle georgische Rezepte zu: „Wir haben sehr viele leckere Gerichte – das vermisse ich." Ein bekanntes georgisches Gericht ist Khachapuri, eine käsegefüllte Teigspezialität. Dass es je nach Region unterschiedlich zubereitet wird, macht es für Elene zu einer besonderen Erinnerung an ihre Heimat.

Das Kochen hat sich Elene größtenteils selbst beigebracht. Schon im Alter von zehn Jahren hat sie es ausprobiert. „Einmal hab ich etwas so Leckeres gemacht, dass meine Mama gesagt hat, dass ich ab jetzt das Kochen für die Familie übernehmen kann", erinnert sich Elene.

Die georgische Küche unterscheidet sich sehr von der österreichischen. In Elenes Heimat wird zum Beispiel gerne viel Koriander verwendet. Außerdem gibt es ein paar Zutaten, die in keinem Grazer Supermarkt zu finden sind: Einige wichtige Wurzeln oder gelbe Blütengewürze, ähnlich wie Safran. Trotz ihrer Liebe zur georgischen Küche hat Elene auch in Österreich einen Favoriten gefunden: Kaiserschmarrn. „Den gibt es bei uns aber nicht oft, weil er ziemlich süß ist", sagt sie lachend. Diese Vorliebe teilt sie mit ihren Kindern, die den österreichischen Klassiker genauso gerne mögen wie ihre Mutter.

Gemeinsames Essen spielt für die Familie überhaupt eine wichtige Rolle. Wenn sie Khachapuri oder Khinkali zubereitet, sitzen sie selten allein am Tisch. Diese Begegnungen bedeuten Elene viel. Immer wieder spricht sie von den Menschen, die ihre Familie auf ihrem Weg begleitet haben: „Ohne die, die uns geholfen haben und bis jetzt bei uns stehen, wüsste ich nicht, was sein würde." Nach Hilfe zu fragen, fällt Elene trotzdem nicht leicht. Auch deswegen hat sie begonnen, das Megaphon zu verkaufen: Um selbst zum Lebensunterhalt ihrer Familie beitragen zu können.

Ihr Wunsch für die Zukunft ist bescheiden: Ruhe für ihre Kinder, denn sie merken, wenn ihre Eltern gestresst sind. Die Tage sollen sich nicht mehr anfühlen wie ein Kampf ums Überleben.

Elene träumt auch vom Studieren und klärt derzeit ab, ob das möglich ist: „Lernen ist das Beste, was man für die Zukunft machen kann", ist sie überzeugt. Doch egal, was die kommende Zeit bringt: Elene hat eine klare Haltung: Menschen sollten ihre Wünsche verfolgen, sagt sie. Aufgeben kommt für sie nicht infrage. „Niemals. Also nie. Es gibt nichts, was jemand wirklich will und nicht schaffen kann."

→ Danke für die Kooperation. Diese Megaphon-Ausgabe wurde von den Studierenden der FH Joanneum Graz gestaltet.

←
WOLFGANG SCHLAG
vom „Markt der Zukunft“ hatte die Idee zur Kooperation zwischen FH Joanneum und Megaphon.

←
THOMAS WOLKINGER
ist Dozent für Journalismus am Studiengang „Journalismus und PR“ an der FH Joanneum.

Anna Ganzer
Chefredakteur:in

Valentina Schmid
Chefredakteur:in

Albert Formanek
Social Media

Vasily Muravyev
Social Media

Lena Gollowitsch
Social Media

Nico Kammeritsch
Art-Director

Magdalena Binder
Redakeur:in

Johanna Kalcher
Redakteur:in

Johanna Seebacher
Redakteur:in

Clemens Lesch
Redakteur:in

Maximilian Reichmann
Redakteur:in

Melanie Spieler
Redakteur:in

Isabella Wiesler
Redakteur:in

Stefanie Groß
Redakteur:in

Anja Palme
Redakteu:rin

Cheyenne Schröfl
Redakteur:in

Veronica Schulz
Redakteur:in

Victoria Kimla
Redakteur:in

Yara Höfer
Redakteur:in

DANKE AN UNSERE UNTERSTÜTZER:INNEN

Steiermärkische SPARKASSE

chic ethic FAIR TRADE SHOP

RÄTSELFABRIK

IMPRESSUM

Medieninhaber, Herausgeber, Verleger: Caritas der Diözese Graz-Seckau, Grabenstraße 39, 8010 Graz; **Redaktionsadresse Megaphon:** Marianum, Mariengasse 24, 8020 Graz, E-Mail: megaphon@caritas-steiermark.at, megaphon.at; **Leiterin:** Petra Kaspar-Buchegger. **Redaktion:** Claudio Niggenkemper, Julia Reiter, Michael Zakary. Die in Gastbeiträgen geäußerte Meinung muss nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. **Anzeigen:** Bernadette Boesch, bernadette.boesch@caritas-steiermark.at; **Vertrieb & Redaktionsassistenz:** Firdoz Osaeva, David Kinzer, Telefon: 0676 8801 56 55 & 0676 880 15 74 78, megaphon@caritas-steiermark.at; **Layout und Gestaltung:** Kristina Kurre – MitKa **Illustrationen:** Lena Wurm (Autor:innen) **Repro und Druck:** Druck Styria GmbH & Co KG

DAS MEGAPHON
IST EINE
INITIATIVE DER
Caritas

MIT FREUNDLICHER
UNTERSTÜTZUNG VON
STADT GRAZ SOZIALAMT

Unser Straßenmagazin erscheint seit Oktober 1995 monatlich und ist Ausdruck eines Lebensgefühls: sozial engagiert, nah am Menschen, aber auch umweltbewusst sowie politisch interessiert. Das Megaphon ist ein urbanes Grazer Magazin mit regionaler Verankerung und globaler Denkweise, das kulturelle Vielfalt als Chance und Bereicherung einer Gesellschaft sieht.

Das Megaphon liefert als Straßenmagazin gesellschaftskritische Inhalte & fördert kulturelle Vielfalt. Der Verkauf des Magazins bietet Menschen in prekären Lebensverhältnissen die Möglichkeit, niederschwellig ein Einkommen zu erwirtschaften. Die Hälfte des Verkaufspreises von 3,40 Euro bleibt den Verkäufer:innen.
www.megaphon.at

↓

Das nächste Megaphon erscheint am
2.11.2026

21.10.

Die österreichischen Straßenzeitungen

TAG DER STRASSENZEITUNG ÖSTERREICH

Aktionstag

Warum rufen wir den Tag aus?

Die österreichischen Straßenzeitungen ändern Perspektiven – und das gleich mehrfach: Sie stellen ein Sprachrohr für strukturell Benachteiligte dar und machen auf soziale Missstände aufmerksam. Unsere Zeitungen haben eine Qualität, die sich essenziell von anderen Printmedien unterscheidet, weil wir Menschen zu Wort kommen lassen, die sonst kaum Gehör finden. Für viele Menschen, die unter der Armutsgefährdungsschwelle leben, bieten unsere Angebote eine wichtige **Tagesstruktur und Zuverdienstmöglichkeit**. Darüber hinaus erfahren die Verkäufer:innen bei uns Selbstwirksamkeit und Würde – für viele sind wir sogar eine Art Ersatzfamilie.

GEMEINSAM SIND WIR LAUT

7 österreichische Straßenzeitungen geben

1.591 Verkäuferinnen und Verkäufern **eine Perspektive, ein Einkommen und neuen Mut.** Sie erreichen von **Vorarlberg bis ins Burgenland** jeden Monat bis zu

128.800 Leserinnen und Leser und sind damit eine **starke Stimme** für jene, die in großen Leitmedien oft wenig Gehör finden.

HEUTE ZÄHLT JEDE AUSGABE.

In Zeiten von Sparmaßnahmen im Sozialbereich und einer anhaltenden Medienkrise sagen die **österreichischen Straßenzeitungen**: „Heute zählt jede Ausgabe!“ und machen nach über 30-jährigem Bestehen auf die Vielschichtigkeit der Initiativen aufmerksam. Die Botschaft lautet: „Nimm’s mit, dann wirkt’s“, denn nur mit dem Kauf einer Straßenzeitung werden Verkäufer:innen auf Augenhöhe unterstützt, die Initiativen langfristig gestärkt und auf soziale Missstände journalistisch aufmerksam gemacht. **Wenn du dir eine Stunde Zeit nimmst, um sie zu lesen, wirst du ihren Mehrwert selbst erkennen.**

Mehr als nur eine Zeitung

Neben unseren Zeitungen bieten wir teilweise auch Zusatzprodukte wie etwa Kalender, Bücher, Podcasts, Radio und ähnliches an. Wir veranstalten Freizeitaktivitäten mit unseren Verkäufer:innen und ermöglichen ihnen soziale und kulturelle Teilhabe. Ob Kurzurlaube, Theater-, Museums- oder Stadionbesuche – für jede Person ist etwas dabei. All diese Angebote tragen zum höheren Ziel bei: **Perspektiven schaffen** für strukturell benachteiligte Menschen.

www.martinauer.at/atelier

Svein Møxvold, there are a lot of good people around, 2021

ATELIER MARTIN AUER