



## MENTAL HEALTH DAYS 2016

# Mentale Stärke bei Studierenden

LET'S TALK ABOUT  
THE ELEPHANT IN THE ROOM ...

17. - 19. MAI

Interview mit  
ÖH Vorsitzendem  
Benjamin Walch  
Seite 5

Über Probleme und Anliegen  
in der School of Education  
Seite 8

Die Präsidentenwahl-Stichwahl:  
Hofer vs. VdB  
Seite 27

Grillen in Innsbruck –  
dein perfektes BBQ  
Seite 18



### 90s Reloaded

7. Mai | Innsbruck | Music Hall

### Boulder Weltcup

19. Mai - 21. Mai | Innsbruck | Olympiahalle

### Gin Ga

20. Mai | Innsbruck | Weekender

### Electric Movement

28. Mai | Ötztal | AREA 47



**CLUB**  
Da ist was los.

Tickets in allen Raiffeisenbanken.  
Ermäßigung für Raiffeisen Club-Mitglieder.

# „Meine Ideen sind für Sie da.“

*Markus Kalchmann, Entwicklung Digitales Banking*

Ich gehöre zu den Menschen, die ohne Smartphone nicht aus dem Haus gehen. In diesem Ding stecken so viele smarte Ideen, so viele Apps, mit denen wir Vorgänge, die früher noch mühsam waren, plötzlich ganz einfach gestalten können. Egal, wo man gerade ist. Das gilt für mich wie für meine Kunden.



#### Mobile Geldbörse

Mit Ihrem Smartphone können Sie jetzt kontaktlos bezahlen. Gratis im App-Store downloaden.



#### Schnell-mehr-Geld-Funktion

Spontankauf? Jetzt mehr Geld bei Kartenzahlung sekunden-schnell abrufbar.

[FuerSieda.bankaustria.at](http://FuerSieda.bankaustria.at)

Das Leben ist voller Höhen  
und Tiefen. Wir sind für Sie da.

Willkommen bei der  
**Bank Austria**  
Member of **UniCredit**



## editorial

Der Monat Mai steht ganz im Zeichen des Themas „Mentale Stärke“. Nach der ersten Runde der Bundespräsidentenwahl wohl mehr als nur verständlich. Doch das ist Demokratie und wird hier nicht weiter hinterfragt. Wir empfehlen aber die Kolumne von Michael Wolf auf [Seite 27!](#)

Zurück zum Thema „Mentale Stärke“. Als Studierende sind wir im Alltag sehr belastbaren Stresssituationen ausgesetzt. Dies wird sehr häufig unterschätzt oder auch klein geredet. Daher ist es mehr als nur gut, sich aktiv einen gewissen Grad an mentaler Stärke anzueignen. Unsere Muskeln und unser Denkkern trainieren wir ja auch häufig, warum also nicht unsere Stressresistenz und geistige Ausdauer? Ein sehr tolles Programm wurde für dich hier zusammengestellt. Begleitend dazu haben wir unseren UNIT-Experten Alex Mitterer im Seminar besucht und geben dir exklusive Einblicke und praktische Tipps aus seinem Coaching.

Ebenso ist viel Kultur mit einigen Gastbeiträgen in diesem Heft vertreten und unser Dr. Ersti gibt dir praktische Fitnesstipps abseits von empfehlenswerten USI-Kursen. Wer hingegen schon in die Grillsaison starten will, bekommt in der Heftmitte einen kleinen Appetizer von uns serviert. Das Wohlbefinden von Körper und Geist hängt ja nachweislich eng zusammen.

Bei Fragen, Lob, Kritik, Anregungen oder Wünschen meldet euch bitte unter der E-Mail Adresse [unipress@oeh.cc](mailto:unipress@oeh.cc).

Für die Chefredaktion  
**Florian Heiß und Tim Jekat**  
[www.unipress.at](http://www.unipress.at) | [unipress@oeh.cc](mailto:unipress@oeh.cc)

# Inhalt

## ÖH

|  |   |
|--|---|
| Editorial  | 3 |
| Vorsitz aktuell  | 4 |
| „Was man gerne macht, macht man gut“ – Interview mit dem ÖH- Vorsitzenden Benjamin Walch | 5 |
| Das Referat für Bildungspolitik der ÖH-Innsbruck stellt sich vor ...                     | 6 |

## Uni & Wissen

|  |   |
|--|---|
| Wusstet ihr... wer Frau Hitt war und die Idee zu „Per Anhalter durch die Galaxis“ in Innsbruck entstand? | 7 |
| Quo vadis, Lehramt?  | 8 |

## Titel

|   |    |
|---|----|
| Mentale Stärke: „The inner side of success“ | 10 |
|---|----|

## Gesellschaft und Leben

|  |    |
|--|----|
| Mitbewohner gesucht? Wie wär's mit einem Flüchtling. | 14 |
| Dr. Ersti: Gesund und fit in den Sommer              | 15 |
| Das Spiel mit dem Feuer: Grillen                     | 18 |
| Wo kann und darf ich eigentlich Grillen?             | 19 |

## Service

|                        |    |
|------------------------|----|
| Eventtipps             | 20 |
| Veranstaltungskalender | 21 |

## Kultur

|   |    |
|---|----|
| Austria meets Russia                            | 22 |
| Literarische Talente gesucht & gefunden         | 22 |
| Musiktipps                                      | 23 |
| Self-Publishing                                 | 24 |
| 4 Fragen an Innsbruck liest-Autorin Didi Drobna | 25 |
| Buchtipps                                       | 26 |

## Kommentar: Michael Wolf – Politik im Blick

|                           |    |
|---------------------------|----|
| Eine Republik am Abgrund! | 27 |
|---------------------------|----|

## Fraktionen

|                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| AG   GRAS   VSStÖ   JUNOS   UNIKORN | 28+29 |
|-------------------------------------|-------|

## Uni-Roman

|               |    |
|---------------|----|
| Weils gut tut | 30 |
|---------------|----|

**IMPRESSUM: Herausgeber und Medieninhaber:** Hochschülerinnen- und Hochschülerschaft an der Universität Innsbruck (ÖH); Josef-Hirn-Straße 7/II; A-6020 Innsbruck; Tel.: 0512/507-35505; Fax: 0512/507-35699; email: [info@oeh.cc](mailto:info@oeh.cc); web: [www.oeh.cc](http://www.oeh.cc) | **Chefredaktion:** Florian Heiß, Tim Jekat | **Layout&Grafik:** Kurt Herran/Hildegard Bernhardt (WestPoint – design solution) | **Druck:** RadinBergerPrint – Innsbrucker Straße 59/III, A-6176 Innsbruck-Völs; [www.radin-berger-print.at](http://www.radin-berger-print.at) | **Anzeigenverwaltung:** Studia Creative Services; Kurt Herran; Herzog-Siegmund-Ufer 15; A-6020 Innsbruck; Mobil: 0664/3165777; email: [kurt.herran@uibk.ac.at](mailto:kurt.herran@uibk.ac.at) | **Auflage:** 25.000 Stk. | **Fotoquellen:** Hildegard Bernhardt, UNIPress, Uni Innsbruck/Pressestelle, ÖffiReferat, WestPoint, fotofolia, pixelio.de, Anna Krepper, Evelyn Unterfrauner, freizeit-tirol.at, Freepik.com | **MitarbeiterInnen dieser Ausgabe:** Florian Heiß, Tim Jekat, Martina Scheichl, Soraya Pechtl, Stefanie Konrad, Andrea Steiner, Anna Krepper, Evelyn Unterfrauner, Michael Wolf, Felix Kozubek, Siljarosa Schletterer, Wolfgang Nöckler, Sarah Hollenstein, Christa Wolf, Benjamin Walch, Maria Linsinger, Dominik Berger, Kurt Herran | **Redaktionschluss:** 24. Mai 2016 | **Nächster Erscheinungstermin:** 07. Juni 2016

**Kein Hochschul-Dschungel mit uns!**



Innsbruck – die Hauptstadt der Alpen – hat vieles zu bieten. Von Tourismus bis Kultur über Sport bis Bildung ist alles dabei. Genau diese facettenreiche Kombination zieht so viele Studierende an. Ich möchte auf die zwischen den Alpen platzierte Hochschul-Landschaft eingehen, diese ist nämlich vielfältiger als geglaubt wird. Neben der mit Abstand größten Leopold-Franzens-Universität gibt es noch weitere Fachhochschulen, Privatuniversitäten und Pädagogische Hochschulen – insgesamt sind es acht Hochschulen, welche gemeinsam zum sogenannten Campus Tirol zusammengeführt werden.

**Diese Vielfalt ist etwas Wunderbares**, sie bietet verschiedenen Interessensgruppen die Möglichkeit, die unterschiedlichsten Studienwege einzuschlagen. Doch kein Vorteil ohne Nachteil – für viele Studienanfänger wird eine solche Hochschul-Landschaft zum Hochschul-Dschungel. Es entsteht die Angst sich möglicherweise falsch zu entscheiden – Grund dafür ist höchstwahrscheinlich mangelnde Aufklärung und die Vielzahl an Hochschulen. **Wir setzen uns für eine faire und umfangreiche Aufklärung VOR dem Studium ein**, damit es zu weniger Unsicherheit kommt. Mit unseren ÖH-Referaten sind wir daher für eine bestmögliche Aufklärungsarbeit auch das ganze Jahr im Einsatz.

**Save the dates:**

- Am 09. Mai findet in der Claudiana-Säulenhalle (Altstadt) der Europatag statt. Dort bieten wir dir die großartige Chance, dass du mit Entscheidungsträgern der Europäischen Union diskutieren kannst. Sei dabei!

- Entspannen, Wahrnehmen und die Lebensqualität steigern! Vom 17. bis 19. Mai finden die **Mental-Health-Days** an euren Campi statt. Sie stehen ganz im Namen der Prävention und sollen dir dabei helfen die mentale Gesundheit ins Bewusstsein zu rücken und zu stärken. Tu dir etwas Gutes und sei dabei. EUCH soll es im und rund um das Studium gut gehen!

Einen wunderschönen und ereignisreichen Mai wünscht,

Euer

*Benjamin Walch*

**Benjamin Walch**  
Vorsitzender  
benjamin.walch@oeh.cc  
**AktionsGemeinschaft**



**Fahrradflickaktion**



Auch heuer war die alljährliche Fahrradflickaktion der ÖH Innsbruck ein voller Erfolg. Wir freuen uns sehr, dass so viele Studierende die Chance genützt haben, um ihr Fahrrad aus dem wohlverdienten Winterschlaf zu holen und es wieder einsatzbereit für die wärmeren Monate zu machen. Neu war, dass all jene die noch nicht im Besitz eines Fahrrades waren, die Möglichkeit bekamen, ein hochwertiges gebrauchtes Rad auszuprobieren und zum Preis eines Semestertickets zu erwerben. Zugleich fand auch eine Unterschriftenaktion zur parlamentarischen BürgerInneninitiative statt.

Diese enthält folgende Forderungen:

- Ein für alle öffentliche Verkehrsmittel in Österreich gültiges Studierendenticket mit Einbindung von privaten Verkehrsbetreibern.
- Die Geltungsdauer des Tickets soll 3, 6 oder 12 Monate ab Kaufdatum betragen.
- Als Preisbasis sollen für das Jahresticket Euro 360,- angesetzt werden.
- Anspruchsberechtigt sollen alle Studierenden sein, welche einen Leistungsnachweis von 8 ECTS im vorhergegangenen Semester erreicht haben; dies soll nicht für die ersten 2 Semester gelten.
- Die maximale Anspruchsdauer soll in Summe maximal 10 Jahre betragen.
- Bestehende Ermäßigungskarten sollen von dem neuen Studierendenticket nicht betroffen sein und weiter aufrecht bleiben.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen Studierenden recht herzlich für die Teilnahme bei der Bürgerinitiative bedanken. Nun möchte ich noch kurz auf die **Mental Health Days der ÖH Innsbruck** aufmerksam machen, welche von **17. bis 19. Mai** stattfinden werden. Ziel der Veranstaltung ist es das mentale Wohlbefinden in das Bewusstsein der Studierenden zu rücken und gegen Stigmas wie Depressionen oder Angst anzukämpfen. Eine spannende Sache! Also:

Save the date!!

Beste Grüße,

*Maria Linsinger*

**Maria Linsinger**  
1. Stv. Vorsitzende  
maria.linsinger@oeh.cc  
**AktionsGemeinschaft**



**Antrittsbesuch bei Landeshauptmann Günther Platter**



Liebe Studierende!

Als neu gewähltes Vorsitzteam hatten wir vor kurzem unseren Antrittsbesuch bei Landeshauptmann Günther Platter. Auf der Tagesordnung standen vor allem die Preise des öffentlichen Verkehrs, der Wohnsituation für Studierende in Innsbruck und die Stärkung der Zusammenarbeit zwischen den Hochschulen Tirols im Sinne der Studierenden. Gerade in Innsbruck drücken Wohnen und öffentlicher Verkehr unverhältnismäßig stark auf die Geldtasche. Wir bauen auf tatkräftigen Einsatz der Landesregierung, um Innsbruck für angehende Studierende noch attraktiver zu gestalten und diese finanziell zu entlasten.

**Lauftreff in Vorbereitung auf den Stadtlauf**

Da die Aktion letztes Jahr so großen Anklang fand, veranstaltet die ÖH Innsbruck auch dieses Jahr wieder einen wöchentlichen Lauftreff, bei dem motivierte Läufer zusammenkommen und sich gemeinsam auf den Innsbrucker Stadtlauf am 15. Mai vorbereiten können. Seit 12. April, bis zum Stadtlauf ist dafür jeden Dienstag um 18:00 Treffpunkt am GeiWi Vorplatz. Egal ob Profi Läufer oder motivierter Anfänger, in den verschiedenen Laufgruppen kann jeder nach individuellen Gegebenheiten an seiner Kondition feilen. Solltest auch du Interesse haben, sei doch einfach das nächste Mal dabei. Mitzubringen ist dafür nur Laufgewand und die richtige Motivation. Wir würden uns freuen dich dabei zu haben.

Euer

*Dominik Berger*

**Dominik Berger**  
2. Stv. Vorsitzender  
dominik.berger@oeh.cc  
**AktionsGemeinschaft**



# „Was man gerne macht, macht man gut“ – Interview mit dem ÖH-Vorsitzenden Benjamin Walch

Unsere Redaktion hat dem neu gewählten Vorsitzenden der Universitätsvertretung einige Fragen gestellt. Was seine persönliche Motivation ist, welche Themen er für wichtig empfindet und warum eine Auslagerung von Studienfächern nicht in Frage kommt lest ihr hier nach.

**UNIPress:** Was ist deine persönliche Motivation um ÖH-Vorsitzender zu sein?

**Benjamin Walch:** Leidenschaft! Es ist meine größte Leidenschaft mich für andere einsetzen zu können und Menschen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Zu einer Verbesserung des Studierendalltags beitragen zu können und anderen zu helfen macht mich glücklich. Gemeinsam mit meinem Team werde ich mich hierfür Tag für Tag einsetzen. Ich habe stets für jeden ein offenes Ohr und kümmere mich persönlich um dessen Anliegen.

**UNIPress:** Welche Eigenschaften muss man deiner Meinung nach für dieses Amt mitbringen?

**Benjamin Walch:** Die vielfältige, fordernde und komplexe ÖH-Arbeit benötigt vor allem geistiges Durchhaltevermögen und Mut. Man darf nicht Angst davor haben zu verlieren, denn dann hat man schon verloren. Neben dem Durchhaltevermögen benötigt man auch Passion, Ehrlichkeit und Freude. Die Eigenschaften für dieses Amt sind sehr vielfältig, ich habe lediglich die wichtigsten aufgezählt. Das Sprichwort „Was man gern macht, macht man gut!“ ist glaube ich sehr passend.

**UNIPress:** Wie wichtig ist dabei Teamarbeit in der ÖH?

**Benjamin Walch:** Sehr wichtig! Ohne Teamarbeit ist es nicht möglich der Tätigkeit nachzukommen. Je funktionierender und motivierter das Konstrukt aufgestellt ist, desto mehr kann erreicht werden. Ich bin sehr dankbar so viele tolle und engagierte Menschen um mich zu haben, die mich tagtäglich bei der Erreichung der Ziele unterstützen. Ganz speziell möchte ich mich beim restlichen Vorsitzteam bedanken.

**UNIPress:** Habt ihr gemeinsam im Vorsitz auch Schwerpunkte festgelegt?

**Benjamin Walch:** Wir haben uns dafür entschieden, dass wir uns für eine Entlastung des Budgets der Studierenden einsetzen. Studentischer Wohnraum und ein günstigeres Öffi-Ticket lauten die Devisen! 17,03 Euro pro m<sup>2</sup> sind uns zu viel! Ein jahrelanger Kampf für ein günstigeres Öffiticket steht in der ÖH-Geschichte niedergeschrieben, auch diesen geben wir nicht auf. Hartnäckig, konstruktiv und lösungsorientiert setzen wir uns weiterhin für Innsbrucks Studierende ein. Neben der Entlastung sind wir auch dabei uns gegen eine Auslagerung von kompletten Stu-

dienfächern einzusetzen, da wir es nicht verantworten können, wenn Studiengänge an Individualität und Gestaltungsfreiheit verlieren. Genau das macht eine Universität aus!

**UNIPress:** Definiere das Thema Wohnraum näher... welche Initiativen werdet ihr hier noch setzen?

**Benjamin Walch:** Wie oben erwähnt ist Studieren schon teuer genug. Wir setzen uns für studentischen Wohnraum ein, denn dieser vergrößert den Markt, verteilt die Nachfrage besser und der Mietzins im Raum Innsbruck sinkt. Hierzu sind wir in ständigen Gesprächen mit Stadt, Land und verschiedensten Interessensgruppen. Konkrete Pläne gibt es leider noch keine, allerdings versuchen wir diese in eine bestimmte Richtung zu lenken und zu beschleunigen.

**UNIPress:** Wie beurteilst du die Situation der Hochschullandschaft allgemein?

**Benjamin Walch:** Im Raum Innsbruck gibt es eine Vielzahl an unterschiedlichen Hochschulen. Diese Hochschulen werden dann im Campus Tirol zusammengeführt, wo dann die Möglichkeit gegeben ist gemeinsam etwas zu bewirken. Hierzu gibt es auch regelmäßige Vernetzungstreffen, wie beispielsweise das Enquete der Tiroler Hochschule im April.

**UNIPress:** Wie siehst du die Uni Innsbruck selbst und wie gestaltet sich die Zusammenarbeit?

**Benjamin Walch:** Die Universität Innsbruck sehe ich als sehr schätzenswert. Immer wieder liest man in diversen Zeitschrift von exzellenten Forschungserfolgen und hervorragenden Studierenden. Die Universität Innsbruck hat stets ein offenes Ohr für Studierende und keine Angst davor, neue Wege zu gehen. Die Zusammenarbeit funktioniert sehr gut. Es gibt regelmäßige Treffen, wo wir die Anliegen der Studierenden einbringen können. Ebenfalls haben wir das Recht in verschiedensten Gremien und Arbeitsgruppen zu sitzen, um dort bei der Entwicklung der Uni mitwirken zu können. Auf die Meinung der Studierenden wird viel Wert gelegt und das ist sehr wichtig!

**UNIPress:** Wie schaut dein Alltag in der ÖH aus?

**Benjamin Walch:** Morgens trinke ich gerne einen Kaffee und lese die Zeitung, um mich zu stärken und über die neuesten

Ereignisse informieren zu können. Dann geht es auch schon mit der Arbeit los. Es liegen verschiedenste Aufgaben an. Zum einen muss das Tagesgeschäft am Laufen gehalten werden, zum anderen gilt es ständig Konzepte, Ideen oder Ähnliches vorzubereiten, Termine zu erledigen, Ausarbeitung vorzubereiten und natürlich auch Spontanes bzw. Unerwartetes tritt nahezu täglich ein. Regelmäßige Jour Fixe mit dem Vorsitzteam, den Referaten und den StudienvertreterInnen sind sehr wichtig, dort werden dann Aufgaben aufgeteilt und Strategien festgelegt.

**UNIPress:** Findest du aktuell noch Zeit für dein Studium?

**Benjamin Walch:** Ich verwende nahezu meine gesamte Zeit für die ÖH-Arbeit, beim Studium selbst habe ich das Leistungsniveau zurückgefahren, da ich auch noch ein bisschen Zeit für mich benötige. Ich nutze die Chance dieses tolle Amt bekleiden zu dürfen um dabei helfen zu können, dass es den Studierenden bessergeht und ich mich für bestimmte Anliegen einsetzen kann. Neben der ganzen ÖH-Arbeit mache ich als Ausgleich gerne Sport um die Balance halten zu können.

**UNIPress:** Was ist ein Wunsch von dir für die Innsbrucker Studierenden?

**Benjamin Walch:** Ich wünsche mir für alle Innsbrucker Studierenden, dass sie ihre Zeit in der Stadt genießen können und wir als ÖH-Innsbruck eine tragende Rolle spielen dürfen. Natürlich freut es das gesamte Team der ÖH, wenn dies wertgeschätzt wird. Neben dem ganzen Studieren wünsche ich mir für die Studierenden, dass sie ihre Freizeit nicht zu kurz kommen lassen, wir haben hier am Standort Innsbruck so tolle Möglichkeiten. Von Kultur bis Sport wird alles geboten.



Benjamin Walch ist 24 Jahre alt, studiert Wirtschaftswissenschaften und kommt aus Reutte. Im März 2016 wurde er zum Vorsitzenden der ÖH an der Universität Innsbruck gewählt und vertritt damit knapp 28 000 Studierende gegenüber der Universität und Öffentlichkeit.

## Das Referat für Bildungspolitik der ÖH-Innsbruck stellt sich vor ...

Ja ich weiß, Bildungspolitik ist nicht gerade das spannendste Thema, dass man sich in einer UNI-Press vorstellen kann, aber wenn ihr mir kurz die Chance gebt, erkläre ich euch, was wir, da bin ich, Ferdinand, und Tom, im Bi-Pol-Referat so machen und warum das gerade auch euch betrifft.

Jedes Curriculum, jeder Studienplan und jede noch so kleine Änderung an deiner

Universität, muss zuerst durch einige Gremien, die sich mit den Inhalten auseinandersetzen, schauen ob die gesetzlichen Grundlagen passen und gegebenenfalls Änderungen einfordern.

Hier kommen wir ins Spiel. Das Bildungsministerium schickt uns fast täglich Entwürfe für neue Curricula, neue Gesetzesänderungen und viele andere Entwürfe,

mit denen wir uns auseinandersetzen und bei Bedarf eine Stellungnahme abgeben.

Aber Politik passiert auch im Kleinen. So unterstützten wir unser Vorsitz-Team dabei Vermittlungsinstanz zwischen der Universität und ihren Studierenden, also euch, zu sein.

Bei uns in der ÖH steht der Servicegedanken an erster Stelle. So nützen wir unsere Ressourcen, um eben Euch bestmöglichen Service zu bieten. Tagespolitisches Geschehen lassen wir hier bewusst außen vor.

Auch haben wir heuer die Kommunikation innerhalb der ÖH zu einem unserer Themen gemacht. Wir sind außerdem sehr interessiert an Vorträgen und Hörsaalkinos für euch, die Studierenden.

Wir beraten Euch natürlich via Mail oder nach terminlicher Vereinbarung gerne auch persönlich.

Aktuell befinden wir uns auch in der Planung für eine coole Veranstaltung. Was das aber genau wird, möchten wir noch nicht verraten. Überraschungseffekt, ihr wisst eh...

### ZUR PERSON:



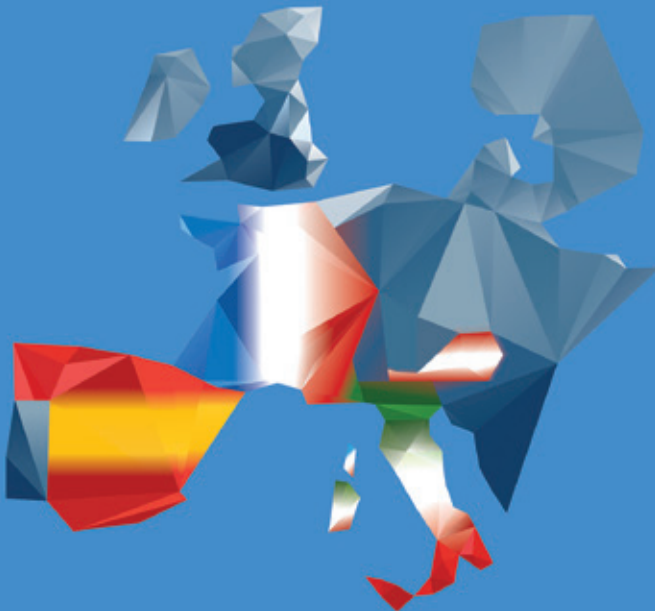
Ich heiße **Ferdinand Stadlober** und ich studiere Deutsch und Geschichte auf Lehramt im Diplomstudium an der Universität Innsbruck. Seit Oktober 2015 bin ich Referent für Bildungspolitik an der ÖH-Innsbruck.

Mir ist es besonders wichtig den Studierenden eine Stimme zu sein, um ihnen unnötige Erschwernisse in ihrem Studium zu ersparen.

# WIR REDEN ÜBER EUROPA

EUROPATAG 2016

BürgerInnendialoge in vier Sprachen mit europäischen EntscheidungsträgerInnen



09. Mai 2016, 16:45 - 18:00

CLAUDIANA - HERZOG-FRIEDRICH-STR. 3





**Echt stark:  
Plasma spenden & Leben retten!**

**€ 25,-**

pro Blutplasmaspende  
für Ihren Zeitaufwand

Ihre Plasmaspende erreicht das Ziel: Die aus Blutplasma hergestellten Medikamente retten Menschenleben!

Plasmazentrum Innsbruck Mitterweg 16, 6020 Innsbruck, Tel. 0512/274 332, innsbruck.plasma@baxalta.com

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



## Wusstet ihr... wer Frau Hitt war und die Idee zu „Per Anhalter durch die Galaxis“ in Innsbruck entstand?

von Andrea Steiner

**„Frau Hitt“ ist ein Gipfel der Nordkette, der sich auf ca. 2270 Metern befindet. Rund um die versteinerte Frau mit ihrem Sohn im Arm haltend ranken sich so manch grimmige Sagen und Mythen. Außerdem könnt ihr hier erfahren, wie Douglas Adams zur Idee seines bekanntesten Werkes kam.**

Einer Sage nach war Frau Hitt eine mächtige Riesenkönigin, die lange vor unserer Zeit in den grünen und gut beackerten Bergen Innsbrucks gelebt hat. Ihr Charakter wird als selbstverliebt und nicht rein beschrieben. Zudem war sie sehr hartherzig, geizig und lebte ein frevelhaftes Leben. Das Einzige was sie wirklich liebte, war ihr Sohn.

Eines Tages kam der Junge weinend, jammern und mit Schlamm bedeckt nach Hause. Der kleine Riesenjunge erzählte Frau Hitt, dass er eine Tanne abgeknickt und als Steckenpferd benutzt habe. Dabei hatte das Erdreich nachgegeben, so dass der Sohn der Riesenkönigin in das Moor fiel. Er konnte sich zwar selbst befreien, aber seine Kleidung war über und über mit Schlamm bezogen.

Frau Hitt nahm ihn in ihre großen Arme und versprach ihm neues Spielzeug und neue Kleider. Sie rief ihre Diener herbei, um den Jungen waschen zu lassen. Dabei sollte er in Milch gebadet und mit Weißbrot getrocknet werden.

Plötzlich zog aber ein schweres Gewitter auf. Es blitzte, donnerte und die Erde begann zu beben. Man erzählt sich, dass das

geschah, weil Frau Hitt mit den „heiligen Gottesgaben“ so sündig umgegangen sei. Als sich das Wetter beruhigte, die dunkle Wolkendecke sich wieder erhellte, waren die grünen Wiesen, Wälder und das Haus von Frau Hitt verschwunden. Stattdessen war die einst grüne Berglandschaft felsig und kahl – so wie wir auch heute die Nordkette kennen. Mittendrin ein Felsen, der Frau Hitt mit ihrem Sohn in den Armen haltend darstellen soll.

Die Sage von Frau Hitt wurde früher Kindern erzählt, um sie davon abzuhalten, mit Essen zu spielen. (QUELLE: WWW.SAGEN.AT)

### „Per Anhalter durch die Galaxis“

Mit 18 Jahren (1971) bereiste der junge Douglas Adams, ein britischer Schriftsteller, mit einer abgenutzten Kopie von Ken Welsh's „Hitch-hiker's Guide to Europe“, die er sich bei einem Bekannten ausgeliehen hat, den Kontinent. Er hatte damals nicht viel Geld und reiste daher per Anhalter (trampete) durch Europa.

Als er in Innsbruck ankam, quartierte er sich auf einem Campingplatz in der Reichenau ein, der heute nicht mehr existiert.

Douglas Adams hat bereits seit zwei Tagen nicht mehr viel gegessen und so kam es, dass er nach wenigen „stiff Gössers“ sehr betrunken war und sich verirrte. Er probierte mehrere Männer, die er nacheinander in Innsbruck traf, nach dem Weg zu fragen. Jedoch hatte er keine Deutschkenntnisse und seine Gegenüber keine Englischkenntnisse und waren zudem taub. In der Nähe fand nämlich in einem Hotel eine „Convention for the deaf“ statt – also eine Veranstaltung für Gehörlose.

So kam es, dass er sich in einem Feld in der Nähe des Campingplatzes niederlies. Als er da so auf dem Rücken lag und die Sterne beobachtete kam ihm die zündende Idee: „As it is I went to lie in a field, along with my Hitch Hiker's Guide to Europe, and when the stars came out it occurred to me that if only someone would write a Hitchhiker's Guide to the Galaxy as well, then I for one would be off like a shot. Having had this thought I promptly fell asleep and forgot about it for six years.“ (Introduction 1986 / The Ultimate Hitchhiker's Guide to the Galaxy)

Erstmals erschien das Buch am 12. Oktober 1979.

## Quo vadis, Lehramt?

von Sarah Hollenstein (1.stv. Vorsitzende FStV School of Education)

**In den letzten Jahren hat wohl kaum ein bildungspolitisches Thema die Medien so bewegt, wie die neue LehrerInnen-Ausbildung und die damit verbundene Neuorientierung unseres Schulsystems. Nicht nur in den Medien wurde viel diskutiert und erörtert, auch an den ausbildenden Instituten wurden an neuen Studienplänen gearbeitet und viel diskutiert. Nach einem langen Entstehungsprozess war es dann auch im letzten Wintersemester in Innsbruck soweit, diese neuen, viel diskutierten Studienpläne traten für alle Lehramtsstudiengänge an der Universität Innsbruck in Kraft. Schon zwei Jahre zuvor war in weiser Voraussicht die School of Education – viele Lehramtsstudierende sprechen heute noch salopp vom ILS (früheres Institut für LehrerInnenbildung und Schulforschung) – als 16. Fakultät gegründet worden. In ihr sollten alle Unterrichtsfächer zusammengefasst werden.**

### FStV School of Education

Inzwischen haben wir Mai 2016, die vor einem Jahr gewählten StudierendenvertreterInnen studieren alle noch Lehramt nach dem alten Studienplan.

Probleme bei der Beratung von Bachelorstudierenden gab es und gibt es aber kaum, zum einen sind die Studierenden schon vor dem Studienbeginn sehr gut informiert gewesen und zum anderen haben die StVen bzw. deren MandatarInnen bei der Entstehung der neuen Studienpläne mitgewirkt und können so mit Rat und Tat zur Seite stehen, sollte es doch einmal zu Problemen kommen.

Auch für Diplomstudierende, also diejenigen die noch in den alten Studienplänen studieren und derzeit noch die größte Gruppe der Lehramtsstudierenden darstellen, haben die Studienvertreter stets ein offenes Ohr. Die meisten Fragen die StVen via Mail erreichen handeln von Unklarheiten im Umgang mit den Äquivalenzlisten. Ansonsten haben sich die Probleme der Studierenden durch die Einführung des

#### Was ist eine Äquivalenzliste und wofür braucht man so etwas?

**Eine Äquivalenzliste gibt Auskunft darüber, welche Lehrveranstaltungen im neuen Studienplan statt einer Lehrveranstaltung des alten Studienplans absolviert werden kann, wenn diese (alte Lehrveranstaltung), im Zuge einer Curriculumsänderung, nicht mehr angeboten wird.**

#### Entwicklungsverbund WEST: <http://lb-west.at>

**Mit dem Beschluss des Parlaments vom 12.6.2013 wurden die gesetzlichen Grundlagen für die neuen Lehramtsstudien geschaffen, deren Umsetzung in den Entwicklungsverbänden vorangetrieben wird.**

**Im Entwicklungsverbund WEST arbeiten folgende Einrichtungen zusammen:**

- **Kirchliche Pädagogische Hochschule - Edith Stein**
- **Universität Mozarteum**
- **Pädagogische Hochschule Tirol**
- **Pädagogische Hochschule Vorarlberg**
- **Universität Innsbruck**

neuen Systems nicht besonders verändert. Die StudienvertreterInnen haben hingegen einen um einiges strafferen Terminplan, gilt es für sie seit der Gründung der School of Education nun auch MandatarInnen in diverse Kommissionen und Räte zu entsenden und zahlreichen Sitzungen beizuwohnen. Auch bei der Entwicklung des Studienangebots im Verbund West, der in Zukunft alle Lehramtsstudierenden Westösterreichs zusammenfassen wird, sind StudierendenvertreterInnen aktiv beteiligt, ihre Stimme setzen sie dabei immer für die künftigen Studierenden ein, um ein möglichst attraktives Studienangebot zu schaffen.

Bei all der wichtigen Arbeit in Kommissionen darf aber auch der Spaß im Studium nicht zu kurz kommen und so organisierte die Fachschaft der School of Education im Dezember 2015 das erste Lehramtswinterfest im Hafentempel. Während das Winterfest noch eine Neuierung der neu gewählten FStV war, ist das Lehramtsommerfest inzwischen schon ein fixer Bestandteil des Sommersemesters, auch dieses Jahr freut sich die Fachschaft darüber, am 17. Mai auf dem GeWi-Vorplatz pädagogisch wertvoll zu feiern.

### School of Education und Entwicklungsverbund WEST

Als jüngste der 16 Fakultäten der Universität Innsbruck wurde die School of Education 2013 im Zuge der PädagogInnenbildung Neu gegründet. Befand sich zum Zeitpunkt der Gründung noch viel im Umbruch, hat die Fakultät heute ruhigere Gewässer erreicht, die ersten Studierenden im neuen System haben ihr erstes Semester erfolgreich absolviert und die Zusammenarbeit mit den anderen pädagogischen Hochschulen wird stetig vertieft.

Die Veränderung, die für die Studierenden vermutlich am meisten spürbar sein wird, ist die Zusammenfassung der Lehramtsstudien unter dem Entwicklungsverbund WEST.

Zum Wintersemester 2016/17 wird es erstmals ein zentral, über den Verbund geregeltes Aufnahmeverfahren geben.

Mit den neuen Studienplänen im Entwicklungsverbund WEST wird es auch neue Studienmöglichkeiten geben, so soll es z.B. auch möglich sein den Studienzweig „In-



klusive Pädagogik“ mit einem Unterrichtsfach zu kombinieren um für die Herausforderungen der Zukunft perfekt gerüstete LehrerInnen auszubilden.

Bei all den Neuerungen und tollen Zukunftsaussichten für die zukünftigen Stu-

dieren darf man aber auch diejenigen nicht vergessen, die noch im alten System studieren, sind berechtigt ihre Studien innerhalb des vorgesehenen Studienverlaufs zu Ende zu bringen. Das heißt, es muss niemand, der im alten System studiert in akute Panik verfallen, dass er im nächsten Se-

mester nicht mehr sein Studium studieren kann bzw. zwangsumgestellt wird, trotzdem empfehlen wir allen Diplomstudenten ihre Studien gewissenhaft und zügig zu Ende zu bringen um etwaige unliebsame Überraschungen zu vermeiden.

## Fristen für die Zulassung Lehramt Sekundarstufe:

**1. März 2016 bis 15. Mai 2016: Registrierung und Absolvierung des Selbsterkundungsverfahrens --> <https://www.zulassunglehramt.at>**

**2. 30. Mai 2016 bis 6. Juni 2016 (genauer Termin wird noch bekannt gegeben): Absolvierung des computergestützten Persönlichkeitstests am gewählten Prüfungsort (Dauer ca. 3 Stunden)**

**Bei Fragen zum Eignungsfeststellungsverfahren wenden Sie sich bitte an [eignungsfeststellung2016@ph-tirol.ac.at](mailto:eignungsfeststellung2016@ph-tirol.ac.at)**

## ÖH-KarrierePortal und Career-Service präsentieren: **KARRIERELOUNGE MIT HOFER**

**Wann:** 17. Mai 2016, 17:00 Uhr

**Wo:** Universität Innsbruck, Kaiser Leopold Saal  
Karl-Rahner-Platz, 6020 Innsbruck

### **Persönlichkeit trifft Karriere**

Lernen Sie exklusiv die perspektivenreichen  
Karrieremöglichkeiten bei Hofer kennen.

Anmeldung unter:

**<https://s.hofer.at/karrierelounge>**



Da bin ich mir sicher.





# Mentale Stärke: „The inner side of success“

von Soraya Pechtl

**„Wenn Du immer das tust, was Du bis jetzt getan hast, wirst Du immer das bleiben, was Du jetzt bist“.  
Das Credo des akademischen Mental Coachs Axel Mitterer.**



AKAD. MENTAL COACH AXEL MITTERER

Lisa ist im letzten Semester ihres Bachelorstudiums, sie hat bereits ein Studium abgeschlossen und steht schon mit einem Bein im Berufsleben. Zu ihrem zweiten Bachelorabschluss fehlen ihr nur noch wenige Vorlesungsprüfungen, doch sie hat Probleme, damit die richtige Motivation zu finden und ihr Studium abzuschließen. Mit ähnlichen Hindernissen haben auch die rund 20 anderen Teilnehmer des UNIT Seminars „Mentale Stärke“ zu kämpfen. Axel Mitterer, Leiter des Seminars ist akademischer Mental Coach und seine Berufung ist es, vor allem Spitzensportlern und Unternehmen zu helfen, neue Herausforderungen anzugehen und Hürden zu überwinden. In den UNIT Seminaren berät Mitterer hauptsächlich StudentInnen, die aber nicht mit minder schweren Herausforderungen zu kämpfen haben. Prüfungsangst, die letzte Diplomprüfung, die Diplom-, Bachelor- oder Masterarbeit: All dies kann zu einer extremen nervlichen Belastung führen. Mentale Stärke soll helfen, diese Hürden entspannter erfolgreich zu meistern. Doch was ist eigentlich mentale Stärke und noch wichtiger, wie wird man mental stark?

## Warum studiere ich?

Zu aller erst muss jeder für sich feststellen, wodurch er angetrieben wird. Mitterer lässt die SeminarteilnehmerInnen dazu folgende Fragen beantworten: Warum studiere ich überhaupt? Warum habe ich mir genau dieses Studium ausgesucht? Dadurch sollen sich die Teilnehmer in Erinnerung rufen, was sie einst motivierte das Studium zu beginnen. Herauszufinden, was mir wirklich gefällt um nicht nur irgendeinem Beruf nachzugehen, sondern seine Berufung zu finden. Worin bin ich wirklich gut? Was ist mein Alleinstellungsmerkmal, mein USP? Zu wissen, was man machen will und was man gut kann, ist die halbe Miete.

Der Mental Coach erzählt von einem Bekannten, der ihn kurz vor Abschluss seines Medizinstudiums aufsuchte und um mentalen Beistand bat, nicht aber weil ihm die nötige Motivation fehlte, sein Studium abzuschließen, vielmehr wollte er Unterstützung darin, die Kraft zu finden, sein Studium abzubrechen. Er hatte aus den falschen Gründen mit dem Medizinstudium begonnen: Alle in seiner Familie waren Ärzte und dieser Weg war auch ihm widerstandslos vorbestimmt. Sein Vater drohte ihm sogar mit Enterbung, sollte er sein Studium vorzeitig beenden. Trotz zahlreicher Hindernisse fand er mithilfe mentaler Unterstützung die nötige Kraft seiner eigentlichen Berufung nachzugehen und begann mit dem Studium der Rechtswissenschaften.

Er wurde schließlich zum erfolgreichen Rechtsanwalt und als sein Vater erkannte, dass ein Anwalt in der Familie durchaus Vorteile mit sich bringt, stand eine Versöhnung ins Haus. Diese Anekdote soll den StudentInnen vor allem klar machen, dass es nie zu spät ist, seinen Traum zu verwirklichen, auch wenn die Bedingungen nicht immer optimal und der Weg steinig sein mögen.

Der Mental Coach sieht bei StudentInnen vor allem das Problem, dass die meisten noch nie mit einer Niederlage fertig werden mussten und im Studium zum ersten Mal mit Misserfolgen konfrontiert werden. Der Umgang mit Fehlschlägen und die Motivation weiter zu machen, erfordern ein hohes Maß an mentaler Stärke. Mitterer weiß aber, dass es kein Patentrezept für Erfolg gibt, jeder muss seine eigene Motivation finden, sein Studium in einer „normalen Zeit“ abzuschließen und dabei den Spaß nicht aus den Augen zu verlieren. Unter normaler Zeit soll aber keinesfalls die Mindeststudienzeit verstanden werden. Im Gegenteil für Mitterer gehört ein „Santler Semester“ dazu, vor allem wenn eine Balance zwischen Nebenjobs, Studium und Freizeit gehalten werden muss.

## Motivations- und Erfolgsfaktoren

Diese Doppelbelastung von Studium und Arbeit sieht Axel Mitterer aber nicht als Hemmfaktor für mentale Stärke, sondern

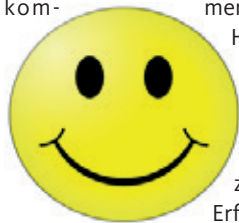


eher als zusätzlichen Ansporn sein Studium abzuschließen. Unabhängigkeit bringt mentale Stärke, die Finanzierung des Studiums ist daher ein wichtiger Motivationsfaktor. Wer sich sein Studentenleben von den Eltern finanzieren lässt, wird demnach geringeren Druck verspüren, sein Studium möglichst bald abzuschließen, als jemand der versucht mit zahlreichen Aushilfs- und Nebenjobs über die Runden zu kommen und diese Doppelbelastung möglichst schnell beenden will.

Ein weiterer Erfolgs- und Motivationsfaktor um die mentale Kraft für die nächste Prüfung oder seinen Studienabschluss zu mobilisieren, ist laut Mitterer die Rückbesinnung auf bisherigen Leistungen, sowie die Konzentration auf zukünftige Erfolge. Besonders StudentInnen vergessen allzu oft, was sie bereits geleistet haben, sei es die Matura, die letzte erfolgreich absolvierte Prüfung, das Erlernen eines Instruments, einer Sprache oder sogar ein bereits abgeschlossenes Studium – das alles sind Erfolge, die man sich immer wieder vor Augen führen sollte. Auch die Konzentration auf zukünftige Leistungen hilft Motivationsreserven zu mobilisieren. Dafür soll einfach nur aufgeschrieben werden, was man bis zu einem gewissen Datum erreichen will und worauf man stolz sein wird. Nach der Visualisierung seiner Ziele kann an deren Umsetzung gearbeitet werden. Die Erstellung einer Erfolgsleiter – was habe ich erreicht und was werde ich erreichen – kann dabei als Hilfsmittel dienen.

Ein einfacher Tipp zur Visualisierung von Zielen ist das Ausdrucken von Erfolgen (z.B. das Diplomzeugnis), die man erreichen will. Das „Diplomzeugnis“ wird dann an den Badezimmerspiegel oder den Külschrank gehängt und so hat man sein zu erreichendes Ziel jederzeit vor Augen. Dieses auch aus Diätatgebern bekanntes Hilfsmittel soll helfen, kurze Motivationstiefs schnell zu überwinden. Um sich aber nicht völlig zu verausgaben und seine ganze Energie in sein Studienleben zu investieren, ist es auch wichtig, sich nach jedem Erfolg zu belohnen. Aus Belohnungen können wiederum Motivationsreserven gewonnen werden.

Sich auf seine bisherigen Erfolge zu besinnen, ist der erste Schritt um voran zu kommen und mentale



Hindernisse zu überwinden. Die Erstellung eines schriftlichen Plans ist der zweite Schritt zum Erfolg. Dafür sollte

zunächst geklärt werden, wie viele ECTS bzw. Kurse in einem Semester gemacht werden sollen. Sobald dies geschehen ist, kann der Gesamtzeitaufwand auf Monate, Wochen und Tage herunter gebrochen und eingeteilt werden. Gemeisterte Erfolge und Leistungen können dann abgehakt werden und als weitere Motivationsgrundlage dienen. Ein solcher Plan ist auch das Um und Auf für die Erstellung von Diplom-, Bachelor- oder Masterarbeiten: Bis wann soll was gelesen, geschrieben oder gedruckt worden sein? Wobei Mitterer meint, dass der wichtigste Schritt der Beginn des Schreibens selbst ist. Eine erste Seite zu schreiben, würde schon reichen,

um den ständigen Ausflüchten zu entgehen und die Arbeit aufzuschieben, da man glaube, noch nicht genug gelesen zu haben oder noch nicht tief genug in das Thema eingestiegen zu sein. Ein Plan und gute Vorbereitung sind aber nicht nur für den Studienalltag eine gute Hilfe, wer vorbereitet durchs Leben geht, kann besser seine Chancen nutzen.

Vom 17.05. bis 19.05 finden die **Mental Health Days der Österreichischen Hochschülerschaft in Innsbruck** statt!  
Ein genaues Programm findest du auf unserer nächsten Seite.



WWW.CINEPLEXX.AT

# STUDIERN GEHT AUCH ANDERS...

**DEIN CINEPLEXX STUDENTENVORTEIL:**

**MO-MI: €6<sup>90\*</sup> | DO-SO: €8<sup>20\*</sup>**

\* Aufschlag für Überlänge, 3D und Cinegold.



Mehr Infos unter [www.cineplexx.at](http://www.cineplexx.at)

| UHR   | DIENSTAG, 17. MAI 2016  | UHR   | MITTWOCH,   |
|-------|---|-------|---|
| 10.00 | <b>Achtsames Hatha Yoga</b> (bitte Matte mitbringen)<br>Ort: SR 50113 (GeiWi)<br><input checked="" type="checkbox"/> Anmeldung unter pr@oeh.cc, Betreff: „Yoga“   | 7.00  | <b>Early Bird Outdoorcircu</b><br>Ort: am Inn (nördliche Se   |
| 12.00 | <b>MittagsSlack: Die Kunst des Gleichgewichts</b><br>Ort: Slackline-Park am Inn (nördliche Seite)   | 7.30  | <b>Frühstück - Gesund er</b><br>Ort: Unipfarre (bis 10.00   |
| 13.30 | <b>Vortrag zum Thema Essstörungen:<br/>Dünn sein ist keine Antwort</b><br>Ort: HS Schöpfstraße  | 12.00 | <b>Veganes Picknick und</b><br>Ort: Container 1 (hinter H   |
| 15.30 | <b>Vortrag von Tina.Fitness:<br/>Fit, Sixpack, Like - Generation Y?</b><br>Ort: HS 4 (GeiWi)  | 12.00 | <b>Oh happy sing -<br/>Gute Laune-Gesangsw</b><br>Ort: Madonnensaal Theo  |
| 15.30 | <b>Basefive: Kostenloses Probetraining</b><br>Ort: Basefive (Universitätsstraße 5)<br><input checked="" type="checkbox"/> Anmeldung unter pr@oeh.cc, Betreff: „Basefive“  | 14.00 | <b>Interaktiver Vortrag zu<br/>Train the brain - use it</b><br>Ort: SR in der ULB (nach<br><input checked="" type="checkbox"/> Anmeldung unter pr |
| 17.00 | <b>Yoga for beginners</b> (bitte Matte mitbringen)<br>Ort: SoWi-Wiese (Bei Schlechtwetter SR 1)   | 14.00 | <b>Basefive Aktive Lernpa</b><br>Ort: Messezelt SoWi Car  |
| 17.00 | <b>Tropical Swing in Body &amp; Mind</b><br>Ort: UR 3 (Untergeschoss SoWi)<br><input checked="" type="checkbox"/> Anmeldung unter pr@oeh.cc, Betreff: „Swing“   | 16.00 | <b>Vortrag Dr. Axel Mittere</b><br>Ort: Kaiser-Leopold-Saa  |
| 18.00 | <b>Eröffnungsvortrag von Dr. Axel Mitterer:<br/>Mentale Stärke im Studium</b><br>Ort: HS 4 (GeiWi)  | 17.00 | <b>Dance let your rhythm</b><br>Ort: Unipfarre<br><input checked="" type="checkbox"/> Anmeldung unter pr  |
| 18.30 | <b>Koch- &amp; Ernährungsworkshop: Clean Eating</b><br>Preis: 50 € p. P. (10 € Rabatt mit Code: Mental Health)<br>inkl. Zutaten, Kostproben & Rezeptheft.<br><input checked="" type="checkbox"/> Anmeldung bis 13. Mai 2016 unter<br>kochmitherz@aon.at (mit Angabe vom Termin) | 17.30 | <b>Vortrag von Sebastian</b><br>Ort: HS 1 (Theologie)   |
| 19.00 | <b>Buchpräsentation „WOHNsein“</b><br>Mag. Helga Gumpmaier / DI Dr. Helmuth Seidl<br>Ort: HS 5 (GeiWi)  | 18.00 | <b>Faustball Schnupperku</b><br>Ort: Adolf-Pichlerplatz 1<br><input checked="" type="checkbox"/> Anmeldung unter pr                               |
| 19.30 | <b>Outdoorcircuit Probetraining</b><br>Ort: Santifallerstraße (gegenüber Hauptuni)  | 18.30 | <b>Koch- &amp; Ernährungswo</b><br>(Wiederholung - Infos sie  |
| 19.30 | <b>Open Air Konzert mit Chorkuma</b><br>Ort: GeiWi-Vorplatz (Lehramts-Fest)   | 19.00 | <b>Vortrag von Juliane Sa</b><br><b>Durch Self-Leadership</b><br><b>zum gesunden Studier</b><br>Ort: HS 5 (GeiWi)                                 |
|       |   | 19.30 | <b>Hörsaalkino - Ihr entsc</b><br>auf facebook.com unter  |

Außerdem gibt es in der ULB folgende Ausstellung: „Mental Health an

# th Days 2016

18. MAI 2016

UHR

DONNERSTAG, 19. MAI 2016

uit Probetraining  
eite, gegenüber Hauptuni)

9.30

**Entspannungstraining mit Mag. Edith Pollet, Msc:  
Innehalten - Durchatmen - Kraft schöpfen**

nähren. Erfolgreich studieren  
Uhr, solange der Vorrat reicht)

Ort: SR 13 (SoWi)

Anmeldung unter pr@oeh.cc,  
Betreff: „Entspannungstraining 1“

Mandala malen  
Hauptuni, bis 16.00 Uhr)

11.00

**Wiederholung des Trainings**

Anmeldung mit Betreff: „Entspannungstraining 2“

orkshop for beginners  
ologie

9.45

**Ausflug ins Tierheim Mentlberg**

Treffpunkt: ÖH (Josef-Hirn-Straße 7)

Anmeldung bis 16.05. unter pr@oeh.cc,  
Betreff: „Tierheim“

Gehirnjogging:  
or lose it

10.30

**Koch- & Ernährungsworkshop: Clean Eating**  
(Wiederholung - Infos siehe Dienstag)

n Eingang rechts)  
@oeh.cc, Betreff: „Gehirnjogging“

12.00

**Veganes Picknick und Mandala malen**

Ort: Container 1 (hinter Hauptuni, bis 16.00 Uhr)

ause  
mpus (Schlechtwetter: Basefive)

14.00

**Vortrag von Gaby Brandmayr: Hochleistung  
mit Leichtigkeit durch mentale Stärke**

Ort: HS 2 (SoWi)

Im Anschluss: Übungsgruppe zum Vortrag (SR 13)

er: Das Begeisterungskonzept  
l (Theologie)

go  
@oeh.cc, Betreff: „Dance 1“

15.00

**Dance - let your rhythm go**

Ort: Unipfarre

Anmeldung unter pr@oeh.cc, Betreff: „Dance 2“

Scheler: Getting in Touch

15.00

**Obstige Auswahl für deinen Lieblingsmoothie**

Ort: Sixty Twenty am SoWi-Campus

urs  
(Turnhalle)  
@oeh.cc, Betreff: „Faustball“

15.30

**Rücken-Pilates for beginners (Matte mitbringen)**

Ort: SoWi-Wiese (Bei Schlechtwetter SR 6, SoWi)

orkshop: Clean Eating  
he Dienstag)

16.00

**Wanderung: Rauschbrunnen - Alm wir kommen -  
Kopf frei kriegen, Natur genießen.** Treffpunkt: tba

mpl, BSc MSc:  
und Achtsamkeit  
erfolg

18.00

**Vortrag von Dr. Axel Mitterer: Mit mentaler Fit-  
ness private und berufliche Herausforderungen  
erfolgreich und zufriedenstellend meistern**

Ort: HS 1 (SoWi)

heidet, was läuft  
FStV SoWi, Ort: HS 1 (SoWi)

19.30

**Hörsaalkino: Alphabet - Wie Bildungssysteme die  
Kreativität kaputt machen**

Ort: HS 4 (GeiWi)

n der ULB – praktische Ratgeber und wissenschaftliche Fachliteratur.“



## Mitbewohner gesucht? Wie wär's mit einem Flüchtling.



von Soraya Pechtl

### Der Verein Flüchtlings Willkommen vermittelt Flüchtlingen ein WG-Zimmer.

Der Verein Flüchtlings Willkommen vermittelt geflüchtete Personen an WGs die einen Mitbewohner suchen. Die ursprüngliche Idee dafür stammt aus Deutschland und wurde im Jahr 2015 von den beiden österreichischen Initiatoren David Zistl und Otto J. Simon adaptiert. Seit Anfang 2015 gibt es den Verein daher auch in Wien, wenige Monate später, als Franziska Sprenger die Koordination für Tirol übernimmt, auch in Innsbruck. Mittlerweile wurden in Tirol bereits 14 geflüchtete Personen an WGs vermittelt. Ich selbst bin seit Oktober freiwillig beim Verein tätig, daher ist es mir auch ein besonders großes Anliegen, die bisher durchwegs positiven Erfahrungen zu teilen.

Der Grundgedanke des Vereins ist simpel, warum sollen Flüchtlinge in einem überfüllten Asylheim leben, wenn sie doch genauso gut in einer WG wohnen könnten? Gemeinsames Wohnen mit Österreichern erleichtert nicht nur die Integration, es ist auch um einiges freundlicher und heimeliger als die Unterbringung in einem Flüchtlingsheim. Viele WGs haben aber vor allem Angst vor der finanziellen Belastung, der Gedanke dass eine weitere Person mitfinanziert werden muss, schreckt viele ab, die zwar grundsätzlich die Bereitschaft hätten einen Flüchtling aufzunehmen. Aber wir wissen natürlich, dass Studenten oft selbst mit einem Minimum leben und kein zusätzliches Geld zur Verfügung ha-

ben, daher ist es auch selbsterklärend, dass die Finanzierung anders gelöst werden muss. Grundsätzlich erhalten geflüchtete Personen einen Mietzuschuss von 120 €, vorausgesetzt sie wohnen in einer Privatunterkunft. Wenn die Miete aber höher ist – das ist besonders in Innsbruck sehr oft der Fall – können die WGs den Restbetrag mit Crowdfunding oder Mikrospenden aufbringen.

Die Erfahrungen mit Flüchtlingen sind bisher alle sehr positiv gewesen, sowohl von Seiten der WGs als auch von Seiten der Flüchtlinge. Leider ist mein subjektiver Eindruck der, dass mit andauern der „Krise“ auch die Ängste der Bevölkerung steigen und daher die WG-Anmeldungen zahlenmäßig zurückgehen, weil offenbar die Bereitschaft zur Aufnahme von Flüchtlingen in den eigenen vier Wänden geringer wird. Daher ist es auch Aufgabe des Vereins „Flüchtlings Willkommen“ Sensibilisierungs- und Aufklärungsarbeit zu leisten. Die Erfahrung zeigt, dass ein Zusammenleben mit geflüchteten Menschen nicht nur möglich ist, sondern für beide Seiten sehr bereichernd sein kann. Die dreiköpfige iranische Familie Karafastani ist beispielsweise im November 2015 bei einer Tiroler Familie im Oberland eingezogen. Dieses Beispiel zeigt, dass das Zusammenleben und die Integration sehr gut funktionieren. Die Familie Krafastani geht in dem 3000 Einwohner-Dorf regelmäßig zur Kirche,

das siebenjährige Mädchen besucht dort die Volksschule und der Vater ist mittlerweile bei der Gemeinde tätig - eine der wenigen (wenn auch schlecht) bezahlten Tätigkeiten denen Flüchtlinge nachgehen dürfen. Ein weiteres Positivbeispiel aus dem Raum Innsbruck ist Niazali. Er ist 26 Jahre alt und flüchtete vor vier Jahren aus Afghanistannach Österreich. Seit einiger Zeit lebt er mit zwei Tirolerinnen und einer Spanierin in einer WG in Innsbruck. Das Zusammenleben funktioniert trotz, oder auch gerade wegen der Sprachen- und Kulturvielfalt sehr gut. Was Niazali zu seinem Wohnglück noch fehlt, ist sein großes Hobby: Cricket. In Österreich ist diese Sportart aber leider nicht sehr populär, daher versucht Niazali nun selbst sein eigenes Cricket-Team in Innsbruck zu etablieren. Natürlich hängt ein angenehmes Zusammenleben sehr viel von Sympathie ab. Daher gibt es, wie auch sonst üblich, wenn neue Personen in eine WG einziehen, ein Kennenlern-Treffen, bei dem die WG und der neue Mitbewohner im Vorab erste Informationen austauschen, wenn die Sympathie auf beiden Seiten stimmt, steht auch dem Einzug nichts mehr im Wege.

Auf der Seite  
[www.fluechtlinge-willkommen.at](http://www.fluechtlinge-willkommen.at)  
findet Ihr alle Informationen zum  
Verein und zur Registrierung

**WDA**

**WERKSCHAU**  
- 2016 -

**INNRAIN 149 INNSBRUCK**

**HAFEN VAZ**  
HAFEN Veranstaltungszentrum

**WERKSCHAU DER WERBE DESIGN AKADEMIE INNSBRUCK**

05 90 905 - 72 73 | gabi@h.hausen@whtiro.at | wda-innsbruck.at

**24 JUNI 2016**  
ab 17:00 Uhr



## Gesund und fit in den Sommer

von Dr. Ersti

**Wenn du das ganze Jahr über stets auf deine Ernährung achtest und sowieso immer bei mindestens drei verschiedenen USI-Kursen parallel angemeldet bist, brauchst du diesmal nicht weiterlesen. Wenn dir aber der hübsche Rock vom letzten Sommer schon beim Hineinschlüpfen wahrhaftige Qualen bereitet oder dein coolstes Tanktop von H&M an David Beckham irgendwie doch männlicher wirkt als mit deinen fehlenden Oberarmmuskeln, dann schau dir doch meine Antworten auf kürzlich eingegangene Leser-Posts an.**

facebook.com/dr.ersti

**Stefan (20):** Bereits nach ein paar Tagen als Student in Innsbruck musste ich erschreckt feststellen, wie durchtrainiert und fit hier alle jungen Leute sind. Liegt das wirklich nur an der gesunden Bergluft?

**Dr. Ersti:** Ja lieber Stefan, waschechte Tirolerinnen und Tiroler kommen schon mit Sixpack und „Bauernwadln“ zur Welt. Im Prinzip ist das genau dasselbe wie mit den Menschen aus Kenia und Äthiopien – die werden allerdings im Gegensatz zu uns mit Laufschuhen geboren. Bevor du dich als „Zuagroaster“ aber einfach deinem schwächtigen Schicksal ergibst, möchte ich dir doch ein paar Orte zeigen, an denen aus dir in nur wenigen Monaten ein echter Einheimischer gezimmert wird.

Für die begrenzte Größe der Stadt bemerkenswert, gibt es immerhin zehn Fitnesscenter direkt in und um Innsbruck. Gleich drei davon finden sich ganz in der Nähe der Hauptuni: Das **Body @ Soul** (Gesundheitszentrum West: Mitterweg 16), das **Happy Fitness** (Mitterweg 21) und das **ALFA Sports @ Spa** (Innrain 143). Mit über 4.000 m<sup>2</sup> Fläche ist das Happy Fitness dabei sogar das größte Tirols. Während die Kette Body & Soul mit zwei weiteren Ablegern in Völs (Gewerbezone 3) und direkt beim Einkaufszentrum DEZ (Amraser-See-Str 60; Achtung: „Ladies only“) in gleich dreifacher Weise in der Landeshauptstadt vertreten ist, lockt das etwas gehobenere ALFA am westlichen Stadtrand eher die Kundschaft mit „größerer Geldtasche“. In der Stadtmitte (Andreas-Hofer-Straße 11) wirbt das **Body Mind** entsprechend mit „Fitness im Herzen von Innsbruck“

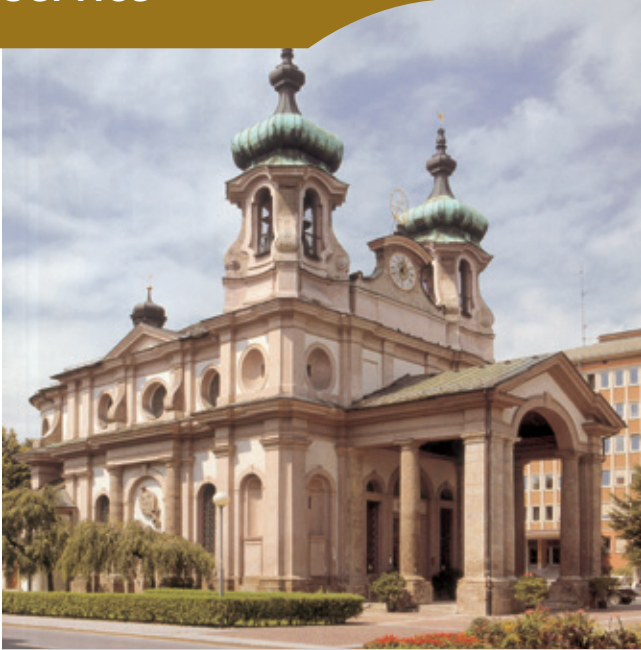
und rund um Bahnhof und Sillpark buhlen die beiden „low-price“-Ketten **McFit** und **Speedfit** um Sportler mit smartem Portemonnaie. Letzteres hat übrigens einen weiteren Verwandten in Neu-Rum (Austraße 24). Direkt im Tivoli-Stadion (Stadionsstraße 1) befindet sich noch das **ACT Fitness Studio Tivoli**. Hier kann man manchmal den Wacker-Innsbruck-Kickern beim Training oder Heimspiel direkt auf die Schuhe schauen.

Bevor du dich einfach für jenes Center entscheidest, das deiner Wohnung örtlich am nächsten ist, schau dir am besten zuvor die einzelnen Angebote auf den Homepages genau an oder absolviere jeweils ein Probetraining (in den meisten Fällen gratis). Preise und Leistungen schwanken nämlich im Vergleich beträchtlich. Noch ein kleiner Insidertipp: Absolviere dein Probetraining am besten wochentags zwischen 17 und 19 Uhr – dann siehst du, wie viel zu Stoßzeiten wirklich los ist.

**Linda (22):** Lieber Dr. Ersti! Ich bin schon etwas länger in Innsbruck, aber ich habe

immer noch nicht die richtige Sportart für mich gefunden. Da jetzt bald der Sommer kommt, würde ich auch gerne Sport draußen machen. Was gibt es denn außer der USI in Innsbruck noch für Möglichkeiten?

**Dr. Ersti:** Liebe Linda, in Innsbruck kann man alle möglichen Sportarten machen. Wenn du auf der USI nicht das richtige gefunden hast und lieber draußen etwas machen möchtest als in einem Fitnessstudio, hast du in Innsbruck mehrere Möglichkeiten. Es gibt sehr viele Parks, die Beachvolleyballplätze, Tischtennistische oder Slacklines haben. Probiere es doch einfach einmal mit so einer Sportart. Dabei lernst du auch sehr schnell neue Leute kennen, mit denen du dann vielleicht auch noch andere Sportarten ausprobieren kannst. Die andere Möglichkeit wäre: einfach raus in die Natur. Innsbruck und vor allem die Berge eignen sich perfekt für Spaziergänge und Wanderungen. Es ist nichts so schön wie die Berge hier. Außer vielleicht der Aussicht, die du von da oben hast. Viel Spaß beim Ausprobieren!



## Universitätspfarre Innsbruck

Josef-Hirn-Straße 7 | Tel: (0512)565542  
unipfarreat

### Termine der UniPfarre im Mai 2016

- So. 1. Mai 19 Uhr Gottesdienst. 6. Sonntag nach Ostern  
Thema: Christusliebe – Gemeindebildung 3
- Di. 3. Mai 7 Uhr Frühmesse. Kapelle der Unipfarre  
mit anschließendem Frühstück in der Cafeteria  
Di. 3. Mai 19:15 Uhr Bibellesen. Christihimmelfahrt
- Do. 5. Mai 19 Uhr Gottesdienst. Christi Himmelfahrt  
Thema: Abschied – Gemeindebildung 4
- So. 8. Mai 19 Uhr Gottesdienst. 7. Sonntag nach Ostern  
Thema: Ernstfall – Gemeindebildung 5
- Di. 10. Mai 7 Uhr Frühmesse. Kapelle der Unipfarre  
mit anschließendem Frühstück in der Cafeteria
- So. 15. Mai 19 Uhr Gottesdienst. Pfingsten.  
Patrozinium Johannes Nepomuk  
Thema: eistand – Pfingsten
- Di. 17. Mai 7 Uhr Frühmesse. Ivomesse.  
Kapelle der Unipfarre,  
mit anschließendem Frühstück in der Cafeteria
- Do. 19. Mai 7 Uhr Ivomesse - Juristenmesse.  
Johanneskirche, anschließend Frühstück in der Cafeteria
- Do. 19. Mai 15 Uhr Basteln mit Papier, Cafeteria  
So. 22. Mai 19 Gottesdienst. Dreifaltigkeitssonntag  
Thema: was mein ist – Dreifaltigkeit
- Di. 24. Mai 7 Uhr Frühmesse. Kapelle der Unipfarre,  
mit anschließendem Frühstück in der Cafeteria
- Do. 26. Mai 19 Uhr Gottesdienst. Fronleichnam  
Thema: teilen und sammeln – Fronleichnam
- So. 29. Mai 19 Uhr Gottesdienst. 9. Sonntag im Jahreskreis C  
Thema: zu krank – lebendig machender Glaube 1
- So. 29. Mai - So. 5. Juni Guided Prayer Week  
jeden Di von 15 - 18 Uhr offene Cafeteria zum Lernen,  
Plaudern oder an Projekten Arbeiten (mit veganen Snacks)

**Cambridge English**  
Certificate in Legal English (ILEC)

|                        |                       |
|------------------------|-----------------------|
| <b>Prüfungstermine</b> | <b>Anmeldeschluss</b> |
| 10.06.16               | 28.04.16              |
| 09.07.16               | 27.05.16              |

**Information und Anmeldung**  
t: 05 90 90 5-7319  
e: sandra.schmidt@wktirol.at

[tirol.wifi.at/cambridge](http://tirol.wifi.at/cambridge)

WIFI Tirol

**Cambridge English**  
Certificate in Proficiency (CPE)

|                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| <b>Prüfungstermin</b> | <b>Anmeldeschluss</b> |
| 09.06.16              | 28.04.16              |

**Information und Anmeldung**  
t: 05 90 90 5-7319  
e: sandra.schmidt@wktirol.at

[tirol.wifi.at/cambridge](http://tirol.wifi.at/cambridge)

WIFI Tirol

**Cambridge English**  
Certificate in Advanced (CAE) Niveau C1

|                        |                       |
|------------------------|-----------------------|
| <b>Prüfungstermine</b> | <b>Anmeldeschluss</b> |
| 14.05.16               | 30.03.16              |
| 25.06.16               | 08.05.16              |
| 09.07.16               | 27.05.16              |

**Information und Anmeldung**  
t: 05 90 90 5-7319  
e: sandra.schmidt@wktirol.at

[tirol.wifi.at/cambridge](http://tirol.wifi.at/cambridge)

WIFI Tirol

BERGOASE

**Gasthof mit 500 Jahren Tradition**  
**HAUSEIGENE FISCHZUCHT**  
auf 1700 m

ganzjährig geöffnet – Do. - So. und Feiertags  
Haggen 8 · 6184 St. Sigmund im Sellrain  
Telefon: 0650/4447760  
[www.bergoase.at](http://www.bergoase.at) · [bergoase@gmail.com](mailto:bergoase@gmail.com)





## Cambridge English Certificates

### DEINE WERTVOLLE ZUSATZQUALIFIKATION

#### Was bringt mir das Zertifikat?

- Ein Leben lang gültig
- Wertvolle Schlüsselqualifikation für den Beruf und das Studium
- Anrechnung für die Berufsreifeprüfung Englisch ab B2-Niveau (FCE, BEC Vantage oder höher)
- Anerkennung von Prüfungen auf C1- und C2-Niveau in zahlreichen Universitäten und Staaten siehe: [www.cambridgeenglish.org/recognition/](http://www.cambridgeenglish.org/recognition/)
- Hohe, internationale Teilnahme (ca. 3 Millionen Kandidaten und Kandidatinnen pro Jahr weltweit)

#### Wo kann ich die Prüfung machen?

Das WIFI in Innsbruck ist das einzige offizielle Prüfungszentrum in ganz Tirol.

#### Wie erhalte ich weitere Information und wo kann ich mich anmelden?

WIFI Tirol – Authorized Test Centre Tyrol

Sandra Schmidt

t: +43 05 90 905-7319

e: [sandra.schmidt@wktirol.at](mailto:sandra.schmidt@wktirol.at)

[www.cambridgeenglish.org](http://www.cambridgeenglish.org)



**CAMBRIDGE ENGLISH**  
Language Assessment

Authorized Centre

[tirol.wifi.at/cambridge](http://tirol.wifi.at/cambridge)

WIFI Tirol

# Book Broker

EIN BUCHBLOG

Noch mehr  
Buchbesprechungen unter:

[bookbroker.wordpress.com](http://bookbroker.wordpress.com)

f / Book Broker

ig / @bookbroker

Schreibt mir eure Meinung:  
[book.broker@hotmail.com](mailto:book.broker@hotmail.com)



# HOU

OPEN AIR

DAS BUNTE  
FINALE

HAFEN INNSBRUCK  
SA 25. JUNI | 14 UHR



25 JAHRE ZAPPA



## GRUPPENZWANG!

Unter dem Motto „ALLE FÜR EINEN, EINER FÜR ALLE“ gibt's mit diesem Gutschein im ZAPPA einen FLOTTEN DREIER:

**JEDEN DIENSTAG UND MITTWOCH:  
3 x 3 CUBA LIBRE FÜR 3 x € 9,90**

cocktail session

JEDEN DIENSTAG  
**COCKTAIL HAPPY HOUR**  
AB € 3,90 ★ ALL NIGHT LONG

CULTURE CLASH

JEDEN MITTWOCH  
**AROUND THE WORLD**  
3 GLEICHE KURZE UM 6 EURO



## Das Spiel mit dem Feuer: Grillen

von Stefanie Konrad

**Beim Grillen in Innsbruck gibt es einiges zu beachten. Was genau das ist, erfahrt ihr hier. Außerdem verrate ich euch noch ein paar hilfreiche Tipps und Trends rund ums Grillen.**

Die Temperaturen klettern wieder in die Höhe und alle Grillbegeisterten zieht es hinaus an den Inn. Aber:

### Wer darf was und vor allem wo?

Am wichtigsten ist hier das Wo: Gegrillt werden darf in Innsbruck nämlich nur an ausgeschriebenen öffentlichen Grillplätzen. Diese Plätze stellen wir euch auf der nächsten Seite mit einem Foto und ein paar Besonderheiten kurz vor. An diesen Plätzen gilt die Spielplatz- und Parkordnung. In dieser Ordnung sind die Benützungzeiten sowie die Materialien, mit denen gegrillt werden darf, festgelegt. Die Benützungszeit eines solchen Grillplatzes ist auf 7.00 bis 22.00 Uhr begrenzt. Die von der Stadt Innsbruck angelegten Feuerstellen dürfen außerdem ausschließlich mit Grillkohle betrieben werden. Es gibt also einiges zu beachten und zu planen, bevor man seiner Leidenschaft für frisch gegrilltes Fleisch und Gemüse nachgeben kann. Reservieren kann man übrigens nur die Grillstelle beim Waldspielplatz Arzler Schießstand. Wer dies machen möchte, muss das Amt für Land- und Forstwirtschaft kontaktieren. Alle anderen sind nicht reservierbar.

### Richtig Anfeuern

Ist der richtige Grillplatz erst einmal gefunden, geht es an das Feuermachen. Besser gesagt an das Anzünden der Kohle. Schließlich will man, dass aus dem Feuer eine anständige Glut wird. Als Faustregel gilt hier: Hände weg vom Spiritus! Zuerst wird die Grillkohle auf einen Haufen aufgeschichtet. In die untere Hälfte des Haufens kommen Grillanzünder. Diese sorgen dafür, dass die ganze Kohle zu glühen beginnt. Wenn die Kohle glüht, muss nur noch darauf geachtet werden, dass sie genügend Sauerstoff erhält. Durch kontinuierliche Belüftung wird dafür gesorgt, dass die Glut am Leben bleibt und die ganze Kohle zu glühen beginnt. Sobald alle Kohlen glühen, kann aufgelegt werden.

### Die Grillmethode

Die einfachste, klassische Grillmethode ist das „direkte Grillen“. Wenn man schnell und einfach grillen will, wählt man diese Methode. Sie ist besonders geeignet für Grillgut, das weniger als 30 Minuten Garzeit benötigt. Dabei wird das Grillgut direkt von unten befeuert. Die „klassische

Studentenmethode“ also: Grillen mit einem Lagerfeuer am Inn. Die typischen Gerichte, die auch dem Studentenbudget entsprechen, wären dafür Würstchen, Burger-Patties, Gemüsespieße oder auch Fisch.

Eine andere auch sehr nützliche Grillmethode ist die „50/50-Methode“. Was auf den ersten Blick sehr kompliziert klingt, ist eigentlich ganz einfach. Dabei muss man nur darauf achten, dass die Hitzequelle auf eine Hälfte des Grills bzw. der Feuerstelle verschoben wird. Dadurch erhält man zwei verschiedene Hitzezonen. Zuerst wird das Grillgut über die direkte Hitze gelegt, das dient dem Angrillen. Danach wird es auf die andere Seite geschoben, in die indirekte Zone, um dort langsam fertig zu garen. Geeignet ist diese Methode für mittelgroßes Grillgut. Durch diese Methode wird das Fleisch besonders zart und bleibt schön saftig.

### Grilltrends

Auch heuer gibt es wieder neue Grilltrends, die als besonders hip gelten und die jeder Profigriller und jede Profigrillerin einmal ausprobiert haben sollte. Wer von



#### DAS ZAPPA-WOCHENPROGRAMM:

★ **MO:** Bier & Spiele ★ **DI:** Cocktail Session ★ **MI:** Culture Clash ★ **DO:** Xsi-Berger-Tag  
★ **FR:** Friday on my Mind ★ **SA:** Kellerkneipe ★ **SO:** Tatort Zappa

NAME

HANDYNUMMER

E-MAIL

Nur ausgefüllt gültig bis 30.09.2016. Keine Barablöse, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.  
Die besten Plätze reservierst du unter 0699/158 105 70 oder 0699/101 051 80.

STAY CONNECTED TO US & THE NSA:



**ZAPPA**  
**MUSIC BAR**  
RECHENGASSE 5 ★ INNSBRUCK  
18-02 UHR ★ BEST IN THE WEST

25 JAHRE  
**ZAPPA**



euch einen eigenen Grill besitzt, kann in den Genuss dieses Trends kommen: Pizza vom Grill. Man kann sich so ganz einfach einen Hauch Italien auf den Teller zaubern. Verwendet wird dazu ein sogenannter Pizastein, den man auf den Grill legt. Bei vielen Grillgeräten ist dieser sogar schon fix eingebaut.

Ein weiterer Trend ist dieses Jahr der Grilltopf. Echtes Lagerfeuerfeeling wie im Wilden Westen bei den Cowboys macht

sich damit garantiert breit. Gekocht werden können mit dem Grilltopf nicht nur stilechte Bohnen mit Speck, sondern auch Chili con Carne, verschiedenste Schmorgerrichte oder sogar Brot.

#### Grillmenü:

**Spareribs:** das wichtigste ist die Marinade!

**Honigmarinade:** Ein Teil Honig, Zwei Teile Öl, frischer Knoblauch, etwas Senf, Salz und Pfeffer, Barbecue-Sauce. Am saftigsten werden die Spareribs, wenn man sie in Alufolie wickelt.

**Gemüsebombe:** Paprika, Zucchini, Zwiebeln, Champignons, Tomaten und Schafkäse in kleine Stücke schneiden, mit Knoblauch, Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen und in Alufolie luftdicht in Tropfenform verpacken. Nach 15 bis 20 Minuten auf dem Grill sind sie essfertig.

**Schokobananen:** reife Bananen der Länge nach aufschneiden, mit Schokostückchen füllen, in Alufolie wickeln und solange ins Feuer legen, bis die Schokolade geschmolzen ist.

Mahlzeit!



## Wo kann und darf ich eigentlich Grillen?

von Tim Jekat

**Die Suche nach einem geeigneten Platz zum Grillen ist meistens relativ schnell erledigt. Doch darf ich dort eigentlich Grillen? Und wenn nicht, was passiert dann?**

Wie in jeder Gemeinde gibt es auch in Innsbruck ausgeschriebene Grillplätze. Manche sind jedoch nicht so leicht zu finden bzw. leicht zu übersehen. Im Zweifelsfall stehen jedoch genug Schilder in der Gegend rum, die für Aufklärung sorgen sollten. Wenn es dennoch passieren sollte, dass an einem Ort gegrillt wird, an dem es verboten ist, ist mit einem Bußgeld zu rechnen. Es folgt eine kleine Übersicht von Grillspots in Innsbruck.

### Gramatboden



- In zehn bis 15 Minuten zu Fuß von der Hungerburg, sowie mit dem Auto erreichbar
- Parkplatz vorhanden
- Frischwasserbrunnen
- Mülleimer
- Grillstellen inklusive Tische und Bänke
- Große Grünfläche und Bolzplatz

### Tumlerpark (Bergisel)

- Zehn Minuten zu Fuß von der Bergiseltramstation (Endstation Linie 1), sowie mit dem Auto erreichbar
- Kein ausgewiesener Parkplatz, jedoch normale Parkzone



- Frischwasserbrunnen
- Mülleimer
- Spielplatz
- Grillstellen inklusive Tische und Bänke
- Bäume für Slacklines

### Hawaii (hinterm Flughafen/Kranebitterhof am Inn)



- Zehn bis 20 Minuten zu Fuß von Kranebitten (Buslinie LK), sowie mit dem Auto erreichbar
- Kein ausgewiesener Parkplatz, jedoch normale Parkzone
- Am Inn
- Grillstellen
- Flugzeuge von Unten (bei entsprechendem Wind)

Diese drei Spots und noch ein paar weitere sind die von der Stadt Innsbruck ausgeschriebenen Grillplätze. Doch sind die schönsten Stellen wohl auch am zentralsten. Die Innpromenade und das Innufer bieten herrliche Stellen zum Grillen, allerdings ist es leider verboten dort zu Grillen. Aber bei entsprechendem Wasserstand gibt es unzählige Spots. Ob in der Nähe vom Marktplatz, hinterm Löwenhaus oder bei der Sillmündung kommen unterschiedliche große Schotter bzw. Sandbänke zum Vorschein, welche geradezu zum Grillen einladen. Im Fall der Fälle aber bitte nichts vergessen oder das schöne Innufer verschmutzen. Hinterm Flughafen am Inn könnte man sogar am Abend Feuer machen, den Flugzeugen beim Landen bzw. Starten zuzucken oder einfach den Sonnenuntergang genießen.

Ebenfalls untersagt ist das Grillen in der Sillschlucht – zurzeit allerdings noch gesperrt wegen Bauarbeiten. Zwar bietet sie im Sommer einen kühlen Ort zum Entspannen, doch gibt es dort noch nicht mal Mülleimer oder Ähnliches. Kurz um: Zwar geeignet, doch nicht erlaubt.

Falls alle Stricke reißen und am Nachmittag oder Abend auf jeden Fall noch gegrillt werden soll, kann man im Notfall noch auf den eigenen Balkon zurückgreifen. Aber vorher bitte mit dem Vermieter oder der Hausverwaltung oder den Anwohnern klären, ob und wie es erlaubt ist – Elektrogrills sind immer erlaubt, Gas und Kohle nicht unbedingt.

**Frohes Grillen euch allen und auf, dass es eine herrliche Grillsaison wird!!!**

www.iffi.at **24-29**  
**MAI 2016**

► CINEMATOGRAF Museumstraße 31  
 ► LEOKINO Anichstraße 36

**25.**  
**INTERNATIONALES  
 FILMFESTIVAL  
 INNSBRUCK**

BUNDESKANZLERAMT | ÖSTERREICH  
 KUNST UND KULTUR

cine INNS' BRUCK UNIOIA AK

nala SPÖ THEATER filmtaxi W.K.G. Caritas

BC ART CONSULTING ray



**LIVE-TIPP:**  
**90s RELOADED**  
 Sa. 7. Mai 2016  
 Music Hall INNSBRUCK



Die 90er – eine verdammte coole Zeit, ein unbeschwertes Jahrzehnt und viele blicken mit Wehmut zurück: Gameboy, Tetris, Tamgotchi, TV-Serien wie Baywatch oder Prinz von Bel Air und jede Menge Boybands und Girlgroups. Auf den Musikkanälen liefen die Songs von Snap!, Dr. Alban, Culture Beat, Spice Girls, Salt, n' Pepa, MC Hammer, Vengaboys, Ace of Base und Had-daway auf und runter.

Nach der gelungenen Premiere der neuen Eventreihe 90s RELOADED, ist die Sensation perfekt! **SNAP!** Der Kult-Act der 90er am 7. Mai 2016 live on Stage in der Music Hall Innsbruck.

Ein wesentlicher Bestandteil der Eventreihe 90s RELOADED sind die Original Live-Acts der 90er, die in regelmäßigen Abständen gebucht werden. „Es ist die Kultparty mit den echten Stars der 90er“, so Andreas Possard, Veranstalter der legendären Disco 70 von der Agentur P:Media. SNAP! wurde von den Frankfurter Produzenten Michael Münzing und Luca Anzilotti als Euro-dance Projekt gegründet und sie haben mehr als ein Kapitel in der Geschichte der Tanzmusik geschrieben. Mit ihrem Erstlingswerk „The Power“ 1990 gelang ihnen ein internationaler Hit, der Elemente aus Hip-Hop und Dance kombinierte. Es folgten bis 1996 weitere Hitsingles wie „Oops Up“, „Cult of Snap!“, „Mary Had a Little Boy“, „Rhythm Is a Dancer“ und „Welcome to Tomorrow“ mit insgesamt 22.700.000 verkauften Tonträgern.

Am 07. Mai live on Stage: **Penny Ford**, US-Amerikanerin aus Cincinnati, und **Benjamin „Stoli“ Lowe**. Penny schrieb und sang in den 90ern die Vocals zu „The Power“, „Oops Up“ und „Mary Had a Little Boy“. 60 Shows pro Jahr spielt SNAP! heute immer noch...

An den Decks erwartet Euch das 90s RELOADED DJ-TEAM DJ CHRIS LE FUNK, DJ BAMBAM und DJ KAYCE, die die Gäste auf eine 100% Zeitreise inklusive Tanz- und Mitsinggarantie schicken werden.

**90s RELOADED TERMINE 2016:**  
 SA. 04. Juni / SA. 10. September /  
 SA. 15. Oktober / SA. 12. November /  
 SA 17. Dezember

www.music-hall.at  
 www.facebook.com/gosreloaded  
 info@pmedia.cc  
 Ticket-Line: +43 664 317 7604

**HEART  
 OF NOISE**  
 INNSBRUCK 2016  
 02.06.-04.06.

**DUB AND THE HEART OF DARKNESS**

LEE „SCRATCH“ PERRY w/ DUBBLESTANDART | KODE 9 AND LAWRENCE LEK PRES. NOTEL  
 ECHOSPACE | FUCKHEAD PRES. DAS GRAUEN | PORTER RICKS | ROLY PORTER | AISHA DEVI  
 DEADBEAT FEAT. TIKIMAN | POLE | THOMAS ANKERSMIT | ILPO VÄISÄNEN PRES. I-LP-O IN DUB  
 MARK FELL & GÁBOR LÁZÁR | COLIN STETSON AND SARAH NEUFELD  
 AND MANY MORE

## Veranstaltungskalender Mai '16

## WEEKENDER

www.weekender.at

06.05. ISOLATION BERLIN  
09.05. STUDENTS MONDAY  
LIVE: US LIGHTS

**14.05. KATINKA**

16.05. STUDENTS MONDAY  
LIVE: CARNIVAL YOUTH  
20.05. GIN GA

23.05. STUDENTS MONDAY  
LIVE: THANKS

**25.05. WHITE MILES**

27.05. DEAD MEADOW  
30.05. STUDENTS MONDAY  
LIVE: MANCHESTER SNOW

03.06. MAX PROSA

13.7. MADBALL

20.10. TRÜMMER

18.11. ANDREAS KÜMMERT & BAND

## p.m.k.

www.pmk.or.at

06.05. PREZIDENT & KAMIKAZES |  
DRUNKN MASTERS | HINZ & KUNZ

07.05. JMANXRES-ONE | GOZPEL |  
DABADOX

13.05. TUMMELPLATZ. FESTSPIEL #2  
VAGUE | LILLA | THE INFORMAL THIEF |  
CHARACTER

14.05. HEART OF NOISE WARM UP  
W/ OAKE | KVSU

15.05. THE VALYKRIANS |  
THE ROCKSTEADY CONSPIRACY

21.05. IBK TRIBE

**25.05. Gurx Turmoil Fest:**

**SUIS LA LUNE | SVALBARD**

**MEEK IS MURDER | KÁLA | PASTEL**

26.05. SENDEMAST

27.05. 15 JAHRE INTERSTELLAR RECORDS  
w/ NITRO MAHALIA | BUG |  
STEFAN FRAUNBERGER

28.05. IFFI Abschlussfest mit:  
ORGES & THE OCKUS ROCKUS BAND |  
LUKAS LAUERMANN

## Treibhaus

www.treibhaus.at

06.05. FAWZY AL-AIEDI &  
RADIO BAGDAD / IRAK

13.05. MOH! KOUYATE (GUINEA)

19.05. RUSCONI TRIO – EIN PIANOTRIO

25.05. FOLKSMILCH – AUSTRIAN  
ACOUSTIC TRIO

## Hafen VAZ

www.hafen.cc

**25.06. HOLI 2016 - FEST DER FARBEN**

## Die Bäckerei

www.diebaeckerei.at

05.05. AMERICAN WEST  
SUPPORT: ANDREA G O  
@ LIVING ROOM SESSIONS

**Raiffeisen Meine Bank**

Bewirb dich jetzt unter  
[www.rlb-tirol.at/karriere](http://www.rlb-tirol.at/karriere)

**Du hast alles fest im Griff?  
Nimm eine neue Herausforderung an.**

Du hast die Erfahrung, die dir in deinem Leben den nötigen Halt gibt, und steckst dir selbst laufend neue Ziele? Die Raiffeisen-Landesbank Tirol AG als beständiger Arbeitgeber in der Region bietet dir interessante Möglichkeiten, mit denen du beruflich stets weiter bergauf kommst. Eine Chance mit vielfältigen Perspektiven, einem umfassenden Aus- und Weiterbildungsangebot, attraktiven Sozialleistungen u. v. m. – Wir möchten mit dir hoch hinaus.

11.05. DRAWING CIRCLES

@ LIVING ROOM SESSIONS

17.06. HACKLERBERRY PI & DIE FAULEN  
KOMPROMISSE

SUPPORT: SPOTTED NATURE

23.06. GRETA MARCOLONGO: „PARIS“  
@ LIVING ROOM SESSIONS

## LiveStage

www.livestage-tirol.com

07.05. ALPTEKK

13.05. AMANITA

**17.06. SOLSTICE – THRASH OR DIE**

## Music Hall

www.music-hall.at

07.05. 90S RELOADED – SPECIAL SNAP!

04.06. 90S RELOADED – SUMMER SPECIAL

22.06. THE FOUR OWLS

SUPPORT: APPLETREE

10.09. 90S RELOADED – NEON EDITION

04.10. FARID BANG

09.12. MANTASTIC SIXXPAXX

## VZ Komma Wörgl

www.komma.at

05.05. RANDY HANSEN

**20.05. SOLSTAFIR**

27.05. CORE IS NOT DEAD YET!

09.06. ANTI FLAG & Support

18.09. AXEL RUDI PELL

03.11. FIDDLER'S GREEN

12.11. J.B.O.

18.11. KISSIN' DYNAMITE

03.12. HUMUS

## Kulturfabrik Kufstein

www.kulturfabrik.at

07.05. MALINA MOYE „Rock & Roll Baby“

**11.05. HANS THESSINK &****ERNST MOLDEN**

18.06. OUTBREAKBAND

06.09. DIRT RIVER RADIO

23.09. UNDIVIDED

31.10. ROCK DEN KÜRBIS – DIE HELLO-  
WEEN-NIGHT IN DER KULTURFABRIK!

## Austria meets Russia im neuen Konzertprogramm des Uniorchesters

von Siljarosa Schletterer

Am 17.06.16 stellt unser orchestrales Aushängeschild der LFU unter der Leitung von **Claudio Büchler** wieder sein Können unter Beweis – diesmal ist Innsbruck sogar nur Station einer kleinen Tournee. Am Programm stehen Beethoven, Brahms und Rachmaninow. Die Sinfonie Nr. 2 e-Moll op. 27 von Sergei Wassiljewitsch Rachmaninow ist in Dresden Anfang des letzten Jahrhunderts entstanden.

Eine kleine Konzertreise führt das Uniorchester zwar nicht nach Dresden, dafür in eine andere deutsche Stadt mit D nämlich **Düsseldorf**. Wer sich also zwischen 26.

und 29. Mai dort aufhält, sollte sich nicht wundern, dort einigen Innsbrucker musikbeflissenen-universitätsnahen Personen mit Instrumentenkoffer über den Weg zu laufen. Mit ihrem Programm, das neben Ludwig van Beethovens „Coriolan Ouvertüre“ op.62 Johannes Brahms' Doppelkonzert für Violine und Violoncello in a-moll op. 102 eben auch Rachmaninows zweite Symphonie umfasst, kann das Uniorchester sich fast mit dem Tiroler Symphonieorchester messen: Letztes Symphoniekonzert trumpfte dieses mit Rachmaninows Dritter auf. Die Solisten von Brahms Doppelkonzert stammen auch aus diesen symphoni-

schen Reihen: Martin Yavryan an der Geige und Peter Polzer am Violoncello sind Mitglieder des Tiroler Symphonieorchesters. Beide werden in spätromantischer Manier erwartungsgemäß nicht nur die Saiten ihrer Instrumente zum Beben bringen, sondern auch den hoffentlich gänzlich gefüllten **Congress**. Also bevölkert am **17. Juni um 20.00 Uhr** den Uniball-bekanntem Saal und unterstützt damit das musikalisch-universitäre Engagement, das sich jeden Dienstag um 19.45 Uhr im Kaiser-Leopold-Saal aufs Neue bei ihren Proben unter Beweis stellt.

## Worte sind zum Verbreiten da: Literarische Talente gesucht & gefunden

von Wolfgang Nöckler

Cognac & Biskotten („Der Tiroler Literaturclub mit dem Wow-Aha-Effekt“) fiel und fällt immer wieder durch ungewöhnliche literarische Aktionen auf. Und es gibt Schreibende, die eben das nicht tun. Was schade ist. Denn es gibt sie (und wie sich herausstellte: zuhauf), die literarischen Talente abseits der Poetry-Slam-Bühnen oder anderer etablierter Formate.

Und so schrieb COBI die Suche nach Literatur-Talenten (ab 18, nach oben offen) aus, die bislang noch eher selten in der Öffentlichkeit (durch Auftritte und/oder Publikationen) in Erscheinung getreten waren. Und wie die Verantwortlichen erfreut feststellten: Die Resonanz war riesig. Texte verließen Schubladen, traten, wie es oftmals in den Begleitschreiben hieß, erstmals die Reise vor fremde Augen an und führten zu mehr. Zuerst sollte es einen Abend mit einem Best of geben. Als Probeauf mit Erweiterungsoption. Inzwischen ist bereits der dritte Talente-Abend über die Bühne gegangen und das ausgewiesene Ziel wurde absolut erreicht: „Insgesamt sollen dem Publikum interessante, inspirierende, berührende Lesungen (mit Tiefgang und ohne Konkurrenzkampf) von neuen Talenten geboten werden, die vielleicht in weiterer Folge wieder von sich hören lassen werden“, so das COBI-Team.

Das Publikum ist sich sicher, einige der neuen Stimmen werden das bestimmt. Es wäre sonst einfach zu schade drum. Aber konkret: Wer waren die LiteratInnen, die sich größtenteils hüten würden, sich so zu bezeichnen?

Da war zum Beispiel ein **Christian Klocker**, der mit süffisanter und wunderbar pointierter Prosa aufwartete, da war ein **Nico Neu**, der einen Un-Ort verewigte (nämlich, auch darüber lässt sich viel sagen, die Mautstation Schönberg) und menschliche Abgründe in den Akkord des Asphaltts zeichnete oder eine **Margaritha Riccabona**, die eine groteske Geschichte über Leben und Tod in einem genau dazu passenden Vortrag in die Zuhörrohre bohrte.

In Ausgabe zwei konnten die nicht zu knapp anwesenden Zuhörenden **Rafaela Schindlegers** eindringlichen Prosastücken rund um Vorurteile und Überheblichkeiten lauschen sowie einen dialektalen Leckerbissen verkosten. **Johannes Wieland** nahm die Anwesenden mit in den ersten Schnee und zugleich in eine vielschichtige Prosa, die sich weit vom Schneeweiß in die zwischenmenschlichen Graubereiche vorwagte. Und **Silvia Schild** hantierte liebevoll mit Erwartungen, die sich am Ende in ein überraschendes Finale ergossen.

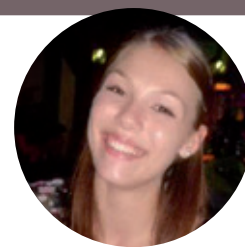
**Markus Jäger** hingegen präsentierte eine Liebesgeschichte, die deutlich machte: Liebe ist Liebe; sowie ein kraftvolles politisches Gedicht über Recht und Unrecht; **Siljarosa Schletterer** überzeugte mit neologismenreichen, hauchzarten Gedichten – und wenn es dazu eine Farbangabe bräuchte: es kann nur blau sein und **Anja Larch** nahm die Zuhörer\*innen mit nach Südamerika und bot

bildreiche Reiseimpressionen und Gefühlsmomente dar. Es war also alles da: Lyrik und Prosa, Themen der Nähe und der Ferne, Aufregendes und Unaufgeregtes: Wie das Wort eben ist, vielfältig, -deutig und -sagend...

Neben den frischen Worten waren in der Kulturbackstube Die Bäckerei, die für das Ganze einen würdigen Rahmen bot, auch jeweils frische Töne zu hören. Die Lesungen wurden nämlich von Bands umrahmt, die ebenso wie viele der gefallenen Worte bleibende Eindrücke hinterließen. Das waren bei Ausgabe eins die Fingerfetzter **Perin & Barbarossa** und das **Gitarmonika Trio**, bei Nummer zwei das sphärische **Duo Lilla** und bei Ausgabe drei die energiegeladene Folk-Truppe **Nolunta's**. Am Moderatorenmikro führten in überzeugend wortgewandter Weise **Wolfgang Nöckler** und **Maria Schätzer** durch die Abende.

Für die Veranstalter ist klar geworden: Das darf es nicht gewesen sein. Daher wird demnächst eine Anthologie herausgegeben, die alle literarischen Kostbarkeiten der ersten drei Talente-Abende zum Wiederlesen festhält, damit auch weitere fremde Augen sie finden können. Und: Es gibt erneut eine Ausschreibung, die nach neuen literarischen Talenten ruft. Noch bis 12. Juni können Texte aller Art eingereicht werden. Und allen, die schreiben, sei diese Chance wärmstens ans Herz gelegt! Weitere Infos dazu auf [www.cobi.at](http://www.cobi.at).





## How Big, How Blue, How Beautiful

FLORENCE + THE MACHINE

von Anna Krepper

Mit ihrem neuen Album *How Big, How Blue, How Beautiful* ist die Queen of Peace Florence Welch mit ihrer Band Florence + the Machine zurück. Ein sehr vielseitiges Album, das zusammen mit dem Regisseur Vincent Haycock zu einer filmischen Reise durch die Welt der Florence Welch unter dem Titel THE ODYSSEY verwandelt wurde. Das Album wurde in sieben Kapitel aufgeteilt und erschien erstmals am 21. April 2016 als kompletter Film. Aus dem Namen

THE ODYSSEY lässt sich erahnen, dass es sich hierbei um eine lange und beschwerliche Irrfahrt handelt. Trotzdem ist ihr drittes Album realitätsbezogener als die beiden Vorgänger, die mehr mit Metaphern spielten. „Das neue Album handelt nun davon, zu lernen, wie man lebt, sein Leben meistert – und wie man hier, auf dieser Welt, Liebe finden kann, anstatt nach irgendeinem Ausweg zu suchen.“ Eine klare Aussage, die den Standpunkt von Florence Welch deutlich macht. „Ich bin völlig verliebt in die Welt, aber sie macht mir auch Angst. Freude ist genau wie die Angst ein Teil meiner Musik.“ *How Big, How Blue, How Beautiful* beginnt als eine lange Irrfahrt, bringt uns am Ende aber uns selbst näher und dadurch ans Ziel unserer Reise.



## Beautiful Lies

BIRDY

von Anna Krepper



Nach drei langen Jahren dürfen wir uns endlich auf Neues aus der Feder der britischen Singer-Songwriterin BIRDY freuen. Am 25. März 2016 veröffentlichte sie ihr drittes Album *Beautiful Lies*.

Im März 2011 wurde Jasmine van den Bogaerde, besser bekannt als Birdy, mit ihrer Coverversion des Bon Iver Songs *Skinny Love* entdeckt und schon im November desselben Jahres erschien ihr erstes Album unter dem schlichten Titel *Birdy*.

Neben mehreren Soundtracks zu Filmen wie dem Disney Animationsfilm *Merida*, oder Die Tribute von Panem, veröffentlichte sie 2013 ihr zweites Album *Fire Within*. Doch erst ihr drittes Album *Beautiful Lies* kann das außergewöhnliche Talent der jungen Sängerin zur Gänze erfassen. Birdy selbst kommentierte ihr neuestes Werk mit den Worten: „Ich habe in den letzten Jahren so viel gelernt und konnte nun all meine Erfahrungen – schlechte wie gute – als Inspiration nehmen.“

„Ein Großteil des Albums dreht sich darum, ein Licht in der Dunkelheit zu finden und so die Zeiten zu überstehen, in denen wir uns komplett verloren fühlen.“ Verloren ist Birdy keineswegs, ganz im Gegenteil. Sie zeigt uns, wie sie vom Mädchen zur selbstbewussten jungen Frau geworden ist.

## Ein wunderbarer Abend für Selma Merbaum – eine Premiere zum Nachdenken

von Siljarosa Schletterer

Die Studia der Hauptuni wurde am 30. März auf berührende Weise zu einer Bühne für die Erstaufführung des Programms „**Selma – ein jüdisches Mädchen**“. Es ist eine musikalische und literarische Hommage an Selma Merbaum (1924–42) – übrigens eine Großcousine von Paul Celan. Sie schrieb bereits mit 15 Jahren eigene Gedichte mit überraschend frühreifem Tiefgang und weitblickender Zartheit. Das Wissen darüber, dass sie mit nur 18 Jahren in einem deutschen Zwangsarbeitslager in Michailowska starb, kontrastiert die Kraft und den Lebenshunger in ihren Zeilen wie diesem vorgetragenen Ausschnitt aus Poem mit enger Beklommenheit:

„...Ich möchte leben.

Schau, das Leben ist so bunt.

Es sind so viele schöne Bälle drin.

Und viele Lippen warten, lachen, glühen und tuen ihre Freude kund.

Sieh nur die Straße, wie sie steigt:

so breit und hell, als warte sie auf mich.

Und ferne, irgendwo, da schluchzt und geigt die Sehnsucht, die sich zieht durch mich und dich.

(...)Ich möchte leben.

Ich möchte lachen und Lasten heben und möchte kämpfen und lieben und hassen und möchte den Himmel mit Händen fassen und möchte frei sein und atmen und schreien. Ich will nicht sterben. Nein!

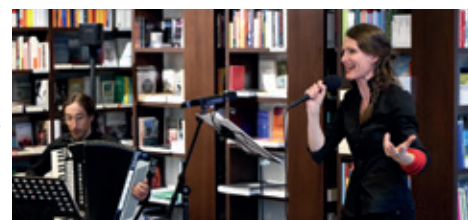
Nein.

Das Leben ist rot, Das Leben ist mein.

Mein und dein.“

Man will es nicht wahrhaben, dass so etwas möglich war. Ihre Formulierungen lassen Gedanken aufkommen zur politischen Situation von damals, zur politischen Situation von jetzt: Wie kann so etwas passieren? Wie können Menschen zulassen, dass solch junge Individuen auf so grausame Weise umkommen – hinter Zäunen. Dann blitzt in meinen Gedanken Franz Grillparzers Grabinschrift für Schubert auf: „Die Tonkunst begrub hier einen reichen Besitz; aber noch viel schönere Hoffnungen“. So gilt Musik neben dem Schreiben als Merbaums große Liebe. Dies spiegelt sich auch im Konzept des Abends

wieder. Gedichte und Musik werden ineinander verwoben: Ausgesuchte Textstellen werden über Melodien und Akkorde gelesen, gesungen, gespielt. Die musikalischen Fäden dieses Klangteppichs erstrecken sich dabei von osteuropäischem Folk und Klezmerhaftem über Yann Tiersens wunderbare Welt der Amélie Soundtrack bis zu Neukompositionen. Diese fanden ihren Ursprung teilweise im Ausprobieren bei Proben Terminen selbst. Eva **Maria Gintsberg** erstellte das Konzept und liest als versierte Schauspielerin und „Vorleserin“ die Texte der Autorin. **Stefan Manges** mischt sich mit wortbehaltsamen Akkordeonklängen dazu. Wer sich also gern verzaubern lassen möchte von einem musikalisch-literarischen Gesamtkunstwerk und Texten einer außergewöhnlichen Frau, sollte die nächsten geplanten Termine nicht verpassen: **9.9.2016: Kulturverein Ischgl, 23.9.2016: NMS in Völs bei Innsbruck 19.30 Uhr, 15.10.2016: Scheffau im Rahmen des Kulturherbstes – 20.00 Uhr.**



© BENJAMIN GSCHÖSSER



## Buch Self-Publishing: Der Weg zum eigenen Buch Im Gespräch mit Matthias Daxer

von Evelyn Unterfrauner



**Matthias (Matze) Daxer** ist Deutsch und Geographie Student in Innsbruck und hat 2016 sein eigenes Buch bei Books on Demand herausgegeben und sich somit einen Kindheitswunsch erfüllt. Das Schmuckstück heißt „Unter allem liegt die Angst“, zwar ohne Seitenzahlen, aber zählt doch 180 Seiten. Das Thema ist aktuell: Angst und Hass.

Matze trifft man übrigens auch oft auf der Slammer-Bühne, aber das mit dem Self-Publishing wollte ich genauer wissen. Ein Buch herauszugeben ist anscheinend gar nicht so schwierig.

*UNIPress: Deinen Debütroman Unter allem liegt die Angst hast du im Eigenverlag herausgebracht. Welche Schritte gilt es dabei zu tätigen?*

**Matze:** Zuerst sollte man natürlich das Manuskript schreiben und sichergehen, dass es genau in dieser Form veröffentlicht werden kann. Bei den meisten Self-Publish-Verlagen gibt es kein Lektorat, das das Buch vor der Veröffentlichung genau durchsieht und auf Fehler aufmerksam wird – Genauigkeit ist darum sehr wichtig, wenn man keinen freiberuflichen Lektor anstellen und trotzdem ein lesbares Buch veröffentlichen will. Über den Verlag, Vertragsbedingungen und bisherige Kun-

denerfahrungen sollte man sich auch gut informieren, seriöse Eigenverlage bieten dazu auch viel Hilfestellung auf ihrer Website oder sogar einen eigenen Kundenservice. Auch das Cover ist für den Verkauf extrem wichtig – wenn das Cover kein Interesse weckt, hilft auch der beste Klappentext nichts.

*UNIPress: Dein Roman hat keine Seitenzahlen, Funfact oder Fauxpas?*

**Matze:** Ich wollte die Lesezeichenindustrie vorantreiben und Druckerschwärze sparen. Aber nein, jetzt im Ernst – das ist mir erst nach dem Durchblättern vom ersten Exemplar aufgefallen. Wo wir wieder bei der Genauigkeit wären.

*UNIPress: Wie kombinierst du deine Tätigkeiten als Slammer, Student und ...? Ja was machst du eigentlich noch?*

**Matze:** Ich versuche, einfach das zu tun, was mir gerade Spaß macht. Gutes Zeitmanagement und die richtigen Prioritäten setzen, hilft natürlich auch. Manchmal kommt mir eine Idee für die aktuelle Geschichte und ich hätte wahnsinnige Lust, sofort los zu schreiben. Aber wenn am nächsten Tag eine Prüfung ansteht, ist es halt doch taktischer, die Idee irgendwo zu

notieren und sie später weiter zu entwickeln. Neben slammen, schreiben und studieren, arbeite ich noch ein paar Stunden die Woche.

*UNIPress: Erzähl uns kurz und knapp die Handlung deines Romans. Aber bitte rückwärts ohne zu spoilern.*

**Matze:** Eine Schulklasse soll ein Theaterstück gegen Fremdenhass aufführen. Blöderweise herrschen innerhalb der Klasse aber auch viele Vorurteile, Rassismus und – wie der Titel schon andeutet – natürlich Angst. Ein Mitschüler wird zusammengeslagen, das Projekt läuft immer mehr aus dem Ruder, und – jetzt würde ein Spoiler kommen.

*UNIPress: Gibt es heimtückische Fallen, die es beim Self-Publishing zu umgehen gilt?*

**Matze:** Es gibt einige Self-Publishing-Verlage, die mehr an ihren Autoren verdienen als am Verkauf von Büchern. Die erkennt man meistens daran, dass man als Autor drei- bis vierstellige Gebühren für die Veröffentlichung zahlen muss. Mit Books on Demand habe ich glücklicherweise einen Verlag erwischt, der nicht in diese Kategorie fällt. Bei allen seriösen Self-Publishing-Verlagen ist die größte Falle die eigene Schlampigkeit, da man im Normalfall gleichzeitig Autor, Lektor und Marketing-Manager ist. Da kann es dann zum Beispiel passieren, dass man plötzlich ein Buch ohne Seitenzahlen verkauft. Auch sollte man vor der Entscheidung für einen Verlag unbedingt das Internet nach Erfahrungsberichten von bisherigen Kunden durchforsten, damit erspart man sich un schöne Überraschungen.

*UNIPress: Ist Self-Publishing die Zukunft?*

**Matze:** Für junge Autorinnen und Autoren ist es auf alle Fälle eine super Gelegenheit, unkompliziert und vergleichsweise schnell ein Buch auf den Markt zu bringen. Bei den üblichen Verlagen dauert das meist drei bis sechs Monate, und die Marge ist viel geringer als im Eigenverlag. Zum Lektorat und für das Coverdesign können Self-Publisher auch selbstständige Unternehmen beauftragen, dafür braucht es nicht zwingend einen Verlag.





## 4 Fragen an Innsbruck liest-Autorin Didi Drobna

von Evelyn Unterfrauner

**10.000 gedruckte Leseexemplare von „Zwischen Schaumstoff“, dem Debütroman der 28-jährigen Schriftstellerin Didi Drobna, wurden im April in Innsbruck verschenkt. Innsbruck liest ist eine wundervolle Initiative, um Literatur ins Gespräch zu bringen und findet seit 2004 jährlich statt. Ich hab der Autorin ein paar Fragen zu ihrem Debüt gestellt:**

*UNipress: Wie ist das denn so, sein erstes Buch zu schreiben?*

**Didi Drobna:** Obwohl ich immer schreiben wollte, konnte ich mir am Anfang nicht vorstellen einen Roman zu schreiben. Ich schrieb Kurzgeschichten, höchsten kleine Erzählungen. Ein Roman war für mich die Königsklasse, diese vielen Seiten, wie sollte ich jemals eine dreihundert-seitige Geschichte erzählen? Es war mir unvorstellbar. Eine Weile schrieb ich vor mich hin, mal hier und mal da eine Kurzgeschichte über Daisy und Lisa (die Protagonistinnen des Buches). Erst als mein Verlag Druck machte und ein Veröffentlichungsdatum ansetzte, begann ich richtig zu schreiben. Ich dachte mir: zuerst eine Seite, dann noch eine und so machst du weiter. Und plötzlich war in einem halben Jahr das Manuskript da.

*UNipress: Welche Zielgruppe sprichst du mit deinem Buch an? Ist es ein Buch für Menschen mit Geschwister, ein Buch zum Verschenken an die beste Freundin oder für Menschen, die noch auf der Suche nach etwas sind?*

**Didi Drobna:** Ich denke, ich spreche gleichzeitig alle und niemanden konkret an. Ich habe das Buch zumindest nicht mit einer Zielgruppe im Hinterkopf geschrieben, so schreibe ich nicht. Natürlich wünscht man sich, dass das Buch viele Menschen anspricht, aber das sollte nicht der primäre Fokus beim Schreiben sein.

Im Buch geht es um Schwestern, um Familie, um Liebe, Freundschaft, Krankheit, schwierige Verhältnisse, das Erwachsenwerden, Einsamkeit im Alter, Abenteuer, Ausbruch – das sind teilweise universale Themen in denen sich jede und jeder von uns finden kann. Von dem her würde ich sagen, es ist für jeden was dabei.

*UNipress: Erzähl uns etwas über dich: Wie gestaltete sich dein Studentinnenleben in Wien?*

**Didi Drobna:** Mein Studentinnenleben war vor allem arbeitsintensiv! Ich habe gleichzeitig Germanistik und Kommunikationswissenschaft studiert und nebenbei Teilzeit gearbeitet, viel Zeit blieb dann nicht mehr. Sturm und Drang gab es auch, aber vor allem später beim Schreiben.

Ich bin dann erneut Studentin geworden, als ich bereits Vollzeit berufstätig war, da begann ich Sprachkunst an der Universität für Angewandte Kunst in Wien zu studieren. Das war jedoch nichts für mich und mein Schreiben. Es war auch sehr schwer alles zu vereinen. Ich habe also nach ein paar Semestern wieder aufgehört und mache mein eigenes Ding. Das erfreulichste daran: Es scheint zu funktionieren!

*UNipress: Warum „Zwischen Schaumstoff“?*

**Didi Drobna:** Zwischen Schaumstoff ist das zentrale Motiv des Romans! Lisa ist für Daisy der schützende Schaumstoff zur Außenwelt, aber sie zerbricht an dieser Rolle, denn es ist nicht ihr natürlicher Aggregatzustand, schließlich bräuchte sie selbst jemanden, der für sie den Schaumstoff bildet. Daisy wiederum verkraftet den Tod der Großmutter nicht, weil sie den Gedanken nicht in ihren mit Schaumstoff gefüll-

ten Kopf packen kann. Lisa landet auf der neurologischen Anstalt – solche Abteilungen werden oft als jene mit den „weichen Wänden“ betitelt. Gemeinsam werden Lisa und Daisy aber ebenfalls von ihren Eltern in Schaumstoff gepackt und erfahren nicht von ihrem Bruder. Schließlich ist ihre gemeinsame Reise ein Ausbruch aus all diesen Zuständen, ein Niederreißen aller Brücken. Sie nehmen ihr Leben selbst in die Hand und lassen sich nicht mehr „einpacken“.

### Ein kleiner Ausblick:

Die Jungautorin arbeitet momentan an ihrem zweiten Roman „Als die Kirche den Fluss überquerte“. Auch hier geht es wieder um Familie, genauer um ein, diesmal erwachsenes, Geschwisterpaar – das scheint ein Thema zu sein, welches Didi Drobna verfolgt. Sie hat dafür 2015 das Literaturstipendium des Bundeskanzleramtes erhalten, was eine tolle Sache ist, wie sie selbst sagt. „Da stand das Projekt erst am Anfang und ich wusste nicht so recht, ob das was Gutes ist oder nicht. Dann ein Literaturstipendium zu erhalten, ist eine schöne Bestätigung und Motivation, weiterzumachen.“, schließt Drobna das Interview.



BILD: ALEXANDER WAGNER

# Um halb 3 ist selbst in Tokio nur ein McDonald's geöffnet – Die Bäckerei-Überfälle von Haruki Murakami

von Evelyn Unterfrauner



„Hunger entsteht wie? Aufgrund mangelnder Nahrungsaufnahme natürlich. Warum mangelt es an Nahrung? Weil es an äquivalenten Tauschobjekten fehlt. Und warum, schließlich, standen uns solche nicht zu Gebote? Weil wir nicht genug Phantasie besaßen, vermutlich. Oder aber Hunger hing direkt und ursächlich mit unserem Mangel an Fantasie zusammen.“ (Murakami 2014, S. 9)

An Fantasie mangelt es dem japanischen Autor bestimmt nicht und dem Protagonisten, der ein gnadenloses Hungergefühl verspürt, auch nicht. Die Handlung der zwei Erzählungen *Der Bäckerei-Überfall* und *Der zweite Bäckerei-Überfall* ist schnell erzählt. Zwei Freunde überfallen, getrieben vom peinigenden Gefühl des Hungers, eine Bäckerei. Der Bäcker lässt sich von den jungen Herrschaften allerdings nicht beirren und bietet ihnen ein Tauschgeschäft an: Sie bekommen ohne Widerstand soviel Brot wie sie wollen, dafür müssen sie sich



zu einer Affinität gegenüber der Musik Wagners bekennen. Sie willigten auf den Tausch ein, vor allem nachdem des Bäckers erstes Tauschangebot ein Fluch war. Von diesem Fluch sollte der Protagonist der Erzählung allerdings nicht verschont geblieben sein, wie sich zehn Jahre später im Gespräch mit der Ehefrau herausstellt. Um diesen Fluch aufzulösen sollte es also zu einer Wiederholung kommen. Um halb 3 Uhr morgens und nach insgesamt sechs Dosen Bier entscheidet das Paar eine McDonalds Filiale zu überfallen, da schlichtweg keine Bäcke-

rei geöffnet ist. „Es tut uns ja auch leid, aber eine Bäckerei war nicht auf“. – „Wenn eine auf gewesen wäre, hätten wir schon eine richtige Bäckerei überfallen.“ (Murakami 2014, S. 69)

Murakamis Erzählstil ist skurril und gleicht einer Traumbeschreibung. Seine Metaphern und Analogien sind innovativ und außergewöhnlich, so schreibt er z.B., das Warten in der Bäckerei wäre eine dostojevskische Hölle gewesen, das Hungergefühl ein kosmisches Vakuum oder vergleichbar mit der Höhenangst und zwei Erdbeer-Shakes auf dem Tisch im McDonald's seien avantgardistische *objets d'art*.

Das Buch war ein interessantes Kennenlernen des japanischen Autors, das Lust auf Mehr macht! Die Illustrationen nach maximal jeder vierten Seite bieten die Möglichkeit, die Geschichte noch einmal auf eine ganz andere Art zu „lesen“.

## FREITAG

die Kultmarke - in unserer STUDIA-Filiale SoWi/MCI



Wir haben ausgewählte

**Taschen & Accessoires!**

**Schau vorbei!**

Mo. - Fr. 8.30 bis 18.00 Uhr  
Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr  
Studia Filiale SoWi/MCI

Universitätsstraße 15a • 6020 Innsbruck



Taschen  
Geldbörsen  
Smartphonehüllen  
Sportbags  
etc.

Bring diese Original-Anzeige mit! Sie ist ein **GUTSCHEIN** für einen Freitagartikel über **€ 10,-**

\* gültig bis 30.6.2016 • pro Person und Einkauf nur ein Gutschein einlösbar!



**jetzt Neu!!!**

in unseren Filialen  
Herzog-Siegmund-Ufer 15  
und MCI-Universitätsstraße 15a



ab **€ 27,95**



verschiedene Designs

alle Karten &

Geldscheine

im Griff

**Schau vorbei!**

Mo. - Fr. 8.30 bis 18.00 Uhr  
Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr  
Studia Filiale SoWi/MCI  
Universitätsstraße 15a  
6020 Innsbruck



Mo. - Fr. 8.30 bis 18.00 Uhr  
Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr  
Studia Filiale HSU  
Herzog-Siegmund-Ufer 15  
6020 Innsbruck



Michael Wolf studiert seit Herbst 2013 im Masterstudiengang „Europäische Politik und Gesellschaft“ in Innsbruck. Daneben arbeitet er als Studentischer Mitarbeiter am Institut für Politikwissenschaft, engagiert sich beim Akademischen Forum für Außenpolitik und beim studentischen Journal „Nihil Adendum“. Kommentare/Kritik/Anmerkungen gerne an: „Michael.C.Wolf@student.uibk.ac.at“.

### Zur Ausgangssituation

Rekordarbeitslosigkeit, wirtschaftliche Stagnation, demografische Umbrüche, Degenerierungsprozesse in Bildung und Wissenschaft sowie ein absolut kopflos agierendes Polit-Establishment. Es bedarf nur weniger Schlagworte, um den kontinuierlichen Niedergang eines vor wenigen Jahren noch prosperierenden Landes zu benennen.

Waren Bundespräsidentenwahlen vormals noch reine Persönlichkeitswahlen und kaum mehr als Ritterschläge für jene (leider ausschließlich) männlichen Politiker, die sich in unermüdlichem und meist jahrzehntelangem Einsatz besonders stark um die Republik verdient gemacht haben, sind die Umstände heute, 2016, vollkommen andere. Bereits die Wahlkampfphase mit einer Rekordzahl an aussichtsreichen BewerberInnen sowie einer Polar- und Politisierung der Themen prophezeite einen möglichen Systemwandel. Was am Sonntag dem 24. April 2016 um exakt 17:00 passierte, ist jedoch weniger als Wandel, denn als klarer Bruch mit dem gesamten Parteiensystem der Zweiten Republik zu erklären. Auf den Trümmern sozialdemokratischer und bürgerlicher Wertvorstellungen und gestützt auf große Teile des Staatsvolkes errichtete die FPÖ ein neues gesellschaftspolitisches Narrativ der Abgrenzung und Rückbesinnung auf längst überwunden geglaubte Denkmuster. Bis zu welchem Grad die Polemik der „Freiheitlichen“ die Gesellschaft in ihren Bann gezogen hat, ist zwar ungemein schockierend, lässt sich jedoch nach klaren demografischen Merkmalen differenzieren. So ergaben gemeinsame Wahltagsbefragungen von ORF/SORA und ISA, dass erwartungsgemäß vor allem Geschlecht und Bildungsgrad mit dem Wahlverhalten stark korrelierten. Dementsprechend votierten 45% der Männer und genauso viele WählerInnen ohne Abschluss einer höheren Schule für Norbert Hofer, den Spitzenkandidaten der FPÖ. Umgekehrt gab nur rund jeder/

## Eine Republik am Abgrund!

**Der erste Wahlgang der Bundespräsidentenwahlen vom 24. April 2016 bedeutet mindestens einen Wendepunkt in der Geschichte Österreichs. Die traditionellen großen Lagerparteien der politischen Mitte wurden nun endgültig bis zur Unkenntlichkeit verstümmelt, die FPÖ als Vertreterin des vormaligen „Dritten Lagers“ zur mit Abstand stärksten Kraft im Staat erkoren. Ein dystopischer Ausblick in eine wahrscheinliche Zukunft.**

jede siebte ÖsterreicherIn mit mindestens Maturabschluss dem Freiheitlichen seine oder ihre Stimme.

### Dystopischer Ausblick

Dass die FPÖ das höchste Amt in Österreich noch nicht fix in der Tasche hat liegt indes lediglich am Wahlmodus, welcher die absolute Mehrheit und damit eine Stichwahl zwischen den beiden bestplatzierten Bewerbern vorsieht. Angesichts des großen Abstandes im ersten Wahlgang (rund 14 Prozentpunkte) ist Hofer gegenüber seinem Duellanten Alexander van der Bellen zweifellos klar im Vorteil. Zwar werden die Zähler wieder auf null gestellt – allerdings dürften die allermeisten FPÖ-Wähler am 22. Mai neuerdings für Hofer votieren, während sich außerdem noch zigtausende ÖVP- und Lugner-Unterstützer, manche Griss-Sympathisanten sowie einige Vertreter aus dem bisherigen Nichtwähler-Lager der rechtsextremen Partei anschließen werden. Für den keineswegs unwahrscheinlichen Fall, dass die noch zu formierende Mitte-Links-Koalition rund um van der Bellen am Ende unterliegt, steht die Republik jedenfalls vor einem historischen Wendepunkt. Obzwar der Bundespräsident in seinen Befugnissen klar von der Verfassung begrenzt wird, hat Hofer nämlich bereits angekündigt, seine Spielräume aktiver als jeder Präsident zuvor gestalten zu wollen. Was das für die Praxis heißen könnte, soll hier nun kurz skizziert werden.

Gemäß Artikel 70 Absatz 1 der Bundesverfassung steht dem Bundespräsidenten unter anderem das Recht zu, die gesamte Bundesregierung zu entlassen und in Folge eine neue zu ernennen. Diese Möglichkeit wurde zwar bisher noch nie angewendet, deren Umsetzung von Hofer im Rahmen des Wahlkampfes aber zumindest als ultima ratio mehrfach dezidiert angedroht. Angesichts der Tatsache, dass sich eine solche Regierungsumbildung auf eine Parlamentsmehrheit stützen müsste, um nicht gleich wieder durch ein Misstrauensvotum abgesetzt zu werden, stünden

Hofer zur Durchsetzung seiner Interessen im Wesentlichen zwei Möglichkeiten offen: Er könnte erstens eine ihm vollkommen willfährige Regierung einsetzen, die ihm sofortige Neuwahlen vorschlägt, noch bevor sie von einer Parlamentsmehrheit wieder abgesetzt würde. Dem allgemeinen politischen Klima entsprechend führten diese aller Wahrscheinlichkeit nach zu einer blau-schwarzen Regierung unter der Ägide von Heinz-Christian Strache. Aber selbst wenn Hofer dieses Manöver zu riskant erschiene, könnte er die Regierung entlassen und eine schwarz-blaue Regierung unter entweder Einbeziehung oder Duldung bspw. des Team Stronach angeloben. Diese hätte momentan eine knappe Mehrheit im Parlament, weshalb eine blaue Regierungsbeteiligung auch ohne Verfassungskrise durchaus machbar wäre. Abseits dieser beiden Szenarien der direkten Einflussnahme durch Neo-Präsident Hofer ist sogar noch eine dritte Möglichkeit weit mehr als nur theoretisch denkbar. In Anbetracht aller rezenten Wahlergebnisse auf Bundes- wie Landesebene erschiene es äußerst legitim, wenn die bestehende rot-schwarze Regierung dem nächsten Bundespräsidenten von sich aus bittet, den Nationalrat gemäß Artikel 29 Absatz 1 B-VG aufzulösen, da ihr der für Reformen dringend notwendige Rückhalt der Bevölkerung augenscheinlich abhandengekommen ist. Faktisch wäre damit wie in Szenario eins der Weg frei für eine Kanzlerschaft von H.C. Strache.

### Schicksalstag für Österreich

Kurzum: Sollte Norbert Hofer am 22. Mai wie erwartet triumphieren, sind die Tage der Regierung aller Voraussicht nach gezählt. Eine Regierungsbeteiligung der FPÖ wäre unter demokratiepolitischen Gesichtspunkten zweifellos mehr als legitim und eine Kanzlerschaft von H.C. Strache praktisch zum Greifen nahe. Wenn selbst die letzte Stimme der Vernunft und Menschlichkeit dem Populismus und dem Fremdenhass weichen muss, dann ist die Zweite Republik in ihrer bisherigen Gestalt aber jedenfalls am Ende.

## AG, GRAS, VSStÖ, JUNOS und UNIKORN

Die UNIpress-Redaktion ist für die Inhalte der Fraktionsartikel nicht verantwortlich. Fraktionsartikel werden weder korrigiert, umgeschrieben, zensiert oder sonst in irgendeiner Art und Weise verändert.



### Gegen Prüfungsdruck im Studienalltag!

Zahlreiche Ideen für Studium und Alltag, Motivation und ein engagiertes Team. – Das macht die *Aktionsgemeinschaft* in Innsbruck aus.

Zu günstigen Preisen könntest Du auf Initiative der ÖH ein neues Fahrrad erwerben, dein altes Rad gratis reparieren lassen und top ausgerüstet in die Saison starten. Wir haben bewiesen, dass man mit 129,50 Euro mehr kann, als nur ein Semester IVB Busfahren.

### Denn studieren ist schon teuer genug!

Für Dich haben wir auch dieses Semester wieder die beliebten Lauffreize zur Vorbereitung auf den Innsbrucker Stadtlauf am 15. Mai organisiert. Komm vorbei und lauf mit unserem Uni Innsbruck Team! Außerdem hat unser ÖH Team für Dich im Mai die Mental Health Days organisiert. Dort wirst Du über alles rund um Gesundheit, Stressmanagement und Studienbelastungen informiert und beraten. Mit zahlreichen Workshops werden wir Lösungen für Stresssituationen im Uni-Alltag finden. Kein Studium soll am Prüfungsdruck scheitern.

Für durstige Prüflinge hat die *Aktionsgemeinschaft* wieder eine Prüfungswasser-verteilkampagne gestartet und Dich mit frischen Säften versorgt. Halte Ausschau nach unseren AGents, wir haben auch in den kommenden Wochen eine Erfrischung für Dich.

Damit der Spaß im Studium nicht zu kurz kommt, haben wir für Dich frische Caipirinhas an deiner Fakultät organisiert. Bei unseren Ständen findest Du köstliche Getränke zu günstigen Preisen. Das AG-Gutscheinheft ist natürlich auch dabei!

Gerne informieren wir Dich dort über unsere Aktivitäten und unser Ziele. Motivierte Studierende finden immer einen Platz in der AG, damit wir auch weiterhin die Interessen der Studierenden so gut vertreten können.

Deine **Aktionsgemeinschaft** – in deinem Interesse!

[facebook.com/aginnsbruck](https://facebook.com/aginnsbruck)  
[www.agibk.info](http://www.agibk.info)



### #StudiTicketJETZT – für ein österreichweites Studierendenticket!

Als GRAS setzen wir uns in der ÖH-Bundesvertretung für die Einführung eines österreichweiten Studitickets ein. Die Kampagne #StudiTicketJETZT richtet sich an die österreichische Bundesregierung, die in ihrem Arbeitsabkommen bereits die Finanzierung eines solchen Tickets festgeschrieben, bisher aber nicht mal ansatzweise umgesetzt hat.

Leistungsfähige Mobilität ist eine der wichtigsten Forderungen der GRAS. Die Möglichkeit, den öffentlichen Verkehr kostengünstig nutzen zu können, ist

nicht nur aus ökologischen Gründen wünschenswert, sondern auch in sozialer Hinsicht relevant. Immerhin fließt ein großer Teil der monatlichen Ausgaben der Studierenden in die Mobilität. Hierbei zeigen sich zwischen den Bundesländern jedoch große Unterschiede hinsichtlich der Konzipierung und Preisgestaltung der Studierendentickets.

Abgesehen von den unterschiedlichen Kosten beschränkt sich beispielsweise das Ticket in Innsbruck nur auf die Stadt selbst. Für Studierende, die über Stadt- oder Bundesländergrenzen pendeln – entweder zum Heimfahren oder weil ihr Studium es erfordert – stellt dies natürlich einen großen Nachteil dar.

Ein einheitliches Ticket, das für ganz Österreich gilt, würde hier Abhilfe schaffen, die Anbindung an die Region verbessern und allen Studierenden gleichen Zugang zu Mobilität gewährleisten.

Genauere Infos zum Ticket und zur Kampagne findet ihr hier: [www.studiticket-jetzt.at](http://www.studiticket-jetzt.at)

Widerständig und lebendig

Eure GRAS

[gras.at](http://gras.at)  
[fb.com/grasinnsbruck](https://fb.com/grasinnsbruck)



### #unibrennt – und was davon übrig blieb...

Die Bildungsproteste im Jahr 2009 stehen noch heute exemplarisch für die Möglichkeiten, die die Selbstorganisation Studierender in überparteilichen Anliegen entfalten kann.

Überfüllte Hörsäle, katastrophales Betreuungsverhältnis, Verschulung, Zugangsbeschränkungen, Studiengebühren, Kürzung von Beihilfen, Kaputtsparen der Universitäten etc. waren damals die entscheidenden Gründe für das Aufflammen der Bewegung.

### „Bildung statt Ausbildung“

Weg von der Absolvent\_innen-Fabrik für den Arbeitsmarkt wollte man. Hin zu einer Stätte der Bildung, wo Wissen den eigenverantwortlich agierenden Studierenden vermittelt wird – frei von wirtschaftlichen und politischen Zwängen.

Im Endeffekt hat sich unsere Situation nach der #unibrennt-Bewegung keinesfalls verbessert. Die Ökonomisierung der Hochschule mit den damit einhergehenden schlechteren Studienbedingungen zeichnen ein noch dunkleres Bild vom Zustand der Unis.

### Die „Kritische Uni“ als Relikt vergangener Zeiten

Neben dem wieder geschlossenen Geiwimax-Raum bleibt die Initiative „Kritische Uni“ als Nachhall der Innsbrucker

#unibrennt-Bewegung. Mit der Streichung des Budgets für die „Kritische Uni“ macht das Rektorat nun auch die letzte Errungenschaft aus 2009 rückgängig und versetzt somit der Studierenden-Selbstverwaltung einen weiteren Stich.

### Etwas ganz anderes: Bunt, bunter, IDAHOT

Am 17. Mai findet der internationale Tag gegen Homo-, Bi- und Transphobie (IDAHOT) statt. Wir veranstalten an diesem Tag u.a. Aktionen und ein fantastisches Hörsaalkino. Weitere Infos folgen!

### Dein VSSTÖ

(Verband Sozialistischer Student\_innen in Österreich)

[ibk@vsstoe.at](mailto:ibk@vsstoe.at)  
[fb.com/vsstoe.innsbruck](https://fb.com/vsstoe.innsbruck)



Zur Unabhängigkeit der Universität, eng verbunden mit der Freiheit von Lehre und Forschung, gehört neben der politischen vor allem die finanzielle Komponente. Unser 3-Säulen-Modell sieht neben öffentlichen Geldern und nachgelagerten Studiengebühren auch vermehrt Drittmittel vor, also private Spenden oder Forschungszusammenarbeit mit Unternehmen.

Auch wir sind der Meinung, dass der Staat mehr in den tertiären Bildungssek-

tor investieren sollte. Aber wieso sollte man deswegen darauf verzichten, sich nach alternativen Quellen umzusehen? Im OECD Schnitt kommt fast ein Drittel der universitären Gelder aus privaten Quellen, wobei Österreich mit einem Zehntel wieder mal weit abgeschlagen ist. Schätzungen zufolge könnten durch einen Bürokratie-Abbau bei gemeinnützigen Stiftungen und Spendenabsetzbarkeit jedes Jahr gut 500 Mio. Euro mehr in die Kassen der Universitäten gespült werden.

Wirtschaftliches Denken bedeutet nicht „Kaputtsparen“ oder eine Uni „nur für Reiche“, es bedeutet Ausschöpfung verschiedener Quellen von Mitteln und einen effizienten Einsatz der Ressourcen

um den Studierenden und Forschenden die besten Bedingungen zu bieten. Wir sind der Überzeugung, dass eine unabhängige Uni auch in der Lage sein muss, ihre Probleme selbst zu lösen, wissenschaftlich wie wirtschaftlich.

An jedem zweiten Dienstag im Monat um 19 Uhr (nächster Termin 10.5) treffen wir uns im „Selles“ am Fürstenweg zu unserem Stammtisch, und freuen uns über jeden der kommt und mit uns diskutieren oder einfach bei einem Bier mehr über uns erfahren will!

### Deine JUNOS

[www.hochschuleneu.at](http://www.hochschuleneu.at)  
[tirol@junos.at](mailto:tirol@junos.at)



**Leider lag uns bei  
Redaktionsschluss  
kein Beitrag vor!**

# Weils gut tut

von Felix Kozubek



Felix Kozubek arbeitet als freier Autor, ist Gründer der Textagentur Hofschreiberei und des Onlinemagazins Alpenfeuilleton. ([www.afeu.at](http://www.afeu.at))

Ich sitze im Kaffeehaus in der Innsbrucker Altstadt. Neben mir sitzt der andere Schreiberling. Wie immer, wenn wir hier sitzen, bestellen wir uns einen Verlängerten und eine Marmeladesemmel. Schnelles Frühstück nennt sich das. Dazu gibt es, auch wie immer, ein weiches Ei. Ich habe die erste Hälfte meiner Semmel bereits gegessen und beschmiere gerade die zweite Hälfte mit Butter, als eine sich am Rande meines Blickfelds bemerkbar macht.

Sie steuert auf unseren Tisch zu und lächelt unsicher. Als sie direkt vor uns steht, kann ich nicht anders und blicke auf. Der andere Schreiberling tut es mir gleich. „Hier. Hier an diesem Tisch trifft sich immer die Hospiz-Gruppe“, stammelt sie. Wir schauen sie weiter an. „Ich. Ich wollte mich aber ohnehin nur kurz abmelden. Ich muss zum Arzt“. Wir schauen sie weiter an. „Können sie vielleicht...“ „Wir sind nicht die Hospiz-Gruppe. Aber wenn die kommt, dann geben wir denen Bescheid, dass sie beim Arzt sind“, antworte ich, noch bevor sie die Frage wirklich stellen kann. Ihre Mundwinkel wandern nach oben. „Sie sind aber ein freundlicher junger Mann. Das ist lieb von Ihnen. Bestellen Sie allen schöne Grüße von mir“, meint sie glücklich und geht.

Wen wir abmelden sollen, wissen wir nicht. Wir haben nicht nach dem Namen der alten Dame gefragt. Das scheint aber egal zu sein. Ich beschmiere weiter die zweite Hälfte meiner Semmel mit Butter. Der andere Schreiberling tut es mir gleich. „Jetzt hätten wir gemeinsam sein können“, sagt er. „Wieso?“ frage ich. „Naja. Vielleicht ist die Hospiz-Gruppe ja nicht aufgetaucht, weil...“ „Hör auf. Darüber macht man keine Witze. Du meinst, weil das ihr letzter Ausflug

war?“ „Naja. Ich glaube nicht, dass die Hospiz-Gruppe aus Patienten besteht. Aber heutzutage...“ „Weiß man ja nie.“ „Vielleicht sind sie ja auf dem Weg hierher... Ich meine, könnte doch sein.“ „Red keinen Blödsinn. Iss lieber dein Ei.“ „Ja, ja. Aber könnte doch sein.“

Nachdem die Eier gelöffelt und die Semmeln gegessen sind, sitzen wir beide da und unterhalten uns über ein anstehendes Projekt. Irgendein Hotelier in irgendeinem Tal hat den Wellnessbereich seines Hotels umgebaut und braucht neue Texte für seine Website. Er zahlt gut. Dennoch haben wir beide keine wirkliche Lust, den Auftrag anzunehmen. Wer schon tausend Spa-Bereiche als einzigartig beschrieben hat, kommt sich irgendwann wie ein Lügner vor. Und niemand, wirklich niemand will sich wie ein Lügner vorkommen. Die ersten zehn Mal fällt es noch leicht. Da sprudeln die wohlwollenden Adjektive ganz wie von selbst. Danach wird es hart. Irgendwann reichen selbst Superlative nicht mehr. Und Supersuperlative wurden noch nicht erfunden.

Bevor wir uns darauf einigen, wer den Auftrag annimmt, erscheint wieder die alte Dame in meinem Blickfeld. Sie lächelt wieder unsicher. „Ist noch niemand aufgetaucht?“ „Nein. Aber wenn, dann hätten wir sie entschuldigt.“ Der andere Schreiberling räuspert sich. In mir steigt ein ungutes Gefühl auf. Während ich versuche der alten Frau zuzuhören, sehe ich zwar, dass sich ihre Lippen bewegen, ihre Worte gehen aber ins Leere. Meine Gedanken sind ganz wo anders. Der andere Schreiberling räuspert sich erneut, diesmal stärker. So als wolle er gleich etwas sagen. Bitte nicht, denke ich mir. Er wird doch nicht. Nein, das traut er sich nicht.

„Wissen Sie, an wen sie mich erinnern?“ fragt die Alte und schaut den anderen Schreiberling dabei an. „An meinen Sohn. Der ist vor genau einem Jahr gestorben.“ Jetzt räuspere ich mich. „Mein Erich war ein so braver Bub. Aber. Aber er hat immer so viel gearbeitet. Tag und Nacht.“ Das unguete Gefühl in meinem Bauch hat sich mittlerweile in einen Klumpen verwandelt, der sich irgendwo zwischen Schlüsselbein und Magengrube festgesetzt hat. Das Ei stößt mir unangenehm auf. Ich versuche das zu verbergen und halte mir die Hand vor den Mund.

„Der Erich wurde dann schwer krank. Erst dachten sie, es sei nur ein kleines Magengeschwür. Vom Stress. Doch dann waren plötzlich überall Metastasen. Überall. Er war so tapfer. Bis zum Schluss. Und die Leute von der Hospiz-Gruppe haben uns so geholfen. Die machen das freiwillig, müssen Sie wissen. Ich bin danach dabei geblieben. Ich will etwas zurückgeben, wissen Sie?“ Wir nicken artig. „Aber vielen Dank meine Herren. Ich will Sie nicht länger belästigen. Sie waren so nett zu mir. Einen schönen Tag noch.“

„Das hast du jetzt von deinen Witzen. Weißt du was? Den Auftrag lassen wir beide sein. Soll doch ein anderer irgendetwas daher lügen. Das ist das Geld nicht wert. Das Leben ist zu kurz für so was.“ „Stimmt.“ „Was machst du eigentlich morgen Früh?“ „Nichts, wieso?“ „Lass uns wieder gemeinsam Frühstückken. Kaffee, Marmeladesemmel und dazu ein weiches Ei.“ „Finde ich gut.“ „Schön. Dann machen wir das so. Einfach so. Für uns. Weils gut tut.“

# LESUNG

Freier Eintritt!

edition laurin **lr**

**Waltraud Mittich**  
liest aus ihrem neuen Roman  
**Micòl**



**Mittwoch, 11. Mai 2016**  
**19 Uhr • Studia Innrain 52f**

Im Jahr 1962 legte der italienische Schriftsteller Giorgio Bassani mit seinem „Il giardino dei Finzi Contini“ ein Meisterwerk vor. Erzählt wird die Geschichte der unmöglichen Liebe eines jungen Mannes zur Jüdin Micòl, die deportiert wird. Waltraud Mittich will geschehenes Unrecht nicht akzeptieren, stellt sich vor, dass eine Geschichte auch anders hätte ausgehen können und führt ein halbes Jahrhundert später die Geschichte der Micòl fort, die sich für einen eigenen, weiblichen Kanon entscheidet, um Anerkennung und Freiheit zu erringen. Mit viel Empathie zeichnet sie das Leben dieser jüdischen Frau, die den Stern trägt, aber auch das Tuch, auf hohen Plateausohlen läuft und die Federboa um den Hals drapiert. In ihren Gärten der Finzi ist die Korrektur der Wirklichkeit möglich und die Liebe erscheint von wattierter Reinheit. Die Südtiroler Autorin skizziert in ihrer Hommage an Giorgio Bassani den möglichen Lebensweg einer literarischen Figur, reflektiert über Bücher, Lesen und Sprache, indem sie mehrere Erzählstimmen erklingen lässt und die Schrecken des 20. Jahrhunderts durchmisst.

Waltraud Mittich: 1946 in Bad Ischl geboren, 1952 Übersiedlung nach Südtirol. Studium „Lingue e letterature straniere e moderne“ an der Universität Padua, anschließend Unterrichtstätigkeit. Lebt als Schriftstellerin in Brixen.

Waltraud Mittich  
**Micòl**  
Roman  
edition laurin  
ISBN 978-3-902866-36-3

Bestellungen bitte an: [bestellung@studia.at](mailto:bestellung@studia.at)

Preis EUR 17,90

**studia**  
SERVICES

Kopier- & Digital-Druck-Zentren | Universitätsverlag | Buchbinderei | Universitätsbuchhandlung

**Studia Universitätsbuchhandlung und -verlag Innsbruck**

# Mein Job mit Mehrwert

## Regionalverkaufsleiter/in



Da bin ich mir sicher.

- **Ihre ausgeprägte Kommunikationsfähigkeit für** die Stärke in der Führung
  - **Ihre Empathie für** ein erfolgreiches und respektvolles Miteinander
  - **Ihr ganzheitlicher Überblick für** den wirtschaftlichen Erfolg unserer Filialen
  - **Ihre Flexibilität für** schnelles Handeln bei unseren abwechslungsreichen Herausforderungen
  - **Ihr Engagement für** das Erreichen gemeinsamer Ziele
  - **Ihre akademische Ausbildung für** Ihren umfassenden Verantwortungsbereich
- 
- Unser überdurchschnittlich hohes Gehalt\* **für Ihre Zufriedenheit**
  - Unsere umfangreiche Einarbeitung **für Ihre rasche Verantwortungsübernahme**
  - Unser Führungskräfteprogramm **für Ihre persönliche Entwicklung**
  - Unser systematisches Talent Management **für Ihre Karriere**
  - Unsere Benefits wie Audi A4 und iPhone auch **für Ihre private Nutzung**

\*Brutto-Jahresgehalt von € 65.800,- zum Einstieg  
und € 114.000,- ab dem 8. Dienstjahr

Weil sich dabei sein auszahlt!  
**Jetzt bewerben unter**  
[karriere.hofer.at](http://karriere.hofer.at)



**Karl Sternberger**  
Beruf: Regionalverkaufsleiter  
Hobby: Musiker

