

JUGEND

THEMA

DAS MAGAZIN ZUR
JUGEND:KARTE
NIEDERÖSTERREICH



Ausgabe 02/21

Hyggelig

ESK Freiwilligeneinsatz
im nördlichsten Europa

Das war der

Jugend- Redewettbewerb 2021

Spannende Reden über
bewegende Themen

Event & Music News



■ Inhaltsverzeichnis

- 3 ESK Freiwilligeneinsatz in Norwegen
- 5 Eure Projekte
- 6-7 Jugendredewettbewerb 2021
- 9 Handwerk und Nachhaltigkeit
- 10-11 Energydrinks
- 12-13 Freiwilliges Soziales Jahr
- 14-15 Eventkalender & Music News
- 17 Interview Fahrschule
- 19 My ESC volunteer year in Austria
- 20-21 Neu im Kino
- 23 Buchtipps



Titelfoto:
Youth Reporter
Nico Lang,
Jugendredewett-
bewerb 2021

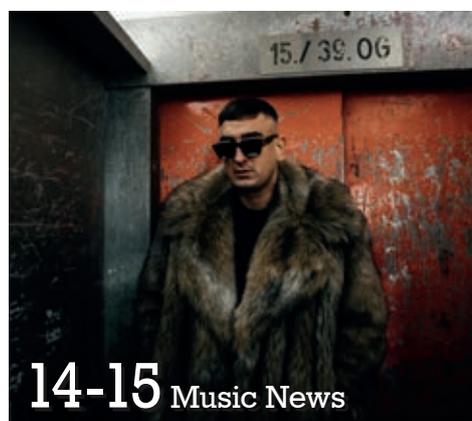


Foto: © ONDRO



Foto: © 2021 Paramount Pictures



Hallo Jugendkartenbesitzer:innen!

Endlich ist der Sommer da! Die beste Zeit zum Relaxen, in der Sonne liegen und sich über alles mögliche zu informieren.

Zum Beispiel über Auslandsaufenthalte! Damit du Infos aus erster Hand bekommst, berichtet unsere ESK-Freiwillige Eliza aus der Ukraine über ihre Erfahrungen, die sie hier bei uns sammeln konnte. Oder willst du einen kleinen Rückblick darüber, was im letzten Halbjahr passiert ist? Dann lass dich von den Reden des Bundesjugendredewettbewerbs hinreißen. Trotz außergewöhnlicher Situationen blieben die Jugendlichen super gelassen und meisterten alle Hürden.

Na, bist du schon neugierig? Dann lass dich nicht weiter aufhalten!

Viel Spaß beim Schmökern.

Michaela Berthold, Redaktion
michaela.berthold@jugendinfo-noe.at

Impressum

Magazin zur Jugendkarte NÖ

Medieninhaber und Herausgeber:

Jugend:info NÖ

3100 St. Pölten, Kremsergasse 2

Tel.: 02742/245 65

www.jugendinfo-noe.at

Redaktion: Jugend:info NÖ

3100 St. Pölten, Tel.: 02742/245 65

Druck: Gugler GmbH

Auf der Schön 2, 3390 Melk/Donau

Grafik, Satz, Layout: „Die Layouter“

Exenberger & CO KG

3100 St. Pölten, Florianiweg 9/12

office@dielayout.at, www.dielayout.at

Inserate: Marketingservice

Thomas Mikscha GmbH

3100 St. Pölten, Messestraße 6

Tel.: 02742/768 96, Fax: DW 20

office@mstm.at, www.mstm.at

Text:
Christiane Aschauer, MSc
Internationales, Europäisches
Solidaritätskorps (ESK) und Erasmus+
christiane.aschauer@jugendinfo-noe.at



Unterwegs im nördlichsten
Norden Europas!

„Hyggelig“

Verena engagiert sich seit letztem
September als Europäische Freiwillige in der
Gemeinde Stokmarknes in Norwegen...

68° Nord – Das ist der exakte Breitengrad, auf dem sich der Standort meines ESK-Projektes befindet, zwanzig Grade höher als Wien. Fast 300 Kilometer nördlich des Polarkreises, auf einer kleinen Insel in der Mitte der beiden Archipel Vesterålen und Lofoten in Nordnorwegen. Viele wird es jetzt wahrscheinlich schon beim Gedanken an die Temperaturen schütteln, aber: So kalt ist es gar nicht! Im Gegenteil, oft habe ich mir schon gedacht, dass mir die Winter in Österreich einem kältemäßig bei Weitem eisiger vorkommen, als sie es hier sind. Nichtsdestotrotz gibt es so weit oben nur zwei Jahreszeiten – einen sehr kurzen Sommer und den langen, dunklen Winter.

Gerade vor der Polarnacht hatte ich auch ziemlichen Respekt, da man ja immer wieder von den hohen Depressionsraten in Norwegen und Finnland hört, aber: ich mochte sie! Die meisten Einwohner:innen haben, anders als z. B. in Österreich, ein positives Mindset dem Winter gegenüber. Anstatt sich beispielsweise wie daheim immer nur darüber aufzuregen, dass es so früh dunkel wird, sehen die Nordnorweger:innen in den Wintermonaten eine „hyggelige“ (=„kuschelige“) Zeit, in der man sich auf Hobbies wie Musik oder Wollpullover stricken fokussieren kann. Und als selbst sehr kreativer Mensch ging es mir ähnlich – Ich mochte die immerwährende Dämmerstimmung, da sie einem wirklich irgendwie sehr viel Inspiration und Zeit für eigene Projekte schenkt.

Als ich Ende September ankam, hatte

ich keine Ahnung, was meine Aufgaben werden sollten. Mein Hostprojekt handhabte das sehr locker mit Hinsicht auf die persönlichen Stärken und Fähigkeiten von jedem und jeder der Freiwilligen, und so wurde mein Aufgabenbereich die grafische und kreative Unterstützung der Kommune, was für ein ESK-Projekt wahrscheinlich doch eher ungewöhnlich ist (mir aber sehr gefällt)! Ich habe beispielsweise den jährlichen Fotoband der Projektgemeinde gestaltet und wirke momentan bei der Konzipierung eines Ortswanderwegs mit, indem ich das Design bzw. die Illustration der dazugehörigen Schilder übernehme. Die beiden anderen Volunteers sind eher im IT-Bereich zuhause und arbeiten u. a. an einer Wanderweg-App. Da eigentlich vorgesehen war, dass die Zeit, in der wir an unseren Projekten arbeiten, zur Hälfte „theoretisch“ und zur Hälfte „praktisch“ sein sollte, hätte ich auch noch im örtlichen Kindergarten aushelfen sollen – Dieser Part ist dann allerdings leider weggefallen. Mit der Sprache komme ich

sehr gut zurecht – nicht zuletzt allerdings dadurch, dass ich bereits Deutsch und Schwedisch spreche und beide sehr nah mit dem Norwegischen verwandt sind. Ob ich dort sprachlich viel gelernt habe, weiß ich nicht, aber definitiv viel über andere Menschen. In den Klassen finden sich Immigrant:innen, die aus allen Ecken der Welt – Eritreä, Ukraine, Venezuela – nach Norwegen gekommen sind (oder sogar flüchten mussten), und ich hatte noch nie davor die Möglichkeit, so viele diverse Schicksale und Meinungen kennenzulernen. Gerade auch deshalb, weil man im Heimatland diesen Kontext vielleicht nie auf Augenhöhe hat – In einem fremden Land genauso „Ausländer:in“ zu sein.

Norwegen selbst ist natürlich für all jene, die Natur und schöne Landschaft gern haben, das Paradies auf Erden. Da ist es während Corona natürlich angenehm, die kleinen Fischer:innendörfchen ganz für sich allein zu haben und bei einem Nachmittagsausflug nach Lust und Laune ganz entspannt herumzuschlendern. Ich liebe die Berge, die irgendwie immer irgendwo um einen herum zu sein scheinen, und das stürmische Meer.

Wandern sollte man auf jeden Fall mögen – es ist das absolute Lieblingshobby der Norweger:innen.



Da ich im Herbst 2020 angekommen bin, hat die Corona-Pandemie natürlich auch einige Bereiche meiner ESK-Experience beeinflusst. Trotzdem war es eine tolle Erfahrung. Ich kann Norwegen als Projektland nur empfehlen.

Bist auch du neugierig und
möchtest mehr über den ESK
Freiwilligeneinsatz wissen?

Informiere dich bei Babsi – deiner regionalen
Ansprechpartnerin in der Jugend:info NÖ:
barbara.pehofer@jugendinfo-noe.at
oder rufe uns an ...



Die **VOR Jugendtickets** für Wien, Niederösterreich und Burgenland

Einfach besser unterwegs: Die Jugendtickets und Top-Jugendtickets bieten günstige, sichere und umweltfreundliche Mobilität für Schüler:innen und Lehrlinge bis 24 Jahre!

Gerade für junge Menschen in Ausbildung ist das Top-Jugendticket die einfachste und günstigste Art, unterwegs zu sein. Damit stehen Schüler:innen und Lehrlingen Bus und Bahn nicht nur für den Weg zur Schule oder Lehrstelle zur Verfügung, sondern auch für viele Aktivitäten in der Freizeit.

Überall gültig

Mit dem Top-Jugendticket um € 79 können alle Öffis in Wien, Niederösterreich und Burgenland genutzt werden.

Dazu gehören neben der ÖBB und den Wiener Linien auch die meisten Bus- und Bahn-Unternehmen sowie Stadtverkehre. Es gibt nur wenige Ausnahmen, wie etwa touristische Angebote oder die private WESTbahn, welche nicht mit den Jugendtickets abgedeckt werden. Damit steht ein riesiges Verkehrsnetz an allen Tagen des Jahres – auch in den Ferien – zur Verfügung. Das Jugendticket um € 19,60 hingegen gilt für Fahrten mit den benötigten Öffis zwischen Hauptwohnsitz und Schule bzw. Lehrstelle.

Die Jugendtickets kann man ab August 2021 in **Postfilialen** und bei **teilnehmenden Post Partnern** in Niederösterreich und dem Burgenland, bei Vorverkaufsstellen und Ticket-Automaten der Wiener Linien sowie im **VOR Service-Center** am Wiener Westbahnhof kaufen. Unter **shop.vor.at** sowie in der **VOR AnachB App** stehen die Tickets ab Juli 2021 zur Verfügung.

Die Jugendtickets für das Schuljahr 2021/2022 sind vom 1.9.2021 bis zum 15.9.2022, in Kombination mit einem Schüler:innen-, Berufsschul- oder Lehrlingsausweis, gültig. Weitere Informationen zu den Jugendtickets erhältst du auf **www.vor.at** sowie bei der VOR-Hotline unter 0800 22 23 24.

Nur € 79 für
Wien, NÖ & BGLD

Top-Jugendticket

Für wen?

Für SchülerInnen und Lehrlinge bis 24 Jahre

Wo und wann gilt das Ticket?

Auf allen Öffis in Wien, NÖ und BGLD vom 1. Sept. bis zum 15. Sept. des Folgejahres

Wo bekomme ich das Ticket?

In Postfilialen, bei teilnehmenden Post Partnern, auf **shop.vor.at** sowie in der **VOR AnachB App**.



www.vor.at



Text:
Mag. Nadine Hasenzagl, BA
nadine.hasenzagl@jugendinfo-noe.at



Foto: © Asaf Ron Unsplash

EURE PROJEKTE!

Gerade im Sommer gibt's endlich mal wieder Zeit, um den eigenen Gedanken nachzuhängen und Ideen auszuhecken. Die Kreativität hat jetzt keine Grenzen mehr und dir ist gerade ein tolles Projekt eingefallen? Dann ist jetzt der richtige Moment für die Initiative „**Eure Projekte**“. Diese Initiative des Bundeskanzleramts – Sektion Familie und Jugend in Kooperation mit den Österreichischen Jugendinfos bietet die einmalige Chance erste Schritte in Richtung Projektmanagement zu unternehmen.

Von der Planung bis hin zum Projektabschlussbericht haben junge Menschen im Alter von 14-24 die Möglichkeit, ihre Ideen in die Realität umzusetzen.

Wie läuft das jetzt genau ab?

- Klick auf www.eureprojekte.at – hier findest du alle Kriterien und Informationen, wie du dein Projekt fördern lassen kannst.
- Wenn du überzeugt bist, beschreibst du deine Idee in kurzen Worten und meldest dich als Interessent:in auf der Website an.
- Danach machst du dir ein Beratungsgespräch mit deiner Jugend:info NÖ aus.
- Das Gespräch ist die Voraussetzung dafür, einen Projektantrag einreichen zu können. Dabei erhältst du wichtige Tipps und Tricks für die erfolgreiche Projekt-

umsetzung und erfährst, wie es weitergeht.

- Projektantrag rechtzeitig vor der Jurysitzung über deinen Account hochladen.
- **DAUMEN DRÜCKEN** und auf einen Anruf von den Kolleg:innen von **EURE PROJEKTE** mit einer Projektzusage warten.
- Projekt durchführen und viele tolle Erfahrungen und Erinnerungen sammeln.
- Über das Projekt berichten und mit einem Projektabschlussbericht den gesamten Projektkreislauf erfolgreich umsetzen!

Wir sind für alle Fragen da und unterstützen dich!
Wir freuen uns auf spannende Ideen, tolle Projekte und aufregende Berichte,
dein Team der Jugend:info NÖ

Endlich wieder Redezeit beim REDEWETTBEWERB



von Youth Reporter Nico Lang

Von einer Entschuldigung an Brokkoli bis zu Reden über Abschiebungen, Kriege, die Nachteile von Social Media, Corona, Umwelt und Schule. Beim 68. Bundesjugendredewettbewerb im Landhaus St. Pölten waren so gut wie alle Themen dabei, die Jugendliche heutzutage beschäftigen.

Am 31. Mai und 1. Juni 2021 fand der 68. Bundesjugendredewettbewerb im Landhaus St. Pölten statt. Nach dem letztjährigen Ausfall des Wettbewerbes gibt es heuer endlich wieder eine Möglichkeit für Jugendliche, ihre Mei-

nungen kundzutun. Die große Herausforderung dieses Jahr: die Umsetzung. Durch die andauernde Pandemie konnte der Redewettbewerb nicht wie gewohnt mit Publikum und Live-Auftritten ablaufen, sondern in einer Online-Lösung.

Ein kleines „Coming Home“ meinerseits

2016 war das Jahr, als ich selbst beim Redewettbewerb auf der Bühne stand, was auch ein bisschen der Startschuss meine „Karriere“ war. Und ja, es ist ein großer Unterschied, ob man vor Publikum auftreten kann oder, wie dieses Jahr, mit einer Kamera reden muss. Daher an dieser Stelle auch einen großen Respekt an alle Teilnehmer:innen, die die ungewöhnliche Situation gemeistert und grandiose Reden abgeliefert haben.

Eine Sache, die ich auch schmerzlich vermisst habe, waren die gemeinsamen Ausflüge, die unter normalen Umständen stattgefunden hätten. Vielleicht ja dann nächstes Jahr. Aber insgesamt war es schön zu sehen, dass es endlich wie-



Jury von links nach rechts: Walter Grand, Eidel Malowicki, Florian Juterschnig, Robert Lender, Christian Trinkl, Nicole Fendesack



der Events gibt und vor allem Redezeit für Jugendliche.

Das Wunder der Technik

Jury, Moderation und Organisation durften mit täglichen Tests, Maske tragen und anderen Hygienemaßnahmen an den beiden Tagen vor Ort sein. Die Beiträge der Teilnehmer:innen wurden im Vorfeld von der Jugendinfo Niederösterreich, die dieses Jahr den Redewettbewerb veranstaltet hat, über Chatplattform MS Teams aufgenommen.

Nachdem die Beiträge der Jury vorgespielt worden waren, wurden die jeweiligen Teilnehmer:innen live zugeschaltet, um noch einige Fragen der Moderatorin Karoline Zobernig zu beantworten, die gekonnt und mit Witz durch die beiden



Tage führte. Pausenmusik wurde ebenfalls eingespielt und zwar vom St. Pöltner Musiker Salami Recorder.

Bunt, Bunter, Redewettbewerb

Der Redewettbewerb steht auch dieses Jahr im Zeichen der Vielfalt. Nicht nur, dass die Teilnehmer:innen aus ganz Österreich und Südtirol kommen, sind die behandelten Themen auch unterschiedlich. Die Jugendlichen beschäftigen sich mit Umweltproblemen, sprechen über Dinge, die im Bildungssystem ihrer Meinung nach schief laufen, Situationen von Menschen in anderen Ländern, die Aus-

wirkungen von Social Media auf uns und natürlich auch über Corona und die damit verbundenen Lockdowns. Auch auf den Sitzen der Juror:innen nahmen Menschen aus unterschiedlichen Bereichen Platz.

And the winner is...

Am Dienstag fand am späten Nachmittag bereits die Sieger:innenehrung statt. Die Sieger:innen wurden von Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister bekannt gegeben. Am Ende wurden die Gewinner:innen erneut live zugeschaltet und ihre Beiträge noch einmal gezeigt. Alles in allem, trotz der erschwerten Bedingungen, war es ein erfolgreicher Redewettbewerb, der hoffentlich nächstes Jahr wieder in gewohnter Präsenz-Form stattfinden kann.

Wer gewonnen hat, kannst du auf der Website der Jugendinfo NÖ nachlesen: <https://www.jugendinfo-noe.at/redewettbewerb/bundesredewettbewerb-2021>



INFOBOX

Den Artikel von Youth Reporter Nico Lang und viele andere spannende Beiträge von jungen angehenden Journalist:innen findest du auf dem Youth Reporter Blog:

<https://jugendportal.at/youthreporter>

WILLKOMMEN IM CLUB

HOL DIR DEIN JUGENDKONTO MIT GRATIS JBL TUNE 500BT HEADPHONES.

Mit einem Jugendkonto von Raiffeisen profitierst du nicht nur von den gewöhnlichen Leistungen einer Bank. Die Raiffeisen Club-Welt bietet viele Vorteile und Vergünstigungen in verschiedensten Bereichen wie Sport, Kultur und Entertainment. Zusätzlich wird Onlineshopping dank der neuen Debitkarte so einfach wie noch nie. Du willst mehr von deiner Bank? Na dann: Willkommen im Club!

DEINE VORTEILSWELT

Als junger Mensch muss man sich gut überlegen, wie und wo man sein Geld ausgibt. Zum Glück bleibt mit den Vergünstigungen von Raiffeisen ein bisschen mehr von diesem Geld übrig. Festival- und Konzerttickets, Kinobesuche oder sportliche Aktivitäten gibt es für Club-Mitglieder oft zu einem günstigeren Preis.

Alle Ermäßigungen findest du unter: shop.raiffeisenbank.at

DAS ALLES KANN DAS RAIFFEISEN JUGENDKONTO

Mehr als nur ein Konto. Hol dir das Gratis-Konto inklusive:

- Unfallversicherung
- Kontoführung
- alle Buchungen
- Debit Master Card
- kontaktloses Bezahlen mit dem Smartphone (ELBA-pay und Blue Code)
- Online-Banking inkl. ELBA-App
- JBL Tune 500BT Kopfhörer

DAS KONTO MIT GRATIS UNFALLVERSICHERUNG

Blöd, wenn was passiert. Gut, wenn man versichert ist.

Bei jedem neuen Jugendkonto ist das Basic-Paket des Unfallschutzes automatisch dabei.

	Basic (EUR)
Dauerinvalidität Versicherungssumme Die Leistung wird in % der Versicherungssumme errechnet, wobei der Prozentanteil dem Invaliditätsgrad entspricht.	25.000,-
Bergungskosten bis	2.500,-
Unfallkosten bis	250,-

Der Raiffeisen Club (www.raiffeisenclub.at) ist Österreichs größter Club für Jugendliche von 14 bis 24 Jahren. Raiffeisen Club-Kund:innen (Schüler:innen, Lehrlinge, Student:innen) wird eine in Österreich einzigartige Fülle an attraktiven und preisgünstigen Angeboten aus den Bereichen Finanzen, Freizeit, Unterhaltung und Weiterbildung angeboten. Die Raiffeisen Bankengruppe ist die größte Bankengruppe in Österreich. Rund 400 Banken betreuen in knapp 1.500 Geschäftsstellen 2,8 Millionen Kund:innen in Österreich.

WILLKOMMEN IM CLUB

HOL DIR DEIN JUGENDKONTO MIT GRATIS JBL TUNE 500BT HEADPHONES.

raiffeisenclub.at/imclub

Ab 14 Jahren, in allen teilnehmenden Raiffeisenbanken, solange der Vorrat reicht.
Impressum: Medieninhaber: Raiffeisen-Landeswerbung Niederösterreich-Wien, F.-W.-Raiffeisen-Platz 1, 1020 Wien.

Instagram Facebook YouTube

Handwerk & Nachhaltigkeit



Fotos: © Ines Neuhold

Das Thema Nachhaltigkeit wird heutzutage in vielen handwerklichen Betrieben ganz selbstverständlich gelebt. Auch für die 23-jährigen Waldviertlerin Ines Neuhold ist der verantwortungsvolle Umgang mit Klima und Umwelt besonders wichtig. Sie betreibt eine Meisterschneiderei im Bezirk Horn und erzählt uns von ihrer Arbeit, ihren Visionen und nachhaltigen Ideen.

Erzähl uns bitte ein bisschen etwas über dich und deinen Werdegang ...

Ines: Ich bin im Waldviertel, gemeinsam mit meinen Eltern und zwei älteren Brüdern auf einem Bauernhof aufgewachsen. Das „Schneidergen“ habe ich wohl von meiner Großmutter geerbt.

In der Hauptschule kam dann der Entschluss, die 5-jährige Modeschule in Krems zu besuchen. Nach der Matura hing ich noch ein Ausbildungsjahr an und absolvierte die Meisterklasse für Damenkleidmacher:innen. Das ist eine Schulform, die zur Vorbereitung auf die eigentliche Meisterprüfung dient, welche ich dann im Juli 2018 ablegte. Gute zwei Wochen später, mit der Gewerbeanmeldung, war meine „Meisterschneiderei Neuhold“ ins Leben gerufen. In dieser Zeit arbeitete ich hauptsächlich als Kostümassistentin in verschiedenen Theatern auf selbstständiger Basis. Zwischendurch besuchte ich dann auch noch die Herrenmeisterklasse, schließlich wollte ich Damen- und Herrenmode schneiden können. Jetzt konnte ich mich im Theater so richtig austoben.



Du hast also lange in Krems und Wien gelebt, wie kam es dazu, dass du wieder zurück ins Waldviertel gekommen bist?

Die „große Wende“ kam wie bei so vielen mit der Corona-Pandemie. Der Mietvertrag in Wien war ausgelaufen, die Arbeit im Theater belief sich fast auf Null und der Wunsch, dauerhaft im Waldviertel zu wohnen, war nach wie vor vorhanden. Jetzt habe ich meine Schneiderei in Stannersdorf, das ist ein kleiner Ort im Bezirk Horn. Dort Nähe ich für die ganze Familie.

Du stellst aber auch viele andere Dinge her, wie zum Beispiel wiederverwendbare Abschminkpads. Wie bist du auf diese Idee gekommen?

In meinem Logo ist der Slogan „Handwerk und Nachhaltigkeit – Handwerk ist nachhaltig“ integriert. Das bedeutet, dieses Thema ist mir wirklich wichtig. Nicht jede:r kann oder will sich maßgeschneiderte Kleidung leisten. Ich wollte einfach eine kostengünstige Alternative für den Alltag schaffen und damit ein wesentliches Zeichen für Nachhaltigkeit setzen.

Was ist das Besondere an den Pads?

Sie haben zwei verschiedene Seiten: eine Frottee-Seite und eine Seite aus glatter Webware. Die Frottee-Seite ist für kleine Hautschüppchen und die Webware für die empfindliche Augenpartie ideal geeignet. Meine Reinigungspads sind in unterschiedlichen Farben erhältlich und ich verkaufe sie im Glas. Und natürlich das Wichtigste: sie sind wasch- und demnach wiederverwendbar.



Hast du noch weitere derartige Ideen/Pläne in Zukunft?

Ideen gäbe es viele, oft scheitert es an der Zeit, diese Pläne auch umzusetzen. Ich

würde zum Beispiel gerne Bienenwachstücher produzieren, diese können anstatt von Alu- und Frischhaltefolie verwendet werden. Sie sind zwar schon allseits bekannt und es gibt auch schon genügend Angebot – aber je mehr, desto besser. Außerdem fände ich es wichtig, das Thema Upcycling mehr in den Mittelpunkt zu stellen. Alte Kleidungsstücke können neu aufgewertet und umgenäht werden. Viele wissen nämlich gar nicht, dass nur in etwa bis zu 10 % der Altkleider für Bedürftige abfallen.

Wie ist es dir während der Corona-Pandemie gegangen? Gab es Herausforderungen/Stolpersteine?

Natürlich war es ein großer Schritt für mich, während der Corona-Zeit mein Atelier im Waldviertel zu eröffnen. Aber ich habe die Pandemie als Sprungbrett genutzt und mir durch das Nähen von Mund-Nasenschutzmasken einen Bekanntheitskreis aufgebaut. Es gibt immer wieder Momente der Herausforderung, aber ich glaube vor diesen steht jede:r Selbstständige, gerade in Zeiten wie diesen. ■



Schnelle Energie aus der Dose

Sie sollen ja wahre Wunder vollbringen – Müdigkeit vertreiben, die Konzentration steigern, für Körper und Geist anregend sein. Energydrinks werden vor allem bei Kindern und Jugendlichen immer beliebter. Aber gerade für Heranwachsende kann der regelmäßige Konsum solcher Getränke negative Folgen haben. Warum das so ist und wie genau sich Energydrinks auf unsere Gesundheit auswirken, haben wir von Ernährungswissenschaftlerin MMag. Dr. Sonja Lackner erfahren.

Viele junge Menschen greifen mehrmals täglich zu Energydrinks. Halten Sie das für bedenklich?

Ernährungswissenschaftlich gesehen überwiegen die gesundheitsgefährdenden Eigenschaften auf den Organismus. Eine Dose Energydrink enthält

Gut zu wissen:

In manchen Ländern darfst du erst ab 16 oder ab 18 Jahren Energydrinks kaufen und konsumieren. In Österreich gibt es derzeit keine rechtliche Regelung und damit auch keine Altersbeschränkung. Auf medizinischer und politischer Ebene wird dies allerdings immer wieder gefordert.

etwa so viel Koffein wie ein Espresso. Da Wirkung und Abbau von Koffein auch vom Körpergewicht abhängen, vertragen Kinder und Jugendliche wesentlich weniger davon als Erwachsene. Vom Konsum mehrerer Dosen täglich sollte generell dringend Abstand genommen werden. Sie sollten also grundsätzlich kein fester Bestandteil des täglichen Lebens sein.

Wie genau wirken sich Energydrinks auf den Körper aus?

Die enthaltenen Substanzen wirken sich ungünstig auf das Herzkreislauf-System aus. Energydrinks enthalten neben viel Zucker und Koffein auch z. B. Taurin und Teein. Sie alle haben eine aktivierende Wirkung. Diese Substanzen sind

in sehr großen Mengen in diesen Getränken vorhanden.

Nehmen wir zum Beispiel einmal das Koffein. Als Faustregel gilt: täglich sollen nicht mehr als 100 mg Koffein aufgenommen werden. Dieser Wert wird bereits mit einer kleinen Dose erreicht. Ab rund 200 mg Koffein pro Tag können sich Nebenwirkungen bemerkbar machen. Mit steigender Koffeindosis nehmen diese dann auch zu.

Wenn ein Energydrink getrunken wird, wirkt sich dieser auf die Aktivität des Herzens und des Nervensystems aus. Es entsteht Stress im Körper und damit werden Stresshormone ausgeschüttet. Nach Nachlassen der Wirkung kommt es oft auch zu Kopfschmerzen und Schwindel. Zusätzlich sind Auswirkungen auf die Psyche wie Ängstlichkeit und Stim-



mungsschwankungen möglich.

Regelmäßiger und übermäßiger Energydrink-Konsum kann bei jungen Menschen zu Herzproblemen und erhöhtem Blutdruck führen. Auch Übergewicht und Karies können die Folge sein.

Übrigens: Nicht nur Energydrinks, sondern auch Cola-Getränke und Eistee auf Schwarztee Basis (bzw. Schwarztee und Grüntee-Getränke) weisen ebenfalls große Mengen der oben beschriebenen Substanzen auf!

Warum werden manche sogar süchtig nach Energydrinks?

Physiologisch lässt sich Suchtverhalten durch die Wirkung einer Substanz auf das Belohnungssystem erklären. Es kommt zur Ausschüttung von Dopamin, einem Botenstoff, der Glücksgefühle vermittelt.

Zudem kommen gewisse Gewöhnungseffekte zu tragen. Bei einer Befragung von Personen, die Suchtverhalten beim Energydrink-Konsum zeigten, wurden der Geschmack, Stimulation und das Durstlöschungsgefühl als häufige Motivationsgründe zum hohen Konsum genannt.

Auch das soziale Umfeld (Freund:innenkreis, Vorbildfunktion der Eltern) spielt dabei eine tragende Rolle.

Was passiert im Körper, wenn Energydrinks gemeinsam mit Alkohol konsumiert werden?

Wenn ein Energydrink getrunken wird, entsteht Stress im Körper und es werden Stresshormone ausgeschüttet. Und die

MMag. Dr. Sonja Lackner ist Ernährungswissenschaftlerin und an der Medizinischen Universität Graz in der Forschungseinheit „Ernährung und Stoffwechsel“ tätig.



Thematisch beschäftigt sie sich vor allem mit der Wirkung pflanzenbasierter Nahrung (sekundärer Pflanzenstoffe wie Polyphenole, Carotinoide und weiterer Nährstoffe) auf das Immunsystem, das Körperfett und die psychische Gesundheit, Essstörungen und Sporternährung.

Folgen dieser Stressreaktion können die Kinder und Jugendlichen wahrnehmen: Unruhe, Nervosität, Zittern, verstärktes Herzklopfen bis hin zum Herzrasen, Schwierigkeiten einzuschlafen.

Umgekehrt macht Alkoholkonsum müde, beeinträchtigt die Konzentration und das Reaktionsvermögen. Das heißt, Alkohol und Energydrinks bewirken genau Gegenteiliges, was zu einer doppelten Belastung des Körpers führt, so als ob zugleich auf das Gaspedal und die Bremse gestiegen würde.

Durch das Mischen von Alkohol mit süßen Getränken, wie es auch Energydrinks sind, kommt es zudem zu einer tendenziellen Überkonsumation. Zudem konnte beobachtet werden, dass der gemeinsame Konsum von Energydrinks und Alkohol zu einer Steigerung des Risikoverhaltens bei Jugendlichen führt. ■





Verein zur
Förderung
freiwilliger
sozialer Dienste

Portrait von vier FSJ-Teilnehmer:innen

Lena

Mein Name ist Lena, ich bin 18 Jahre alt und wohne in St. Pölten. In meiner Freizeit mache und höre ich am liebsten Musik, bin sportlich aktiv und reise gerne. Außerdem bin ich Mitglied einer Pfadfinder:innen-Gemeinschaft, in der ich eine tolle FSJ entschieden, weil ich habe. Ich habe mich für ein dingt eine Auszeit zwischen mir auf der einen Seite un-



Schule und Uni nehmen wollte.

Auf der anderen Seite war ich froh die Chance zu haben, mich zu engagieren und einen Beitrag zu leisten. Außerdem wusste ich, dass ich später auf jeden Fall einen sozialen Beruf ergreifen möchte und da ist das FSJ eine tolle Entscheidungshilfe. Bei meinem Einsatz habe ich Zeit, um mich weiterzuentwickeln und mich mit mir selbst zu beschäftigen. Für mich war, vor allem in der Anfangszeit meines Einsatzes, jeder Moment besonders, in dem ich gemerkt habe, dass meine Klient:innen Vertrauen zu mir aufgebaut haben. Ich freue mich immer wieder, wenn mir jemand etwas Persönliches erzählt oder mich um Rat fragt. Ich sehe es nicht als selbstverständlich, dass sich einige der Jugendlichen mir gegenüber so schnell geöffnet haben. Gebraucht und respektiert zu werden, macht mich stolz und dankbar. Das FSJ ist für mich auf jeden Fall eine prägende Zeit, ich nehme unglaublich viele Erfahrungen aus dieser Zeit mit. Außerdem merke ich immer wieder, wie ich mich und meine Sicht auf manche Dinge überdenke und neu forme. Ich bin unfassbar froh und dankbar, in dieser schwierigen Zeit mit Menschen zu arbeiten, die diese Krise oft noch etwas mehr belastet als manch andere.



**Ich liebe es,
meine Grenzen
auszuloten!**

Christina, 18, trainiert zweimal pro Woche in einer Naturfreunde-Kletterhalle.



Dein Naturfreunde-Sportkletterinstructor

Matthias, 21, ist einer von 9546 ehrenamtlichen Naturfreunde-InstructorInnen österreichweit.

100 % Erlebnis Natur – garantiert!

Naturfreunde Niederösterreich, Heßstraße 4, 3100 St. Pölten, Tel.: 02742/357 211,
E-Mail: niederosterreich@naturfreunde.at, www.niederosterreich.naturfreunde.at





Paula

Mein Name ist Paula und ich bin 19 Jahre alt. Ich mache ein FSJ, weil ich mir dachte, dass man sein ganzes Leben nur etwas für sich selbst macht, um voranzukommen... und ich wollte mir die Zeit nehmen, etwas Gutes zu tun und Leuten zu helfen.

Als ich vor mehreren Wochen in die Arbeit kam, erzählte mir eine Klientin ganz stolz, dass sie sich ein Armband bestellen hat, bei dem sie Namen eingravieren lassen könnte. Dann sagte sie, dass einer dieser Namen meiner wäre, da sie weiß, dass ich nicht mehr lange bleibe – und sie mich aber niemals vergessen will. Genau solche Momente sind es, warum ich meine Arbeit so unglaublich gerne mache und die mir sehr viel bedeuten.

Ich habe jetzt schon so viel gelernt. Immer dankbar dafür zu sein, was ich habe, was ich kann und wer ich bin. Niemals Leute zu unterschätzen und jeden und jede, egal wer man ist, wertzuschätzen. Ich war noch nie zuvor in einem so positiven, dankbaren Umfeld und ich kann mir gar nicht vorstellen, dieses wieder zu verlassen.



Magdalena

Mein Name ist Magdalena, ich liebe es Musik zu machen und zu hören, Kontakt mit Menschen zu haben und Zeit mit meinen Freund:innen zu verbringen. Nach meiner Matura war mir zwar klar, dass mich der Sozialbereich sehr interessiert, aber was genau ich machen will, wusste ich nicht. Um nicht kopflos ins nächstbeste Studium zu stürzen, habe ich beschlossen, mir ein Jahr Zeit zu geben, um mich selbst und den Sozialbereich besser kennenzulernen. Deshalb habe ich mich für ein FSJ beworben und arbeite seit September mit mehrfach-schwerbehinderten Kindern und Jugendlichen. Ein besonderes Erlebnis während meines bisherigen Einsatzes war definitiv, als ich einem Mädchen, das nur im Bett liegen kann, etwas vorgelesen habe und sie meine Hand genommen und gestreichelt hat. Das hat mich sehr berührt und ich habe gemerkt, dass meine Arbeit sinnvoll ist und ich den Kindern Freude bereiten kann. Ich bin in den letzten Wochen über mich hinausgewachsen und sehe mich nun darin bestätigt, dass der Sozialbereich das Richtige für mich ist.



Gerhard

Mein Name ist Gerhard und ich bin 17 Jahre alt. Ich mache seit Oktober 2020 mein FSJ im Pflege- und Betreuungszentrum in Amstetten in Niederösterreich als Zivildienstersatz.

Ich merke in meinem Einsatz, dass freiwillige Tätigkeiten und auch die Tätigkeit im Sozialbereich von unserer Gesellschaft leider zu wenig respektiert werden – denn dieser Job ist nicht leicht! Ich muss aber sagen, gerade deshalb bringt er so bereichernde Erfahrungen mit sich. Jeder Tag ist anders, es kommen leichte, aber auch schwierige Situationen auf eine und einen zu. Und jede davon, egal wie „zack“ es manchmal ist, ist mit ein wenig Bemühung von beiden Seiten für die Bewohner:innen, aber auch für die Betreuenden zu lösen! Am Ende des Tages spielt Empathie eine wichtige Rolle. Täglich anderen Menschen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern, ist ein sehr erfüllendes Gefühl. In der Arbeit wird man wertgeschätzt und mit Dankbarkeit übersät. Deshalb bin ich sehr froh, ein kleiner Teil des FSJ sein zu dürfen!

INFOBOX – Facts zum FSJ

Einsatzdauer: 10 bzw. 11 Monate (inkl. begleitende Seminare & Freistellungstage); max. 34 Std. /Woche; Start am 1. September bzw. am 1. Oktober 2021

Taschengeld: 255 Euro netto pro Monat

Leistungen: Unfall-, Kranken- und Pensionsversicherung, Familienbeihilfe, Jugendticket für öffentliche Verkehrsmittel, Verpflegung & ggf. Unterkunft

Seminare: Begleitende Seminare rund ums Thema: Reflexion, Persönlichkeitsbildung, Berufsorientierung, Facheinführung u.v.m.

Zivildienstersatz: FSJ ist anrechenbar als Zivildienst

Bewerbung: Seit Frühjahr 2021, Vermittlung der Einsatzstellen nach Anmeldezeitpunkt; Je früher die Bewerbung, desto besser

Nähere Informationen und Bewerbungsunterlagen unter www.fsj.at oder auf **Facebook** und **Instagram: fsj.at**

EVENTKALENDER

TOCOTRONIC

11. und 12. 09.2021 – Arena Open Air, Wien

BÖHSE ONKELZ

18.09.2021 – Stadthalle Wien

ENTER SHIKARI

24.09.2021 – SimmCity, Wien

SELIG

29.09.2021 – SimmCity, Wien

JAMES BLUNT

07.10.2021 – Stadthalle, Wien

KAY ONE

26.10.2021 – SimmCity, Wien

SUNRISE AVENUE

26.11.2021 – Stadthalle Wien

PIETRO LOMBARDI & BAND

09.12.2021 – Planet im Gasometer, Wien

DIE ÄRZTE

17. und 18.12.2021 – Stadthalle Wien

TURBOSTAAT

10.02.2022 – Das Werk, Wien

AMY MACDONALD

11.03.2022 – Planet im Gasometer, Wien

SCOOTER

21.03.2022 – Stadthalle Wien



HAFTBEFEHL

23.03.2022 – SimmCity Wien



JULIEN BAKER

30.04.2022 – Arena Wien



TOMI GRENNAN

10.03.2022

Flex, Wien

Foto: © Arcadia

Sein Debüt-Album war ein Chart-Stürmer und seine Tour nicht nur in England ein riesiger Erfolg. Endlich kommt **Tom Grennan** auch wieder für ein Konzert nach Wien.

Der aus Bedford, Großbritannien stammende Singer/Songwriter hat schon mit seinem ersten Album „Lighting Matches“ (2018) bewiesen, dass er einzigartig ist. Die auf dem Werk enthaltenen Songs wie zum Beispiel „Found What I’ve Been Looking For“, „Barbed Wire“ oder „Something In The Water“, sind randvoll mit gefühlvollen Lyrics, vorgetragen mit seiner hochemotionalen Stimme.

Die Chance, ihn live zu erleben, habt ihr am **10.03.2022** im **Flex, Wien!**



19.2.2022
Wiener Stadthalle

Rap über Hass - Tour 2022

Nach 5 Jahren erschien im Mai mit „Rap über Hass“ das sechste Studioalbum des Berliner Rap-Trios K.I.Z.

Und natürlich muss „Rap über Hass“ auch live der Menschheit präsentiert werden. Dafür gehen K.I.Z. dann ab Februar 2022 auf Tour und stoppen auch am **19.2.2022** in der **Wiener Stadthalle**.

JOHANNES OERDING



18.1.2022
Gasometer Wien

Pandemiebedingt mussten seine Konzerte mehrfach verschoben werden. Für einen leidenschaftlichen Live-Künstler wie Johannes Oerding ist dieser Wartezustand eine echte Geduldssprobe. So sehr fehlt ihm der Kontakt zu seiner „Basis“ – wie er sein Publikum nennt. Wenn es 2022 endlich soweit ist, wird das ein ganz großes Wiedersehen! Und zwar am **18.01.2022** im **Gasometer Wien**.

Wir verlosen 1x2 Tickets

Für alle Gigs gibt es Karten auf
www.jugendinfo-noe.at
zu gewinnen!

Bitte beachten

Die Informationen basieren auf dem aktuellen Stand zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses. Aufgrund der Corona-Krise kann es aber zu Terminänderungen kommen. Hierfür übernehmen wir keine Gewähr. Gewonnene Karten behalten auch bei verschobenen Konzerten ihre Gültigkeit und können demnach am Ersatztermin eingelöst werden.

WURST

„Truth Over Magnitude“
Tour 2022



19.2.2022
Borgy & Bess Wien

Seine letzte Tournee 2020 konnte aufgrund der Pandemie nicht planmäßig stattfinden, deshalb kündigte Elektromusiker Tom Neuwirth, der unter dem Künstlernamen WURST auftritt, eine neue Tour für das Jahr 2022 an.

Mit dabei hat er die Songs seines dritten Studioalbums „T.O.M. – Truth Over Magnitude“, die jetzt schon insgesamt mehrere Millionen Klicks auf YouTube und anderen Streaming-Plattformen verzeichnen können.

■ Gutscheine

DRIVE GREEN FAHRSCHULE
MAVER
sauer

www.fsmayer.at

Erfahre deine Zukunft: **Drive Green**



FAHRSCHULE MAYER
Bahnhofplatz 1
3100 St. Pölten

FAHRWELT SAUER
Porschestraße 29
3100 St. Pölten

FAHRWELT
sauer

Online Trainer „Steig ein Online“

GRATIS bei
Anmeldung zum
B-/AM-
Führerschein!

Du sparst € 30,-



Voll(e)lektrisch
fahren lernen -
im neuen ID.3
und ID.4

Immer am Puls der Zeit - Fahrschule Zimmerer Tulln



Mag. Rudi Zimmerer
Kirchengasse 10, 3430 Tulln
fahrschule-zimmerer.at

Gutscheinwert € 30,- gültig bis 31.12.2021 unter Vorlage von
Gutschein & Jugend:karte NÖ. 1 Gutschein pro Person.

Fahrschule Wachau

fahrschule-wachau.at

**Mobil und
unabhängig ?**



**Bei uns
bist Du richtig!**

Auf unserem mehr als
8.000 m² großen Übungsplatz macht
FAHREN LERNEN richtig Spaß

Sommerkurse jeden Montag

fahrschule-wachau.at



Photo: © Martina Widmayer

Tourismusgemeinde Annaberg 3222 Annaberg

0 27 28/82 45
Fax 0 27 28/82 29
info@annaberg.gv.at
www.annaberg.gv.at
www.annaberg.info



Freizeitzentrum Stadtbad Mödling

2340 Mödling
Badstraße 25
0 22 36/40 04 30
stadtbad@moedling.at
www.moedling.at



Erlebnisbad Stadt Haag

3350 Haag
Badgasse 2
0 74 34/42 1 60
stadtamt@haag.gv.at
www.stadthaag.at

Mopedschein oder gleich L17?

Wir haben mit dem Standortleiter der Fahrschule Mayer in St. Pölten gesprochen. Gerhard Weber hat uns erzählt, wohin der Trend geht und worauf es beim L17 ankommt!

Herr Weber, wofür entscheiden sich die Jugendlichen heutzutage? Ist der Mopedschein noch interessant? Oder starten sie gleich mit dem L17?

In unserer Fahrschule hält es sich die Waage. Der Mopedschein ist nach wie vor sehr gefragt. Die Jugendlichen wollen jederzeit mobil und vor allem unabhängig sein, und mit dem Moped dürfen sie das ja schon ab 15 Jahren auch im Straßenverkehr. Sie brauchen im Gegensatz zum L17 keine:n Fahrbegleiter:in.

Mit welchem Alter starten die meisten Jugendlichen mit dem L17 Führerschein?

Die Ausbildung kann frühestens mit 15,5 Jahren gestartet werden und diese Möglichkeit wird von den meisten auch genutzt. Viele unserer Fahrschüler:innen absolvieren beispielsweise mit 15 zuerst den Mopedschein und beginnen kurz danach bereits mit der L17-Ausbildung.

Wie viel kostet der Auto-Führerschein gesamt?

Generell kann man sagen, dass die Kosten zwischen € 1.500,- und € 2.000,- liegen. Aber es kommt natürlich darauf an, für welche Ausbildungsvariante sich der Führerscheinanwärter:in entscheidet: Erfolgt die gesamte Ausbildung in der Fahrschule oder in Kombination mit Privatfahrten? Je mehr Privatfahrten während der Ausbildung gemacht werden, desto günstiger wird es.

Welche Ausbildungs- und Prüfungsphasen gibt es beim L17?

Nach der Anmeldung starten wir mit der theoretischen Ausbildung, die bei uns als Intensiv- und Abendkurs angeboten wird. Nach bzw. teilweise bereits während des Theoriekurses werden die ersten 12 Fahrstunden in unserer Fahrschule abgehalten. Danach fahren die Führerscheinanwärter:innen mit ihren Begleiter:innen privat die 3.000 km, wobei nach jeweils 1.000 km Überprüfungsfahrten mit einem unserer Fahrlehrer:innen stattfinden. Zur Theorieprüfung kann man übrigens bereits

gleich nach dem Kurs antreten, also schon vor den Privatfahrten! Sobald die gesamte Ausbildung abgeschlossen und die PC-Prüfung positiv ist, ist der Antritt zur Praxisprüfung möglich – frühestens jedoch am 17. Geburtstag.

Wie sieht die Weiterbildung nach der bestandenen L17-Führerscheinprüfung aus?

Der klassische B-Führerschein unterliegt dem Mehrphasen-Ausbildungssystem. Das heißt, der Gesetzgeber schreibt innerhalb des ersten Jahres nach dem Führerscheinwerb Weiterbildungen vor. Die Führerschein-Neulinge erhalten dadurch professionelle und objektive Rückmeldung auf ihr fahrtechnisches Verhalten und Können. Bei der klassischen Ausbildung findet im 3. bis 4. Monat die erste Perfektionsfahrt mit einem:einer Fahrlehrer:in statt, im 4. bis 9. Monat folgt das Fahrsicherheitstraining mit verkehrspsychologischem Teil und zu guter Letzt, im 7. bis 12. Monat, die zweite Perfektionsfahrt. Dieses Ausbildungssystem gilt auch für den L17, wobei hier die erste Perfektionsfahrt entfällt.

Womit tun sich die Führerscheinanwärter:innen am schwersten?

Die Erfahrung zeigt, dass die Theorieprüfung im Vergleich zur praktischen Prüfung für viele die größere Herausforderung ist. Das Fahren macht Spaß, das Lernen der theoretischen Fragen eher weniger. Außerdem haben viele mit Prüfungsangst zu kämpfen. In all unseren Paketen ist daher die sogenannte „Garantieprüfung“ enthalten, welche vor der eigentlichen Prüfung stattfindet. Danach geht's hoffentlich gut vorbereitet zur „richtigen“ Prüfung. Sollte der:die Fahrschüler:in diese dann doch nicht schaffen, fallen aufgrund der vorher bestandenen Garantieprüfung keine weiteren Kosten für die Wiederholungsprüfung an. Die Garantieprüfung kann bei uns je nach Paket bis zu 5x wiederholt werden.

Hilfe, mein Kind im Straßenverkehr! Für Eltern ist die neue Mobilität der Kinder ebenfalls eine große Sache. Was raten Sie Eltern in dieser Phase?

Es gehört wohl dazu, dass Mama und Papa sich sorgen, weil das Kind plötzlich alleine im Straßenverkehr unterwegs ist, oder Papa Ratschläge geben möchte. Der Führerschein, ob nun Moped oder Auto, ist für unsere Kinder der erste große Schritt in Richtung Selbstständigkeit. Mein größtes Anliegen ist, dass die Eltern die jungen Erwachsenen diesen auch wirklich gehen lassen.



Das Büro-Team der Fahrschulen Sauer und Mayer in St. Pölten freut sich, die Jugendlichen auf ihrem Weg zum Führerschein mit Rat und Tat begleiten zu dürfen.

FIT FÜR DIE ZUKUNFT

Unterstützung durch das NEBA-Netzwerk!



Zehntausende Jugendliche stehen jedes Jahr in Österreich vor der Herausforderung, ihre Bildungs- und Berufslaufbahn zu planen oder neu zu organisieren.

Viele fragen sich ...

- Wo liegen meine Stärken?
- Welche Ausbildung ist für mich geeignet?
- Welchen Beruf könnte ich ergreifen?
- Wo brauche ich Unterstützung?

Für alle diese Fragen steht **NEBA, das Netzwerk für Berufliche Assistenz**, Jugendlichen mit gesundheitlichen Einschränkungen oder mit Ausgrenzungsgefährdung zur Verfügung.

NEBA begleitet alle Betroffenen bedarfsgerecht u. a. bei der Jobsuche oder dem Erhalt des Arbeitsplatzes und unterstützt auch Unternehmen bei der Personalakquise oder bei allfällig auftretenden Problemen.

Das Sozialministeriumservice leistet hier – mit finanziellen Mitteln des Europäischen Sozialfonds und in Zusammenarbeit mit zahlreichen Partnerorganisationen – einen wertvollen Beitrag für die berufliche Integration von Menschen mit Behinderungen.

Das sind die NEBA-Angebote ...

Das **Jugendcoaching und AusbildungsFit** unterstützen Jugendliche und junge Erwachsene am Ende ihrer Schulpflicht bzw. nach dem Schulaustritt. Die Jugendlichen lernen ihre persönlichen Fähigkeiten kennen, stärken ihre Kompetenzen, können ihre beruflichen Interessen herausfinden und erhalten Informationen über mögliche weitere Schulen und Ausbildungsvarianten.

Die **Berufsausbildungsassistenz** ermöglicht benachteiligten Jugendlichen mit persönlichen Vermittlungshemmnissen die Chance

auf eine erfolgreiche Berufsausbildung in Form einer längeren Lehrzeit oder einer Teilqualifikation.

Die **Arbeitsassistenz** für Jugendliche unterstützt bei der Suche und Erlangung eines Arbeitsplatzes.

Das **Jobcoaching** schult Mitarbeiter:innen individuell auf ihren Arbeitsplatz ein.

Das **Betriebsservice** berät Unternehmen gezielt über die Möglichkeiten der Beschäftigung von Menschen mit Behinderung und welchen Nutzen Betriebe daraus erzielen können!

Weitere Infos unter ...

www.neba.at



Bezahlte Anzeige



My ESC volunteer year in Austria

mit in Tirol the view feels different. I was at the place where everything surrounded by mountains! It's just crazy!

Hi! My name is Eliza and I am from Ukraine. It's been already seven months since I came to Austria! I am doing my ESC volunteer year in Jugendinfo and I have a lot to tell! I probably can say that I already went through all the stages of cultural shock. Now I am at the point where I am accepting everything that was strange for me before.

Even though the time is not really welcoming at all, I still have some good memories in here! For example, I did hiking and skiing for the first time! And I think I did it quite well although I'm not experienced, and my stamina leaves something to be desired. I hope, in summer I will be able to do more hiking.

I also was able to visit Vienna and some others beautiful places in Lower Austria.



Vienna is unbelievably beautiful and a fascinating city. There is so much to see! You can choose what you want to see and go to a museum or park. I think this city is also multicultural. Passing the streets, you will be able to hear so many different languages! From my place it's like 30 minutes away, so I can go there easily.

But I think the most interesting thing in Austria is the nature. I had a chance to visit Wasserlochklamm! It was hard for me to make it to the top, but this place has such nice waterfalls! I can't say that before I did a lot of traveling to the nature that's probably why I am so thrilled watching it in here. The air in these kinds of places also feels different and even though it takes a lot of energy at point it is also relaxing.

The other highlight of my stay is my unplanned travel to Tirol. Even though I live far away from Tirol, the volunteer community is quite welcoming, so I was able to visit beautiful Tirol as well and meet other volunteers. I visited Wörgl and Innsbruck, ate tasty ice cream and went to the mountain as well! I must ad-

I think for the most volunteers in Austria the biggest struggle is the German language. I came here with basic knowledge and at first, I felt really strange about it. Now I am attending B1 class and it's great! I do understand quite a lot, but speaking is still complicated for me. I want to be quicker with my learning, but I think my progress is good! Everything is coming with time and progress.

I also started my project and improved my video editing skills! Not that long ago we started a new project „ESK Re-poster on tour” where I had a chance to interview two other volunteers in Lower Austria. I am also the one working with post-production! I think this project will help young people to understand how ESC program is working and what you can get from your participation. I hope we can present this project very soon!



A QUIET PLACE 2



Die tödliche Gefahr durch die ebenso grausamen wie geräuschempfindlichen Kreaturen ist noch immer allgegenwärtig. Jeder noch so kleine Laut könnte ihr letzter sein. Evelyn (Emily Blunt) ist mit ihren Kindern Regan (Millicent Simmonds), Marcus (Noah Jupe) und dem Baby nun auf sich allein gestellt. Weiterhin muss die Familie ihren Alltag in absoluter Stille bestreiten. Als sie gezwungen sind, sich auf den Weg in das Unbekannte aufzumachen, merken sie schnell, dass hinter jeder Abzweigung weitere Gefahren lauern. Eine lautlose Jagd beginnt...



Ab 18.06.2021 nur im Kino

**Wir verlosen
2 x 2 Kinogutscheine**

(österreichweit einlösbar, sobald der Film in den Kinos startet)

Foto: © 2021 Paramount Pictures

CHAOS WALKING

In einer nahen Zukunft findet Todd Hewitt (Tom Holland) die mysteriöse Viola (Daisy Ridley), die nach einer Bruchlandung auf dem fernen Planeten „New World“ gestrandet ist. In Todds Heimatstadt Prentisstown sind alle Frauen verschwunden und die männlichen Bewohner stehen unter dem Einfluss des rätselhaften „Lärm“ – eine seltsame Kraft, die alle Gedanken für jeden und jederzeit hörbar werden



Foto: © Studiocanal GmbH / Murray Close

**Ab 18.06.2021
nur im Kino!**

**Wir verlosen
2 x je ein Buch**



lässt. In dieser gefährlichen und feindlichen Welt ist Violas Leben von Anfang an in Gefahr. Gemeinsam mit Todd begibt sie sich auf die Flucht vor dem Anführer von Prentisstown (Mads Mikkelsen) und seinen Männern. Dabei kommen die beiden einer unglaublichen, dunklen Wahrheit auf die Spur und müssen schon bald um ihr Leben rennen...

CASH TRUCK

Der verschlossene Einzelgänger „H“ (Jason Statham) nimmt einen Job bei einer Geldtransporter-Firma an, die jede Woche hunderte von Millionen Dollar durch Los Angeles fährt. Gleich bei seinem ersten Einsatz wird der Geldtransport überfallen und zur Überraschung seiner Kollegen setzt H die Gangster im Alleingang außer Gefecht und wartet mit ungeahnten Präzisionsfähigkeiten auf. Doch H's Absichten sind nicht zu durchschauen und kommen nur schrittweise ans Licht. Wer ist der geheimnisvolle Neuzugang und auf wen hat er es wirklich abgesehen?

**Ab 30.07.2021
nur im Kino!**
**Wir verlosen
2 x 2 Kinogutscheine**

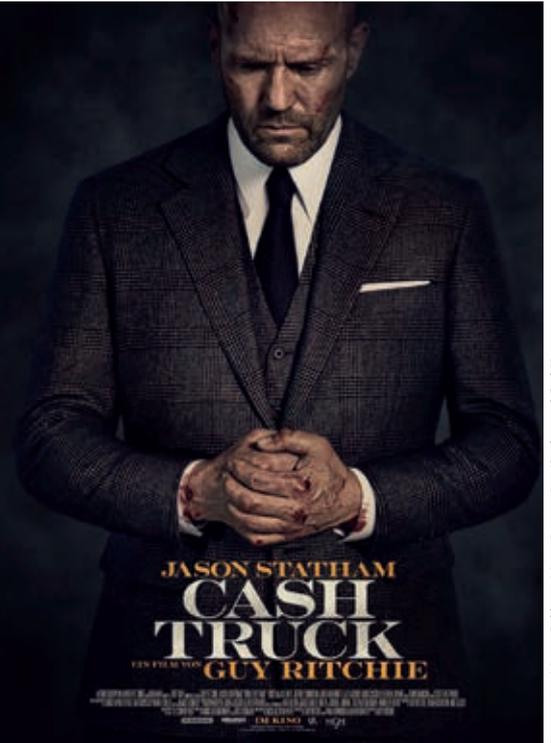


Foto: © 2021 Metro-Goldwyn-Mayer Pictures Inc./Studiocanal GmbH



MALASAÑA 32 HAUS DES BÖSEN

Basierend auf wahren Begebenheiten, die sich in den 1970er Jahren im Madrider Stadtteil Malasaña zutrugen, erzählt Regisseur Albert Pintó eine Geschichte mit Gänsehaut-Garantie.

**Ab 18.06.2021
nur im Kino!**

OSTWIND DER GROSSE ORKAN

Ein heftiger Sommersturm treibt eine reisende Pferde-Zirkus-Show nach Kaltenbach. Ari wird von der faszinierenden Welt des Kunstreitens magisch angezogen und will mit dem Zirkusjungen Carlo und Ostwinds Hilfe einem alten Showpferd helfen. Doch Ostwind gerät in Gefahr. Im letzten Moment kehrt Mika aus Kanada zurück, denn nur mit vereinten Kräften kann es Mika und Ari gelingen, ihren geliebten Ostwind zu retten ...



Ab 30.07.2021 nur im Kino!

Foto: © 2020 Constantin Film Vertrieb GmbH / SamFilm GmbH / Marc Reimann

Alle Gewinnspiele auf www.jugendinfo-noe.at



**EINFACH LOSLEBEN.
WIR SCHAFFEN DAS.**

**Start^{plus}
Die Versicherung für
junge Leute unter 25**

- Kompaktschutz speziell für die Ansprüche von jungen Erwachsenen (Wohnungs- und Haftpflichtschutz, Rechtsschutz, Unfallschutz)
- Kombinationsvorteil: Kfz-Haftpflicht mit günstiger Einstufung
- bereits ab € 20,- im Monat

Das Produktinformationsblatt
finden Sie auf unserer Website.

www.nv.at



Die Niederösterreichische
Versicherung

Wir schaffen das.



Text:
Sophia Günay
 Jugend:karte NÖ
 sophia.guenay@jugendinfo-noe.at



Die Mitternachtsbibliothek

von
Matt Haig

Der Roman von Matt Haig handelt von einer riesigen einzigartigen Bibliothek. Sie beinhaltet jede Facette des Lebens und ermöglicht einem jedes Ereignis, welches man bereut, ungeschehen zu machen.

Die Hauptfigur ist Nora Seed, welche sich genau in dieser Bibliothek wiederfindet, nachdem sie ihr Leben beenden wollte. An diesem Ort ist es Nora möglich, ihr Leben wieder in Ordnung zu bringen, Vergangenes zu verändern oder ungeschehen zu machen. Die Frage ist nur, ob sie mit ihrem neuen Leben glücklich werden kann.



Der Fall des Präsidenten

von
Marc Elsberg

Im neuen Thriller-Bestseller von Marc Elsberg wird Fiktion zur Realität. Es kommt zur Sensation: Der Ex-Präsident der USA wird im Auftrag des Internationalen Strafgerichtshofes in Athen festgenommen. Der amtierende US-Präsident befindet sich mitten im Wahlkampf und kann somit einen Skandal auf gar keinen Fall gebrauchen. Das Weiße Haus will sich das nicht gefallen lassen und spricht Drohungen gegen den Gerichtshof aus. Dana Marin, eine Juristin, steckt mit-tendrin und beginnt einen Kampf gegen die mächtigsten Parteien der Welt.



Dunkelkammer

Ein Bronski Krimi

von
Bernhard Aichner

Der Krimi spielt in Innsbruck und handelt von einem Obdachlosen. Er rettet sich in ein leerstehendes Gebäude, um sich vor der Kälte zu schützen. Plötzlich macht er einen schockierenden Fund im Schlafzimmer. Es handelt sich um eine Leiche, welche nun schon mindestens zwanzig Jahre unentdeckt geblieben sein muss. Der Pressefotograf Davis Bronski reißt sich um solche Fälle und ist sofort Feuer und Flamme. Mit seiner Kollegin Svenja Spielmann sollen sie die Geschichte der Toten recherchieren, Bronski verheimlicht jedoch etwas.

■ Wir verlosen von jedem vorgestellten Buch ein Exemplar.

Das Gewinnspiel findest du auf www.jugendinfo-noe.at

Freut euch des **Lesens!**

BUCHHANDLUNG
SCHUBERT



Das Lesen ist schön
 3100 St. Pölten – Wienerstraße 6
 Tel.: 02742/353189

sterngasse*

HOL DIR JETZT DIE JUGEND:KARTE NÖ

- » kostenloser Altersnachweis
- » viele Ermäßigungen in ganz NÖ



JUGEND:INFO NÖ

Kremsergasse 2, 3100 St. Pölten

02742 245 65 | info@jugendinfo-noe.at

www.jugendinfo-noe.at

Österreichische Post AG, MZ19Z041616M,
Jugend:info NÖ, Kremsergasse 2, 3100 St. Pölten