

# Caritas Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich Orpheumgasse 8/1 0316177 22 38 0 0316177 22 38 19 0316177 22 38 19 8020 Graz E-Mail. streetwork@caritas-steiermark.at Tel. Fax.

# inhalt

# mitwirkung

Liebe BesucherInnen des Kontaktladens!

Wenn du dich am Harlekin beteiligen möchtest, kannst du deine Texte und/oder Bilder bei uns abgeben oder diese anonym in den HARLEKIN-Briefkasten (neben der großen Pinnwand) werfen. Du kannst sie aber gerne auch per E-Mail an h.ploder@caritas-steiermark.at senden. Wenn du nichts schreiben möchtest, aber trotzdem etwas zu sagen hast, wende dich an eine/n StreetworkerIn. Du kannst z.B. auch ein Interview mit dir führen lassen.

Außerdem kann ein/e jede/r die/der gerne möchte, an den Redaktionssitzungen teilnehmen. Frag dazu bei Harry, Gabi, Johannes oder Stephi nach den aktuellen Terminen.

> Wir freuen uns über deine Beteiligung! Dein Harlekin-Redaktionsteam

### impressum

Der HARLEKIN ist ein Medium von Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich der Caritas der Diözese Graz Seckau. Er erscheint alle drei Monate in Form einer Zeitung. Er ist eine Zeitung, die mit Beteiligung von BesucherInnen von Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich gestaltet wird.

Abo: Harald Ploder; h.ploder@caritas-steiermark.at
Redaktion & Layout: streetwork@caritas-steiermark.at
Externe Redakteurin: Marcela Dvorakova
Fotos: Marcela Dvorakova (Titelbild, S.32), do it yourself (S.8), Kontaktladen (S.10,11,12,13,30) Externe Beiträge: do it yourself Beiträge | BesucherInnen von Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich:
Anonyme Beiträge, Hörby, Jana Leitner, Jürgen Mochart, Nina, Willi Arndt
Beiträge | MitarbeiterInnen von Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich:
Stephanie Grasser, Katja Körndl, Kathrin Köstl, Martin Ladenhauf, Johannes Lorber,

aufgepudelt der ploder schreibt	s.3
nachbetrachtet & angekündigt was passiert ist & was passieren wird	s.4
nachgemeldet was sonst noch passiert ist	s.7
vorgestellt do it yourself	s.8
kennengelernt neue gesichter im kontaktladen	s.10
aufgepasst infos zu gesundheitsförderung & schadensminimierung	s.14
nachgeforscht peer-projekte - gemeinsamkeiten fördern	s.16
nachgeforscht peer involvement des schottischen drogenforums	s.18
selbstgestaltet die rubrik von besucherInnen des kontaktladens	s.21
kurzgefasst was man tun kann, wenn man nichts tun muss	s.27
nachgehört	s.28
vorgekostet rezept der ausgabe	s.30
nachgedacht denksport der ausgabe	s.31
ausgeblickt termine juni, juli & august 2016	s.32

# **Titelbild**

Das Titelbild der Juni Ausgabe wurde von Marcela Dvorakova gestaltet, das sie in einem digitalen Experiment für eine Ausstellung erstellt hat. Wir möchten uns bedanken, dass du uns dieses Bild hier zur Verfügung stellst!

Harald Ploder, Melissa Schmitzberger, Severin Zotter



harald ploder | kl&stw

### Anleitung zum Unbeliebtsein

Die FeinschmeckerInnen unter Ihnen haben schon erkannt: Der Ploder macht (fast) das gleiche, wie schon der Watzlawick gemacht hat. Nur nicht so umfassend. Und nicht so fundiert. Und schon gar nicht so resonanzorientiert. Warum denn auch nicht? Ich bin ja schließlich im gleichen Jahr erschienen wie Watzlawicks Klassiker. Das wird als Grund wohl ausreichen.

Sie haben es vielleicht schon mitbekommen: Wir befinden uns in der Krise. Nein, nicht Wirtschaftskrise (wobei ich mich frage, was aus selbiger eigentlich geworden ist...). Die Rede ist natürlich von der Flüchtlingskrise. Die Medien berichten darüber, als würde ihre Existenz davon abhängen, PolitikerInnen debattieren darüber, als würde der Fortbestand ihrer Gattung davon abhängen und facebook-Userlnnen posten darüber, als würde ihr Leben davon abhängen. Auffällig dabei ist wie so oft: JedeR ist dabei sofort selbsternannteR ExpertIn, und mittlerweile ist es auch völlig salonfähige Expertise, den bösen, bösen Flüchtlingen Tod und Teufel an den Hals zu wünschen. Man ist ja schließlich besorgt.

 $\mathsf{B}$ emerkenswert an den unzähligen Diskussionen ist, dass es dabei ganz offensichtlich um alles andere als das eigentliche Thema geht: Man diskutiert in beheizten Fernsehstudios über irgendwelche Kosten von Versorgung, arbeitsmarktpolitischen Maßnahmen oder irgendwelchen Flüchtlingsrouten, die wahlweise geschlossen, geöffnet oder vielleicht bunt angemalt werden sollen, und das alles während es auf dieser Welt Menschen gibt, deren Häuser ihnen um die Ohren fliegen, weil von oben Bomben drauf fallen, während es Menschen gibt, die nichts anderes tun können, als ihren Kindern beim Verhungern zuzuschauen und während es Menschen gibt, die an Krankheiten sterben, die bei uns nicht einmal mehr stationäre Behandlungen erfordern. Deswegen stelle ich mir (und auch Ihnen, wenn Sie wollen) die Frage: Was soll denn an dieser Krise so schwer zu lösen sein? So lange es bei uns Milliarden von Euros für die Rettung von Banken und Wirtschaftsunternehmen gibt, gibt es bestimmt auch genug Geld für die Rettung von Menschenleben. So lange bei uns täglich tausende Tonnen an Lebensmitteln ob unseres Überschusses im Müll landen, haben wir sicher genug davon, um tausende Menschen vor dem Hungertod zu bewahren. Und so lange man sich bei uns Sorgen machen muss, ob wohl hoffentlich nicht bald einE wohlhabendE PensionistIn in der Wellness-Sauna vom Herzinfarkt heimgesucht wird, haben wir wohl auch genug Energie zur Verfügung, um Menschen vor dem Erfrierungstod zu bewahren. Wer gibt uns also das Recht, Menschen, denen es wesentlich, wesentlich, wesentlich schlechter geht als uns, nicht bei uns einreisen zu lassen und sie nicht aufzunehmen?

Sie können mich jetzt gerne als polemischen und linkslinken Gutmenschen (was auch immer das bedeuten soll) abtun, wenn es Ihnen dadurch leichter fällt, die Verantwortung von sich zu weisen, die wir als Menschen gegenüber unseren MitbürgerInnen haben. Sie können auch gerne noch sicherheitshalber die gesamte Gruppe der Flüchtlinge ohne die geringste Grundlage pauschal zu VerbrecherInnen und TerroristInnen verurteilen, dann fällt es Ihnen bestimmt noch leichter, sich nicht in die Lage eines Menschen zu versetzen, der gerade alles verloren hat und flüchten musste, nur um dann mit "Ausländer raus!" Parolen und blankem Hass in vermeintlicher Sicherheit empfangen zu werden.

Sie können aber auch gerne meine Standpunkte hinterfragen, wenn Sie wollen vielleicht sogar verstehen und - wenn Sie wirklich ans Äußerste gehen wollen - gerne vertreten. Seien Sie dabei jedoch - auch im Interesse der Überschrift dieses Textes – gewarnt: Ich hoffe, Ihre dadurch mit Sicherheit wachsende Unbeliebtheit ist Ihnen dann gleich egal, wie mir die meine!



johannes lorber | kl&stw

Der letzte Harlekin ist Anfang Dezember 2015 erschienen. Die Kontaktladenzeitung hat damit die längste Pause seit ihrem ersten Erscheinen 2008 zu verzeichnen!

Viel hat sich getan seit Ende 2015!

# Personal:

Kathrin Köstl hat den Kontaktladen leider Ende April verlassen. Nach einem längeren Urlaub in Kambodscha und Laos wird sie ab Mitte Juni beim Familienzentrum in der Starhemberggasse als Sozialarbeiterin arbeiten und tageweise in den Kontaktladen zurückkehren.

Christine Perchthaler, von 2011 bis Anfang 2014 Mitarbeiterin im Kontaktladen, kommt nach Ende ihrer Karenz nicht zu uns zurück, sondern hat eine neue Beschäftigung gefunden.

Die Mitarbeit von Kontaktladen-Angestellten in der Akut-Hilfe für Flüchtlinge wurde im Frühjahr 2016 wieder eingestellt. Die Caritas zieht sich aus diesem Arbeitsbereich zurück, nicht zuletzt weil durch die Schließung der Balkanroute nur mehr verhältnismäßig wenige Flüchtlinge in der Steiermark ankommen.

Severin Zotter ist Vater geworden. Er war aus diesem Grund von Mitte April bis Mitte Mai auf Sabbatical und nicht im Kontaktladen anzutreffen.

Im Küchenteam gibt es ebenfalls Veränderungen:

Zivildiener David Großschädl hat seinen Einsatz bei uns im April 2016 beendet. David, der ja bereits

fertig ausgebildeter Mediziner ist, wird im Herbst als solcher zu arbeiten beginnen.

Neuer Zivildiener ab Mai 2016 ist:

### Florian Pußwald (19):



Ausbildung: Florian ist Maurer und Verschalungsbauer. Beruf: Florian ist bis Jänner 2017 als Zivildiener im Kontaktladen. Er wird danach wieder bei seiner Lehr-Firma Granit Graz zu arbeiten anfangen.

Hobbies: Mountainbiken (Dirtbike, Downhill), Skiten. Besonderheiten: Florian hat am Hals das allsehende Auge tätowiert!

Die Kontaktladenbesucher Sascha und Hans Peter arbeiten seit dem Frühjahr jeweils einmal pro Woche in der Küche mit und unterstützen neuerdings auch bei der Essensausgabe am Freitag. Hans Peter wird auf S. 10 nochmals vorgestellt.

Und zuletzt gilt es einen Langzeit-Praktikanten vorzustellen:

### Christoph Becker (24):



Ausbildung: Student Soziale Arbeit, Abschluss mit Bachelor im September geplant.

Beruf: Aktuell freiwilliger Mitarbeiter im Kontaktladen, von Ende April bis Ende August 2016. Erasmus-Stipendiat. Christoph hat bereits Erfahrung in der Suchthilfe. Er hat in Saarbrücken im Drogenhilfezentrum (mit Konsumraum!) und in Mainz in einem Kontaktladen gearbeitet.

Hobbies: Essen, trinken, Feiern gehen. Wandern und Klettern. Kinobesuche.

Besonderheiten: Christoph kommt aus Deutschland, genauer aus Mainz. Er hat seine Bachelorarbeit über "Auswirkungen von Etikettierungsprozessen auf jugendliche Heroinkonsumenten" geschrieben. Sein Lieblingsessen ist Schnitzel mit Zigeuner-Soße.

# Allgemeines aus dem Kontaktladen:

Am 18. Dezember 2015 fand die alljährliche Gedenk-Teler für verstorbene Suchtkranke bzw. Angehörige statt. Rund 25 BesucherInnen nutzten diese Gelegenheit sich gemeinsam an verstorbene FreundInnen und Familienangehörige zu erinnern, zu trauern und Abschied zu nehmen. Dank gebührt Günther Zgubic, der in seiner Funktion als Caritas-Seelsorger die Veranstaltung leitete. Musikalische Beiträge und Texte von StreetworkerInnen und Besucher-Innen sorgten zusätzlich für einen stimmungsvollen Rahmen.

### zur Kontaktladenweihnachtsfeier am 22. Dezember 2015 sind genau 100 BesucherInnen ge-

kommen. Wie jedes Jahr gab es kleine Geschenke und ein besonders aufwändiges und kostenloses Essen.

Ende 2015 wurde das Kontaktladen Café umgestaltet. Unsere Infotheke befindet sich seitdem gleich im Eingangsbereich, näher bei Ärzteraum und Spritzentausch-Kammerl als zuvor.

Anfang 2016 wurden die Essens- und Getränkepreise leicht angehoben. Damit ist es möglich, das Essen weiterhin in der gewohnten Qualität zur Verfügung stellen zu können.

Der Kontaktladen bereitet sich auf seinen Facebook-Auttritt vor. Wir hoffen, dass wir unsere BesucherInnen auf diese Weise noch besser erreichen werden und wichtige Informationen zu Safer Use, Grundsicherung und den Laden betreffende Neuigkeiten verbreiten können. Sobald es soweit ist, erfolgt die Information über Aushänge im Kontaktladen und einen Link auf unserer Homepage.

# Freizeitaktionen:

### Dezember:

Beim Klettern in der CAC Halle in der Idlhofgasse nahmen zwei Personen teil. Diese bewiesen Geschick und Schwindelfreiheit. Es wurde nicht nur geklettert, sondern auch der Skywalk begangen, ein Parcours an der Decke in zwölf Metern Höhe!



Für Kekse backen Mitte Dezember konnten sich ebenfalls zwei Personen begeistern. Gebacken haben wir unter Stephanies Anleitung Anisbögerl, Raffaelloschnitten und Mürbteigkekse.



### Jänner:

Beim Rodeln am Salzstiegl waren vier Besucher Innen dabei. Jürgen war bei den Rennen nicht zu schlagen, Carina und René waren als Zweierteam vertreten. Die Stimmung war gut und das Wetter genau passend, nicht zu kalt und teilweise sonnig.



### Februar:

Unseren Schitag auf der Weinebene nutzten fünf Personen. Andreas und Kathrin mit dem Snowboard, wir Anderen mit Schi. Das Wetter war teils neblig und windig. Da das zu Winter und Schifahren dazugehört, waren die meisten von uns trotzdem motiviert unterwegs. Aber auch das Einkehren auf der Almhütte kam nicht zu kurz.

### März:

Im März fand das alljährliche Tischfußballturnier des Kontaktladens statt. Sieger bei diesem prestigeträchtigen Wettbewerb waren Michi und wie schon viele Male zuvor Luf. Als Preis für die Beiden gab es Kinokarten.

### April:

Ausnahmsweise stand im April nicht Sport sondern Kultur am Programm: sechs Personen waren mit uns im Landeszeughaus, der größten erhaltenen historischen Waffenkammer der Welt mit rund 32.000 Objekten. Nach der einstündigen Führung gab es noch ein Eis für jeden von uns am Südtirolerplatz.

# Neuigkeiten von Rundum:

Das Wohnbeihilfenreferat ist umgezogen. Der neue Standort ist Burggasse 7-9, 8010 Graz.

Umgezogen ist auch die Aidshilfe und zwar in die Hans-Sachs-Gasse 3 / 1. Stock, 8010 Graz.

Das Sozialamt Graz gewährt die BMS (Bedarfsorientierte Mindestsicherung) nur mehr Defristet! Das heißt für laufende BezieherInnen, dass Folgeanträge gestellt werden müssen. Diese müssen vor Ablauf der Befristung (idealerweise gibt es einen Bescheid, auf dem die Bezugsdauer vermerkt ist!) eingebracht werden. Erfolgt die Weiterbeantragung zu spät, kann nicht rückgerechnet werden und es gehen Bezugstage verloren.

Wie gewohnt gilt natürlich weiterhin, dass alle relevanten Änderungen der Einkommens-, Wohn- und Familienverhältnisse dem Sozialamt sofort bekanntgegeben werden müssen! Auch innerhalb des Bezugszeitraumes ist dies notwendig, um Übergenüsse der Mindestsicherung zu vermeiden. Die dafür notwendigen Änderungsmeldungsformulare gibt es bei uns an der Infotheke. Bei Unklarheiten könnt ihr euch gerne an uns SozialarbeiterInnen wenden und wir werden euch weiterhelfen!



martin ladenhauf | kl&stw

Bericht: Woche Graz, 16. Dezember 2015

# Das Wohnen in Graz muss wieder günstiger werden!

Lange Genehmigungs-Verfahren hemmen laut gemeinnützigen Bauvereinigungen leistbaren Wohnraum.

Leistbarer Wohnraum wird hier in Graz - immerhin eine der am schnellsten wachsenden Städte Österreichs - immer mehr zu einem knappen Gut. "Die Wohnbauförderung muss zweckgewidmet den!", forderte Arbeiterkam-mer Stelermark Expertin Susanne Bauer deshalb in der letzten WOCHE-Ausgabe, um so dafür zu sorgen, dass in Zukunft wieder mehr Geld in bezahlbaren Wohnraum in Form von Gemeinde- und Genossenschaftswohnungen fließt.

Dass dafür in Graz auch tatsächlich dringender Bedarf besteht, zeigen einerseits (wie in der Vorwoche berichtet) rund 2.000 Menschen, die auf eine der 11.500 Ge-meindewohnungen in der Stadt (4.500 im Besitz der Stadt, der Rest sogenannte "Übertragungsbauten" im Besitz einer gemeinnützigen Bauvereinigung, mit dem "einweisungsrecht" bei der Stadt Graz) warten. Gleich-zeitig zeigen auch die Reaktionen auf unseren Artikel,

dass das Thema bewegt: "Das Wohnen in Graz muss wieder günstiger werden!", lautet der Tenor auf den letztwöchigen Vorstoß zum Thema.

#### **Hohe Mieten**

Warum das so ist, wird schnell klar, wenn man sich folgende Zahlen ansieht: Kostete der Quadratmeter in einer privaten Mietwohnung in der Steiermark im Jahr 2014 durchschnittlich 5,7 Euro, lagen die Kosten bei Gemeindewohnungen mit 3,90 Euro



und bei Genossenschaftswohnungen mit 4 Euro pro Quadratmeter deutlich darunter. Gleichzeitig machen private Mietwohnungen aber ganze 42 Prozent des Grazer Wohnungsbestandes aus, lediglich 5 Prozent sind Gemeindewohnungen, 11 Prozent des Bestandes sind Genossenschaftswohnungen der Rest setzt sich aus Eigentumswohnungen und Einfamilienhäusern zusammen.

Lange Verfahren Auch bei der Landesgruppe Steiermark des "Österreichischen Verbandes der Gemeinnützigen Bauvereinigungen"



Die Suche nach einer leistbaren Wohnung wird für immer mehr Grazer zu einer immer größeren Herausforderung.

(GBV) ist man daher von der Wichtigkeit des richtigen und zweckgewidmeten Einsatzes der Landeswohnbaumittel überzeugt. Dieser sei mit rund 1.400 jährlich von den GBV errichteten Wohneinheiten in der Steiermark aber durchaus gegeben, heißt es vonseiten des GBV-Obmanns Christian Krainer und seines Obmann-Stellvertreters Wolfram Sacherer.

#### Bestimmungen einhalten

"Leistbarkeit hängt auch von passenden Grundstückskosten ab, ebenso wie von der Möglichkeit jene Bebauungsdichte auszunützen, die eine Gemeinde durch ihren Flächenwidmungsplan aufweist. Dies findet durch Einsprüche von Anrainern zunehmend nicht mehr statt", sieht die

Führung der gemeinnützigen steirischen Wohnungsbauer deshalb auch in anderen Bereichen rund um das leistbare Wohnen Handlungsbedarf. "Durch die relativ schlechter werdende Entscheidungs-freudigkeit der Baubehörden verlängert sich oftmals die Dauer der Verfahren bis zur rechtskräftigen Genehmigung. Hier sind drei bis vier Jahre keine Seltenheit."

Wichtiger als die laut Krainer und Sacherer jetzt schon gegebene zweckmäßige Verwendung der Wohnbauförderungsmittel - sowohl für alte Finanzierungen als auch für neue Projekte - seien deshalb zeitnahe Genehmigungen im Rahmen dessen, was ohnehin bereits gesetzlich bestimmt oder durch Behörden verord-

Falls jemand von Euch Interesse an einem Artikel zu den Themen Armut, Sozialhilfe, Mindestsicherung, Drogen, Gesundheit, Chronik und Sozialarbeit oder Streetwork hat, so können wir ihm/ihr gerne Ausdrucke zur Verfügung stellen. Bitte wende Dich in diesem Fall an Martin bzw. eine/n Streetie.



do it yourself | externer beitrag

# Besucherbeteiligung im do it yourself

Der Verein diy wurde im März 1991 von DrogengebraucherInnen, Angehörigen und HelferInnen im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe gegründet. Damals schon stand die Beteiligung von DrogenkonsumentInnen im Vordergrund, ein wesentliches Merkmal, das den Verein heute, 25 Jahre nach der Gründung, merklich prägt.

So wird die Vereinsleitung in der Generalversammlung von den Vereinsmitgliedern gewählt. Aus dem Kreis der BesucherInnen der Anlauf- und Beratungsstelle können von der Generalversammlung drei Personen als BesuchervertreterInnen gewählt werden, die die Anliegen und Rückmeldungen der BesucherInnen einbringen.

Im Laufe der Jahre entwickelten sich einige Projekte, die durch Betroffene angeregt wurden. So wurden in der zweiten Hälfte der 90er Jahre die ersten Spritzenautomaten in Vorarlberg aufgestellt. Dieses Projekt, samt Verpacken der Spritzen in die sogenannten "Safer Sets", wird seit damals durch Betroffenenbeteiligung im diy durchgeführt. Knapp 20 Jahre später stehen an sieben Standorten flächendeckend für Vorarlberg Spritzenautomaten, die die Versorgung mit sterilem Besteck gewährleisten. Im Jahr 2015 wurden über die Automaten ca. 14.600 Safer Sets abgesetzt. Noch immer werden die Päckchen von Klientlnnen des do it yourself im non-profit Projekt abgepackt.

Im Frühjahr 2012 wurde das Projekt "Selbstverwaltetes Café" umgesetzt. Die Kontakt- und Anlaufstelle

hat seitdem samstags von 10 bis 14 Uhr geöffnet. Die Öffnungszeiten werden von den BesucherverterInnen und Vereinsmitgliedern selbst verwaltet. Neben Kaffee und Erfrischungsgetränken gibt es auch kleine Speisen bzw. Snacks. Niederschwellige Angebote, wie die Nutzung der Nassräume, das Wäsche waschen sowie ein eingeschränkter Spritzentausch können so auch am Wochenende genutzt werden. Dieses Angebot wurde im Jahr 2015 an 51 Öffnungstagen von 534 Personen genutzt.

Im Sommer 2012 startete unser Radio Projekt. Die Sendung "do it on air" ist im Vier-Wochen-Rhythmus im Freien Radio Proton (www.radioproton.at) zu hören. Aktuelle Themen, Substanzwarnungen und Medienberichte werden ebenso besprochen wie Aktuelles rund um den Verein do it yourself. Unter BesucherInnenbeteiligung wird der Inhalt der Sendung sowie die Musikauswahl zusammengestellt, durch die Sendung führen ein Gespann aus BesucherInnen und SozialarbeiterInnen.

Immer wieder werden Projekte und Aktionen von BesucherInnen angeregt und durchgeführt. So wurde von unseren
BesucherInnen anlässlich des internationalen
Gedenktages für verstorbene Drogenabhängige mit
einem Infostand in der Fußgängerzone und mit dem Besuch
von Gräbern im städtischen Friedhof auf das Thema aufmerksam gemacht und im stillen Gedenken an die Verstorbenen erinnert.



Auch die erste Selbsthilfetagung in Vorarlberg, zum Thema "Gemeinsam für eine Verbesserung der Behandlungs- und Betreuungsqualität" am 16.10.2015 wurde unter starker Beteiligung von BesucherInnen des diy vorbereitet und durchgeführt. Die Dimension und Wirkung dieser Veranstaltung stellte eine beträchtliche Herausforderung für alle beteiligten DrogengebraucherInnen dar. In sehr persönlichen Statements wurde über bestehende Probleme und Missstände berichtet, aber auch über positive Beispiele und Erfahrungen diskutiert. Ideen, Verbesserungsvorschläge und Forderungen zur Weiterentwicklung der Behandlungsund Betreuungsqualität, zur Verbesserung der sozialen Absicherung und der rechtlichen Rahmenbedingungen in Vorarlberg und Österreich wurden ebenso eingebracht.

Die Wünsche und Ideen der BesucherInnen für eine gemeinsame, sinnvolle Freizeitgestaltung werden so weit wie möglich umgesetzt und teilweise auch selbständig organisiert und durchgeführt.

Der Verein diy möchte die Möglichkeit nutzen sich an dieser Stelle für die Ideen und das Engagement der BesuchervertreterInnen und vieler TeilnehmerInnen an allen Projekten und Aktivitäten recht herzlich bedanken.

### do it yourself Soziale Unterstützung – Krisenhilfe – Suchtberatung

Kasernplatz 5-7/3b 6700 Bludenz Tel: 05552 67868 Fax: 05552 67868-9 Email: anlaufstelle@doit.at

www.doit.at





katja körndl | kl&stw

## Hans Peter Gersak - Küchenmitarbeiter

Woher kommst du? Aus Graz.

### Wohin gehst du?

Mit meiner Familie in eine hoffnungsvolle und glückliche Zukunft.

# Langschläfer oder Frühaufsteher?

Frühaufsteher – Jetzt sowieso.

### Aus Prinzip bin ich ...

... schüchtern und hilfsbereit.

# Grundsätzlich mag ich ... ... Ehrlichkeit.

Grundsätzlich mag ich überhaupt nicht ...

... Lügner.

### Als Musikstil wäre ich ...

... Rock.

# Als Bürgermeister wäre meine erste Amtshandlung ...

... mich für Familien und sozial schlechter gestellte Menschen einzusetzen.

Einem Außerirdischen würde ich mich mit folgenden Worten vorstellen ...

... Herzlich Willkommen!

### Wenn ich 1€ auf der Straße finden würde, würde ich ihn ...

... meinem Sohn in die Spardose werfen

# Mit 100.000 € würde ich auf keinen Fall ...

... alles auf einmal ausgeben.

# Was ich sonst noch sagen wollte ...

Haltet zusammen und seid ehrlich zueinander.











katja körndl | kl&stw

# **Christoph Becker** – Freiwilliger Mitarbeiter



Woher kommst du?

Aus dem Saarland.

Wohin gehst du? Ich gehe ins Ungewisse.



Das kommt darauf an, wie lange die Nacht war.



... ein Genussmensch.



... gutes Beisammensein, Spontanität und die Natur.

# Grundsätzlich mag ich überhaupt nicht ...

... unnötige Hektik, arrogante Menschen und egoistische Handlungen.

#### Als Musikstil wäre ich ...

... Indie-Rock, Irish-Folk, Ska und Reggae.

# Als Bürgermeister wär meine erste Amtshand-lung ...

... ein Vier-Tage-Wochenende einzuführen.

Einem Außerirdischen würde ich mich mit folgenden Worten vorstellen ...

Gude! Kennst du schon Leberkäse?

### Wenn ich 1€ auf der Stra-Be finden würde, würde ich ihn ...

... am liebsten in Augustiner – Bräu investieren.

# Mit 100.000 € würde ich auf keinen Fall ...

... mir ein Haus bauen.

# Was ich sonst noch sagen wollte ...

... aus dem größten Mist wachsen die schönsten Blumen!













# 

severin zotter | kl&stw

# **Crystal Meth**

Crystal Meth, Meth oder Crystal sind die Szenenamen für Methamphetamin. Der Name stammt daher, dass die Substanz meist in kristalliner Form vorliegt.

Worum handelt es sich hier genau, bzw. auf was lasse ich mich ein, wenn ich "Crystal" konsumiere und worauf sollte ich achten? Einige Fragen, die ich versuchen werde, euch in Kurzform zu beantworten:

## Hintergrund

Nachdem schon seit vielen Jahren Horrorbilder durch das Internet geistern, auf denen der extrem starke und rasche körperliche Abbau bei "Crystal" dargestellt wird, gewinnt die Substanz auch in Österreich langsam an Aufmerksamkeit. Zumindest in Oberösterreich wird in den letzten Jahren ein starker Anstieg des Konsums von Crystal-Meth beobachtet.

In Graz führt die Bezeichnung "Meth" oft zu einer Verwechslung mit "Meph" (Mephedron). Grundsätzlich gehören beide Substanzen in die Gruppe der Amphetamine, Crystal Meth ist jedoch schon wesentlich länger bekannt und hinsichtlich der Wirkungen und Gefahren besser erforscht. Bereits zu Zeiten des 2. Weltkrieges wurde Methamphetamin unter der Marke "Pervitin" von der deutschen Wehrmacht an der Front zum Dämpfen des Angstgefühls und zur Steigerung der Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit bei Soldaten und Piloten eingesetzt. Darüber hinaus wurde es auch gerne im Sport als leistungssteigerndes Dopingmittel genutzt.

## Wirkung und Nebenwirkung

Die Stimulanz Methamphetamin ist eine wesentliche potentere Abwandlung von gewöhnlichem Amphetamin ("Speed"), die stärker und länger wirkt. Der Körper wird unter Dauerstress gesetzt, Müdigkeit, Hungergefühl und Schmerz werden kaum mehr wahrgenommen. Zudem gibt es ein erhöhtes Selbstvertrauen und die Risikobereitschaft ist gesteigert, was zur Überschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit führt. Totale körperliche Zusammenbrüche können die Folge sein. Durch ein gesteigertes und enthemmtes Sexualverhalten kann es im Sexualkontakt zu erhöhtem Risikoverhalten führen. Zu den Langzeitwirkungen gehören u.a. Gewichtsverlust, Hirnschädigungen, Hautprobleme, Zahnprobleme, Magenprobleme, Herzrhythmusstörungen, Störung der Periode, Impotenz, beschleunigter Alterungsprozess, Depressionen, Angstzustände, Verfolgungswahn, Essstörungen und erhöhte Suizidalität.

ACHTUNG: Crystal hat zudem ein extrem hohes Abhängigkeitspotential.

### Safer Use

Grundsätzlich ist zu betonen, dass es bei Crystal keinen risikoarmen Konsum gibt. Wenn du aber nicht ganz auf den Konsum verzichten willst, solltest du folgendes bedenken:

Crystal Meth verursacht weniger Warnzeichen als andere Amphetamine, wie etwa Herzrasen, erreicht aber dennoch sehr schnell eine hohe Konzentration im Körper. Deshalb:

#### **VORSICHTIG DOSIEREN!**

Crystal kann auf unterschiedliche Wege konsumiert werden: Schlucken (Wirkungseintritt nach 30-45min), Sniefen (5-15min), Rauchen (wenige Sekunden) oder intravenös (sofort).

- Im Fall von Crystal Meth ist das Rauchen ("Ice") die schädlichste Form des Konsums, da hier besonders starke Hirnschädigungen eintreten können. Du solltest also nach Möglichkeit eine risikoärmere Konsumform wählen.
- Intravenöser Konsum ist wie bei allen Substanzen ebenfalls mit hohen Risiken verbunden und sollte ebenfalls vermieden werden.
- Beim Sniefen solltest du auf eine gute Nasenpflege (Nasenspülung mit Salzwasser) achten und auch Konsumpausen einlegen um deine Nasenscheidewände zu schonen.
- Die orale Einnahme stellt den risikoärmsten Konsum dar.

### Risiko mindern!

- Konsumiere nur, wenn es dir gut geht.
- Konsumiere nicht alleine!
- Dosiere niedrig, Crystal ist ein hochpotenter Stoff.
   Vermeide jegliches Nachlegen.
- Überleg dir vorher, wie lange du wach sein willst (lange Wirkdauer von Crystal berücksichtigen!).
- Mache regelmäßig längere Konsumpausen (4-6 Wochen), um deine Kraftreserven wieder aufzutanken und um einer Toleranzentwicklung und einer Abhängigkeit vorzubeugen.
- Verzichte auf Mischkonsum!

#### Weitere Informationen findest du unter:

www.crystal-meth.at www.mindzone.info/drogen/crystal/

Quellen: www.crystal-meth.at www.mindzone.info/drogen/crystal/ https://de.wikipedia.org/wiki/Methamphetamin



marcela dvorakova | externe redakteurin

Viele haben vielleicht schon etwas von Peer-Projekten oder dem Begriff peer-to-peer gehört, doch was genau dahinter steckt ist nicht immer ganz klar. In diesem Artikel möchte ich euch ein paar Peer-Projekte vorstellen und erklären, worum es genau geht. Peer-Projekte sind ein gutes Beispiel dafür, wie Menschen einander unterstützen können, anstatt sich dezent zu ignorieren.

Der Begriff "peer" kann zunächst mit "Gleichgestellter, Ebenbürtiger" übersetzt werden. Peer-Projekte vertreten somit die Grundidee, dass Menschen eines gleichen Umfeldes, gleichen Alters oder gleicher Interessen noch unerfahrene Personen unterstützen.

Ein Projekt, das für eine Förderung der aktiven Bürgerschaft plädiert, entstand zwischen Jugendlichen aus Bílina (Tschechien) und Chemnitz (Deutschland). Mittels zwei Wochenend-Workshops wurden die Jugendlichen zusammengeführt. Alle teilnehmenden Jugendlichen hatten Erfahrungen in zivilgesellschaftlicher Projektarbeit in unterschiedlichsten Bereichen (Organisation von Kreativitätsund Musikfestivals, Präventionsarbeit, bis hin zur aktiven Mitgestaltung von Stadtentwicklungsprozessen). Das Ziel dieses Workshops war es, neue Ideen in diesen Bereichen zu entwickeln.

Dabei stand immer die Frage im Mittelpunkt, wie noch mehr Jugendliche zu einer aktiven Bürgerschaft gebracht werden können. Um den Workshop abzurunden, wurden gemeinsame Freizeitaktivitäten wie Stadtbummel, Lagerfeuer, Tanzeinlagen und gemeinsames Kochen unternommen und die interkulturelle Erfahrung intensiviert. Das Ergebnis dieses Workshops war die Vermittlung von alltagstauglichen Arbeitstechniken, die in der zukünftigen Arbeit an Projekten angewendet werden können.1 Dieses kurz umrissene Bei-

spiel zeigt die Arbeitsweise von Peer-Projekten, in denen es um den gemeinsamen Austausch von Gleichgesinnten geht, aber auch um die Verbreitung und Verbesserung der gelebten Erfahrungswerte, um noch mehr Menschen für die Ideen zu begeistern. Kurz gesagt, ein Fördern von Gemeinsamkeiten und ein gegenseitiger Austausch von Erfahrungen um seine Ideen mehr zu konkretisieren.

Die Ansätze und Ausführungen von Peer-Projekten sind breit gefächert. So stammt die ursprüngliche Idee der peergroups aus der Soziologie. Dabei geht es um gleichaltrige Jugendliche, die eine gemeinsame Weltanschauung teilen. Der Fokus in der Soziologie und auch Sozialpsychologie basiert auf dem Grundgedanken, dass Jugendliche ein sehr starkes Interesse an Gruppen von Gleichaltrigen haben. Es kann davon ausgegangen werden, dass der Einfluss von Jugendlichen auf andere Jugendliche stärker ist, als die Beeinflussung durch die Eltern. Die Zugehörigkeit zu einer peergroup kann als Ablösungsprozess vom Elternhaus verstanden werden (Stichwort: Sozialisation).

Meist weisen peergroups eine Subkultur auf, die für die Entwicklung der noch jugendlichen Identität von Bedeutung ist und den späteren Erwachsenen und seine Lebenseinstellung prägt.

Aus dieser Idee heraus entstanden viele Peer-Projekte zum Thema Gewalt- und Suchtprävention für Jugendliche von Jugendlichen, natürlich mit adäquater pädagogischer Unterstützung. Eines der größten Projekte Österreichs, auf das ich gestoßen bin, nennt sich SAS-Projekt (Schüler auf der Suche nach alternativen Lösungsstrategien). Es handelt sich hierbei um ein Schulprojekt zur primären Suchtvorbeugung. Im Rahmen des SAS-2000-Projekts werden Lehrer-Innen von sieben steirischen Schulen zu PeertrainerInnen

<sup>1</sup> Nähere Informationen gibt es auf der Homepage www.fondbudoucnosti.cz

ausgebildet und können anschließend ein Peer-group-education-Projekt selbstständig an ihren Schulen durchführen. Diese Vorgehensweise der peer-education wirkt wie eine Kettenreaktion: Ein/e PädagogIn wird in einer sechsmonatigen Schulungsphase auf die Aufgaben vorbereitet und erhält Unterstützung zu dem jeweiligen Projekt. Danach werden Jugendliche der Schule gewählt, die als Peers tätig sind, um die Inhalte zum Thema Suchtprävention den Anderen authentisch zu vermitteln. Der Einsatz von Jugendlichen für diverse Präventionsmaßnahmen geschieht vor dem Hintergrund, dass Studien belegen, dass Jugendliche Informationen eher von Gleichaltrigen annehmen als von Erwachsenen. Hier zeigt sich deutlich, wie Peer-Projekte arbeiten.

> Es ist ein Versuch mittels "gemeinsamer Sprache" und einer gemeinsamen sozialen Position Inhalte auf einer gemeinsamen Ebene zu vermitteln.

Ein weiteres Projekt, das ich euch vorstellen möchte, nennt sich "queerconnexion" und ist ebenfalls ein Schulprojekt, indem es um das Sprechen über sexuelle Orientierung, Geschlechtsidentität und Geschlechterrollen geht. Im Rahmen dieses Projekts in Wien werden von jungen Lesben, Schwulen, Bisexuellen, Transsexuellen und gueer Personen Workshops durchgeführt deren Ziel es ist, im Dialog mit Betroffenen Vorurteile abzubauen, Meinungen zu diskutieren und Stereotypen zu hinterfragen. Der Initiator ist die Homosexuelle Initiative Wien, der erste Lesben- und Schwulenverband Österreichs.

Ich habe dieses Beispiel herausgepickt, da es die Mannigfaltigkeit von Peer-Projekten zeigt. Peer-Projekte greifen verschiedenste gesellschaftliche Themen auf, versuchen mit Betroffenen, beziehungsweise mit Menschen zusammenzuarbeiten, die sich auskennen und so die Inhalte glaubhaft vermitteln und als ExpertInnen des jeweiligen Feldes fungieren.

Auch die Suchthilfe arbeitet mit diesen Ansätzen und ich würde es lobenswert finden, wenn es mehr Projekte in Österreich gäbe, die auf dem peer-to-peer Ansatz beruhen.

Ihr kennt alle die Gespräche mit ÄrztInnen, PsychiaterInnen, ErgotherapeutInnen etc. Einige bemühen sich wirklich einen zu verstehen und zu helfen, jedoch kann nur Der/Diejenige

einen wirklich verstehen, der/die Ähnliches durchgemacht hat. ÄrztInnen kennen die Fälle aus Büchern und aus der Erfahrung heraus, jedoch wissen sie nicht, wie es ist, sich nach einer Droge zu sehnen und in der Situation zu stecken, dass diese das gesamte Leben bestimmt. Deshalb ist es von Bedeutung, dass solche Projekte ins Leben gerufen werden, um sich gegenseitig zu unterstützen, Hilfesuchende in ihrer Situation "abzuholen" und Perspektiven aufzuzei-

Es gibt die Anonymen Alkoholiker, die ihre Erfahrungen austauschen, es gibt auch einen Verein ehemaliger Heimkinder. Sogar in einem Internet-Forum von suchtmittel.de bin ich auf den Aufruf gestoßen, dass nach einem ehemaligen Drogensüchtigen gesucht wird, da der Freund süchtig ist und die Person nicht mehr weiter weiß, wie sie ihm helfen kann. Vielleicht irre ich mich da, aber ich habe noch von keiner Initiative gehört, die sich mit dem Austausch von Drogenerfahrungen und Sucht bzw. dem Aufhören von Drogenkonsum beschäftigt. Ich kann mir gut vorstellen, dass viele Süchtige manchmal den Wunsch verspüren, mit ehemals Süchtigen zu sprechen, zu fragen, wie sie das geschafft haben, wie sie durch die Phasen gekommen sind und was sie durchhalten ließ. Vor allem bei Therapieeinrichtungen und Entzugsstationen wäre es vorteilhaft die Möglichkeit zu haben mit einem Peer zu sprechen. Und wer weiß, vielleicht würden die Rückfallquoten wenigstens um einige Prozent gesenkt werden.



kathrin köstl | kl&stw

Das Schottische Drogenforum (SDF) arbeitet seit den 1990er Jahren mit Peers zusammen und bietet ihnen an, Einrichtungen und Angebote aktiv mitzugestalten. Betroffene sollen Einfluss auf die Planung, Organisation und Umsetzung von Suchthilfeangeboten nehmen können.

Wesentliches Ziel von Peer Involvement ist es, die Qualität und Effektivität von Leistungen zu verbessern und das kommt schließlich wieder den Nutzerlnnen zugute.

### Die Idee dahinter

Viele DrogenkonsumentInnen wollen mitreden, wenn es um die Gestaltung von Angeboten geht, die an sie gerichtet sind – und das sollen sie auch! Denn sie können den Menschen, die bei der Konzeption von Einrichtungen und Leistungen beteiligt sind, einen Einblick in ihre spezifischen Lebenslagen bieten und dazu beitragen, dass Verantwortliche schon beim Planen von Angeboten besser über die Bedürfnisse und Erwartungen von DrogenkonsumentInnen informiert sind.

Wenn sich DrogenkonsumentInnen in der Suchthilfe involvieren, kann dies auch dazu führen, dass sich die Haltung der Öffentlichkeit ihnen gegenüber ändert. Peers treten als engagierte ExpertInnen und Vertrete-rinnen einer Randgruppe auf und beweisen dabei Anteilnahme, Kreativität und Sozialkompetenz.

In den verschiedenen Peer Projekten, die das SDF durchführt, können Peers ihre vorhandenen Fähigkeiten nutzen und neue Kompetenzen erwerben. Persönliche und berufliche Entwicklung sind wichtige Ziele von Peer Involvement.

### Was tun Peers?

Peers beteiligen sich über das SDF an verschiedenen Aktivitäten und Projekten, darunter

- Training für Freiwillige und für soziale Einrichtungen
- Forschung
- Unterstützung bei der Entwicklung von neuen Angeboten
- Peer-Input für Veranstaltungen und Konferenzen
- Unterstützung bei der Personalbeschaffung, bei Anträgen, Positionspapieren, Strategieplänen etc.

Hauptaugenmerk liegt auf dem Einsatz von Peers in der Forschungstätigkeit. Das SDF erhofft sich durch das Peer Involvemement Modell vor allem eine authentischere Datenerhebung.

DrogenkonsumentInnen sind oft mit sozialen Stigmata konfrontiert und haben in der Regel rechtliche und soziale Sanktionen zu erwarten, wenn sie die ganze Wahrheit über ihren Drogenkonsum preisgeben. Mit den Peers hingegen fällt es ihnen leichter, Offen über ihre Situati-On Zu Sprechen. Peer ForscherInnen einzusetzen macht es daher möglich, authentisches Interviewmaterial zu bekommen. ForscherIn und InterviewpartnerIn können sich miteinander identifizieren. Durch die Offenheit die dadurch entsteht, gelingt es einen echten und möglichst akkuraten Einblick in Themen, die DrogenkonsumentInnen angehen, zu erhalten.

### Wie wird man Peer ForscherIn?

Um ein/e Peer ForscherIn zu werden, muss man aktive/r oder ehemalige/r NutzerIn von Suchthilfeeinrichtungen sein. Man muss nicht unbedingt clean sein, sollte aber in stabilen Lebensverhältnissen stehen und belastbar sein. InteressentInnen durchlaufen zunächst ein Bewerbungsverfahren. Wer dieses positiv beendet, wird in weiterer Folge zum bzw. zur Peer ForscherIn ausgebildet.

Das SDF bietet eine breitgefächerte Schulung für freiwillige Peers. In dieser erwerben sie die notwendigen Fähigkeiten, um die Forschungstätigkeit strukturiert und professionell ausführen zu können und somit den Anforderungen externer AuftraggeberInnen gerecht zu werden.

Die Peer ForscherInnen führen z.B. Bedarfsanalysen und KlientInnenbefragungen durch. Sie verwenden dabei ein breites Spektrum an wissenschaftlichen Methoden wie z.B. qualitative Interviews und Fokusgruppen.

# Sie werden u.a. in folgenden Bereichen geschult:

- Peer-Forschung
- Spritzentausch
- Vermeidung von Überdosen/ Naloxonvergabe
- rechtliche Themen
- Kommunikation
- Präsentationstechniken und Powerpoint
- Hepatitis C
- Infektionen, Anthrax (Milzbrand)
- Forschungsmethoden und -instrumente (Fragebögen, Fokusgruppen, verschiedene Interviewtechniken...)
- Krisenintervention

Durch die Ausbildung und Arbeitserfahrung die Peers beim SDF sammeln, können sie Qualifikationen er-Werben, die ihnen den Einstieg in den ersten Arbeitsmarkt erheblich erleichtern.

Folgende zwei Projekte sind Beispiele für erfolgreich durchgeführtes Peer Involvement:

# Peer-Studie Methadonprogramm

Peer Forscher halfen bei der Erstellung eines strukturierten Fragebogens und interviewten 82 NutzerInnen von Einrichtungen in denen Methadon verschrieben wird, sowie 10 Familienangehörige.

Die Untersuchung zeigte, dass ein Großteil der Menschen mehr als 18 Monate auf eine ärztliche Begutachtung warten musste. In dieser Zeit erhöhte sich bei vielen ihr Drogenkonsum und häufig entstanden auch polytoxikomane Konsummuster.

Die Menschen waren der Ansicht, dass Methadon ihnen helfen könne, mit ihren finanziellen und sozialen Problemen besser umzugehen, ihren körperlichen und psychischen Zustand zu stabilisieren und ihren Drogenkonsum zu reduzieren. Allerdings führten zu lange Wartezeiten dazu, dass sie ihren Konsum erhöhten, kriminelle Handlungen setzten und sich ihre gesundheitliche Situation im Allgemeinen verschlechterte.

Eines der Ergebnisse der Studie war, dass es den Betroffenen helfen könnte, wenn sie über ihren Platz auf der Warteliste informiert würden und Informationen zu anderen Unterstützungsmöglichkeiten erhielten.

Der Forschungsbericht empfiehlt ebenfalls regelmäßige Gesundheitschecks und Unterstützungsangebote für diejenigen, die ins Methadonprogramm aufgenommen wurden. Den Betroffenen könne so geholfen werden, ihren Drogenkonsum zu kontrollieren und in weiterer Folge clean zu werden.

Das Forschungsprojekt trug dazu bei, dass Wartezeiten auf eine Methadonbehandlung reduziert wurden.

## Glasgow Spritzentausch-Studie

Bei diesem Projekt wurden Peer ForscherInnen im Rahmen einer KlientInnenzufriedenheitsstudie als Mystery Shopper beim Spritzentausch und -kauf eingesetzt. Mystery Shopper sind Personen, die im Auftrag eines Unternehmens Testkäufe durchführen. Ein Mystery Shopper schlüpft in die Rolle einer/ eines Kundin/ Kunden und untersucht inkognito die Qualität von Serviceleistungen. Die Peers in Schottland, die als Mystery Shopper eingesetzt wurden, führten 18 Testkäufe und Tauschvorgänge in Apotheken und Einrichtungen mit Spritzentausch durch. Außerdem interviewten sie 60 NutzerInnen dieser Einrichtungen.

Die Ergebnisse der Untersuchung halfen, die bestehenden Dienstleistungen zu verbessern. In einigen Einrichtungen, wo dies zuvor nicht der Fall war, wurde aufgrund der Studie z.B. Wasser für den i.v. Konsum bereitgestellt.

# Beteiligung im Kontaktladen

Auch im Kontaktladen ist die Beteiligung von Peers herzlich willkommen. Ihr könnt uns jederzeit Feedback geben und Wünsche bzw. Anregungen äußern. Falls ihr das anonym tun wollt, steht euch hierfür ein Briefkasten an der Infotheke zur Verfügung. Auch Wünsche die unser Sortiment im Tauschkammerl betreffen, werden gerne entgegengenommen und unser Koch ist bemüht, kulinarische Anregungen eurerseits in den Menüplan einfließen zu lassen.

Da uns eure Meinung am Herzen liegt, haben wir 2015 eine KlientInnenzufriedenheitsbefragung durchgeführt. Insgesamt 115 KontaktladenbesucherInnen haben uns im Rahmen dieser Befragung Rückmeldungen zu unseren Angeboten gegeben und leisten dadurch einen wesentlichen Beitrag zur Verbesserung unserer Leistungen.

Wir freuen uns auch immer über Peer-Beteiligung bei der Erstellung des Harlekin. Artikel, Gedichte, Fotos und Bilder von euch werden gerne gedruckt! Wendet euch diesbezüglich einfach an das Redaktionsteam!

Quelle: http://www.sdf.org.uk/



### Knast als Lebensretter!

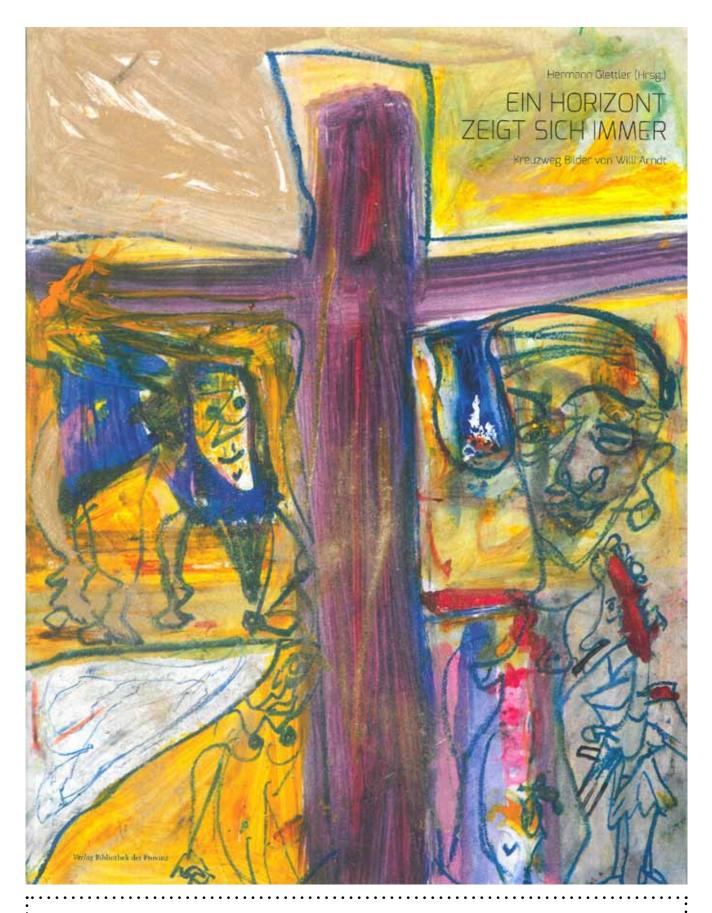
Alle finden den Knast Scheiße, aber wenn man die andere Seite sieht denke ich: "Der Häfn hat mein Leben gerettet!" Denn kurz vor der Haft gab es nur mehr den Weg zur Apotheke und heim! Was dann cirka 99% zuhause machen wissen wir ALLE! Aber danach ging's erst los in die City und egal was: kaufen, tauschen und am WC missbrauchen! Es wird alles konsumiert was ZUMACHT! Aber im Knast beginnt man wieder etwas klarer zu denken und zu essen, da man nicht VOLLGEDRÖHNT ist! Bsp.: Mit 45-50 kg rein und 75-80 kg wieder raus! Mir hat diese Haft das Leben gerettet, da bin ich sicher, zu 100%! Denkt mal darüber nach! Wäre schade das Leben einfach aufzugeben! Denkt an EURE FAMILIE! Und aufgeben tut man Pakete und Briefe bei der Post! Und NICHT die Liebe oder das Leben! Denkt BITTE drüber nach!

GM

Aus dem Postkasten:

Die Spieler beim Drehfußballtisch würden sich echt freuen, wenn wir einen Neuen Drehfußballtisch bekommen würden. Weil die Platte im Tisch schon sehr schief geworden ist mit der Zeit und ein präzises Spiel und eine Ballkontrolle mittlerweile echt schwierig geworden ist!!! Unterschriften der Spieler: Manuel, Patrick, Michael, Daniel, René, Markus, Marko, Anonym.

Mochart Jürgen



"Ein Horizont zeigt sich immer!" ist ein Bildband mit 14 Kreuweg-Gemälden des langjährigen Kontaktladenbesuchers Willi Arndt und Texten von Mathias Grilj.

Ein Exemplar kostet € 20 und kann im Kontaktladen und beim Künstler selbst erworben werden (Kontakt Willi 0681/ 20899103).





von Jana Leitner

# Im Garden des Zeilpeistes « (Der Irrgarden der Stille)

on den Gestaden meiner Scelenufein
brandet die Wope 20 manche pen Felsen
Ihre Inhalte sind die Vielfalt meines Lebens
und 20 manche werden genoßen
— bis 2m bittersten Veipe—

manchesmal Arapan Sie mich: pefallet es Din so Eldes of Auren: ist die Einzige Antwort-STKLEintend knalle ich sie auf verschiedene Haleinalier LiAlersuß, so manche Wope-

Jan de Zailen: Ihr Faibenspiel

At mil Kinderaypen, bin ich den Zauber erlegen!

und so mandes "Qi olieser Hapre: fiehet mich auf

und so mandes "Qi olieser Hapre: fiehet mich auf

- entsprechend; ist dann: mein ZORN
- entsprechend; ist dann: mein ZORN
- entsprechend; ist dann: mein ZORN
so manche "HASKE" fallt und pranperale Billerkeit

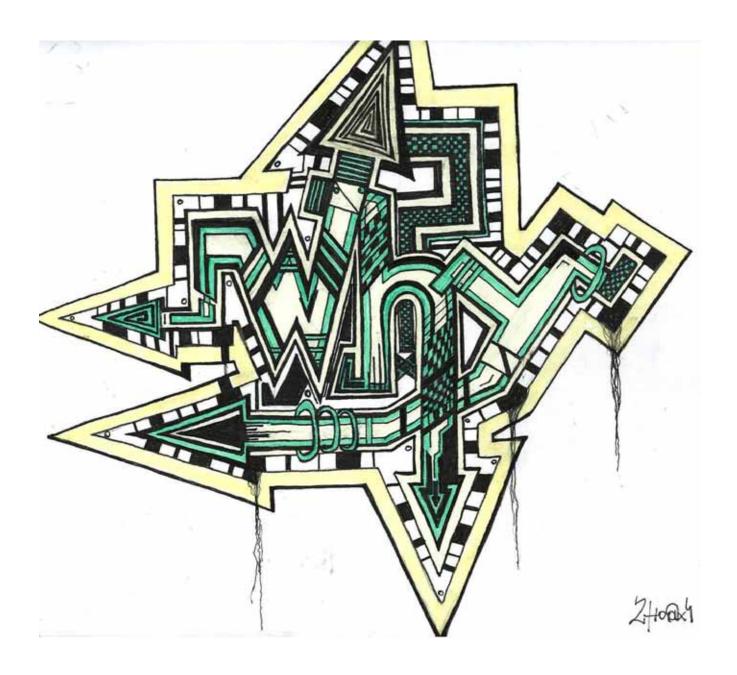
so manche der STILLE
- der STILLE-

und in diesen Traverspiel, die Gezeiden des LEBENS

- Anos Aend spendel: ein bunder SCHHETTERLING
- Anos Aend spendel: ein bunder SCHHETTERLING
300 manche, soinen FLÜGELSTAUB.

8.4.01. 14.01. 3 B.D. Graz 1 Horsy 9

Titel: WHY



anonymer Beitrag



johannes lorber | kl&stw

Viele der LeserInnen dieses HARLEKINs beziehen Rehabilitationsgeld, AMS-Geld oder Mindestsicherung, einige sind in Invaliditätspension. Dieses Leben am ökonomischen Abstellgleis ist sicher nicht immer lustig und befriedigend und gerade wenn man zu viel alleine daheim sitzt, fällt einem leicht die Decke auf den Kopf.

Aber sehen wir es einmal bewusst umgekehrt: Fast jede/ jeder Berufstätige würde sich mehr Freizeit wünschen und viele der KontaktladenbesucherInnen haben genau das zur Genüge: Freizeit, also frei verfügbare Zeit, um genau das zu tun, worauf man gerade Lust hat!

# Hier also wieder einmal einige Vorschläge:

Wer sich bräunen lassen, mit Schwimmen etwas für seine Kondition und Figur tun und Leute treffen will, ist in einem der sechs Grazer Freibäder an der richtigen Adresse.

Die Saison von Augartenbad, Bad zur Sonne (Freibad, Hallenbad und Sauna!), Bad Eggenberg - Die AUSTER, Margarethenbad, Bad Straßgang (das einzige städtische Grazer Naturbad) und Stukitzbad hat Anfang Mai begonnen.

In allen Bädern gilt für Sozialcard BesitzerInnen eine Ermäßigung, allerdings nur in Höhe von € 1 pro Tageseintritt. Wie man zur Sozialcard kommt bzw. ob überhaupt ein Anspruch auf die Sozialcard besteht, erfragt ihr am besten bei uns StreetworkerInnen!

Wer es an einem heißen Sommertag nicht ins Schwimmbad schafft kühlt sich am besten mit einem Eis ab.

Meine persönliche Empfehlung ist der eis-greissler in der Sporgasse 10. Zucker ist wahrscheinlich auch in diesem Eis zuviel enthalten, aber es werden von Bio-Milch über heimische Früchte und Nüsse nur hochwertige Zutaten verwendet und es gibt sogar veganes Eis zur Auswahl.

# Der Sommer ist immer auch die Zeit für Festivals und Veranstaltungen:

Vom 24. - 26. Juni 2016 gibt es beim 13. CHIALA Afrika Festival die Gelegenheit, afrikanische Kunst und Kultur mitten in Graz zu erleben. An drei Tagen präsentiert der Verein Chiala im Augarten Musik, Workshops, Tanz und Shows von nationalen und internationalen KünstlerInnen - bei freiem Eintritt und Open-Air.

Und vom 29. Juli bis 6. August 2016 findet La Strada Graz statt, ein Straßenfest, mit Zirkus, Theater, Musik, Tanz und Akrobatik. Teilweise bei freiem Eintritt, aber Achtung, teilweise auch kostenpflichtig.

Über die Freiluftkino-Saison gab es zum Zeitpunkt des Harlekin-Redaktionsschlusses noch keine Informationen im Internet. Das Programm wird aber sobald es vorliegt im Kontaktladen ausgehängt!

# Auch Freizeitaktionen stehen wieder am Programm:

Das traditionsreiche Bogenschießen findet im Juni statt, aller Voraussicht nach wieder am Trattnerhof in Semriach.

Im Juli planen wir einen Badeausflug in der näheren Umgebung von Graz, eventuell zum Stubenbergsee oder zur Steinernen Wehr.

Im August wird eine Wanderung auf den Schöckl unternommen, mit der Möglichkeit am Gipfelplateau Disc Golf zu spielen, was laut Homepage der Holding Graz anscheinend eine Mischung aus Golf und Frisbee sein soll.

Wir wünschen euch hiermit einen schönen Sommerbeginn und viel Spaß bei eurer Freizeitgestaltung!



martin ladenhauf | kl&stw

### **CD Reviews**



Anthrax, "For all kings": Neues Album der alten Trasher aus New York - und sie lassen es ordentlich krachen. "So klingt es, wenn eine Band ihre Inspiration wiederfindet." (Metal Hammer online, 23.04.2016)



**Buddy Guy, "Born to play guitar":** Neues vom 79-jährigen Bluesman. Trotz seines Alters ist er *"immer* 

noch großartig in Form, spielt inspiriert Gitarre, singt erstaunlich frisch mit seinem unverkennbaren Timbre – und inmitten einer unübersehbaren Flut von knackig agierenden Bluesrockern macht er deutlich, dass der traditionelle Chicago-Blues immer noch höchst lebendig ist und seine Daseinsberechtigung hat." (Blues-news online, 24.04.2016)



**Iggy Pop, "Post Pop Depression":** Der gute alte Punkhaudegen Iggy veröffentlicht ein neues Album. Starke Songs eines alten Punk! "Er könne sich vorstellen, das mit dem Punkrock nach diesem Album sein zu lassen. Sagt Iggy Pop. Das wäre schade, denn so gut hat er lange nicht geklungen." (Standard online, 15.03.2016)

### RIP



### Lemmy Kilminster (24.12.1945-28.12.2015):

Der als Ian Fraser in England geborene "Lemmy" starb im Dezember 2015 an Krebs. Lemmy, der durchaus als Legende der Rockmusik bezeichnet werden kann, begann seine Karriere als Bassist der Gruppe Hawkwind, ehe er die legendären (und lauten) Motörhead gründete. Gesamt 21 Studioalben brachten Motörhead heraus, daneben zahlreiche Livealben. Lemmy, der immer dem Prinzip Sex, Drugs & Rock'n Roll treu blieb, war eine schillernde, aber auch sehr menschliche und bescheidene Lichtgestalt im Rockgeschäft. RIP Lemmy!

#### David Bowie (08.01.1947-10.01.2016):

David Robert Jones, alias David Bowie, war Schauspieler, Musiker und Maler. Mit David Bowie verliert die Musikwelt einen ganz Großen ihrer Zunft. 140 Millionen verkaufte Alben sprechen für sich. Bowie, der zu Lebzeiten oft als Rockchamäleon bezeichnet wurde (ob seiner diversen Musikstile und äußeren Erscheinungsbilder) war in Wirklichkeit aber alles andere als ein Chamäleon (welches ja die Gabe hat, sich an die jeweilige Umgebung anzupassen) - Bowie war immer ein Unangepasster - und das war gut so. RIP David!



#### Prince (07.06.1958-21.04.2016):

Prince Roger Nelson, war ein erfolgreicher amerikanischer Musiker. Den Durchbruch schaffte der Multiinstrumentalist 1984 mit dem Album "Purple Rain" und der gleichnamigen Single. JedeR kennt dieses Lied - ein Meilenstein der Popgeschichte. Mit Prince, der in vielen musikalischen Stilen beheimatet war, verliert die Popwelt schon wieder einen ihrer Großen. RIP Prince!



nina | besucherin

# Nina's Lieblingsrezept: Faschierter Krautstrudel mit Sauerrahmdip

## Zubereitung:

Krautstrudel: Zwiebel in Würfel schneiden und goldbraun rösten, danach Faschiertes gut durchbraten, mit Knoblauch, Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und mit Sojasoße ablöschen. Geschnittenes Kraut scharf anbraten und mit wenig Sojasoße ablöschen. Alles vermischen und etwas auskühlen lassen. Das Ei verquirlen. Inzwischen den Blätterteig ausrollen und an den Seiten mit Ei bestreichen. Das Rohr auf 180° vorheizen (Ober-Unter Hitze). Masse auf das untere Drittel des Blätterteigs geben und den Strudel einrollen. Strudel mit Ei bestreichen und im vorgeheizten Rohr bei 180° zirka 35-45 Min. backen bis er goldbraun ist.

Dip: Alle Zutaten vermischen und abschmecken.

## Zutaten:

#### Krautstrudel:

150 Gramm gemischtes Faschiertes 250 Gramm Weißkraut geschnitten 1 große Zwiebel 2 Zehen Knoblauch 1 Stück Blätterteig 1 Ei Sojasoße, Salz, Pfeffer, Kümmel

#### Dip:

½ Becher Sauerrahm ½ Becher Joghurt Weiß ½ Bund Schnittlauch etwas Dill Salz, Pfeffer, Zitronensaft



Stern- bild	nung der Existenz Gottes	Häftling	tischer Erdgott		in d. Na- he von	Gemüse	solo- gesang	päer im Bal- tikum		Liebelei	sisch: Osten	mels- richtung		Motor- schiff	Gott		Himmels- richtung (kurz)	Serien- Pferd: Mister	zung für Akkusa- tiv		bezug		Kritik
			M		Nieder- gang, Sturz	Y				Messer, Gabel, Löffel	Y	M			M			M			Zeichen für Ber- kelium		
un- mäßiges Drängen zur Eile										Initialen Einsteins			engl.: Gesetz	-			Promo- vierter						
Abk.: Handels- register- blatt				Schwei- ne- bauch- fett	Salze der Sal- peter- säure	•																	
Pflan- zenfaser			Teil des Insek- ten- auges	Y						n a c h g e d a c h t													
-					Mineral, Speck- stein		ableh- nende Antwort		Abk.: und an- dere(s) mehr	denksport der ausgabe													
-								Lanzen- reiter	M		a	<i>-</i> 1111		βO			9 1	a c	a	gu			
Volk des Theo- derich			Kennzei- chen/Mz.					Abkür- zung für afrika- nisch				Flächen- maß von 10x10 Metern	zu kei- ner Zeit		Fluss in Peru		arab. Artikel	Abk.: z. Hälfte	M	Götter- trank in der Edda	M		
																	_						

melissa schmitzberger | kl&stw

## KONTAKTLADEN SUCHRÄTSEL

Finde die 8 Wörter, die in Bezug zum Kontaktladen stehen.

G	Н	K	I	5	5	G	Т	5	Ν	U	W	G	L	L
D	G	J	С	٧	W	Р	Е	M	W	Z	Т	С	K	G
Ε	J	G	5	L	5	Α	F	Е	R	U	5	Е	٧	С
У	D	N	Р	Z	В	E	R	Α	Т	U	N	G	С	0
×	Е	F	R	J	N	K	0	F	I	Z	K	Р	В	F
М	0	Т	I	Х	K	5	D	Н	K	Q	F	U	K	м
G	R	U	Т	В	Q	L	С	Н	z	R	R	I	N	Е
L	Р	Т	Z	Т	У	J	Е	Т	Q	У	Α	L	W	κ
J	Н	Α	E	Q	5	Р	F	R	М	Н	U	N	Р	V
U	Е	5	Т	R	Ε	Е	Т	I	Е	5	Е	L	Т	С
w	U	G	D	0	У	J	У	J	L	M	N	Х	5	Р
Ε	М	Z	J	F	I	F	У	G	J	Z	С	W	V	U
Н	M	Х	K	0	N	5	U	W	С	D	Α	W	5	Ν
G	С	Α	W	5	W	٧	Т	U	W	N	F	Т	Q	Α
К	R	M	G	R	5	0	Е	K	Х	M	É	Р	F	D

### Diese Wörter sind versteckt:

- 1 Frauencafé
- 2 Streeties
- 3 Beratung

- 4 SaferUse
- 5 Orpheum
- 6 Spritze

- 7 Konsum
- 8 KISS



### ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag Streetwork

Journaldienst 08:30-11:45

Café-Öffnungszeit 12:00-15:00 Medizinische Versorgung 12:00-15:00 (Testung)\*

Rechtsberatung 12:30-15:00

Dienstag Journaldienst 08:30-11:45

Café-Öffnungszeit 12:00-15:00 Medizinische Versorgung 12:15-14:15 (Testung)\*

Mittwoch Frauencafé 15:00-17:00

Beratungsdienst 17:00-19:00

Streetwork

Donnerstag Journaldienst 08:30-11:45

Café-Öffnungszeit 12:00-15:00 Rechtsberatung 12:30-15:00

Streetwork

Freitag Journaldienst 08:30-09:45

Café-Öffnungszeit 10:00-13:00 Medizinische Versorgung 10:00-12:00 (Testung)\*

Streetwork

#### **GESCHLOSSEN AM:**

Dienstag, 28. Juni Klausur des Kontaktladens Mittwoch, 29. Juni Klausur des Kontaktladens

Freitag, 15. Juli Betriebsausflug Montag, 15. August Maria Himmelfahrt

#### **HEPATITIS BERATUNG:**

Sprechstunden mit Dr. Bauer

Donnerstag, 23.06. von 15.00-16.00

Weitere Termine werden im Kontaktladen ausgehängt.

#### FREIZEITAKTIONEN:

Dienstag, 7. Juni: Bogenschießen
Juli: Badeausflug/ Grillen
August: Wanderung am Schöckl

<sup>\*</sup> Testung meint: kostenloser Hepatitis und HIV-Test ist möglich