

JUGEND THEMA

DAS MAGAZIN ZUR
JUGEND:KARTE
NIEDERÖSTERREICH



Ausgabe 02/2026

**Starke
Stimmen** aus NÖ

Jugend:Redewettbewerb 2026

**Die skurrilsten
Eissorten der Welt**

Bäder-Gutscheine



Und dann kommt der Sommer ...



Jeder Sommer sollte eigentlich nach Leichtigkeit, Freibad und Sonnencreme riechen – für viele Jugendliche fühlt er sich aber längst nach Vergleichen, Blicken und Selbstzweifeln an. Während auf Social Media makellose Körper, perfekte Posen und inzwischen sogar KI-generierte Schönheitsideale durch die Bildschirme flimmern, wächst bei vielen jungen Menschen die Unsicherheit über das eigene Aussehen gerade in einer ohnehin sensiblen Phase des Erwachsenwerdens. Studien zeigen bereits: Immer weniger Jugendliche möchten sich in Bademode öffentlich zeigen.

Foto: © Megan Ruth, unsplash.com

Foto: © Frederica Summereder



Warum der digitale Dauervergleich so tief unter die Haut geht, erklärt **Barbara Buchegger**, pädagogische Leiterin von Saferinternet.at, im Gespräch.

Wie stark beeinflussen soziale Medien Ihrer Erfahrung nach das Bild, das junge Menschen von einem „schönen Körper“ haben?

Barbara Buchegger: Das hängt von den tatsächlichen Bedingungen des Einzelnen ab. Auf manche macht es kaum Eindruck und auf andere wieder einen sehr starken. Das hat sehr viel mit dem Gefühl zu tun, wahrgenommen und gesehen zu werden. Außerdem spielt es eine große Rolle, wie mit solchen Fragen innerhalb der Familie umgegangen wird. Social Media kann na-



türlich das Empfinden, „nicht schön oder perfekt genug“ zu sein, verstärken. Bilder von perfekten Körpern sind im Internet omnipräsent.

Warum wirken digitale Bilder und Influencer und Influencerinnen heute so viel stärker als klassische Medien früher?

Barbara Buchegger: Die Antwort ist simpel: Weil wir viel mehr Zeit damit verbringen. Mit einer Zeitschrift bin ich in ein paar Minuten fertig. In TikTok kann ich mir stundenlang Bilder ansehen, wie ich mir zum Beispiel meine Lippen schön mache. Die unrealistischen Bilder und den Wunsch, so aussehen zu wollen, hat es immer schon gegeben. Die Zeit und die Intensität, wie wir mit diesen Bildern „beschossen“ werden, machen den Unterschied.

Laut einer Studie von Saferinternet.at würde mehr als jede bzw. jeder zweite junge Mensch gerne etwas am eigenen Körper verändern.

Barbara Buchegger: Das hat stark mit unserer Gesellschaft zu tun. Bei unserer Studie war die Frage „Hast du schon einmal darüber nachgedacht, eine Schönheits-OP durchführen zu lassen?“ 28% haben die Frage mit „Ja“ beantwortet. Ich fand die Zahl erschreckend. Mir fällt auf, dass sich auch immer mehr Erwachsene Schönheits-OPs unterziehen. Das bedeutet, für diese Generation, die gerade heranwächst, wird es fast schon normal, Änderungen vornehmen zu lassen, wenn einmal was am eigenen Körper störend erscheint. Man sollte ihnen stattdessen viel mehr die Chance geben, an ihrem Selbstwert zu arbeiten und sie dabei unterstützen, mit ihrem gegebenen Körper besser leben können. Es wäre wichtig, das Angebot an psychologischer Beratung auszubauen, denn das Körperbild und -bewusstsein, das sich in unse-

rer Kindheit und Jugend bildet, haben wir meist unser ganzes Leben lang. Es sei denn, wir steuern dagegen.

Warum geraten Jugendliche so schnell in diese Vergleichsspirale, obwohl sie oft wissen, dass vieles online inszeniert ist?

Barbara Buchegger: Wir Menschen neigen dazu, der Norm entsprechen zu wollen. Wir wollen nicht auffallen, nicht anders sein. Somit kommen wir sehr schnell in eine Vergleichsspirale.

Was können Jugendliche konkret tun, wenn sie merken, dass ihnen bestimmte Inhalte auf Social Media nicht guttun oder sie sich nach dem Scrollen schlechter fühlen als vorher?

Barbara Buchegger: Man kann den Algorithmus nutzen, um andere Inhalte zu sehen. Bei TikTok ist es ratsam, sich gegenteilige Videos länger anzusehen, auf Instagram anderen Influencern zu folgen oder andere Beiträge zu liken. Es lässt sich auf jeden Fall verändern, was einem angezeigt wird.

Ganz wichtig ist es, öfter Pause zu machen, sich mit Freundinnen und Freunden zu treffen und miteinander Sachen zu unternehmen, die guttun. Es hilft, auch mal Offline-Komplimente zu machen, spazieren zu gehen und darauf zu achten, wie echte Menschen aussehen.

Über Saferinternet.at

Saferinternet.at unterstützt Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrende im sicheren, kompetenten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien.

Mehr Infos auf:

Saferinternet.at
Das Internet sicher nutzen!

STARKE STIMMEN AUS NIEDER- ÖSTERREICH

Beim NÖ Jugend:Redewettbewerb 2026 wurde das Landhaus in St. Pölten wieder zum Treffpunkt für junge Rede-Talente aus ganz Niederösterreich. Für die Besten geht es nun weiter zum großen Bundesfinale nach Wien.

Von **9. bis 14. April** stand in St. Pölten alles im Zeichen von Meinungen, Ideen und starken Botschaften. Beim diesjährigen NÖ Jugend:Redewettbewerb zeigten Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 13 und 24 Jahren, wie vielseitig, kreativ und überzeugend sie ihre Themen auf die Bühne bringen können. Die Beiträge machten deutlich, wie reflektiert und engagiert junge Menschen ihre Sicht auf die Welt formulieren. Die Finaltage zeigten einmal mehr, wie viel Mut, Kreativität und Haltung in jungen Stimmen steckt. Wer auf der



Bühne stand, brachte nicht nur rhetorisches Können mit, sondern auch Themen, die bewegen, zum Nachden-

ken anregen und neue Perspektiven eröffnen. Genau diese Vielfalt macht den NÖ Jugend:Redewettbewerb aus. Für die Gewinnerinnen – dieses Jahr haben in allen Kategorien junge Mädchen und Frauen gewonnen – geht die Reise nun weiter zum großen Bundesfinale nach Wien. Dort treffen die niederösterreichischen Teilnehmerinnen beim Bundesjugendredewettbewerb 2026 von 1. bis 3. Juni auf die besten Rednerinnen und Redner aus allen anderen Bundesländern sowie aus Südtirol.



Mitfiebert erwünscht! Wenn du die niederösterreichischen Teilnehmerinnen beim Bundesfinale unterstützen und ihnen die Daumen drücken möchtest, kannst du per Livestream dabei sein:

www.jugendportal.at/mitmachen/bewerbe/jugendredewettbewerb



Beindruckende Reden und starke Leistungen: Juryvorsitzende Lisa Müllner (links im Bild) und Jugend:info NÖ-Geschäftsführer Lutz Köllner (rechts im Bild) ehren die bestplatzierten Rednerinnen der Kategorie „Spontanrede“.
(Foto: © jugendinfo-noe.at)



Siegerinnenliste NÖ Jugend:Redewettbewerb 2026

Marie Pleninger

VBS Mödling, Bezirk Mödling

Titel der Rede: „Das Politische am Unpolitischen“

Kategorie: Klassische Rede Höhere Schule

Amalia Gugerell-Röder

LFS Pyhra, Bezirk St. Pölten-Land

Titel der Rede: „Ist doch selbstverständlich!“

Kategorie: Klassische Rede Mittlere Schule

Hivda Simsek

BG Babenbergerring, Bezirk Wiener Neustadt

Titel der Rede: „Stimmen, die vergessen wurden“

Kategorie: Klassische Rede 8. Schulstufe

Katharina Höbart

PTS Zwettl, Bezirk Zwettl

Titel der Rede: „Frauen in Männerberufen“

Kategorie: Klassische Rede Polytechnische Schule

Ida Heger

LBS Waldegg, Bezirk Wiener Neustadt-Land

Titel der Rede: „Der Druck, perfekt zu sein“

Kategorie: Klassische Rede Berufsschule

Pauline Mayr

HLUW Yspertal, Bezirk Melk

Titel der Rede: „Brauchen wir Kunst?“

Kategorie: Spontanrede

Emilia Pfeiffer

BG Babenbergerring, Bezirk Wiener Neustadt

Titel der Rede: „Was wäre wenn ...“

Kategorie: Sprachrohr



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Stadtgemeinde Ternitz
Erlebnis-Parkbad Ternitz „blub“
2630 Ternitz
Brückengasse 2
02630/384 00
www.ternitz.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Erlebnisbad der Marktgem. Sieghartskirchen
3443 Sieghartskirchen
Badgasse 1
02274/24 60
gemeinde@sieghartskirchen.gv.at
www.sieghartskirchen.gv.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016


Erlebnisbad St. Peter in der Au
3352 St. Peter / Au
Gartenweg
07477/433 98
www.stpeterau.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Freizeitstadt Tulln Aubad
Tullner Freizeiteinrichtungen
3430 Tulln
Minoritenplatz 1
0664/80 69 03 33
sport@tulln.at
www.tulln.at/sport



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Sportbad der Marktgemeinde Seibersdorf
2443 Deutsch Brodersdorf
Obere Hauptstraße 8
02255/62 31, Fax 02255/63 31
gemeindeamt@marktgemeinde-seibersdorf.at
www.marktgemeinde-seibersdorf.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Naturerlebnisbad – Scharbachbad
3184 Türnitz
Badweg 12
02769/83 96
www.tuernitz.gv.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Freibad Neusiedl / Zaya
2183 Neusiedl / Zaya
Sportplatzstraße
02533/896 64
gemeindeamt@neusiedl-zaya.at
www.neusiedl-zaya.gv.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Freizeitzentrum Wieselburg
3250 Wieselburg
Stadionstraße 8
07416/527 40
office@wieselburg.at
www.wieselburg.gv.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Sommerbad Hadersdorf/ Kamp
3493 Hadersdorf am Kamp
Umfahrungsstraße 1
02735/34 00
gemeinde@hadersdorf-kammern.at
www.hadersdorf-kammern.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Erlebnisbad Stadt Haag
3350 Haag
Badgasse 2
07434/421 60
stadamt@haag.gv.at
www.stadthaag.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Wachaubad Melk
3390 Melk
Fürnbergstraße 12
02752/211 00-8144
wachaubad@stadt-melk.at
www.stadt-melk.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Erholungszentrum Blindenmarkter Auseen
3372 Blindenmarkt
Ausee 1–3
07473/22 17
www.blindenmarkt.gv.at
www.auseen.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

Erlebnisfreibad Kirchberg an der Pielach
3204 Kirchberg a. d. Pielach
Schlossstraße 1
02722/73 09 28
gemeinde@kirchbergpielach.at
www.kirchberg-pielach.gv.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
- GÜLTIG
- nur in Verbindung mit der Jugendkarte NO
SAISON 2016

ZwettlBad
3910 Zwettl
Schwaiger-Sisters-Weg 1
02822/521 75
zwettlbad@zwettl.gv.at
www.zwettlbad.at

* nur wenn Kapazität vorhanden



1 GRATIS TAGESEINTRITT
GÜLTIG
auf in Verbindung mit der Jugendkarte NÖ
SAISON 2025

Marktgemeinde Aspang Markt
2870 Aspang
Hauptplatz 12
02642/523 03
gemeindeamt@aspangmarkt.at
www.aspangmarkt.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
GÜLTIG
auf in Verbindung mit der Jugendkarte NÖ
SAISON 2025

Waldbad Himberg
2325 Himberg
Im Wäldchen 1
02235/862 18
www.himberg.gv.at



1 GRATIS TAGESEINTRITT
GÜLTIG
auf in Verbindung mit der Jugendkarte NÖ
SAISON 2025

Marktgemeinde Pitten
Schlossbad Pitten
2823 Pitten
Obere Feldstraße
02627/824 12
meldeamt@pitten.at
www.pitten.gv.at



**BÄDER
GÜTSCHHEINE**



ÖAMTC



Reise Service

Geld sparen

Führerschein App

GRATIS

Gratis Mitgliedschaft für alle von 15-19 Jahre

MITGLIED WERDEN

www.oeamtc.at/young

Stark ermäßigte Mitgliedschaft für alle von 20-23 Jahre

KAT&TAT BEIM AUTOKAUF

24/7 kostenlose Pannenhilfe



Impressum

Magazin zur Jugend:karte NÖ
Ausgabe 02/2025

Medieninhaber und Herausgeber:
Jugend:info NÖ, 3100 St. Pölten, Kremser Gasse 2

Tel.: 02742 / 245 65, www.jugendinfo-noe.at
Redaktion: Jugend:info NÖ, 3100 St. Pölten
Tel.: 02742 / 245 65

Druck: Gugler GmbH
3390 Melk / Donau, Auf der Schön 2

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
office@mstm.at, www.mstm.at



Besonders mutig? Das sind die skurrilsten Eissorten der Welt

Hierzulande werden die **Eissalons** immer kreativer, wenn es darum geht, neue Eiskreationen zu produzieren. Aber wusstest du, dass es weltweit Eissorten gibt, die richtig aus dem Rahmen fallen? Natürlich, andere Länder – andere Vorlieben. Aber für unsere Geschmacksknospen ist einiges davon so gar nicht geeignet, oder doch? Bereit für eine kleine Reise durch die verrückteste Eiswelt ever?



Ramen-Eis (Japan)



Ja, das gibt's wirklich: Eis, das aussieht wie eine Schüssel Ramen.

Was dahinter steckt:

- „Nudeln“ aus Vanilleeis
- „Brühe“ aus süßer Sauce
- Toppings aus Früchten oder Süßigkeiten

Mehr Show als Suppe – aber ziemlich kreativ.



Mochi-Eis (Japan)



Dieses Eis sieht aus wie ein kleines Kunstwerk: außen weich, innen eiskalt.

Mochi-Eis besteht aus einer Kugel Eis, die in süßen Reisteig eingewickelt ist.

Typische Sorten:

- **Matcha** (grüner Tee), **Mango** oder **Schwarzer Sesam**
- **Besonderheit:** Die Konsistenz ist leicht „gummiartig“ – komplett anders als das Eis, das du kennst.

Tintenfisch-Eis (Japan & Südkorea)



Das Land der exotischsten Eissorten ist zweifellos Japan. Hier mag man es auch mal fischig mit **Kraken-Eis** oder frittierten Austern im Softeis.

Das Eis enthält kleine **Oktopus-** oder **Tintenfischstückchen**.

Häufiger wird jedoch nur die schwarze Tinte des Tintenfisches verwendet, um das Eis tiefschwarz zu färben. Der Geschmack der Tinte ist eher salzig-würzig, was in Kombination mit der Süße vom Eis ein ungewöhnliches Aroma ergibt.



Knoblauch-Eis (USA)



Ja, wirklich: **Knoblauch-Eis**.

In den USA, das heißt vor allem beim Gilroy Garlic Festival, ist das ein echter Hit.

Klingt nach Mutprobe, ist aber tatsächlich eine Spezialität auf Festivals.

Geschmack: süß und leicht würzig, und dazu überraschend mild.

Chili-Schoko-Eis (Mexiko)



In Mexiko wird Eis oft mit Chili kombiniert, gerne mit Früchten wie Mango. Süß trifft scharf – das funktioniert besser, als man denkt.



Käse-Eis (Philippinen)



Auf den Philippinen ist Käse im Eis total normal. Oft kombiniert mit Ube (violetter Süßkartoffel) und/oder Milch-Eis schmeckt die Kombination aus süß und salzig wirklich gut.

Safran-Eis (Iran)



Ein Geschmackserlebnis wie aus Tausendundeiner Nacht ist persisches Safraneis mit Rosenwasser und Krokant. Der kühle Genuss aus dem Gewürz der Krokus-Blüte ist auch als raffiniertes Dessert für Gäste geeignet.

Weitere verrückte Sorten:

- **Wasabi-Eis** (Japan)
Schmeckt anders scharf als Chili – aber überraschend frisch
- **Bacon-Eis** (USA)
Geschmack: süß, salzig, rauchig
- **Tomaten Eis** (Italien)
Geschmack: frisch, leicht und herzhaft
- **Mais-Eis** (USA & Lateinamerika)
Geschmack: süß und leicht körnig
- **Krokodileier-Eis:** kommt von den Philippinen
- **Buttercreme mit Hummerstücken** aus New York
- **Dillgurken-Eis:** ist in North Dakota erhältlich
- **Burger-Eiscreme aus New York:** wird zusammengesetzt aus Kugeln mit dem Geschmack von Brot, Fleisch, Käse, Salat und Saucen
- **Zikaden-Eis:** in Missouri werden gekochte Insekten in Schokolade getunkt - und dann mit einer Eiscreme aus braunem Zucker und Butter serviert

Eis selbst machen

Cheap & easy und richtig gut

Wenn du jetzt richtig Lust bekommen hast, Eis zu essen und dich dabei auch noch kreativ auszuleben, haben wir ein paar Tipps, um schnell und kostengünstig dein eigenes Eis herzustellen.



Die 3 einfachsten Eis-Hacks

Das 1-Zutat-Eis

Du brauchst:

- reife Bananen

So geht's:

1. Banane in Stücke schneiden
2. einfrieren (mind. 3 Stunden)
3. mixen und fertig

Optional kannst du Kakao, Erdnussbutter oder Beeren hinzufügen.

Bonus:

cremig wie echtes Eis, ganz ohne Zuckerzusatz

Joghurt-Eis am Stiel

Du brauchst:

- Naturjoghurt
- etwas Honig oder Zucker
- Früchte (z. B. Erdbeeren, Mango)

So geht's:

1. alles verrühren
2. in Eisformen oder Becher füllen
3. Stiel rein, einfrieren

Bonus:

du entscheidest, wie süß dein Eis ist

Blitz-Eis im Gefrierbeutel

Du brauchst:

- Milch
- Zucker
- Vanille (optional)
- Eiswürfel und Salz
- 2 Gefrierbeutel (unterschiedlich groß)

So geht's:

1. Milchmischung im Beutel
2. in einen größeren Beutel mit Eis und Salz legen und
3. 5 bis 10 Minuten schütteln

Das ist halb Rezept, halb Experiment – und macht richtig Spaß.

Tipps für dein DIY-Eis

- **Übertreib's nicht mit dem Zucker** → sonst wird's hart statt cremig
- **Kleine Portionen einfrieren** → schneller fertig
- **Rühren nicht vergessen** (bei cremigem Eis) → verhindert Eiskristalle
- **Reste verwerten** → braune Bananen = perfektes Eis

Eis selbst zu machen ist nicht nur ein Spar - Tipp – es ist ein kleines Sommerprojekt. Du kannst ausprobieren, mixen und testen!

Dein Sommer, dein Eis

Wer weiß, vielleicht entwickelst du ja ganz zufällig deinen neuen Lieblingsgeschmack!



HOL DIR JETZT DIE
JUGEND:KARTE NÖ

- » kostenloser Altersnachweis
- » viele Ermäßigungen in ganz NÖ
- » tolle Gewinnspiele und vieles mehr ...



JUGEND:INFO NÖ

Kremser Gasse 2, 3100 St. Pölten

02742/245 65 | info@jugendinfo-noe.at

jugendinfo-noe.at

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