

# Living Culture

LEBE DEIN LEBEN MIT PUREN KULTURMOMENTEN!

**QUARANTÄNE-TIPPS  
VON PROF. DR.  
MATHIAS GLEHR**

**DON CAMILLO  
ÜBERRASCHT**

**Die Familie,  
die bewegt**

**AUTOHAUS PRÜGGER**

*Mitspielen  
& gewinnen*

Wir verlängern Ihre  
Gewinnchance auf  
eine Traumreise  
2021 nach Teneriffa

Infos auf [living-culture.at](http://living-culture.at)

**Heiß  
auf  
Freiheit**

**DIE NÄCHTE DER  
PHILOSOPHIE ONLINE**

A close-up profile of a woman's face, looking towards the left. A bright, glowing light streak cuts across the image from the bottom left towards the top right, passing behind her face. The background is a warm, reddish-orange gradient.

**AK** | **100**  
JAHRE  
GERECHTIGKEIT

# Gerechtigkeit lässt nicht nach.

Besonders in Krisenzeiten braucht es jemanden, der darauf schaut, dass es gerecht zugeht. Jetzt geht es darum, Österreich neu zu starten und die Menschen, die täglich daran mitarbeiten, zu stärken. Für sie setzt sich die Arbeiterkammer mit aller Kraft ein.

**Vor der Krise, während der Krise und auch nach der Krise.**

# Inhalt



18

Zur Lage in der Quarantäne:  
Prof. Dr. Mathias Glehr,  
Facharzt für Orthopädie, gibt Tipps

## LIVING BUSINESS

### 8 ZUR LAGE IM SPORT

Vorständin Barbara Muhr wechselt zu Messe Congress Graz

### 10 ZUR LAGE IN DER KRISE

Anwalt Harald Christandl beleuchtet rechtliche Aspekte der Krise

## LIVING LIFE

### 16 ZUR LAGE DER SCHÖNHEIT

Gründerin Clarissa Steinbauer eröffnet schöne neue Welten

### 18 ZUR LAGE ZU HAUSE

Orthopädie-Professor Glehr und Philosophin Wogrolly raten zu innerer und äußerer Beweglichkeit

### 22 ZUR LAGE IN GRAZ

Der Grazer Vizebürgermeister Mario Eustacchio begegnet der Krise konstruktiv-kritisch

## LIVING ART

### 32 ZUR LAGE DER KUNST

Ein Festival goes online

Zur Lage im Herzen von Graz: Am Platz des ehemaligen Kommod-Hauses, im Herzen der Grazer Altstadt, erstrahlt das neue „friendly alien“ ARGOS.

19



Zur Lage der Kunst: Mit 9 Programmpunkten fand das inklusive Tanz-, Kultur- und Theaterfestival InTaKT das erste Mal online statt.

32

## IMPRESSUM

**GEGRÜNDET** 2007 **ERSCHEINUNGSORT** Graz **MEDIENINHABER** Living Culture GmbH **REDAKTION, HERAUSGEBER, VERWALTUNGSADRESSE** Living Culture GmbH, Sparbersbachgasse 55/28, 8010 Graz **FIRMBUCHNUMMER** FN 390133a, UID ATU67804744 **HERAUSGEBERIN, GESCHÄFTSFÜHRERIN** Mag. Dr. Monika Wogrolly-Domej **PROJEKTMANAGEMENT** Lukas Wogrolly, BSc MSc **REDAKTION: CHEFREDAKTEUR** Lukas Wogrolly, BSc MSc **BILDREDAKTEURE DIESER AUSGABE** Werner Krug; Christian Schmidt **AUTOREN DIESER AUSGABE** Mag. Dr. Monika Wogrolly; Lukas Wogrolly, BSc MSc; Mag. Manuel Pass; Stefan Schury; Kim Klinker; Robert Herwig Gasser **ART DIRECTOR, GRAFIK** Magdalena Wind **LEKTORAT** Lukas Wogrolly, BSc MSc **DRUCK** Druck Styria GmbH & Co KG **VERTRIEB** hurtig & flink; Living Culture GmbH **JAHRESABO (2 MAGAZINE)** € 10,- **DERZEIT GELTEN DIE MEDIADATEN 2020** www.living-culture.at Alle Rechte vorbehalten. Das Printmedium und alle darin enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlages strafbar. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial wird keine Haftung übernommen. Personenbezogene Bezeichnungen, die nur in weiblicher oder nur in männlicher Form angeführt sind, beziehen sich gleichermaßen auf Frauen und Männer.



# Gemeinsam können wir Gewinnen

## WIR VERLÄNGERN FÜR SIE UNSER LIVING CULTURE REISEGEWINNSPIEL UND VERSCHAFFEN IHNEN SONNIGE AUSBLICKE AUF WÄRMERE ZEITEN

Vieles scheint aus den Fugen, das Leben nicht mehr planbar. Das ist die weniger gute Nachricht. **Und jetzt die gute Nachricht:** Living Culture besteht mit Ihnen auch diese Prüfung, die kein Weltuntergang ist.

**Mit der Herbst-Winter-Ausgabe 2020 möchten wir ein Zeichen setzen:** Dass es weitergeht, ja vorangehen kann, wenn Sie, ja Sie, etwas tun, anstatt sich hängen zu lassen. Sagen Sie sich bitte jetzt gleich, noch während Sie das Magazin lesen: Das Glas ist halb voll. Gehen Sie raus aus der Opferrolle! Schluss mit der Katastrophenstimmung und dem Abwarten, was als Nächstes kommt. **Und jetzt die richtig gute Nachricht:** Als Nächstes kommt Urlaubsstimmung auf! Den Krisen zum Trotz haben wir unser **Teneriffa-Luxusreisen-Gewinnspiel** verlängert. Jetzt haben Sie die einmalige Chance, alles für eine hoffnungsvolle Perspektive auf 2021 und eine Aufwärtsspirale im Leben zu tun.



## GEWINNSPIEL



Und hier geht's direkt zum Gewinnspiel:  
[www.living-culture.at](http://www.living-culture.at)



**Und hier der Weg dorthin:** Geben Sie für ein paar Minuten wirklich alles. Und trainieren zugleich Ihre Fähigkeit, in einen Flow zu kommen, seien Sie ganz bei der Sache und tun sich damit Gutes. Fokussiert sein auf ein Ziel: am Gewinnspiel teilnehmen! Das bringt Ihnen gleich mehrere Benefits: Sie träumen von frischer Meeresluft, Sonne, Wind in den Haaren und Salz auf Ihrer Haut. Und besuchen, anstatt mit dem Ist-Zustand zu hadern, jetzt, ja jetzt die Living Culture Internetplattform [www.living-culture.at](http://www.living-culture.at) und beantworten 9 Fragen rund um Inhalte auf Living Culture Online.

**Das Schöne daran:** Die Antworten finden Sie alle mit ein bisschen Geduld in den unterschiedlichen Texten auf der Internetseite. Wir raten Ihnen, sich dabei richtig viel Zeit zu lassen und die Antwortsuche zu genießen.

Warum? **Weil der Weg das Ziel ist.** Und schon das Wandern zum Berggipfel genussvoll sein kann. So wie Sie jetzt mit Ihrer Resilienz gefragt sind, um mit uns und Living Culture gut durch die COVID-19-Zeit zu gelangen (Wir sagen jetzt mal bewusst nicht schon wieder: „Krise“, obwohl „Krise“ auch nur für eine „Zeit der Veränderung“ steht).

**Last but not least** können wir Ihnen nur wünschen, dass Sie in Ihrer persönlichen Reichweite – in Ihrem unmittelbaren Umfeld – Ihr Leben bewusst gestalten. Und Freude daran haben, mit uns Kultur zu leben. **Living Culture bedeutet jetzt, Resilienz zu zeigen** als Fähigkeit, mit Veränderungen bestmöglich umzugehen, flexibel auf Veränderungen zu reagieren. Und Ihr positives Denken durch die nun folgenden bunten Seiten Ihres Magazins Living Culture zu wecken, zu fördern und zu stärken. Der Schutzmaßnahmen ungeachtet gestalten wir Freiräume des Denkens, so wie in der „Nacht der Philosophie“ diesmal online (S. 24). Und dann das Wichtigste zum Schluss: Achten Sie auf sich.

Dr. Monika Wogrolly  
Herausgeberin

Lukas Wogrolly, BSc M.  
Chefredaktion

Schreiben Sie uns gerne!  
[redaktion@living-culture.at](mailto:redaktion@living-culture.at)

# ÖAMTC

## KINDERSITZ SONDERAKTIONEN

FOLGENDE SITZE HABEN WIR AN ALLEN STEIRISCHEN ÖAMTC STÜTZPUNKTEN  
IM NOVEMBER UM BIS ZU 20% ERMÄSSIGT. DIE SITZE SIND IN VERSCHIEDENEN  
FARBEN UND BEZUGSMUSTERN ERHÄLTlich – SOLANGE DER VORRAT REICHT.



### CYBEX SOLUTION S-I-FIX

Gruppe 2/3, ca. 3-12 Jahre.

Integrierter Seitenaufprallschutz, 12-fach höhenverstellbare Komfortkopfstütze, Belüftungssystem, ISOFIX sowie eine neigungsverstellbare Rückenlehne für optimalen Sicherheitskomfort.

statt € 189,-  
jetzt nur **€ 169,00**  
Ihre Ersparnis: € 20,00



### MAXI COSI RODIFIX AP

Gruppe 2-3, 15-36 kg, ca. 4-12 Jahre.

Installation mit 3-Punkt-Gurt mit zusätzlicher Isofix-Befestigung. 2 einstellbare Sitz- und Ruhepositionen. Dieser Sitz ist generell höhenverstellbar und bietet eine sehr einfache und schnelle Anschlammöglichkeit Ihres Kindes.

statt € 189,-  
jetzt nur **€ 151,20**  
Ihre Ersparnis: € 37,80



### MAXI COSI PEARL PRO<sup>2</sup>

Gruppe 1, ca. 6 Monate - 4 Jahre.

Extra gepolstertes Komfortkissen mit Winter- und Sommerseite kann mit bis zu 2 Jahren verwendet werden, eigene Liegeposition zum Schlafen, ISOFIX für einfache und schnelle Sitzinstallation.

statt € 299,-  
jetzt nur **€ 239,20**  
Ihre Ersparnis: € 59,80



### RÖMER DUALFIX M I-SIZE

Gruppe 1, ca. 3 Monate - 4 Jahre.

Sitz entspricht der neuesten i-Size Norm mit 5-Punkt Gurt Technik. Durch die 360-Grad-Rotation kann der Kindersitz sehr einfach von einer vorwärts in die rückwärtsgerichtete Position gedreht werden. Integrierte Seitenaufprallschutz Technik (SICT), mehrfach verstellbare Ruhepositionen sowie tiefe und weich gepolsterte Seitenwangen runden dieses Modell ab.

statt € 449,-  
jetzt nur **€ 359,20**  
Ihre Ersparnis: € 89,80



### MAXI COSI TOBI

Gruppe 1, 9-18 kg, ca. 1-4 Jahre.

Installation mit 3-Punkt-Gurt. 5 einstellbare und komfortable Sitz- und Ruhepositionen. Dieser Sitz wird in Fahrtrichtung verwendet. Der Bezug kann ohne Demontage des Gurtsystems abgenommen werden.

statt € 209,-  
jetzt nur **€ 167,20**  
Ihre Ersparnis: € 41,80



### RÖMER KIDFIX III M

Gruppe 2/3, 15-36 kg, ca. 4-12 Jahre.

Einfacher Sitzeinbau, einfaches Anschlammeln Ihres Kindes, geringes Verletzungsrisiko bei Front- und Seitencrash.

statt € 229,-  
jetzt nur **€ 183,20**  
Ihre Ersparnis: € 45,80

Bitte kommen Sie mit Ihrem Fahrzeug und Ihrem Kind zum nächsten ÖAMTC Stützpunkt. Damit können wir sicherstellen, dass wir Ihnen die optimale Einbauberatung anbieten können und Sie mit Ihrem Kind sicher und gut geschützt unterwegs sind.



Ein gutes Gefühl, beim Club zu sein.

# COVID-19

## *Förderungen für Kunst- und Kulturschaffende, ein Überblick*



Stefan Schury  
Steuerberater Deloitte

ZUR UNTERSTÜTZUNG VON UNTERNEHMERINNEN AUS DEM KUNST- UND KULTURBEREICH HAT DIE ÖSTERREICHISCHE BUNDESREGIERUNG UNTERSTÜTZUNGSPAKETE GESCHNÜRT, DIE DEN AUSWIRKUNGEN DER COVID-19-KRISE ENTGEGENWIRKEN SOLLEN.

Text: Stefan Schury

Trotz umfassender Informationen der öffentlichen Hand schöpfen nicht alle Anspruchsberechtigten die gegebenen Möglichkeiten aus. Der vorliegende Beitrag beleuchtet die wesentlichsten Förderungen für den Kunst- und Kulturbereich überblicksmäßig und soll den UnternehmerInnen so den Zugang zu Unterstützungsleistungen erleichtern.

Folgende Förderungen sind direkte, nicht rückzahlbare Zuschüsse für die AntragstellerInnen. Diese sollen die unmittelbaren Auswirkungen der Pandemie schnell und unkompliziert abmildern und die Aufrechterhaltung der Tätigkeit sichern:

### **1. Härtefallfonds der Wirtschaftskammer (WKO)**

- Förderungsgegenstand: Unterstützung Ihrer persönlichen Lebenshaltungskosten
- Eintrittsvoraussetzung: wirtschaftlich signifikante Bedrohung (in der Regel Umsatzausfall: 50%)
- Förderhöhe: mind. 500 Euro bis zu 2.000 Euro (zuzüglich Comeback-Bonus: 500 Euro) je Betrachtungszeitraum
- Link zur Förderung: <https://www.wko.at/service/haertefall-fonds-phase-2.html>

### **2. Überbrückungsfonds der Sozialversicherung für Selbständige und Lockdownkompensation (SVS)**

- Förderungsgegenstand: Abfederung Ihrer Einnahmehausfälle
- Eintrittsvoraussetzung: laufende Kosten (Lebenshaltungs- und Betriebskosten) können nicht gedeckt werden oder Gefährdung der Weiterführung der künstlerischen Tätigkeit.
- Förderhöhe: bis zu 10.000 Euro (Einmalzahlung)
- Einmalige Lockdownkompensation in Höhe von 1.300 Euro
- Link: <https://www.svs.at/cdscontent/>

### **3. COVID-19-Beihilfe des Künstler Sozialversicherungsfonds (KSVF-Phase II)**

- Förderungsgegenstand: Abfederung Ihrer Einnahmehausfälle
- Eintrittsvoraussetzung: wirtschaftlich signifikante Bedrohung durch COVID-19 sowie kein Anspruch auf den Härtefallfonds und den Überbrückungsfonds
- Förderhöhe: bis zu 3.000 Euro (Einmalzahlung)
- Link: <https://www.ksvf.at/covid-19.html>

Des Weiteren wurde für gemeinnützige Organisationen (zum Beispiel Kunst- und Kulturvereine, ...) der NPO-Unterstützungsfonds (AWS) eingerichtet. Liegen COVID-bedingte Einnahmehausfälle vor, kann die NPO für angelaufene Kosten und die Struktursicherung bis zu 2,4 Millionen Euro beantragen. Eine Antragstellung in Phase I ist bis zum 31.12.2020 möglich. Der Fonds war mit 700 Millionen Euro dotiert, eine Phase II sowie eine Aufstockung auf 1 Milliarde Euro sind in Vorbereitung (<https://www.npo-fonds.at>).

Darüber hinaus steht es KünstlerInnen und Kulturschaffenden offen, den Fixkostenzuschuss (COFAG), die Corona-Kurzarbeit für MitarbeiterInnen (AMS) sowie den Comeback Zuschuss für Film- und TV-Produktionen (AWS) in Anspruch zu nehmen. Diese Fördermöglichkeiten stehen grundsätzlich der Allgemeinheit offen und beziehen sich nicht direkt auf den Kunst- und Kulturbereich. Der Lockdown-Umsatzersatz kann je nach Branchenspezifikation anwendbar sein.

Neben den direkten und nicht rückzahlbaren Zuschüssen können UnternehmerInnen auch auf indirekte Unterstützungsleistungen zur Abfederung von kurzfristigen Liquiditätsengpässen zurückgreifen. Dazu zählen insbesondere Stundungen und Herabsetzungen von Sozialversicherungsbeiträgen sowie Steuern und Abgaben. Die Belastung wird diesbezüglich auf einen späteren Zeitpunkt verschoben oder der wirtschaftlichen Lage der UnternehmerInnen angepasst.

Bei allen Maßnahmen ist zunächst im Einzelfall zu prüfen, welche Fördermöglichkeiten Ihr Unternehmen tatsächlich benötigt. Darauf aufbauend und unter Berücksichtigung der Wechselwirkungen der einzelnen Unterstützungen ist der optimale Fördermix zu beantragen.

## DELOITTE STYRIA MÖSTL & PFEIFFER

Rückfragen an Steuerberater Stefan Schury  
M [sschury@deloitte.at](mailto:sschury@deloitte.at)  
T 0316/37-30-37-1472  
[www.deloitte-styria.at](http://www.deloitte-styria.at)

# WAS PASSIERT?

## IN SEINER KOLUMNE SCHILDERT CHEFREDAKTEUR LUKAS WOGROLLY SEINE EMPFINDUNGEN IN DER COVID-19-KRISE



Wir erleben Zeiten, wie wir sie so noch nie hatten. Nicht mal die älteren Generationen können sich an Lebensumstände wie heute erinnern. Mit Ausgangsbeschränkungen, Veranstaltungsverbots, der Schließung von Geschäften, Gaststätten und Hotels. Ich erinnere mich noch genau, wie ich den eruptiven Ausbruch der Corona-Pandemie erlebt habe. Als das Virus im Jänner in Asien wütete, war ich zwar etwas besorgt, aber nicht beunruhigt. In der zweiten Februarhälfte kam es nach Italien und zu uns. Das empfand ich schon sehr beunruhigend. Zumal ich mich am Faschingsdienstag, als Österreichs erster Corona-Fall in Innsbruck bekannt wurde, ausgerechnet am Ort des Geschehens – beruflich in Innsbruck – aufhielt. Und dann am 15. März der totale erste Lockdown traf mich wie ein Keulenschlag. So was kannte ich nicht mal vom Hörensagen. Im April, Mai dann das Frühlings Erwachen. Ein Sommer, der vor allem bis Anfang August noch einigermaßen unbeschwert war. Im Laufe des Spätsommers und Frühherbstes folgten laufend Verschärfungen. Bis die Situation Ende Oktober endgültig eskalierte. Und wir Mitte November dort sind, wo wir im März waren. Wie wird es weitergehen? Wird uns die Impfung langsam zur Normalität zurückführen? Ich glaube schon. Denn mögliche Nebenwirkungen wären wohl geringer als die Folgen des Coronavirus mit überfüllten Intensivstationen und aufgeschobenen Behandlungen. Und bis dahin? Massentests auf freiwilliger Basis sollen dafür sorgen, dass es kein ständiges Stop and Go, also Schließung-Öffnung-Schließung-Öffnung, geben muss. Hoffen wir's.

*Lukas Wogrolly*  
Lukas Wogrolly, BSc MSc  
Chefredaktion

# Allrounderin und Sportsfreundin

DIESE FRAU VERDIEN TATSÄCHLICH DIE BEZEICHNUNGEN ALLROUNDERIN UND FREUNDIN DES SPORTS. ZUMAL FLEXIBILITÄT, EINFÜHLSAMKEIT UND TEAMGEIST MARKANTE STÄRKEN VON BARBARA MUHRS PERSÖNLICHKEITSPROFIL SIND, HABEN WIR DIE NEUE VORSTÄNDIN DER MCG KONKRET ZUR AKTUELLEN LAGE BEFRAGT.

Text: Monika Wogroly

## **Von der Bank zur Holding Graz in die MCG – inwieweit schließt sich hier persönlich ein Kreis?**

Für mich persönlich schließt sich hier ein Kreis von beruflichen und privaten Leidenschaften. Der Übergang zur MCG nach zehn Jahren in der Holding war ein fließender, weil ich immer begeistert für das Haus Graz gearbeitet habe und dies auch weiterhin darf. Auch meine neuen Herausforderungen bei der MCG umfassen viele unterschiedliche und sehr spannende Aufgabengebiete, in denen ich gestaltend mitwirken kann – und das zieht sich wie ein roter Faden durch mein Leben.

## **Sportjahr 2021 und eben erst eröffnete Eishalle B – welchen Stellenwert soll der Sport zukünftig auch in der MCG bekommen?**

Vor allem das bevorstehende Sportjahr 2021 birgt immens viele Möglichkeiten und Chancen in sämtlichen Bereichen. Hierfür wollen wir alle Synergien nutzen, um den Stellenwert des Sports an unseren Standorten, in der Stadt Graz sowie im Allgemeinen noch weiter

zu festigen. Mir war und ist es immer wichtig, gemeinschaftlich Ziele zu verfolgen – und hier sehe ich großes Potenzial innerhalb der MCG, im Sport und in den Vereinen als Gesamtpaket.

## **Aktuell gibt es mit COVID enorme Herausforderungen für die Branche...wie taucht man hier als Unternehmen durch...Ausblick für das kommende Jahr?**

Die aktuelle Situation ist wahrlich keine einfache – nichtsdestotrotz liegt unser Augenmerk auf den derzeit noch bestehenden und durchführbaren Ereignissen. Sei es der Sport, der nach wie vor große Gewichtung in der Gesellschaft hat, oder auch einzelne Veranstaltungen, die in unseren Räumlichkeiten unter Einhaltung aller derzeitigen Bestimmungen stattfinden. Wichtig ist es, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren, mit viel Gespür zu handeln und das Beste aus Situationen wie dieser herauszuholen. Abwarten und Tee trinken wäre hier bestimmt keine gute Strategie. Aus diesem Grund blicken wir optimistisch und voller Tatendrang in die Zukunft: Wir

sind Emotionen-Dienstleister! In welcher Form dies nächstes Jahr durchführbar sein kann, werden wir sehen – dass wir alles daran setzen, ist aber selbstverständlich – immerhin sind Herausforderungen da, um sie zu meistern!

## **MCG bietet von Sport über Kongress, Konzert, Ausstellung und Messe ein sehr breites Spektrum – welche Interessen verfolgt Barbara Muhr hier privat?**

Grundsätzlich steht immer der Job im Vordergrund bei mir. Dafür versuche ich auch meine persönlichen und privat aufgebauten Netzwerke zu verwenden und einzusetzen. Ich halte es für sehr wichtig, seinen Beruf mit großer Leidenschaft auszuüben, so gesehen kann ich meine privaten Stärken auch beruflich einsetzen. Das Haus Graz zu stärken und mitzugestalten macht mir große Freude.





**Mund-Nasen-Schutz**  
✗ schützt den Träger  
✓ schützt das Umfeld



Vor dem Aufsetzen und  
nach dem Absetzen  
gründlich Hände waschen!



Ziehen Sie den Schutz  
oben aufs Nasenbein  
und unten unters Kinn.



Beim Abnehmen mög-  
lichst die Außenseiten  
nicht berühren.



Vermeiden Sie während  
des Tragens, die Mund-  
Nasen-Bedeckung  
anzufassen.



**FFP2- / FF3-Masken**  
✓ für medizinisches Personal  
✓ schützt den Träger  
✓ schützt das Umfeld

**WE'LL BE  
BACK!**

**Schütze dich,  
schütze andere!**

Mut für morgen.

[news.steiermark.at](https://news.steiermark.at) | [ages.at/coronavirus](https://ages.at/coronavirus)

Hotline: 0800 555 621 | Gesundheitstelefon: 1450

# ZUR LAGE *in der Krise*

LIVING CULTURE BESUCHTE RECHTSANWALT DR. HARALD CHRISTANDL IN DESSEN KANZLEI IN GRAZ. DER JURIST SKIZZIERT AUS RECHTLICHER SICHT DIE KRISE UND DEREN FOLGEN.

Text: Monika Wogrolly

## Wie wirkt sich die COVID-19-Pandemie auf Ihre Rechtsanwaltskanzlei aus?

Durch die anlassbezogenen Verordnungen der zuständigen Ministerien kommt es zu massiven Eingriffen in persönliche Grund- und Freiheitsrechte. Dadurch ergab sich in meiner Kanzlei ein erhöhter Beratungsbedarf, da einerseits eine generelle Verunsicherung über viele neue Maßnahmen herrscht und andererseits durch Ausgangs- und Betriebssperren viele Mandanten auch unmittelbar wirtschaftlich betroffen waren und sind.

## Was ist das Epidemiegesezt? Was ist das COVID-19-Maßnahmengesezt? Was unterscheidet die beiden Gesetze?

Aufgrund der COVID-19-Pandemie kam es mit Mitte März 2020 zu Einschränkungen sowohl nach dem Epidemiegesezt als auch nach dem COVID-19-Maßnahmengesezt. Infolge sei ein kurzer Überblick über die zurzeit wohl meist diskutierte Gesetze geboten: Das Epidemiegesezt stammt aus dem Jahre 1950 und ermöglicht den Behörden Einschränkungen bei Vorliegen einer „besonderen Gefahr“ wie eben im Falle einer Pandemie. Der durch diese, von Bezirksverwaltungsbehörden

erteilt, Einschränkungen entstandene Vermögensnachteil führt nach diesem Gesetz zu individuellen Vergütungen für den objektivierten Verdienstentgang von Unternehmen, welcher durch die Schließung des Betriebes entstanden ist. Mit 16.03.2020 trat das neu geschaffene COVID-19-Maßnahmengesezt in Kraft, welches wesentliche Bestimmungen des Epidemiegeseztes abändert. Damit kann das Betreten von Betriebsstätten, Arbeitsorten, bestimmten Orten und öffentlichen Orten und das Benutzen von Verkehrsmitteln zur Verhinderung der Verbreitung von COVID-19 geregelt werden. Dieses Gesetz bildet die rechtliche Grundlage auf deren Basis eine Vielzahl an Verordnungen kundgemacht wurde (zum Beispiel das Verbot des Betretens von Betriebsstätten, Freizeit- und Sportbetrieben sowie Gaststätten, usw.). Dies

mit einigen Ausnahmen und wie auch bekannt mit später folgenden Lockerungen. Für alle diese Einschränkungen aus dem COVID-19-Maßnahmengesezt gibt es, im Gegensatz zum Epidemiegesezt, keinen für die betroffenen Unternehmen individuellen Verdienstentgang-Ersatz. Dafür hat die Bundesregierung allgemeine Unterstützungsmaßnahmen vorgesehen (zum Beispiel Härtefondsregelungen usw.), deren Umsetzung in der Praxis zu umfangreichen rechtlichen Problemen geführt hat.

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

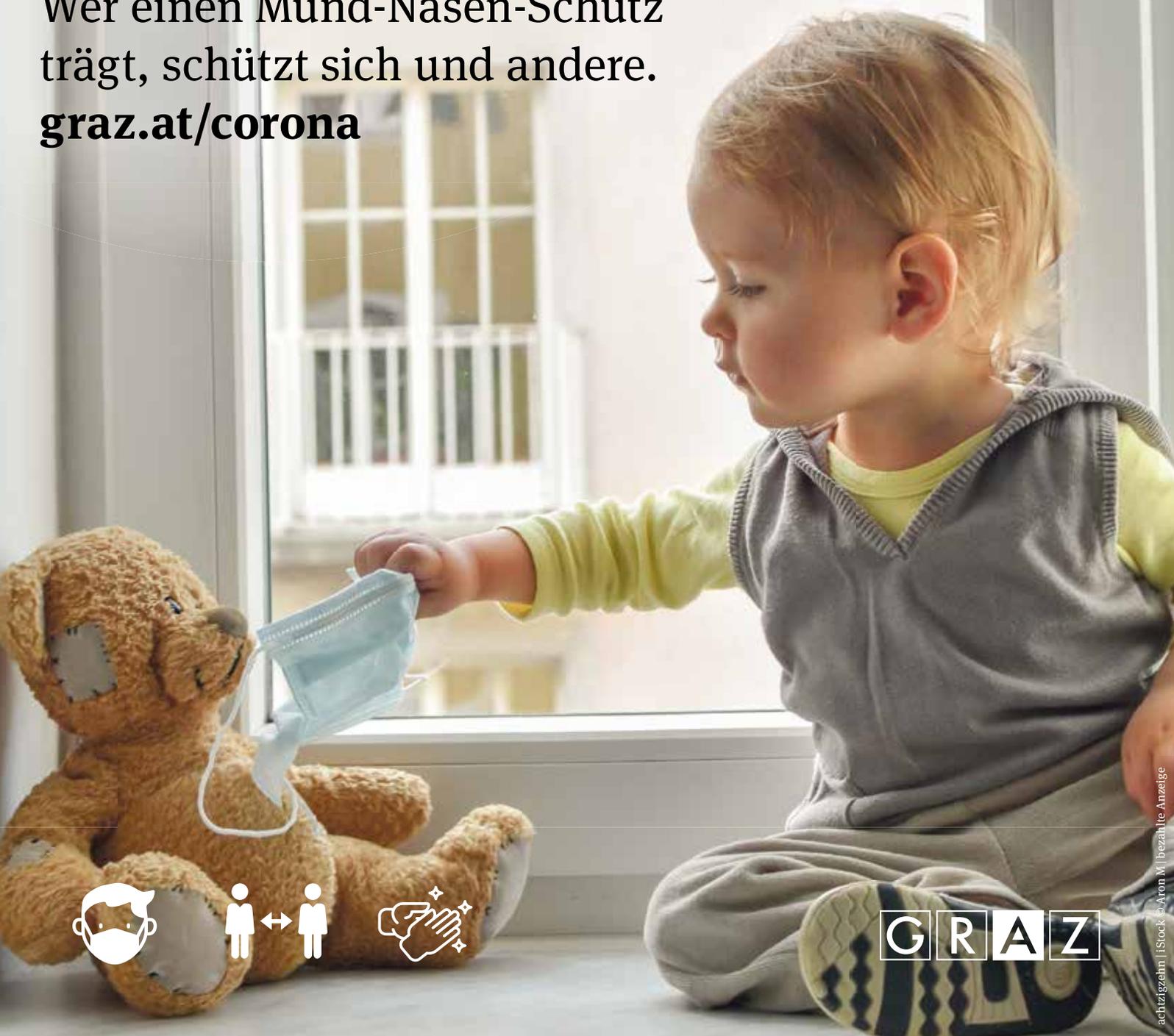


Den gesamten Artikel finden Sie auf unserer Website unter: [www.living-culture.at/zur-lage-in-der-krise/](http://www.living-culture.at/zur-lage-in-der-krise/)



# MEINE MASKE PASST AUF. AUF DICH UND MICH.

Wer einen Mund-Nasen-Schutz trägt, schützt sich und andere.  
[graz.at/corona](https://www.graz.at/corona)



GRAZ

# ALLES PASTA

DON CAMILLOS KULINARISCHES ANGEBOT ERÖFFNET UNGEAHNTEN DIMENSIONEN ITALOPHILER GAUMENFREUDEN. STAMMGÄSTEN DÜRFTE ES SCHON AUFGEFALLEN SEIN – BEI DON CAMILLO ERHIELT DAS MENÜ EIN NICHT NUR FRISCHES, SONDERN GERADEZU ERSTAUNLICH KREATIVES UPGRADE.

Text: Monika Wogrolly

Patrick Spenger ist Kochschulbesitzer und Mitveranstalter vieler internationaler Genussevents. Und hat sich mit Don Camillo Padrone Fritz Walter italienisch beflügeln und auf eine geradezu pionierhafte kulinarische Synergie eingelassen. „Nach so vielen Jahren des Schaffens kommt der Punkt, an dem man entscheiden muss, wo die Reise in Zukunft hingeht“, so Patrick Spenger über den Impuls, Don Camillo's Speisekarte in authentisch italienischem Stil mit Padrone Fritz Walter höchstpersönlich facettenreich, bissfest und frisch zu kreieren. Der Executive Chef von ÖAMTC, Mitveranstalter vieler internationaler kulinarischer Veranstaltungen, wie dem Genussball, und Leiter der Grazer Kochschule Pur kennt den Don Camillo Padrone gefühlt schon ewig. Beide sind seit vielen Jahren im Gastronomiekosmos führend. „Immer wieder läuft man sich über den Weg

und tauscht sich über Herausforderungen des Gastroalltags aus“, erzählen die kongenialen Partner der höchsten Gaumenfreuden. Man greife sich dann unter die Arme, tausche das Know-how aus und inspiriere sich, wo man könne. Nun war es Zeit für ein Pionierprojekt. Die beiden Vordenker haben das kulinarische Konzept von Don Camillo neu gestaltet. Da werden auch grundlegende Dinge mitgedacht: Die Geburtsstunde der frischen Pasta ist jetzt im Hause Don Camillo selbst, und auch für den Pizzateig gibt es neue fein durchdachte Rezepturen. Doch das sei nur der Anfang, so das kreative Duo Fritz Walter und Patrick Spenger einstimmig: „Wir stehen noch in den Startlöchern.“ Die Gäste scheinen jedenfalls überzeugt zu sein, die Neuzugänge „Antipasti 2.0“, „Fritto Misto“ und „Pasta Fresca by Don Camillo“ erfreuen sich größter Beliebtheit.





DIE BEIDEN VORDENKER FRITZ WALTER UND PATRICK SPENGER HABEN DAS KULINARISCHE KONZEPT VON DON CAMILLO NEU GESTALTET. DA WERDEN AUCH GRUNDLEGENDE DINGE MITGEDACHT.

DAS DUO SETZT VOR ALLEM AUF ECHTHEIT DER ITALIENISCHEN HOCHGENÜSSE UND QUALITÄT, GEWÄHRLEISTET DURCH TOP-PRODUKTE.

Patrick Spengers kulinarische Entdeckungsreisen und seine internationale Arbeit – er kochte auch für Johann Lafer in Hannover – haben zu diesem Revival authentischer italienischer Gastronomiekunst bei Don Camillo beigetragen und Italien vielleicht noch intensiver und schmackhafter nach Graz geholt, als es sich der mit echtem herzhaften italienischen Geschmack verwöhnte Don Camillo Gast je erträumen hätte können. Doch was ist denn nun das Erfolgsrezept der neuen Don Camillo Speisekarte? Das Duo Walter & Spenger setzt vor allem auf Echtheit der



italienischen Hochgenüsse und Qualität, gewährleistet durch Top-Produkte. Wer Don Camillo kennt und liebt, wird hier jetzt einwenden: Das war aber schon immer so – Fritz Walter garantierte stets für die Echtheit und Ursprünglichkeit aller kulinarischen Komponenten. Ein fulminantes Erfolgskonzept, das nun, sagen wir mal so, auf eine ungeahnte neue Ebene gehoben wurde.



# CATERING

WIR BRINGEN ITALIEN  
ZU DIR!

Das Catering mit RUNDUM-Service für jeden Anlass! Das Don Camillo Catering liefert steiermarkweit himmlische Köstlichkeiten und alles was das Herz begehrt. Ob Musik, Service mit Personal oder Ausstattung. So lässt sich Italien zuhause genießen!

Kontaktaufnahme unter:  
office@doncamillo.at  
Tel: 0664 886 77 899

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



BEZAHLTE ANZEIGE

EUROPA stärkt  
die STEIERMARK.



Die STEIERMARK  
stärkt EUROPA.

Die Steiermark hat in 25 Jahren Mitgliedschaft zur Europäischen Union enorm profitiert. Jeden Tag bringt uns die europäische Zusammenarbeit weiter nach vorne und macht uns stärker. Auch aus der aktuellen Krise werden wir nur gemeinsam erfolgreich hervorgehen können.

Die Steiermark bringt sich mit kräftiger Stimme in die politischen Entscheidungen auf europäischer Ebene ein. Wir mischen mit, um die steirischen Interessen zu wahren und um das gemeinsame Projekt Europa zu stärken. Denn davon profitieren alle Steirerinnen und Steirer.

Mehr über die Steiermark als starke Region im Herzen Europas: [EUROPA.STEIERMARK.AT](http://EUROPA.STEIERMARK.AT)



# DIE MEISTERIN *der Schönheit*

VOR ÜBER SIEBEN JAHREN KÜNDIGTE CLARISSA STEINBAUER IHREN BERUF IM MEDIZINISCHEN BEREICH, UM IHREN TRAUM ZU LEBEN. SEITDEM FÜHRT DIE EHEMALIGE OP-SCHWESTER IHR SCHÖNHEITSSTUDIO IN GRAZ UND ERÖFFNETE IM OKTOBER 2020 EINEN ZWEITEN STANDORT IN FÜRSTENFELD. ZU DIESEM ANLASS TRAF LIVING CULTURE DIE UNTERNEHMERIN ZUM GESPRÄCH ÜBER AUSSTRAHLUNG, NATÜRLICHES ÄLTERWERDEN UND IHRE ARBEIT, DIE JA FAST BUCHSTÄBLICH UNTER DIE HAUT GEHT.

Gespräch: Manuel Paß

**Clarissa Steinbauer, erinnern Sie sich noch, wie Ihnen damals die Idee zu French kiss kam?**

Die Idee war simpel: Ich habe mir schon immer die Nägel machen lassen. Und irgendwann wollte ich das selbst quasi hinkriegen, also meistern. Über die Zeit entwickelte ich durch mein Interesse immer mehr Fertigkeiten, absolvierte voller Enthusiasmus Aus- und Weiterbildungen – bis hin zur Kosmetikmeisterin – und mein Tätigkeitsbereich wurde umfassender. Mein Prinzip war schon immer: „Entweder mach ich etwas g’scheit oder gar nicht.“ *[schmunzelt; Anmerkung der Redaktion]*

**Gibt es was, das Sie an Ihrem Traumberuf ganz besonders schätzen?**

Was mir wirklich sehr liegt, ist, ein Unternehmen zu führen. Ich liebe es, zu organisieren und zu managen. Und die konzentrierte Arbeit „hautnah“ eben an der Haut meiner KundInnen ist für mich etwas äußerst Erfüllendes, weil ich das mit meinem medizinischen Fachwissen kombinieren kann. Kosmetik besteht längst nicht nur im Auftragen von Cremes oder Gesichtsmasken. Nur zu

diesem Zweck geht heute niemand mehr in ein Studio. Es handelt sich wirklich um die hochtechnologische Arbeit mit sensiblen Apparaten und Geräten, und vor allem darum, an der Haut etwas zum Positiven zu wandeln und schließlich die schönen Erfolge zu erkennen und genießen. Ich arbeite hauptsächlich mit Stammkunden. Es ist großartig und bestätigt mich und mein Team in unserem Tun, dass es Menschen gibt, die immer wieder kommen, dir vertrauen und sich gut aufgehoben fühlen.

**Wie erschaffen Sie diese spezielle Wohlfühlatmosphäre sowohl in Graz, aber jetzt auch in Fürstenfeld?**

Ich glaube, es ist wichtig, dass man echt, also wirklich sich selbst treu – mit einem Wort: authentisch – bleibt. Es gibt Studios mit Mitarbeiterinnen wie Barbie-Puppen, auf den ersten Blick fast surreal, makellos, alles perfekt. Dort fühlt sich kein Mensch wohl, weil alles gekünstelt ist.

**Beschreiben Sie bitte Ihre Unique Selling Proposition?**

Echtheit, Ehrlichkeit, Einfühlungsvermögen und Methoden am Puls der Zeit. Meine USP ist es, den Menschen, die

---

„KOSMETIK BESTEHT LÄNGST NICHT NUR IM AUFTRAGEN VON CREMES ODER GESICHTSMASKEN.“

CLARISSA STEINBAUER

---

sich mir buchstäblich „mit Haut und Haaren“ anvertrauen, zu einer natürlichen Schönheit und Ausstrahlung – und das heißt vor allem auch einer gesunden Haut – individuell und langfristig zu verhelfen. Als Kosmetikerin kann ich hier vor allem sehr viel für das Hautrelief bewirken – Falten und Akne reduzieren. Möchte jemand hingegen komplett faltenfrei sein, geht er zu einem Schönheits-Doc. Dieser kann allerdings nichts fürs Hautrelief tun: Dass die Haut fein ist und Ausstrahlung hat, dass sie gesund bleibt, liegt zum großen Teil in den Händen von uns Kosmetikerinnen. Gesellschaftlich entfernen wir uns auch immer mehr vom Anti

Aging zum Better Aging. Jeder Mensch soll ganz natürlich älter werden. Und altern darf man wieder mit Würde. Falten können schön sein, obwohl man bestrebt ist, dagegen vorzubeugen und sie zu mildern. Wovon unser Schönheitsideal inzwischen jedoch nahezu gänzlich abkommt, sind die extremen Botox-Gesichter, maskenhafte Gesichter ohne Mimik. Viel wichtiger ist es, sich die persönliche Ausstrahlung und den Glow zu erhalten.



### FRENCH KISS BE BEAUTY

Clarissa Steinbauer

Standort Graz:  
Sackstraße 2 / 4. OG, 8010 Graz

T 0660 417 40 14  
E office@frenchkiss.at

www.frenchkiss.at

**NEU:**

### STANDORT FÜRSTENFELD

Kommendegasse 5  
8280 Fürstenfeld

Eröffnet am 19.10.2020



#wellbeback



# WE'LL BE BACK!

## Mit Liebe und Humor

Mut für morgen.  
www.news.steiermark.at



# GEFANGEN IN DEN EIGENEN VIER WÄNDEN: WIE REAGIERT UNSER KÖRPER?

## PSYCHISCHE UND KÖRPERLICHE FOLGEN DER QUARANTÄNE

### Wie reagiert unsere Psyche auf den reduzierten Bewegungsraum?

**Wogrolly:** Psychische Auswirkungen einer Ausgangsbeschränkung sind eine Zunahme von Angst- und Panikzuständen, aber auch Aggressionsbereitschaft. Die Folgen sind psychische Gewalt in Form von Beschimpfungen und physische Gewalt in Form von Schlägen.

### Warum klagen viele Menschen über vermehrte Kreuzschmerzen während dieser Isolationszeit?

**Glehr:** Unser Körper ist gewohnt, sich zu bewegen. Durch das viele Sitzen und Liegen in den eigenen vier Wänden kommt es zu Verkürzungen und Verspannungen im Bereich der unteren Lendenwirbelsäule. Vor allem der Muskel Psoas, der die Beine zum Körper zieht, verkürzt und verspannt sich. Dadurch und auch durch die resultierende Hohlkreuzhaltung werden die unteren Bandscheiben überbelastet. Es kommt hier zu typischen Überlastungsschmerzen sowie eventuell auch zu Bandscheibenvorfällen. Die Bandscheibe wird mit Flüssigkeit und Nährstoffen versorgt wie ein Schwamm, der immer wieder ausgepresst wird und sich dann vollsaugt. Durch die verminderte Bewegung werden die Bandscheiben weniger mit Nährstoffen versorgt. Wenn dies fehlt, verliert die Bandscheibe ihre Elastizität und Pufferwirkung. Dies verstärkt die Überlastungsschmerzen und kann Vorfälle auslösen.



Prof. Mag. Dr. Monika Wogrolly,  
Psychotherapeutin und Philosophin



Prof. Dr. Mathias Glehr,  
Facharzt für Orthopädie

### Manche klagen über Nackenschmerzen – kann dies mit der Psyche zusammenhängen?

**Wogrolly:** In der Zeit der Krise leiden viele Menschen an Angstzuständen und Depressionen. Dies drückt sich auch körperlich aus: Der Mensch macht sich kleiner und „duckt“ sich, geht in eine Abwehrhaltung. Eigentlich soll das dem Schutz dienen. In Wahrheit entstehen aus der Fehllhaltung Muskelverspannungen, die eine Depression fördern.

**Glehr:** Wenn wir uns klein machen und den Kopf senken, muss dieser durch den großen Nackenmuskel, den Muskel Trapezius, getragen werden. Normalerweise, bei aufrechter Haltung, balancieren wir unseren Kopf auf unserem Oberkörper – dafür müssen wir uns nicht anstrengen. Ist der Kopf jedoch nach vorne geneigt und die obere Wirbelsäule gekrümmt, müssen wir ihn mit unserer Nackenmuskulatur halten. Die Muskulatur ist nicht auf solche eine Dauerbelastung ausgelegt und zeigt Überlastungssyndrome, welche als Verspannungen und als die typischen

Nackenschmerzen wahrgenommen werden. Außerdem kommt es auch durch die Krümmung der oberen Halswirbelsäule zu einer Überlastung der Bandscheiben der Halswirbelsäule.

### Was können wir dagegen tun?

**Wogrolly:** 3 tiefe Atemzüge mit Bauchatmung können schon zur Entspannung und Muskellockerung beitragen ebenso wie Ausdauersport wie Walken, Wandern oder Crosstraining.

**Glehr:** Speziell die Muskulatur, welche die obere Wirbelsäule in eine aufrechte Position führt, sollte trainiert werden; hier auch die Muskulatur, welche die Schulter nach hinten zieht. Im Bereich der Lendenwirbelsäule sollten sowohl Dehnungsübungen, bei denen vor allem die Hüftbeuger gestreckt werden, wie auch Übungen, welche gegen das Hohlkreuz wirken und ein Training der Haltemuskeln durchgeführt werden.

[www.glehr.com](http://www.glehr.com)  
[www.wogrollymonika.at](http://www.wogrollymonika.at)

# ARGOS: *ALLEYES ON YOU*

AM PLATZ DES  
EHMALIGEN  
KOMMOD-HAUSES, IM  
HERZEN DER GRAZER  
ALTSTADT, ERSTRAHLT  
DAS NEUE „FRIENDLY  
ALIEN“ ARGOS. EIN  
FUTURISTISCHER BAU  
MIT DEM MOTTO  
„UNTERWEGS UND  
DOCH ZU HAUSE“.



In der Burggasse 15, mitten im Zentrum, hat Graz seit kurzem ein neues Wahrzeichen. Das von Star-Architektin Zaha Hadid designte „ARGOS – all eyes on you“ ist ein echter Hingucker. Außergewöhnliche Formen, eine dynamische Linienführung und groß dimensionierte, nach außen gestülpte Fenster, die – teilweise sogar begehrbar – den Raum erweitern, treffen auf das mutige Farbenspiel der individuell gestalteten, loftartigen Apartments. Stilvolle Akzente und hochwertige

Materialien verbinden facettenreich das Traditionelle des Gründerzeit-Umfelds mit dem Wohngefühl der Zukunft: 21 servierte Apartments mit einem, in dieser Form und Qualität in der Grazer Innenstadt einzigartigen Wohn- und Beherbergungskonzept, bieten eine Alternative zum Hotelaufenthalt. In den komplett ausgestatteten Apartments gibt es privates Wohngefühl, gepaart mit exklusivem, individuell wählbarem Hotelkomfort – vom Frühstücks- bis zum Reinigungs- und Wäsche-Service, von Botengängen bis zum Concierge-Service. Alles ist möglich.

## **ARGOS BY ZAHA HADID ARCHITECTS**

Burggasse 15 /  
Einspinnergasse 7 GmbH & Co OG  
8010 Graz, Leechgasse 29

T 0316/384909  
E [office@argos-graz.at](mailto:office@argos-graz.at)

[www.argos-graz.at](http://www.argos-graz.at)

Ein Projekt der WEGRAZ.

*Living Culture  
fragt:*

# Cecilia Capri



CECILIA CAPRI IST CO-FOUNDERIN DES LABELS „WE ARE FLOWERGIRLS“ MIT STORES FÜR DRIED-FLOWER-ACCESSOIRES IN WIEN UND NUN AUCH IN GRAZ. DARÜBER HINAUS BETREIBT SIE DIE KREATIVAGENTUR PAVILLON STUDIO, DAS SHARED OFFICE HOTEL PAVILLON UND IST AUTORIN BEIM „WE ARE VIENNA“ VIENNA CITY GUIDE. LIVING CULTURE TRAF DIE KREATIVE IN IHREM NEUEN STORE IN DER BINDERGASSE 8 ZUM GESPRÄCH – ÜBER DEN ZAUBER VON TROCKENBLUMEN UND EINEN ORT, DER VERZÜCKT.

Text: Manuel Paß



**Cecilia Capri, seit 5. Juni hat der »White Bungalow« in Graz geöffnet. Wie ist das Feedback? Sind Sie zufrieden?**

Ja! Ich bin sehr dankbar dafür, dass unser Konzept der »Dried Flower Bar«, welches in Österreich komplett neu ist, von den GrazerInnen so gut angenommen wurde. Gerade jetzt, wo wir Unternehmerinnen jede Sekunde damit verbringen Pläne zu schmieden: „Wie überstehen wir diese Krise?“ Das Feedback macht uns unglaublich stolz und happy.

**Was interessiert Sie daran, mit natürlichen Materialien zu arbeiten? Geht es Ihnen auch um den Ausdruck eines bestimmten Lebensgefühls?**

Was ich im Bereich Design besonders spannend finde, sind Stücke und Ideen, die nicht einfach tausendfach multipliziert werden können. Trockenblumen halten ein Leben lang, keine gleich der anderen und jede Dekoration oder jedes Accessoire sieht einzigartig aus. Außerdem machen Blumen einfach glücklich: Sie stehen für Flowerpower, die freie Hippiezeit, für den Frühling und die Leichtigkeit. Sie stehen für das Echte, das Natürliche und das Lebendige. Ich finde, an Blumen kommt wenig ran.

**Im Vorfeld haben Sie bereits mit einem Pop-Up-Store aufhorchen lassen, für den Sie mitten im Foyer von Kastner & Öhler einen pinken Old-**

**timer parkten und eindrucksvoll mit Blumen schmückten. Im White Bungalow gab es bereits einige Cupcake-Nachmittage in Kooperation mit den Grazer Mehlspeisenfräulein. Was gefällt Ihnen an diesem „Eventhaften“?**

Ich liebe es, Menschen kennenzulernen, zu interagieren, diskutieren und sich gegenseitig zu bereichern. Gerade mit anderen GründerInnen und Selbstständigen, die etwas aufgebaut haben oder Personen in Berufen oder Rollen, die ich spannend finde. So passieren diese Collabs: Man lernt einander kennen, hat Ideen und im besten Falle setze ich sie dann auch um. Das macht mir Spaß und daher funktionieren meine Businesses so.

**Sie sind gerade erst 30 geworden (Living Culture gratuliert!), können aber schon auf eine lange Liste von erfolgreichen Gründungen zurückblicken. Was sind Bereiche, in denen Sie sich in der Zukunft gerne einmal ausprobieren würden?**

Oh, so viele! Ich hätte eigentlich gerne eine Bar oder ein Restaurant, in dem ich mich sowohl im Bereich Design und Interieur austoben kann, als auch Trends testen, Events machen und Unfug treiben. Und ich würde gern eine Galerie eröffnen, in der nicht teure Kunst hängt, sondern Design, Fotografie und Malerei zum Vorbeibringen und Mitnehmen. Wenn die Galerie eröffnet ist, lade ich Sie ein, dann erkläre ich das nochmal genau!

# DIREKT GEFRAGT

## *VIZEBÜRGERMEISTER MARIO EUSTACCHIO*

LIVING CULTURE SPRACH MIT VIZEBÜRGERMEISTER MAG. MARIO EUSTACCHIO IM CAFÉ SACHER IN GRAZ. MONIKA WOGROLLY UND KIM KLINKER BEFRAGTEN IHN ZUR AKTUELLEN SITUATION. BEI DER KRISENBEWÄLTIGUNG SIND DEM VIZEBÜRGERMEISTER VOR ALLEM DIE SOZIALEN KONTAKTE UND DAS SOZIOKULTURELLE LEBEN ZENTRALE ANLIEGEN.

Text: Monika Wogrolly

**Wie werden Sie die Grazerinnen und Grazer durch herausfordernde Zeiten, die schon da sind und noch auf uns zukommen, leiten? Worauf kommt es jetzt besonders an?**

Besonders wichtig ist es jetzt, das Gleichgewicht nicht zu verlieren. Der Blick muss weiterhin auf das große Ganze gerichtet sein. Zu sagen, wir kehren morgen einfach wieder zum Ursprungszustand zurück, halte ich für genauso falsch wie unser gesamtes gesellschaftliches Leben auf unabsehbare Zeit abzusagen. Der Umgang mit dieser Krise ist ein politischer und gesellschaftlicher Drahtseilakt. Hier die richtige Balance zu finden, ist die Aufgabe von verantwortungsvoller Politik.

**Was ist für Sie das richtige „Gleichgewicht“ in dieser Krise?**

Menschen, die aufgrund ihres Alters oder ihrer Gesundheit gefährdet sind, müssen aktiv geschützt werden. Das steht für mich außer Frage. Trotzdem dürfen wir das öffentliche Leben nicht verbieten.

Als Menschen sind wir soziale Wesen. Wir brauchen Kontakt zu anderen Menschen. Wir brauchen kulturelles Leben. Menschen auf ihr rein biologisches „Mensch-Sein“ zu reduzieren und zu sagen: „Bleibt einfach die nächsten Monate zuhause – da ist es warm und keiner muss verhungern“, ist für mich inakzeptabel. „Mensch-Sein“ beinhaltet für mich eben mehr als das Erfüllen von Grundbedürfnissen. Als Mensch brauche ich Freiheit, Gemeinschaft, die Möglichkeit produktiv sein zu dürfen und ich muss einen tieferen Sinn verspüren. Diese Aspekte der

menschlichen Existenz dürfen wir nicht vernachlässigen. Derzeit blicken wir darüber leider zu oft hinweg.

**Hatten Sie im Verlauf der letzten Monate Angst? Was tun Sie, um angstfrei durch diese Krise zu kommen?**

Ich bin in einer öffentlichen Funktion. In der ich es mir, gerade jetzt, nicht erlauben kann, ängstlich zu sein. Man erwartet zu Recht, dass politische Entscheidungsträger auch in schwierigen Zeiten einen kühlen Kopf bewahren. Ja, Situationen können bedrückend sein – sie können einen auch vor unlösbar erscheinende Aufgaben stellen. Aber Angst kann ich mir dabei nicht leisten. Es gab und gibt weiterhin Entwicklungen, die mir große Sorgen bereiten. Meine Aufgabe ist es aber, an kon-



kreten Lösungen zu arbeiten und den Menschen ihre Sorgen und Nöte zu nehmen.

**Welche Themen sind wichtig und kommen Ihrer Meinung nach derzeit zu kurz?**

Medial liegt der Fokus derzeit sehr stark auf den unmittelbaren, gesundheitlichen Auswirkungen von COVID-19. Täglich werden wir mit den neuen Infektionszahlen und Clusterbildungen konfrontiert. Jeder Verdachtsfall wird breit medial berichtet und praktisch wöchentlich werden die Regeln, wie wir als Gesellschaft mit diesem Virus umzugehen haben, maßgeblich verändert. Viel zu wenig achten wir dabei auf die Kollateralschäden, die durch die gesetzten Maßnahmen entstehen. Viele Menschen haben ihr gewohntes Leben von Grund auf verändern müssen, viele wurden arbeitslos, einige stehen vor den Trümmern ihrer wirtschaftlichen Existenz. Vereinsamung, mit allen ihren psychologischen Folgen, betrifft derzeit alle Altersgruppen. Hier würde ich mir insgesamt mehr mediale Aufmerksamkeit wünschen. Als Vizebürgermeister der Stadt Graz sehe ich bei diesen Bereichen besonders hin-

**Was hat sich für Sie verändert? Gibt es auch positive Aspekte?**

Die Krise hat uns gezeigt, wie verwundbar unsere Gesellschaft ist. Wie schnell sie ins Wanken geraten kann, wenn sie unvorbereitet von einer Krise getroffen wird. Diese Erfahrung hat sicherlich ein Bewusstsein in der Bevölkerung geschaffen, dass unsere

Lebensweise keinesfalls selbstverständlich beziehungsweise absolut nicht in Stein gemeißelt ist.

Auch hat sich für viele sicherlich das Bewusstsein dahingehend verändert oder verstärkt, dass wir uns nicht am „Ende der Geschichte“ befinden. Gesellschaftliche Krisen können ohne Vorwarnung auftauchen und unsere Kultur und unser Land nachhaltig verändern. Als positives Phänomen empfand ich besonders zu Zeiten des ersten Lockdowns, die große Solidarität innerhalb der Bevölkerung. Spontan wurden Sammeleinkäufe für Risikogruppen organisiert. Diese Form der echten nachbarschaftlichen Solidarität war beeindruckend.

**Was sind Ihre Geheimnisse und Tipps, gesund durch die Krise zu kommen? Womit beschäftigen Sie sich neben der Politik?**

Um gesund zu bleiben, versuche ich mich weiterhin möglichst viel in der Natur zu bewegen und lasse den Sport nicht zu kurz kommen. Bereits vor der Krise zählte Wandern zu einer meiner größten Leidenschaften. Erfreulich ist, dass ich in den letzten Monaten immer

öfter dazu gekommen bin, selbst zu kochen. Dabei achte ich besonders auf die Herkunft der Lebensmittel. So gut wie möglich, verwende ich fast ausschließlich regionale und saisonale Ware.

Abgesehen davon verbringe ich weiterhin sehr gerne Zeit mit meiner Familie und auch für ein gutes Buch muss immer wieder einmal Zeit sein.

**Welche Beziehung haben Sie zu Tieren?**

Seit vielen Jahren darf ich für die Stadt Graz für den Tierschutz zuständig sein. Dementsprechend wichtig ist es mir, dass Tiere als wertvoller Teil unserer Gesellschaft begriffen werden und auch ihren Platz in unserer Mitte haben. Eine verrohte Gesellschaft erkennt man sehr schnell an ihrem Umgang mit Tieren. Für mich ist der Respekt vor Tieren daher eine entscheidende zivilisatorische Frage. Sind wir bereit, für Geschöpfe die uns anvertraut sind Verantwortung zu tragen? Sehen wir sie als fühlende Wesen oder als Objekte? In der Beantwortung dieser Fragen sind wir als Gesellschaft bereits weit gekommen. Genug zu tun gibt es aber immer noch.

**Welche Themen kommen in Graz demnächst auf uns zu?**

Die nächsten Monate werden alles andere als leicht für uns. Es bahnt sich eine soziale Krise an. Wenn wir es schaffen, ein gesellschaftliches und politisches Gleichgewicht zu finden und uns nicht zu stark auf nur einen Aspekt dieser facettenreichen Krise zu fokussieren, werden wir diese bewältigen und gestärkt aus ihr hervorgehen.

Review:

# AUTONOMIE IN DER KRISE?

*Nächte der  
Philosophie*

Die Nacht der Philosophie fand in Graz erstmals in einem Livestream statt. Prominente Mitdenker waren telefonisch zugeschaltet.

GERADE IN ZEITEN WIE DIESEN BENÖTIGEN DIE MENSCHEN NICHT NUR DIE BESTMÖGLICHE VERSORGUNG DURCH GESUNDHEITSMASSNAHMEN, NAHRUNGSMITTEL UND HYGIENEARTIKEL. ES BRAUCHT JETZT DIE GRÖSSTMÖGLICHE NORMALITÄT DES UMGANGS. UND EINEN REGEN AUSTAUSCH IM STIL DES OFFENEN PHILOSOPHISCHEN DIALOGS.

Die Kommunikation und Nähe und Distanz haben sich durch die Situation rund um COVID-19 gewandelt. Berührungen und körperliche Nähe bedeuten auf einmal Gefahr und Risiko. Gerade jetzt brauchen die Menschen Signale, Zeichen der Verbundenheit und des Gemeinschaftssinns. Und die Möglichkeit, ganz normal gemeinsam darüber zu reden. Miteinander laut nachzudenken. Ihre Zweifel und Ängste, aber auch Hoffnung und Zuversicht nach außen zu bringen. Über das, was diese unerwartete soziale Distanzierung mit uns macht, offen, kritisch und konstruktiv zu reden. Und über alles andere, was unabhängig davon weitergeht. Unser Leben, das wir gerade jetzt in die Hand nehmen und gestalten dürfen. Gerade in einer Zeit körperlicher Distanzierung und zwischenmenschlicher Entfremdung durch die Angst vor der Übermacht des COVID-19-Virus brauchen die Menschen Zuspruch und Orte des Wohlfühlens. Worte können zwar

nicht Berührungen ersetzen. Aber sie schaffen Beziehung, Nähe, Geborgenheit und Verständnis. Eine Atmosphäre, die es jetzt mehr denn je auch in der Kulturstadt Graz braucht. Mit offenen philosophischen Diskussionsforen und vordenkerischen, konstruktiv-kritischen kreativen Zirkeln bewahren wir unser höchstes Gut, die Freiheit und üben uns in der gerade eingeschränkten Fähigkeit zur Autonomie im Denken und Tun. Das haben die PhilosophInnen des Lehrgangs „Philosophische Praxis“ unter der Schirmherrschaft des Philosophen Konrad Paul Liessmann und der Gesellschaft für Angewandte Philosophie ([www.gap.or.at](http://www.gap.or.at)) zum Anlass genommen und diskutieren seit Jahren in den „Nächten der Philosophie“ österreichweit in Cafés und diesmal online über Skype, Zoom oder Livestreams. Nächtelang von 16.-19.11.2020 zu den Themen der Zeit. Der Grazer Beitrag von der Living Culture Redaktion und GAP-Gründungsmitglied Monika Wog-

rolly zu den \*Nächten der Philosophie\* sollte am Do, 19.11.2020 um 19:00 bis 21:00 bei DON CAMILLO-IM KLEINEN ELEFANTEN in einem offenen Forum diskutiert werden. Unter dem Titel: \*GRAZER Philcafé\* zum Thema „Bevormundung oder Schutz – Wohlmeinende Eingriffe in die Autonomie und ihre Wirkung“ fand schließlich unter den aktuellen Bedingungen ein Livestream auf Youtube statt, mit Zuschaltungen per Videotelefonie von Querdenkern wie dem Psychiater Reinhard Haller, dem Haltungsspezialisten Mathias Glehr und dem Psychoanalytiker Paul Pass. Sie alle reagierten auf Fragen im Live-Chat zum Thema des Abends.

**Livestream zum Nachschauen:**

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=mowodo](https://www.youtube.com/results?search_query=mowodo)

**Infos zu allen Nächten der Philosophie:** [gap.or.at](http://gap.or.at)

DIESER BEITRAG WURDE VOM KULTURAMT DER STADT GRAZ UNTERSTÜTZT UND UNTER WAHRUNG DER REDAKTIONELLEN UNABHÄNGIGKEIT ERSTELLT.

**G R A Z**

NÄCHTE  
DER  
PHI  
LOS  
PHIE

[gap.or.at](http://gap.or.at)



Wissenschafts- und  
Forschungsförderung  
der Stadt Wien



gesellschaft für  
angewandte philosophie

BUNDESKANZLERAMT ÖSTERREICH  
KUNST

wienlive



# AUTOHAUS PRÜGGER

*Die Familie,  
die bewegt.*



v.l.n.r. Matthias Prügger, Jakob Prügger, Lukas Prügger

**DIE MOBILITÄT IST FÜR DIE AUTOHAUS-TRADITION DER STEIRISCHEN FAMILIE PRÜGGER IN HAUSMANNSTÄTTEN BEI GRAZ DAS HERZSTÜCK IHRES GESAMTEN SCHAFFENS.**

Das Autohaus Prügger begann 1980 damit, diesen zukunftsweisenden Mobilitätsbegriff zu einer Unternehmensphilosophie zu entwickeln. Mit Verantwortung, aber vor allem individuellen Angeboten, mit sehr viel Emotion und Leidenschaft. „Der unternehmerische Fleiß und die Weitsicht haben viele Familien überzeugt und unseren Kunden wohl auch immer wieder viel Freude

bereitet“, sind sich Gründer Jakob Prügger und seine im Unternehmen geschäftsführenden Söhne Matthias und Lukas Prügger einig. „Darauf sind wir stolz und das soll auch in Zukunft so bleiben. Jeden Tag helfen wir Menschen mit ihrer Mobilität an einen Ort zu kommen, zusammenzufinden und Gemeinsamkeit zu erleben.“ Letztendlich sei es gar nicht so entscheidend, mit welchem Auto der Weg zurückgelegt werde, sagt Jakob Prügger. Der bodenständige Gründer betont: „Wichtig ist der Weg an sich. Wir wollen als Familie das Vertrauen unserer Kunden durch unser Tun bestätigen, ihren Weg mitgehen und unseren Beitrag leisten, dass alle gut, sicher und glücklich an ihr Ziel kommen.“

## **AUTOHAUS PRÜGGER**

Grazerstraße 37,  
8071 Hausmannstätten  
bei Graz

T +43313546504  
E info@pruegger.at

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

# GRAZ ALS GESCHENK

[holding-graz.at/](https://holding-graz.at/)  
[grazgutschein](https://grazgutschein.com/)

**GRAZ**  
HOLDING

Die schönsten Geschenke unserer  
Stadt. In über 700 Geschäften.  
**GrazGutscheine** jetzt auch  
**online bestellen.**



# Das Innsbruck\*\*\*\*

Von *Gault&Millau* 2020 als eines der 26 besten Seminar-hotels Österreichs empfohlen.



Von außen eher unscheinbar, kann man **Das Innsbruck** als luxuriöses Kleinod im Herzen Innsbrucks bezeichnen. Schon der Rezeptionsbereich weckt beim Hereinkommen ein Wow-Erlebnis: Die stylische Bar, ein schwarzer Flügel in der lichtdurchfluteten Kamin-Lounge, Designermobiliar von Minotti und die gekonnt umgestaltete luxuriöse Zirbenstube, sowie der top moderne Seminarbereich „MICE-Location Boutique Convention“ im ehemaligen Altstadt-Traditionsgasthaus zum Goldenen Löwen machen **Das Innsbruck** entdeckenswert.

Charmante Zimmer und Suiten mit Großformat-Bildern der Alpenhauptstadt in den Classic Zimmern, modernen Eichenholzvertäfelungen in der Superior Nordkette Kategorie oder Altholzelementen in den Deluxe Tyrol Wohnräumen laden zum Ankommen und Verweilen ein. Nach einem erfolgreichen Seminar, einem Tag in der Stadt, auf den Bergen

oder einer Sightseeingtour bietet **Das Innsbruck** das reichhaltigste Hotel Wellnessangebot der Stadt in zwei getrennten Wellnessbereichen mit Dress on SPA mit Pool und einem Panorama SPA im 6. Stock des Hauses. Hier kann man wunderbar relaxen, saunieren oder im Pool einfach mal „abtauchen“.

Besonders freut sich Geschäftsführer Stefan Ischia über den 2016 neueröffneten Seminarbereich in den Räumlichkeiten des ehemaligen Gasthofs Goldener Löwe: „Unsere MICE-Location Boutique Convention ist einzigartig. Nirgendwo sonst sind Tagungsräume und das quirliche Altstadtleben so miteinander verbunden wie hier.“ Wer einen besonderen Tagungsraum sucht, ist hier richtig. Zwei Boardrooms und ein Seminarraum bieten Platz für bis zu 80 Personen.



## HOTEL INNSBRUCK GMBH & CO KG

Innrain 3, A-6020 Innsbruck  
 T +43 512 59868-93  
 Seminar: boutiqueconvention@hotelinnsbruck.com  
 Allgemein: office@hotelinnsbruck.com  
[www.hotelinnsbruck.com](http://www.hotelinnsbruck.com)

# WHERE MEETING *meets* QUALITY

## ***DAS INNSBRUCK\*\*\*\* und sein Seminarbereich MICE-Location Boutique Convention im ehemaligen Altstadtgasthof zum Goldenen Löwen***

Zwei topmoderne Boardrooms mit Blick in die historischen Innsbrucker Altstadtgassen und ein flexibler Seminarraum für bis zu achtzig Personen schaffen eine Wohlfühlatmosphäre, die inspiriert und begeistert. Der Veranstaltungsbereich des **Innsbruck\*\*\*\*** bietet vom Designmobiliar über eine Ausstattung mit modernster Technik und Präsentationsbildschirmen, Relax-Ecken, Begegnungsecken und Kaffee- Buffets fürs legere Get-Together bis hin zum luxuriösen Abendessen in der großzügig gestalteten Zirbenstube alles für Ihre Veranstaltung. Arbeiten, Tagen, Denken und Genießen werden eins in der MICE-Location Boutique Convention: Eine Mischung, die entspannt, motiviert, Ressourcen stimuliert und zu Glanzleistungen motiviert. Und ganz unaufgeregt Verbundenheit, Loyalität und Teamgeist fördert.

### **DAS PERFEKTE TAGUNGS- REFUGIUM MIT ALTSTADT- BLICK**

Bereits seit Jahrhunderten wird in den Gemäuern des ehemaligen Traditions-gasthofes „Goldener Löwe“, wo sich heute Seminarräumlichkeiten befinden, quer- und vorausgedacht, miteinander geredet und gearbeitet. Damals wie heute fördert eine exklusive Genusskultur im einzigartigen Ambiente mit beherrzter



### **5 GRÜNDE FÜR EINE VERANSTALTUNG IN DER MICE-LOCATION BOUTIQUE CONVENTION**

- Einzigartige Lage in Innsbruck für Seminare und Tagungen: Mitten in der historischen Innsbrucker Altstadt – im Herzen Tirols
- Alles aus einer Hand: Tagungsräume, Wohnräume, Kulinarik und Wellness
- Einzigartige Boardrooms mit Blick in die historischen Altstadtgassen
- Alle Tagungsräume sind top modern ausgestattet mit Interior Design mit modern inszenierten Tiroler Elementen
- Konzentrationsförderndes Klima durch Zirbenlüfter (von zirb.at) in den Räumlichkeiten

Gastfreundschaft das authentische Ge-spür an einem innovativen Ideenort und einer Energiequelle zu sein. Die MICE-Location Boutique Convention verbindet spielend das historische Flair dieses Ortes mit den Anforderungen der Moderne. Und wenn altbewährte Tiroler Gast-lichkeit auf den Innovationsgeist junger Urbanität trifft, entsteht Außergewöhnliches: Die MICE-Location Boutique Convention ist ein Refugium für alle, die das Besondere schätzen.

# GEFÜHL DES

# „Nichtsattwerdens“



*Robert Herwig Gasser  
über die Künstlerin  
Barbara Edlinger*

Was bin ich? Was bin ich als Mensch? Die Menschheit verbarrkadiert sich hinter ihren Maschinen. Versteckt sich hinter Metallen. Oft habe ich das Gefühl, es ist schwer, als Mensch „Mensch“ zu sein. Wir konstruieren einen unüberwindbaren Käfig, der es uns unmöglich macht, aus dem auszubrechen, was wir schaffen. Wir sind nichts mehr klar Definierbares. Ich habe das Gefühl zu verschwimmen, zwischen dem was ich sein sollte, also „Mensch“, und dem was wir geschaffen haben, also „Maschine“. – Die Grenze ist keine klare mehr. Als ich hier stehe, in einem Raum, rein, weiß und kühl, trifft es mich wie ein Schlag, als ich mich mit genau jener Wahrheit, nämlich der vollkommenen Unterschiedlosigkeit zwischen dem was ich ja eigentlich bin, was ich eigentlich sein will, und dem „Künstlichen“ konfrontiert sehe. Ich bin vollkommen ausgeliefert, ich fühle mich alleine gelassen, doch werden meine Gedanken und meine Ängste irgendwo in diesem großen Raum aufgefangen. Während Metalle mit dem einströmenden Licht der Sonne, die ihren Zenit noch vor sich hat, eine spielende Wechselwirkung eingehen und ich mich in jenem abstrakten Netz

aus Materiellem und vollkommener Schwerelosigkeit fallen lasse, treffe ich auf einen Geist, auf Gedanken. – Ich habe in diesem Zustand der echten Aussichtslosigkeit jemanden gefunden. Es war ein kurzer Moment, in dem mir klar wurde, dass das, was hier in diesen Räumen entsteht, Kunst ist. Das, was hier geschaffen wird, von einem solch klaren Geist, ist auf jeder Ebene Kunst. Ich genoss jeden Atemzug und jeden Augenblick, den ich dort verbringen konnte. Es war ein Gefühl des „Nichtsattwerdens“, welches ich hier verspürte. Alle Passion und Genauigkeit, die sich unübersehbar in diesen Werken findet, beeindruckte mich als Mensch zutiefst. Ich habe selten den Austausch mit einem Menschen so genossen, wie den mit Barbara Edlinger an einem Montagmorgen. Einen Besuch in ihrem Studio, Showroom Edlinger, in der Bürgergasse 11 kann ich jedem reinen Gewissens ans Herz legen (einen



Barbara Edlinger



Uneasy Ectopia on Frosted Glass



Begrenzungen für eine außergewöhnliche Künstlerin

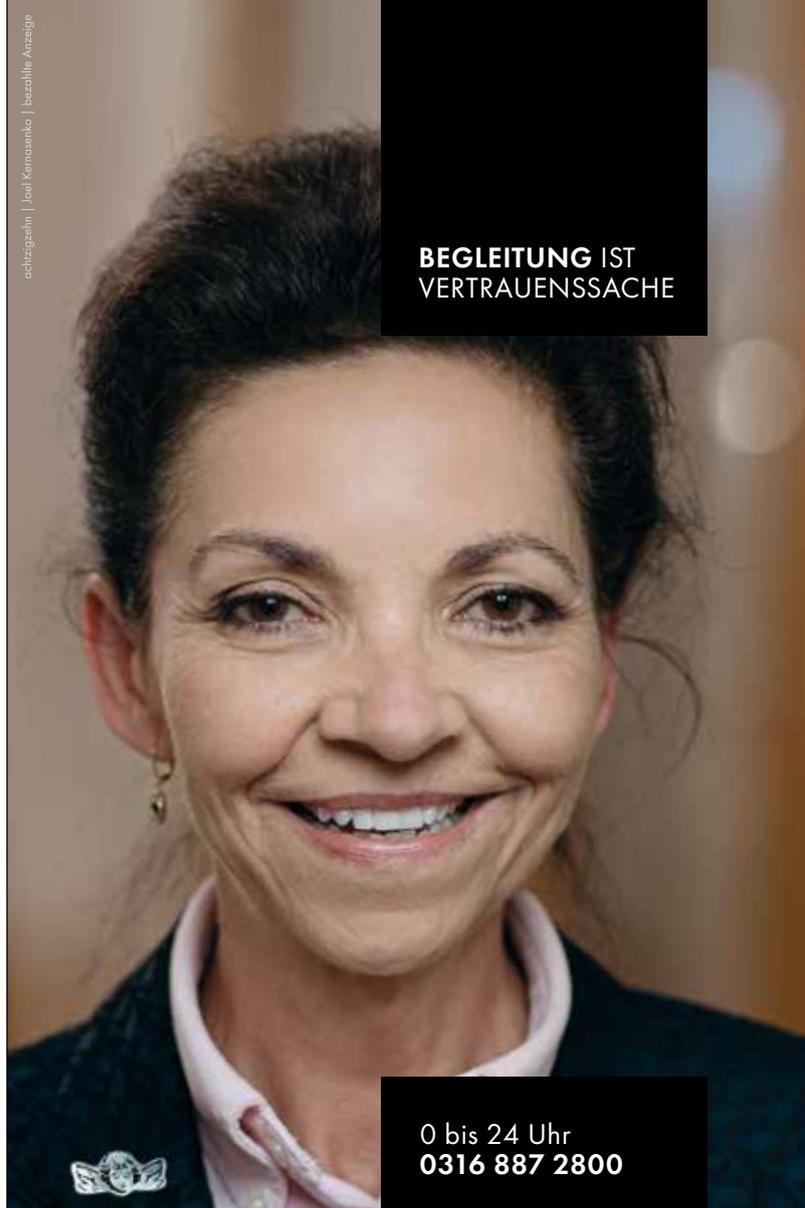
geheimnisvollen Blick ins Studio geben „Uneasy Ectopia on Frosted Glass“ und „Begrenzungen für eine außergewöhnliche Künstlerin“). **Den gesamt künstlerischen Werdegang von Barbara Edlinger finden Sie unter dem folgenden Link:**

<https://kunstgarten.at/events/sonderausstellung-ix-und-weihnachtsmarkt/>

Nach Öffnen des Links werden Sie mir zustimmen, dass dieser CV nicht in einer Kolumne abgehandelt werden kann. Highlights: Aufbau der WERKSTADT GRAZ; 2000 WORKSHOP GRAZ/WERKSTADT GRAZ; 2005 GRAZ KUNST; 2007 Galerie „GRAZY“; 2016 KLEIDERWERK/FLAX; Zahlreiche Preise, unter anderem „Hanns-Koren-Kulturpreis“ des Landes Steiermark mit WERKSTADT GRAZ, Kuratorin und Mitgestalterin zahlreicher Ausstellungen im In- und Ausland, Gastvortrag an der „Alfred University New York“ über Art of Liberation, Art of Politics, Publikationen unter anderem mit Peter Weibel und Mitarbeit an zahlreichen Filmprojekten. Künstlerische Weggefährten: Timm Ulrichs, Valie Export und viele andere Größen der internationalen Kunstszene.

Barbara Edlinger ist mit allem was sie macht ein Gesamtkunstwerk.

Der Living Art-Thementeil wird vom Land Steiermark – Abteilung 9 Kultur, Europa, Außenbeziehungen unterstützt.

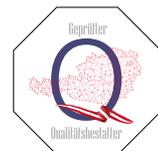


**BEGLEITUNG IST  
VERTRAUENSsache**

0 bis 24 Uhr  
**0316 887 2800**

## ICH DENKE AN ALLES, SIE DENKEN AN IHRE LIEBEN

Waltraud Fischer kümmert sich in der Bestattung Graz um eine gelungene und würdevolle Trauerfeier. Von der Aufnahme, über die Art der Bestattung, den Ablauf, die Sargauswahl bis hin zur Gestaltung der Gedenkkarten – bei ihr bekommen Sie alles aus einer Hand.



[grazerbestattung.at](https://www.grazerbestattung.at)

**GRAZ**  
BESTATTUNG

# INTAKT 2020

Zum ersten Mal  
online



Fotos: Lara Weiss, Edi Haberl, Jakob Heský

MIT 9 PROGRAMMPUNKTEN FAND DAS INKLUSIVE TANZKULTUR- UND THEATERFESTIVAL INTAKT DAS ERSTE MAL ONLINE STATT. DIE FESTIVALLEITER\*INNEN LINA HÖLSCHER & CHRISTOPH KREINBUCHER BEDAUERN SEHR, DASS AUSTAUSCH UND ECHTE THEATERERLEBNISSE IN DIESEM JAHR NICHT MÖGLICH WAREN, FREUEN SICH ABER DENNOCH ÜBER MEHR ALS 1500 AUFRUFE DES ONLINE-PROGRAMMS.

„Es geht darum, zu zeigen, was im kulturellen Bereich möglich ist und dem Publikum (egal ob mit oder ohne Beeinträchtigung) positive Aha-Erlebnisse zu schenken“, sagt Christoph Kreinbacher über InTaKT. Dieser Grundsatz gilt auch für die fünfte Ausgabe von

InTaKT. Sehr zum Bedauern des Teams konnten internationale und nationale Künstler\*innen aufgrund von COVID-19 ihre spannenden Arbeiten heuer nicht live in Graz zeigen. Nichtsdestotrotz wurde das Festival nicht abgesagt, sondern in den Online-Raum verlegt.





Gravity (and other attractions)  
von Un-Label



UN/GLEICH von der Ich bin  
O.K. Dance Company



Online-Schauen des  
Programms

### LIVE-ERÖFFNUNG IM THEATER

Lina Hölscher, Christoph Kreinbacher und Matthias Grasser (Qualitätssicherung Inklusion) eröffneten das Festival, indem sie sich per Stream live aus leeren Theaterräumen (TaO!, Kristallwerk, Schauspielhaus Graz) meldeten. Anschließend wurde „Gravity“ vom internationalen mixed-abled Kollektiv Un-Label gezeigt. In dieser Tanzperformance treffen ein gehörloser Tänzer und eine hörende Tänzerin aufeinander. Die Audiodeskription und andere innovative Methoden der Zugänglichkeit bilden die Grundlage des Stücks. „Ich hatte anfangs Sorge, dass sich das Online-Programm nicht so einlöst wie in den Vorjahren. Dann haben wir aber gesehen, wie viele Menschen bei der Eröffnung live dabei waren. Die Zuschauer\*innen schrieben uns, wie froh sie sind, dass wir das Festival nicht haben ausfallen lassen“, zieht Lina Hölscher Resümee.

### INSGESAM 9 ONLINE- PROGRAMMPUNKTE

Darüber hinaus wurden 8 weitere Programmpunkte online gezeigt: Die deutsche Filmemacherin Tabea Hosche hat in „Uma und wir“ auf berührende Weise das Leben mit ihrer beeinträchtigten Tochter festgehalten. In „Dschingis Khan“ inszenieren Monstertruck & Theater Thikwa drei Schauspieler\*innen mit Down-Syndrom als Mongol\*innen. Das Tanztheater „Disabled Theater“ von Jérôme Bel und Theater HORA ist eine Unterwanderung jeder political correctness. „Freakstars 3000“ von Christoph Schlingensiefel ist eine der ersten Produktionen, die Menschen mit Beeinträchtigung in den künstlerischen Schaffensprozess einbezieht. Probenblicke gewährte die Ich bin O.K. Dance Company. „UN/GLEICH, aber jeder möchte“ hätte während InTaKT uraufgeführt werden sollen. Und vieles mehr ...

Das Gesamtfazit des Teams ist also positiv, dennoch hofft man auf eine baldige Normalisierung des Kulturbetriebs und Live-Theatererlebnisse bei InTaKT 2021.

Der Living Art-Thementeil wird vom Land Steiermark –  
Abteilung 9 Kultur, Europa, Außenbeziehungen unterstützt.

# HEISS

## AUF FREIHEIT

LIVING CULTURE HERAUSGEBERIN UND PSYCHOTHERAPEUTIN MONIKA WOGROLLY BEGLEITET NUN AUCH PER VIDEOTELEFONIE UND TELEFONTHERAPIE MENSCHEN DURCH DIE KRISE. HÄUFIG GEHT ES DARUM, SICH NICHT MEHR „ALS OPFERMENSCH“ ZU FÜHLEN, WIE DIE AUTORIN ES IN IHREM BUCH „DIE BEZIEHUNGSFORMEL“ NENNT.

Text: Monika Wogrolly



Fangen wir mal von vorne an: Derzeit ist nicht gerade die Hochblüte der Autonomie. Die COVID-19-Krise hat uns zu Gefangenen in den eigenen vier Wänden und Abhängigen der Regierungsmaßnahmen gemacht. Das ist die neue Normalität. Bevor Sie aber in Weltentsagung, Pessimismus und Katastrophenstimmung verfallen und die verlorene Freiheit beklagen, kommt die wesentliche Botschaft dieses Beitrages. Bitte festschnallen, tief durchatmen, sich in Bauchatmung trainieren, indem Sie, bevor Sie gleich weiterlesen, kurz das tun, was Sie sonst nie im Leben taten, was aber so wichtig ist. Halten Sie inne. Denn nur dann kommt, was jetzt folgt, auch bei Ihnen an. Und können Sie die Wahrheit dessen erkennen, was noch kommt, wenn Sie innehalten und dann mit der richtigen Körperhaltung und, ja, eben auch inneren Haltung, weiter- nicht nur diesen Text lesen, sondern mit dieser bewussten inneren und äußeren Entspannungshaltung weiterleben. **Entspannung ist genau das, was Sie jetzt brauchen. Jetzt. Nicht irgendwann.** Denn die Stressoren umschwirren Sie wie Drohnen, Hummeln, Moskitos oder...:Viren. Da ist die

Vorstellung, fast überall in Gefahr zu sein. Niemandem zu nahe kommen zu dürfen, denn jeder könnte Gefährenträger sein. Nicht mit Fremden reden und nicht in Beziehung treten sollen. Aber auch nicht mit Vertrauten. Und jetzt kommt die wirklich gute Nachricht... Vorher noch durchatmen, und stellen Sie sich dabei vor, genussvoll an einer Blume zu riechen, langsam, genießerisch einatmen, dann innehalten, ehe Sie wieder langsam ausatmen, so, als würden Sie einen Löffel Suppe anpusten. Ein paar tiefe Atemzüge später, wenn Ihre Bauchdecke sich beim Einatmen leicht nach außen wölbt und dann beim Ausatmen leicht nach innen senkt, sind Sie schon fast am Ziel. **Jetzt die wirklich gute Nachricht: Sie können, Sie dürfen und Sie sollen innehalten. Sie können, dürfen und sollen sich entspannen.** Der Krise zum Trotz. Dem Virus zum Trotz. Den Restriktionen zum Trotz. Den neuesten Schreckensmeldungen zum Trotz. Dem Klimawandel zum Trotz. Dem viralen Fatalismus und der globalen Katastrophenstimmung zum Trotz machen Sie ab jetzt, hier und heute ab sofort, wo auch immer Sie sind, Ihre bewussten

Bauchatmungszüge und genießen Sie ganz einfach Folgendes: Dass Sie da sind. Und nehmen sich die Freiheit zu tun, was wohltuend ist, zu essen, was schmeckt, sich Zeit zu nehmen und über all das zu reden, was Sie beschäftigt. Und wenn Ihnen gerade keiner zuhört, weil keiner Ihr Innehalten mag, dann gibt es vielleicht auch jetzt den Zeitpunkt, sich jemandem zu öffnen, der sicher für Sie da sein wird. Jemandem, der Ihnen zuhört und mit dem Sie innehalten und Bauchatmung und Selbstfürsorge trainieren können. Eine Psychotherapeutin ist auch in Krisenzeiten für Sie da. Der Autonomieverlust und die Einschränkungen sind dann, wenn Sie sich endlich alles von der Seele reden, in einem anderen Licht etwas, womit Sie jetzt nicht rechnen würden. Denn: Auf Ihre Haltung und Atmung kommt es an, Ihre innere Freiheit und Autonomie (als Fähigkeit zur Selbstbestimmung) zu bewahren. Sich Entspannung in angespannten Zeiten nicht nur zu bewahren, sondern, da endlich Zeit dafür ist, so richtig und methodisch vielfältig zu trainieren.

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



# Die Kia Elektro- und Hybridmodelle.

#GOelectric

Im Leasing ab  
**€ 31.890,-<sup>1)</sup>**



The Power to Surprise

Jeder spricht schon darüber.

CO<sub>2</sub>-Emission PHEV und HEV: 119-29 g/km, Gesamtverbr.: 1,3-5,2 l/100km, CO<sub>2</sub>-Emission Kia e-Modelle: 0 g/km<sup>2,3)</sup>, 15,9-15,3 kWh/100km<sup>3)</sup>, Reichweite: bis zu 455km<sup>3)</sup>

Symbolfoto. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. 1) Listenpreis Kia Ceed SW PHEV 25 Jahre Österreich Edition € 34.790,00 abzgl. Preisvorteil bestehend aus € 1.000,00 Leasingbonus bei Finanzierung über Kia Finance, € 1.000,00 Ausstattungsvorteil, € 2.750,00 Elektro PKW Förderung (inkl. mögl. € 1.250,00 E-Mobilitätsbonus des BMLFW & bmvit) und € 400,00 Versicherungsbonus bei Abschluss eines Kia Versicherung Vorteilssets. Der Kia Versicherungsbonus ist nur gültig bei Kauf eines Neu- oder Vorführwagens und bei Abschluss eines Vorteilssets bestehend aus Haftpflicht, Vollkasko mit Insassenschutzversicherung, Diebstahl- und/oder Verkehrs-Rechtsschutzversicherung. Die Bindefrist bzw. Mindestlaufzeit des Vertrages beträgt 36 Monate inkl. Kündigungsverzicht. Gültig bei Kaufvertrags- bzw. Antragsdatum bis 31.12.2020. Die Abwicklung der Finanzierung erfolgt über die Santander Consumer Bank GmbH. Stand 10|2020. Angebot gültig bis auf Widerruf. Erfüllung banküblicher Bonitätskriterien vorausgesetzt. 2) Nutzung von Strom aus 100% regenerativen Quellen vorausgesetzt. 3) Gemessen laut WLTP-Testzyklus. Reichweite und Energieverbrauch abhängig von Faktoren wie z. B. Fahrstil, Streckenprofil, Temperatur, Heizung/Klimatisierung, Vortemperierung. \*) 7 Jahre/150.000km Werksgarantie.



# Raum trifft auf Komfort.

#KiaMovingWithYou

Im Leasing ab  
**€ 59.590,-<sup>1)</sup>**

SORENTO



The Power to Surprise

Der neue Kia Sorento.

**AUTOHAUS PRÜGGER**

**Autohaus Jakob Prügger GmbH**

Grazerstraße 37 • 8071 Hausmannstätten • Tel.: 03135 - 46504  
info@pruegger.at • www.pruegger.at

CO<sub>2</sub>-Emission: 179-176 g/km, Gesamtverbrauch: 6,5-6,8 l/100km

Symbolfoto. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. 1) Listenpreis Kia Sorento Platin € 61.990,00 abzgl. Preisvorteil bestehend aus € 1.000,00 Österreich Bonus und € 1.000,00 Leasingbonus bei Finanzierung über Kia Finance und € 400,00 Versicherungsbonus bei Abschluss eines Kia Versicherung Vorteilssets. Der Kia Versicherungsbonus ist nur gültig bei Kauf eines Neu- oder Vorführwagens und bei Abschluss eines Vorteilssets bestehend aus Haftpflicht, Vollkasko mit Insassenschutzversicherung, Diebstahl- und/oder Verkehrs-Rechtsschutzversicherung. Die Bindefrist bzw. Mindestlaufzeit des Vertrages beträgt 36 Monate inkl. Kündigungsverzicht. Gültig bei Kaufvertrags- bzw. Antragsdatum bis 31.12.2020. Die Abwicklung der Finanzierung erfolgt über die Santander Consumer Bank GmbH. Stand 10|2020. Angebot gültig bis auf Widerruf. Erfüllung banküblicher Bonitätskriterien vorausgesetzt. \*) 7 Jahre/150.000km Werksgarantie.

# RÖSSLER

Juwelier seit 1853



UNIKAT

IN BLOOM – OHRRINGE

Goldtopas, Citrin, Blautopas,  
41,69 ct, gefasst in 18 kt  
Weißgold

**RÖSSLER JUWELIER**

Toni-Schruf-Gasse 6, 8680 Müzzuschlag am Semmering  
T +43 (0) 3852 / 2273-0

SHOP ONLINE

[www.roessler.cc](http://www.roessler.cc)