

A man wearing a purple baseball cap and a grey t-shirt is leaning over a workbench in a workshop. He is looking directly at the camera with a serious expression. The background shows industrial equipment and wooden structures.

Y

LONG COVID
DIE LANGEN SCHATTEN
VON CORONA

SCHULDEN
EIN LEBEN IM MINUS

MÄNNER

UND IHR JOB

MAGAZIN FÜR MÄNNER - KATHOLISCHE MÄNNERBEWEGUNG - AUSGABE 01/2025



Bildung
überwindet
Armut!



JUGEND
EINE
WELT

HELFEN SIE MIT EINEM ZINSENLOSEN DARLEHEN

Weltweit haben Millionen von Kindern keinen Zugang zu Bildung.

Mit Ihrem zinsenlosen Darlehen ermöglichen Sie Jugend Eine Welt nachhaltige Projekte und Programme der Entwicklungszusammenarbeit umzusetzen.

Danke für Ihr Vertrauen in unsere Arbeit!

Fordern Sie jetzt detailliertes Informationsmaterial an oder lassen Sie sich persönlich beraten:
darlehen@jugendeinewelt.at | Tel. +43 (1) 879 07 07 - 43 | www.jugendeinewelt.at/darlehen

Anzeigen

Lebe deinen Traum!

Rein damit. Weg damit.

Haus(um)bau, Renovierung, Entrümpelung oder Gartenneugestaltung und deine Mülltonne ist hoffnungslos überfordert?

Organisiere deine Abfallentsorgung jetzt einfach online unter wastebbox.at!



wastebbox.at
Part of *Saubermacher*

Ab sofort
auch attraktive
Angebote
für Betriebe!



GRAWE MyMED

Die neue **Gesundheits-**
versicherung.

**SCHÖN,
DASS ES
DICH GIBT!**



grawe.at/mymed

GRAWE

Da Gesundheit das höchste Ziel ist, bezeichnen wir unsere Krankenversicherung als Gesundheitsversicherung.





Wesentliche Aspekte von Arbeit sind ein gutes Arbeitsumfeld, entsprechende Bildung und Ausbildung, ausreichendes Einkommen und entsprechende Leistungsbereitschaft.

MÄNNER UND ARBEITSWELT

Liebe Y-Leser und -Leserinnen!

Bevor man sich mit der „Arbeitswelt“ auseinandersetzt, ist es wichtig, den Begriff „Arbeit“ näher zu definieren. Meistens wird damit die Erwerbsarbeit gemeint. Und in diesem Zusammenhang gibt es für Männer viele gute Nachrichten: Wer eine entsprechende Facharbeiterausbildung hat, findet Arbeitsmöglichkeiten in Industrie oder Gewerbe. Diese Berufe werden meist gut entlohnt. Problematisch ist der Verlust des Arbeitsplatzes. Die derzeitige wirtschaftliche Lage in Österreich ist in dieser Hinsicht besorgniserregend.

Besonders viele Männer engagieren sich ehrenamtlich in Vereinen und Organisationen, bei der KMB und in der Pfarre. Hier wird Großartiges geleistet. Offene Fragen gibt es bei den Anforderungen im privaten Bereich: Kindererziehung und Pflege wird überwiegend von Frauen geleistet. Bei Väterkarenz oder Pflegefreistellungen gibt es noch viel Aufholbedarf, trotz mancher Anreize für Männer ist diese „Arbeit“ noch viel zu einseitig verteilt. Es gibt aber Hoffnung, dass sich in diesem Bereich in den nächsten Jahren einiges zum Positiven verändert.

FRANZ JOSEF BRUNNADER | OBMANN DER KMB-STEIERMARK



INHALT

SCHWERPUNKT

MÄNNER UND ARBEIT

- 04 MÄNNER UND IHR JOB**
Eine enge Liaison
- 07 GOTT BEWEGT**
Und Gott sah, dass es gut war
- 09 X AN Y**
Reden wir übers Geld

- 10 SCHULDEN**
Ein Leben im Minus
- 12 LONG COVID**
Die langen Schatten von Corona
- 14 KURZ UND GUT**
- 16 HEILIGES JAHR 2025**
Pilger der Hoffnung

DAS NÄCHSTE YPSILON ERSCHEINT
AM **26.03.2025.**
SCHWERPUNKT: GLAUBENSZEUGNISSE

A close-up photograph of a man with a beard and a brown cap, wearing a plaid shirt. He is focused on his work, using a hand tool to shape a piece of wood on a workbench. The background is slightly blurred, showing a workshop environment.

MÄNNER UND IHR JOB

EINE ENGE LIAISON





OB AM FLIEßBAND, IM BÜRO ODER AM BAU: DER BERUF IST FÜR VIELE MÄNNER IDENTITÄTSSTIFTEND. TIEF VERANKERT IST NACH WIE VOR DIE ROLLE DES FAMILIEN-ERNÄHRERS, AUCH WENN SICH IMMER MEHR MÄNNER UND FRAUEN ERWERBS- UND CARE-ARBEIT AUFTEILEN.

SANDRA LOBNIG



WER SICH MIT SEINEN IDEEN UND VORSTELLUNGEN AM ARBEITSPLATZ GAR NICHT EINBRINGEN KANN, WIRD SICH IM JOB NICHT WOHLFÜHLEN. EIN GEWISSES MASS AN TRANSPARENZ, TEILHABE UND MITBESTIMMUNG IST SEHR WICHTIG.

**MARTIN HOCHEGGER,
LEITER DES MÄNNERNOTRUFES GRAZ**

Sie sind witzig, nicht ganz ernst gemeint – und man findet sich möglicherweise sogar selbst in ihnen wieder: In den sozialen Medien kursieren unzählige Videos, die die Motivation im Job quer durch die verschiedenen Generationen thematisieren. Da startet zum Beispiel der ältere Arbeitnehmer morgens motiviert in den Arbeitstag und kommt erst abends wieder heim, während die Jungen sich in der Früh ins Büro plagen und ihre Arbeit zeitig beenden. Die Botschaft: Die Alten sind übereifrig, die Jugend arbeitet nur Teilzeit und hat vor allem ihre Freizeit im Kopf.

Dass solche Spaßvideos verallgemeinern und der Realität nicht ganz entsprechen, liegt in ihrer Natur. Kürzlich untermauerte das auch eine wirtschaftssoziologische Untersuchung der Universität Wien: In Wahrheit unterscheiden sich Alt und Jung, was ihr Arbeitsethos betrifft, nämlich gar nicht so sehr. Die Jungen nehmen Erwerbsarbeit ebenfalls sehr ernst. Was sie aber anders machen: Sie trauen sich eher, am Arbeitsplatz ihre Vorstellungen klar zu kommunizieren und sagen etwa, wenn sie nicht zu Überstunden bereit sind oder lieber von zu Hause aus arbeiten möchten – anders als die Generationen davor.

STARKE IDENTIFIKATION

Aber nicht allein das Alter hat Einfluss auf die Perspektive, mit der Menschen auf Erwerbsarbeit blicken. Eine wesentliche Rolle spielt auch das Geschlecht. Männern sagt man ein ausgesprochen enges Verhältnis zu ihrem Job nach. „Für viele Männer ist ihre Arbeit tatsächlich massiv identitätsstiftend“, bestätigt Martin Hochegger, Leiter des Männernotrufs Graz und Vorstand der Katholischen Arbeiterbewegung in der Steiermark. „Sie definieren sich tendenziell stärker als Frauen über ihre Arbeit und ziehen verstärkt ihren Selbstwert daraus.“ Bröckelt dieser Identitätspfeiler oder fällt er durch Arbeitslosigkeit oder mit Pensionsantritt weg, kann das Männer in eine tiefe Krise stürzen.

Genauso nagen Unzufriedenheit im Job und das Gefühl, nicht ausreichend gefordert zu sein, am männlichen Selbstwertgefühl. Oder mangelnde Wertschätzung: „Wer sich mit seinen Ideen und Vorstellungen am Arbeitsplatz gar nicht einbringen kann, wird sich im Job nicht wohlfühlen. Ein gewisses Maß an Transparenz, Teilhabe und Mitbestimmung ist sehr wichtig.“ Dazu muss man nicht unbedingt im Chefsessel sitzen. „Wenn ein Fließbandarbeiter merkt, dass sein Beitrag im Unternehmen wahrgenommen wird, wenn er sich im Team wohlfühlt und Spaß an seiner Arbeit hat, wird er möglicherweise zufriedener sein.“

KATHOLISCH: ARBEIT ZUR SELBSTVERWIRKLICHUNG

Auch in der jungen Generation ticken Männer und Frauen in Bezug auf den Beruf teilweise unterschiedlich, wie die Ergebnisse der deutschen Shell Jugendstudie 2024 zeigen. Nach ihren Wünschen für ihr späteres Berufsleben gefragt, nennen junge Männer den materiellen Nutzen ihrer Arbeit, also ein hohes Einkommen und gute Aufstiegschancen, als einen der relevantesten Faktoren. Bei den jungen Frauen hingegen stehen der soziale Nutzen und die Vereinbarkeit von Beruf und Familie im Vordergrund.

Sowohl Frauen als auch Männer wünschen sich einen Beruf, der sie erfüllt. Frauen sind eine Spur idealistischer und legen tendenziell mehr Wert darauf, sich in ihrem Job für andere einzusetzen. Arbeit zur Selbstverwirklichung? Das ist kein modernes Phänomen, sondern zutiefst katholisch. So schreibt Johannes Paul II. 1981 in der Enzyklika Laborem Exercens, dass der Mensch immer „das eigentliche Subjekt der Arbeit“ bleibt. Alle Handlungen, die zum Arbeitsprozess gehören, müssen ihm zur Verwirklichung seines Menschseins dienen. Die Arbeit ist ein „Gut für den Menschen“, durch das er „mehr Mensch wird“.

IDEE DES „FAMILIERNÄHRERS“ TIEF VERWURZELT

Dass Männlichkeit und Erwerbsarbeit über Jahrhunderte eng miteinander verwoben waren, wird an der gesellschaftlich tief verwurzelten Idee des Familiernährers deutlich. Lange war es ausschließlich der Mann, der die materielle Verantwortung für seine Familie trug, während sich die Frau um die innerfamiliären Angelegenheiten kümmerte. Dieses Rollenverständnis ist zwar schon lange im Wandel, der Prozess aber noch nicht abgeschlossen.

Das zeigt eine Untersuchung der Universität Bielefeld. Männer wurden in Gruppendiskussionen danach gefragt, was Mannsein für sie bedeutet. Die Rolle des Familiernährers kommt ihnen dabei sofort in den Sinn. Wie sie sie bewerten, ist uneinheitlich. Einerseits stuften sie sie als traditionell und zum Teil überholt ein, andererseits können sich einige der Befragten durchaus damit identifizieren. Andere wiederum erleben sie als belastend und distanzieren sich.

Dass sich das Bild des Familiernährers gewandelt hat, zeigt sich in der Beteiligung von Männern an der unbezahlten Arbeit zu Hause, die seit den 1960er Jahren gestiegen ist. Während sich das familiennährende Oberhaupt davor kaum an der Haus- oder Fürsorgearbeit beteiligt hat, teilen sich immer mehr Männer und Frauen heute die sogenannte Care-Arbeit auf.

GROßER DRUCK, MULTIPLE KRISEN

In vielen Familien mit Kindern sind Männer zwar nach wie vor die Hauptverdiener, sie waschen aber auch die Wäsche und das Geschirr und bringen abends die Kinder ins Bett. Männer wollen Zeit für Familie und Kinder haben, nicht bloß Zaungast in der eigenen Familie sein. „Ältere Männer sind hier noch ganz anders sozialisiert“, sagt Martin Hohegger. „Es ist also auf jeden Fall eine Generationenfrage, wie sehr sich Männer an den Arbeiten zu Hause beteiligen.“

Von einer gerechten Aufteilung von Erwerbs- und Fürsorgearbeit sind die meisten heutigen Väter und Mütter aber weit entfernt. Immer noch erledigen Frauen einen Großteil der Haushaltstätigkeiten, der Kinderbetreuung und der Pflege älterer Familienangehöriger. Bei aller Klage über die ungleiche Aufteilung von Erwerbs- und Care-Arbeit in Familien darf eines nicht übersehen werden: Der Belastungsgrad von Männern, vor allem von Vätern, hat in den vergangenen Jahrzehnten stark zugenommen. Ihr Dilemma: Sie wollen zu Hause präsent sein und spüren gleichzeitig den Anspruch, im Job zu performen und nicht zuletzt – Stichwort „Familiernährer“ – ihre Familie materiell abzusichern. „Männer fühlen sich dadurch oft unter großem Druck. Gerade in Zeiten der multiplen Krisen, wie wir sie gerade erleben“, sagt Hohegger. So sehr Familie und Beruf vor diesem Hintergrund in Konkurrenz zueinander zu stehen scheinen, ist die Familie letztlich im Leben von Männern am wichtigsten. „Die Familie ist sehr oft ihr Hort der letzten Sicherheit. Droht der zu zerbrechen, geht es ihnen sehr schlecht.“

UND GOTT SAH, DASS ES GUT WAR. (GENESIS 1, 26)

Bert hatte sich das anders vorgestellt: Vier Tage arbeiten, die nächsten drei frei, manchmal sogar mehr, weil ja genug Stunden anfallen. Das Familienleben mit Barbara und den beiden kleinen Kindern war ihm wichtig.

Aber dann war er immer wieder so müde, dass er zumindest einen Tag zur Erholung brauchte. Es war Montagearbeit beim Fertigteil-Hausbau. Jeder in der Partie fasste an, jeder wollte nach Hause kommen, bei der Familie sein. Je schneller sie ihr Werk taten, umso eher war dies der Fall. Außerdem winkte noch eine Prämie. Tempo macht sich eben bezahlt! Und dann passierte, was sich niemand wünscht: Willi, der Partieführer, sein Arbeitskollege, Mitte 40, hatte einen Herzinfarkt – auf der Baustelle. Die Wochen danach waren für alle Kollegen schwer. In der Arbeit wurde Willi schnell ersetzt, aber Willi kommt nicht mehr in die Firma zurück, zu schwer hat es ihn erwischt. Bert kündigt, ohne zu wissen wohin. Was er aber sehr wohl weiß: Diesen Preis will er nicht bezahlen.

Er will so nicht mehr. Er hat keine Lust mehr für irgendeine Tätigkeit tagelang weg zu sein und damit auch von den Kindern. So fragt er sich, ob es sich lohnt, täglich wertvolle Lebenszeit mit Pendeln zu vergeuden, um dann eine Tätigkeit zu erbringen, von der er nicht wirklich sagen kann: Ja, es war gut! Auch einige in seinem Freundeskreis denken mittlerweile ähnlich.

In der Enzyklika „Über die menschliche Arbeit“ (Laborem exercens) heißt es: „So ist in erster Linie die Arbeit für den Menschen da und nicht der Mensch für die Arbeit.“ Wechseln wir daher einmal die Sichtweise und stellen uns die Szene einer Bewerbung vor, in der Bert beim Vorstellungsgespräch nach den Bedingungen und Vorzügen eines möglichen Arbeitsplatzes fragt, um am Ende des Gespräches festzustellen: „Ihre Firma kommt in meine nähere Auswahl. Sie hören von mir.“



KARL IMMERVOLL

BUNDESSELSORGER DER
KATHOLISCHEN ARBEITNEHMER:INNEN
BEWEGUNG ÖSTERREICHS (KABÖ)

ARBEITSLOSIGKEIT: „PROBLEM DER MÄNNER“

Doch nicht allein das Bemühen um Vereinbarkeit treibt das Stresslevel in die Höhe. „Beschleunigungsprozesse in der Wirtschaft erhöhen den Druck auf Arbeitnehmer stark“, sagt Hochegger. Herausfordernd seien darüber hinaus die rasanten technischen Veränderungen in der Arbeitswelt, allen voran Digitalisierungsprozesse. „Viele Arbeitnehmer sehen sich gezwungen, laufend Neues dazu zu lernen. Nicht allen fällt das leicht.“

Besonders herausgefordert sind jene Männer, die von Arbeitslosigkeit betroffen sind. Eine Studie des AMS und dem Österreichischen Institut für Familienforschung bezeichnet Arbeitslosigkeit sogar als „Problem der Männer“. Es nimmt sie tendenziell stärker mit als Frauen, wenn sie ihren Job verlieren. Das liegt an der hohen Identifikation mit dem Job und daran, dass Männer in ihren Familien oft Hauptverdiener sind. Der Druck, schnell wieder einen Job zu finden, ist damit groß. Verglichen mit der Arbeitslosigkeit von Frauen wirkt sich jene von Männern in stärkerem Ausmaß destabilisierend auf ihre Partnerschaft und die gesamte Familie aus. So ziehen etwa erwachsene Kinder früher aus, wenn der Vater keinen Job hat.

MÄNNER ALS ARBEITGEBER

Einen weiteren Aspekt bringt Paul Röttig von der Katholischen Männerbewegung der Diözese Eisenstadt ein: Männer sind nicht nur Arbeitnehmer, sondern auch Arbeitgeber. Röttig war Personalmanager in großen Unternehmen, die massiven Personalabbau durchgeführt haben. Bei Entlassungen, aber auch bei freiwilligem Jobwechsel von Mitarbeitern wurde ihm eines deutlich: Man darf nicht auf jene Mitarbeiter vergessen, die im Unternehmen bleiben. „Nicht nur die, die ihren Job verlieren und das Unternehmen verlassen, brauchen Fürsorge, auch die, die zurückbleiben.“ Denn die Arbeit, die erledigt werden muss, verschwindet nicht mit dem scheidenden Mitarbeiter. Sie muss von den ehemaligen Kollegen im Unternehmen neu aufgeteilt und übernommen werden.

Dieser Prozess sei durchaus intensiv und dürfe nicht vernachlässigt werden. Geht es um Personalabbau, sagt Röttig, müssen sich die Unternehmensführung und all jene, die bei Entlassungen beteiligt sind, ihrer moralischen Verantwortung bewusst sein. Der, der entlassen wird, ist nicht nur Mitarbeiter, sondern auch Mensch – das dürfe man nicht vergessen. **V**

**BETRIEBSSEELSORGE****EIN EINBLICK VON THOMAS HAMMERL AM STANDORT VOESTALPINE**

Ins Werk hinaus gehen und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter direkt an ihrem Arbeitsplatz besuchen: Das ist der Hauptauftrag der Betriebsseelsorge der Diözese Linz am Industriestandort voestalpine. Seit 70 Jahren ist die Betriebsseelsorge mit einem Seelsorgezentrum und Seelsorgerinnen und Seelsorgern Teil der Unternehmenskultur – und hat für die Anliegen der Mitarbeiter ein offenes Ohr, ganz unabhängig davon, welcher Konfession diese angehören. „Wenn wir die Arbeiter und Angestellten an ihrem Arbeitsplatz besuchen, ist das für diese oft eine angenehme Unterbrechung im Arbeitsalltag“, sagt Betriebsseelsorger Thomas Hammerl, „manchmal erzählen die Mitarbeiter dabei auch geradeheraus, was sie bewegt.“ Das können Sorgen um die Zukunft sein oder Themen, die sie unmittelbar betreffen, wie die Schichtarbeit, die den Lebensrhythmus vieler im Unternehmen stark prägt.

Neben der Arbeit sei Privates genauso oft Gesprächsthema. Job und Familie ließen sich eben nicht einfach trennen. „Wir merken, dass es Männern oft nicht so leichtfällt, ihre Gefühle in Worte zu fassen“, sagt Hammerl. „Gleich-

zeitig ändert sich aber gerade das Bild vom Mann, der meint, alles allein schaffen zu müssen, und immer mehr Männer sind bereit, sich Hilfe zu holen, wenn es notwendig ist.“

KULTUR DES ABSCHIEDNEHMENS

Gefragt ist die Betriebsseelsorge vor allem dann, wenn Mitarbeiter versterben. „Vor Kurzem erzählte mir ein Angestellter, dass sein Bürokollege überraschend gestorben ist. Am Vortag hat dieser sich noch mit einem ‚Bis morgen‘ verabschiedet“, sagt Hammerl. Im Arbeitsalltag Raum zum Trauern zu finden, sei nicht immer einfach. Die Arbeit müsse ja trotzdem erledigt werden, noch mehr sogar, da nun auch ein Kollege fehlt. „In einer solchen Situation wird deutlich, dass der Mensch nie als Maschine gesehen werden darf und nicht einfach austauschbar ist.“

Im Unternehmen gebe es eine gut funktionierende Kultur des Abschiednehmens. In den von der Betriebsseelsorge angebotenen Trauergesprächen können die Kollegen das aussprechen, was sie beschäftigt. „Das sind Sätze wie ‚Ich kann noch gar nicht begreifen, dass er nicht mehr kommt‘ oder ‚Draußen steht noch sein Dienstfahrrad – ich schaffe es nicht, es wegzubringen‘. Das auszusprechen, schafft Verbundenheit zwischen den Kollegen.“ Letzte Worte, Erinnerungen, die Würdigung des Verstorbenen und Freundschaft fänden immer ihren Platz – auch im dichten Arbeitstag.



FRAUEN UND MÄNNER IN DER ARBEITSWELT

EIN VERGLEICH

Ausmaß der Erwerbstätigkeit. 78 Prozent aller Männer im erwerbsfähigen Alter sind erwerbstätig, bei den Frauen sind es knapp über siebzig Prozent. Die Hälfte der Frauen sind teilzeitbeschäftigt, mit 13,4 Prozent liegt die Teilzeitquote bei Männern deutlich darunter. Während Frauen als Grund für Teilzeitarbeit an erster Stelle Betreuungspflichten für Kinder oder pflegebedürftige Angehörige angeben, ist es bei Männern die berufliche Aus- und Weiterbildung oder insgesamt der Wunsch, nicht vollzeitbeschäftigt zu sein.

Branchen. Die Segregation des Arbeitsmarktes anhand des Geschlechts, das heißt die Aufteilung in „typische Männer- und Frauenberufe“, ist in Österreich stark ausgeprägt. Männer sind am häufigsten in der Herstellung von Waren, im Bau und im Handel beschäftigt, Frauen in der öffentlichen Verwaltung, im Gesundheits- und Sozialwesen und im Handel.

Einkommen. Der Gender-Pay-Gap, der die geschlechtsspezifischen Lohnunterschiede angibt, ist hierzulande im vergangenen Jahrzehnt zwar gesunken, im EU-Schnitt aber trotzdem relativ hoch. Beschränkt man den Vergleich auf ganzjährig Vollzeitbeschäftigte, dann lagen 2022 die mittleren Bruttojahreseinkommen von Frauen bei 43.713 Euro, bei Männern bei 49.902 Euro – das sind um 12,4 Prozent weniger. Besonders stark auf den Gender-Pay-Gap wirkt sich aus, dass Frauen vermehrt in Branchen mit geringeren Verdienstmöglichkeiten arbeiten.

Karenz. Der Anteil an Männern, die nach der Geburt eines Kindes Kinderbetreuungsgeld beziehen, ist seit 2017 rückläufig. Derzeit sind es rund 16 Prozent, im Vergleich dazu: 2017 waren es etwa 20 Prozent. Frauen gehen durchschnittlich zwischen 18 und 24 Monate in Karenz. Nur ein Prozent der Männer unterbricht die Erwerbstätigkeit nach der Geburt eines Kindes für sechs Monate oder länger.

Pensionen. Im Jahr 2023 lag die Höhe der Alterspension bei Frauen bei 1.409 Euro und bei Männern bei 2.374 Euro brutto. Männer gehen im Durchschnitt mit 62,2, Frauen mit 60,2 Jahren in Pension.

X A N Y

REDEN WIR ÜBERS GELD!

Die Einkommensschere zwischen Frauen und Männern klafft weit auseinander – und schließt sich beim jetzigen Tempo erst in 300 Jahren. Frauen in Österreich arbeiten 61 Tage im Jahr gratis im Verhältnis zu den Männern und verdienen damit im Durchschnitt um ca. 10.000 Euro pro Jahr weniger. Warum?

Ist die Arbeit von Frauen weniger wert? Sind diese Jobs nicht relevant für unsere Gesellschaft? Ganz im Gegenteil: Es sind die Frauen, die überwiegend in systemrelevanten Berufen arbeiten und damit unsere Gesellschaft am Laufen halten: Lehrerinnen und Pädagoginnen, Reinigungskräfte, Pflegepersonal, Handelsangestellte u. v. m. Genau diese Berufe sind jedoch häufig schlecht bezahlt und haben niedrige Löhne.

Viele dieser Berufe zählen zur „Care-Arbeit“ – Arbeit, bei der Menschen für andere Menschen sorgen. Dazu zählt neben der bezahlten Erwerbstätigkeit auch unbezahlte Care-Arbeit. Wenn Frauen nicht mehr kochen, putzen, waschen und sich um die Kinder und ältere Menschen kümmern, dann würde unsere Gesellschaft und unsere Wirtschaft nicht mehr funktionieren. Denn der Großteil dieser „unsichtbaren“ Arbeit wird von Frauen geleistet – aber finanziell nicht honoriert. Sollte uns die Care-Arbeit nicht mehr wert sein?

Sich als Mann für Frauen einzusetzen, ist bestimmt herausfordernd. Für unser Einkommen noch schwieriger. Doch ist dieser Unterschied gerecht? Männer, nutzt eure Möglichkeiten für Transparenz der Gehälter in euren Unternehmen, für verpflichtende Frauenquoten statt gläserner Decken, für höhere Bezahlung in weiblich dominierten Branchen, für Betreuungsplätze aller Art und für eine faire Verteilung/Bezahlung der Care-Arbeit zuhause. Es geht um die gemeinsame Kraft für Veränderungen. Jetzt und nicht erst in 300 Jahren.



MARTHA STOLLMAYER
BETRIEBSSEELSORGERIN UND
REFERENTIN IM TEAM MENSCH & ARBEIT
DER DIÖZESE LINZ



SCHULDEN

EIN LEBEN IM MINUS

ES GIBT VIELE GRÜNDE, WARUM MENSCHEN MEHR GELD AUSGEBEN, ALS SIE HABEN. WER ÜBERSCHULDET IST, SOLLTE SICH UNBEDINGT UNTERSTÜTZUNG HOLEN. STAATLICHE SCHULDENBERATUNGSSTELLEN HELFEN KOSTENLOS. **SANDRA LOBNIG**

Die Miete ist fällig, auch die Rate für den neuen Fernseher und blöderweise ist jetzt auch noch die Kaffeemaschine eingegangen. Alles auf einmal. Wäre es nicht möglich, den Überziehungsrahmen am Konto etwas zu erhöhen? Solche Anfragen gehören zum Alltag in den österreichischen Bankfilialen.

Besonders für Menschen mit geringem Einkommen und ohne finanzielle Reserven ist es schwierig, sich das Leben zu finanzieren. Ihre Ausgaben übersteigen schnell einmal die Einnahmen. „Menschen, die von Arbeitslosigkeit betroffen sind, eine kleine Pension erhalten oder im Niedriglohnsektor arbeiten, verschulden sich deshalb eher als andere“, bestätigt Clemens Mitterlehner, Geschäftsführer der ASB Schuldnerberatungen, der Dachorganisation der staatlich anerkannten Schuldenberatungen: „Zu uns kommen grundsätzlich Menschen aller Herkunft und Berufssparten. Jene, die nur Pflichtschulabschluss haben, kommen aber gehäuft.“

Mitterlehner hat es jedoch auch häufig mit Menschen zu tun, die gar nicht schlecht verdienen, aber nicht gut mit Geld umgehen können. Sie sind fast permanent im Minus und nehmen hohe Überziehungszinsen in Kauf. Erst wenn das 13. und 14. Gehalt kommt, haben sie wieder etwas Polster am Konto.

FINANZBILDUNG

Die Basis für den richtigen Umgang mit dem Geld wird bereits im Kindesalter gelegt. Wird zu Hause über Geld gesprochen und bekommen die Kinder mit, wie ihre Eltern Einnahmen und Ausgaben gegenüberstellen, dann tun sie sich später mit ihren Finanzen leichter. Ein ideales Werkzeug, um den Umgang mit Geld zu üben, ist das eigene Taschengeld: „Trifft ein Neunjähriger eine falsche Konsumententscheidung, entsteht ein Schaden von fünf Euro. Später können das fünfhundert oder mehr sein, wenn man nicht gelernt hat, sich vor einer solchen Entscheidung Gedanken zu machen“, sagt Mitterlehner.

Finanzbildung sollte darüber hinaus vermehrt Teil der Schulbildung sein. Heranwachsende sollen lernen, wie man Einnahmen und Ausgaben gegenüberstellt, wie ein Kontostand zu interpretieren ist und welche Auswirkung die Kaufentscheidung von heute auf die zukünftigen finanziellen Möglichkeiten hat. Genauso wichtig ist die Fähigkeit, Bedürfnisse aufzuschieben, wenn man gerade keine Mittel hat, um sie zu finanzieren. Ob mit achtzehn, achtunddreißig oder achtzig Jahren: Ein neues Handy sollte nur gekauft werden, wenn man es bezahlen kann, und den Urlaub sollte man erst buchen, wenn es die Finanzen erlauben.

HOHE ZINSEN BEI KONSUMKREDITEN

Nach dem Motto „Kauf jetzt, zahl später“ wird es uns allerdings leicht gemacht, Konsumwünsche sofort zu erfüllen: Das Möbelhaus verkauft die Wohnlandschaft und den Kredit dafür gleich mit, auch das Smartphone gibt es auf Raten. „Über den Kredit werden Menschen in die Lage versetzt, sich Dinge zu kaufen, die sie sich eigentlich nicht leisten können“, so Clemens Mitterlehner. Das Problem: Die Zinsen solcher Konsumkredite sind meistens sehr hoch. Selbst bei „Null-Prozent-Finanzierungen“ fallen Gebühren an, die sich im Vertrag häufig im Kleingedruckten verstecken. Dazu kommt, dass viele Konsumenten nicht nur einen, sondern drei, vier oder sogar mehr solcher Kredite laufen haben. Das summiert sich und kann schnell unübersichtlich werden. Von Konsumkrediten rät Mitterlehner ganz klar ab. „Sie sind für viele Menschen die Einstiegsdroge in die Überschuldung, weil sie in die Schuldenfalle führen.“

NICHT ALLE SCHULDEN SIND PROBLEMATISCH

Sind Schulden – ob bei der Bank, beim Möbelhaus oder dem besten Freund – also unter allen Umständen zu vermeiden? Es kommt darauf an. Kaum jemand kann sich eine Immobilie mit Erspartem kaufen. Dafür einen Kredit aufzunehmen – nachdem man sich alles sorgfältig durchgerechnet und einen Puffer eingeplant hat –, ist sinnvoll. Die Bank informiert nicht nur über die Konditionen, sondern hilft außerdem, eine Haushaltsrechnung zu erstellen und realistische Kreditraten zu berechnen.

Die Vorgaben der Finanzmarktaufsicht sind ohnehin streng: Die Rate darf maximal 40 Prozent des Einkommens ausmachen, darüber hinaus müssen 20 Prozent der Kreditsumme als Eigenmittel eingebracht werden. Kann man sich trotz sorgfältiger Kalkulationen die Abzahlungsraten nicht mehr leisten, könnte man die Immobilie verkaufen. „Da hat man wenigstens einen Gegenwert“, sagt Clemens Mitterlehner. Konsumgüter wie Fernseher oder Autos verlieren hingegen an Wert, bevor man sie ansatzweise abbezahlt hat.

Wann werden Schulden problematisch? Wer einmal aufgrund einer überraschend anstehenden Autoreparatur sein Konto überzieht und es zeitnah wieder ausgleicht, muss sich normalerweise keine Sorgen machen. Wer ständig im Minus ist oder sogar Monat für Monat stärker ins Minus seines Kontos rutscht, schon eher. Auch wer sein Leben nur bestreiten kann, wenn er Freunde oder Familienmitglieder um Geld anpumpt, hat ein Problem. In diesem Fall sollte man sich auf jeden Fall Unterstützung holen.

UNTERSTÜTZUNG SUCHEN

Mit dem Partner oder der Partnerin zu reden, kann schon einmal der erste Schritt sein. Auch die Bank ist eine gute Anlaufstelle, wenn einem die offenen Rechnungen über den Kopf wachsen. Man kann etwa hohe Schulden im Überziehungsrahmen in einen Kredit zu besseren Konditionen umschulden. Den Kopf in den Sand stecken, ist die schlechteste Option. Dadurch werden die Probleme leider nicht kleiner, sondern immer größer.

Viele, so Clemens Mitterlehner, verpassen den richtigen Zeitpunkt und rutschen immer tiefer in die Schuldenfalle. „Wenn das alles nichts hilft, sollte der Weg zur staatlich anerkannten Schuldenberatung führen.“ Dort werfen die Mitarbeiter mit den Betroffenen einen genauen Blick auf alle Einnahmen und Ausgaben und spüren Einsparungspotenziale auf. Dann werden Prioritäten gesetzt. Höchste Priorität haben dabei immer jene Schulden, die die Existenz gefährden können. Das sind die Miete, Energiekosten oder Strafmandate. Sie müssen zuerst bezahlt werden. Und dann geht es – mit einem guten Plan ausgestattet – endlich wieder bergauf. **V**

WIE MAN DER SCHULDENFALLE ENTKOMMT. EINE CHECKLISTE:

Einnahmen und Ausgaben auflisten. Ein Haushaltsbuch hilft dabei. Auf www.budgetberatung.at gibt es einen Online-Budgetrechner und Excel-Vorlagen. Bei den Schuldenberatungsstellen gibt es Formulare.

Ausgaben überdenken. Was ist wirklich notwendig? Gibt es Einsparungsmöglichkeiten?

Einnahmen überprüfen. Hat man Ansprüche auf Sozialleistungen oder Unterstützungen, die noch nicht ausgeschöpft wurden? Wurde in den letzten Jahren ein Steuerausgleich gemacht?

Den Überblick bewahren. Alle Schulden sowie offene Mahnungen auflisten – Formulare gibt es bei den Schuldenberatungsstellen. Gefährliche Schulden wie Mietrückstände vorrangig behandeln.

Keine weiteren Schulden machen. Bargeld nutzen, um das Bewusstsein für Ausgaben zu stärken. Sich für jede Woche ein Budget setzen. Spontankäufe und Kontoüberzüge vermeiden.

Sich möglichst bald Hilfe holen. Zum Beispiel die Budget- oder die Schuldenberatung aufsuchen.

SCHULDENBERATUNG:

Die 69 Beratungsstellen der staatlich anerkannten Schuldenberatungsstellen in Österreich arbeiten kostenlos, sind öffentlich gefördert, der Verschwiegenheit verpflichtet und durch ein Gütezeichen erkennbar.

2023 haben mehr als 60.500 Menschen die Beratung in Anspruch genommen, in 8.857 Fällen wurde ein Schuldenregulierungsverfahren (Privatkonkurs) eröffnet. Dieses bietet überschuldeten Personen die Chance auf einen finanziellen Neuanfang. **www.schuldenberatung.at**

DIE LANGEN SCHATTEN VON CORONA

SIE SIND LEISTUNGSBEREIT UND WOLLEN AKTIV AM LEBEN TEILHABEN, JEDOCH SIND SIE IN EINEM KÖRPER GEFANGEN, DER DAS EINFACH NICHT ZULÄSST: MENSCHEN MIT LONG COVID.

SYLVIA NEUBAUER



„Meine Covid-Infektion im Juli 2022 ist mild verlaufen“, erzählt Florian Gottlieb. „Ich hatte zwei Tage hohes Fieber sowie starke Kopf- und Gliederschmerzen, danach ging es mir schnell wieder gut. Nach zehn Tagen bin ich mit meiner Freundin zum Schwimmen und Stand-up-Paddeln gefahren. Auch da war noch alles in Ordnung. Erst tags darauf hatte ich das erste Mal einen Crash mit starker Benommenheit und hohem Puls. Es fühlte sich wie ein Wiederaufflammen sämtlicher Infekt-Symptome an.“

Das ist eine der Besonderheiten von Long COVID: Im Organismus sind die Viren längst nicht mehr nachweisbar, doch die Symptome dauern an. Über Wochen und Monate, manchmal sogar über Jahre. Nahezu jedes Organ kann betroffen sein – vom Gehirn über Herz und Lunge bis hin zu den Muskeln. In seinen vielen Varianten geht Long COVID mit ME/CFS (Myalgische Enzephalomyelitis/Chronisches Fatigue-Syndrom) einher, einer chronischen Erkrankung, die je nach Ausprägung alltägliche Aktivitäten stark erschwert bis ganz verunmöglicht.

DAS RÄTSEL HINTER DEN 200 SYMPTOMEN

Long COVID, was ist das eigentlich? Nach aktuellem Wissensstand sind unter dem postviralen Zustandsbild 200 unterschiedliche Symptome beschrieben. Häufig variieren sie, manchmal verschwinden die Symptome auch und tauchen wieder auf. Fest steht: Long COVID ist kein einheitliches Krankheitsbild. „Es handelt sich um einen sehr breitgefächerten Begriff, der alles beinhaltet, was an gesundheitlichen Folgen nach einer Infektion mit SARS-CoV-2 übrigbleibt“, bestätigt Dr. Michael Stingl, Facharzt für Neurologie.

Oft werde alles in einen Topf geworfen, es mangle an einer klaren Differenzierung. „Wenn von Long COVID gesprochen wird, ist oft der spezifische ME/CFS-Subtyp als Folge der Infektion gemeint“, erklärt er. Das Krankheitsbild ist nicht neu und kann im Prinzip nach jeder schweren Virusinfektion auftreten. Betroffen sind vor allem junge Menschen unter 45 Jahren. Eines der Hauptsymptome von ME/CFS ist die Post Exertional Malaise (PEM), eine mit bis zu 48 Stunden verzögerte Zustandsverschlechterung nach geringer geistiger oder körperlicher Belastung.

Wichtig zu erwähnen ist, dass nicht jede Form von Erschöpfung krankhaft ist. Nach einer schweren Grippe ist eine längere Erholungsphase mit vorübergehend eingeschränkter Leistungsfähigkeit normal. Erst wenn eine Belastungsintoleranz über einen Zeitraum von mehr als sechs Monaten besteht, ist an ME/CSF zu denken.

VON 100 AUF FAST NULL

Florian Gottlieb arbeitete vor seiner COVID-Erkrankung als Pannenfahrer und Techniker beim ÖAMTC. „Ich habe wiederholt versucht, meinem Beruf nachzugehen, jedoch war die Arbeitszeit von vielen Beschwerden wie Schwindel und Kopfschmerzen überschattet. Wenn ich Sport machte, ging es mir am nächsten Tag richtig schlecht. Ab da wusste ich, dass etwas mit meinem Körper nicht stimmt.“

ME/CFS zählt zu den am stärksten belastenden chronischen Erkrankungen überhaupt. Die Lebensqualität Betroffener ist im Schnitt geringer als bei anderen stark einschränkenden Erkran-

kungen wie Multiple Sklerose, HIV oder Krebs. Fatigue ist ein Energiefresser, der selbst kleinste Tätigkeiten zum unüberwindbaren Kraftakt macht. Die zur Verfügung stehende Energie stellt Betroffene oft vor die Wahl: Wasche ich mir die Haare oder lege ich die Wäsche zusammen? Energie, beides zu verrichten, ist schlichtweg nicht vorhanden.

Dieser Umstand ist für das soziale Umfeld nicht immer nachvollziehbar. Nicht selten stoßen Erkrankte auf Unverständnis. Die körperlichen Leiden werden gerne psychologisiert, von ärztlicher Seite wird häufig eine psychische Erkrankung diagnostiziert. „Mein Arzt dachte zunächst auch an eine Depression“, erzählt Gottlieb. „Dann stellte er zum ersten Mal den Begriff Long COVID in den Raum.“

„ME/CFS ist keine Depression und kein Burnout, sondern eine schwere organische Erkrankung“, betont Dr. Stingl. Fehldiagnosen bergen die Gefahr, dass Betroffene in Aktivierungstherapien gedrängt werden, die sich nicht nur als wirkungslos erweisen, sondern auch kontraproduktiv sind. Stingl: „Wenn Menschen, die einen Schlaganfall hatten, eine Reha machen, wird es ihnen hinterher besser gehen. Bei ME/CSF kann Anstrengung in Kombination mit Reizüberflutung den Zustand der Erkrankten bis hin zur Bettlägerigkeit erheblich verschlechtern.“

MEHRERE URSACHEN WAHRSCHEINLICH

Warum aber ereilt diese schwere Erkrankung manche Infizierte und verschont andere? Und was genau passiert im Körper der Betroffenen? In den letzten 30 Jahren Forschung konnten zahlreiche pathophysiologische Auffälligkeiten bei ME/CFS auffindig gemacht werden, die seit Beginn der Pandemie nun auch bei Long COVID gezeigt wurden. Dazu zählen insbesondere Störungen im Gefäßsystem. „Es gibt viele Hinweise darauf, dass die periphere Durchblutung und damit die systemische Sauerstoffversorgung beeinträchtigt ist“, bezieht sich der Neurologe auf Studien. Da alle Zellen und Gewebe Sauerstoff zur Energiegewinnung benötigen, wird klar, dass ein Mangel praktisch alle Körperfunktionen betreffen kann. Auch Autoimmunprozesse und eine damit zusammenhängende Störung des vegetativen Nervensystems werden als Ursache diskutiert. Sehr wahrscheinlich sind mehrere Mechanismen an der Krankheitsentstehung beteiligt.

EINTEILUNG DER ENERGIERESERVEN

So verschieden die Symptome sind, so verschieden sind auch die Therapien: Im ersten Schritt gelte es, etwaig vorhandene Begleiterkrankungen zu behandeln – allen voran solche, die das Herz-Kreislauf-System betreffen: „Dadurch lässt sich die Leistungsgrenze der Patienten und Patientinnen häufig anheben, wodurch ihnen auch das Pacing leichter fällt“, ermutigt Stingl Betroffene zu einer medizinischen Abklärung. Pacing – eine Technik zur strategischen und vorausschauenden Planung von Erholung und Schonung – ist eine Schlüsselstrategie im Krankheitsmanagement. Wird eine Überanstrengung vermieden, kann die Anzahl und Schwere von massiven Erschöpfungs-

zuständen, sogenannter „Crashes“, reduziert werden.

„Außerdem stehen eine Reihe an Off-Label-Medikamenten (Anm.: Medikamente außerhalb der zugelassenen Anwendungsgebiete) zur Verfügung, die unter kritischer Beurteilung von Wirkung und Verträglichkeit versucht werden können und manchmal zur Symptomlinderung beitragen“, so der Facharzt. Ganz deutlich muss Stingl zufolge festgehalten werden, dass sich die Symptomatik bessern kann.

Trotz allem nicht aufgeben, lautet auch die Botschaft von Florian Gottlieb. 2023 hat er eine Wiedereingliederung in der Arbeit versucht und merkte schnell, dass das nicht funktioniert. „Ich habe die Zeit nur runtergebogen und musste immer wieder in den Krankenstand gehen.“ Seit Anfang 2024 ist er arbeitslos. „Long COVID hat nicht nur mein Leben, sondern auch das meiner Partnerin verändert. Alles, was mir Spaß gemacht hat, kann ich nicht mehr tun. Ich kann nur versuchen, mein Leben an mein Energielevel anzupassen. Das ist das Einzige, was mir momentan hilft. Es ist hilfreich, sich an den kleinen Dingen im Leben zu erfreuen und einfach das Beste draus zu machen. Ich muss akzeptieren, dass nicht alles mehr so geht wie früher.“ **V**

LONG COVID IN ZAHLEN UND FAKTEN

- Der Begriff „**Long COVID**“ umfasst sämtliche Beschwerden, die mehr als vier Wochen nach einer Ansteckung mit SARS-CoV-2 fortbestehen oder neu auftreten.
- Die Hälfte der Long-COVID-Betroffenen erfüllt nach einem halben Jahr Erkrankungsdauer die Diagnosekriterien für **Myalgische Enzephalomyelitis/Chronisches Fatigue Syndrom**, kurz: ME/CFS.
- **ME/CFS** ist international als eigenständiges Krankheitsbild anerkannt.
- **Am häufigsten** tritt ME/CFS im Alter von 11 bis 19 sowie 30 bis 39 Jahren auf.
- **Zwei Drittel** der Betroffenen sind Frauen.
- **75 Prozent** der ME/CFS-Betroffenen werden arbeitsunfähig, **25 Prozent** sind an das Haus gebunden und häufig pflegebedürftig.

Anlaufstelle für Betroffene:
www.longcovidautria.at

Österreichische Gesellschaft für ME/CSF:
www.mecfs.at

KURZ & GUT



WALLFAHRTEN ZWISCHEN RELIGIOSITÄT UND FITNESS

Wallfahrten sind tief in der Geschichte verschiedener Weltreligionen wie Christentum, Islam, Judentum, Hinduismus und Buddhismus verwurzelt. Seit den 1980er Jahren erlebt das Pilgern einen Boom, nicht nur als spirituelle Reise, sondern auch als körperliche Herausforderung. Wallfahrten bieten eine einzigartige Möglichkeit, aus dem Alltag auszubrechen, sich selbst zu hinterfragen und neue spirituelle Erfahrungen zu sammeln. „Pilgern heißt loslassen und aufbrechen“, nannte es P. Thomas Lackner, Stadtpfarrer von Frauenkirchen, in einem Vortrag, zu dem KMB, kfb und Forum Katholische Erwachsenenbildung der Diözese Eisenstadt ins Pfarrheim Tadtten luden. Ein interessanter Aspekt war die Tatsache, dass neben den traditionellen Wallfahrern heute zunehmend Sportler und Sinnsuchende ohne religiösen Hintergrund an Pilgerreisen teilnehmen. So kann eine Wallfahrt zur Brücke zwischen Glauben und Leben werden.

_SUPPE _WEIN _UND _BIBEL

Wolfgang Ölzl, Ferdinand Kaineder und Franz Kogler haben für die KMB Oberösterreich ein neues Veranstaltungsformat entwickelt, das unter dem Label _SUPPE _WEIN _UND _BIBEL drei zentrale Momente einer christlich-biblischen Lebenshaltung bedenkt und feiert. „Suppe steht für das einfache, gemeinsame Essen. Dabei wollen wir vor allem miteinander ins Gespräch kommen und zugleich signalisieren, dass es dazu kein aufwendiges Mahl braucht. Der Wein weist uns auf ein gutes Trinken und somit auf die Lebensfreude hin. Und mit der Bibel stellen wir die zentrale Orientierung aus unserem Glaubensschatz in den Mittelpunkt“, so die Initiatoren. Jeder Abend (jeweils von 18:00 Uhr bis 20:30 Uhr) ist geprägt von diesen drei Elementen. Es geht um soziales Handeln im Vinzenzstüberl bei den Barmherzigen Schwestern in Linz (22. April 2025), um Freude am Leben auf dem Weingut Schiefermair in Kematen/Krems (29. April 2025) und um Orientierung aus der Bibel im Bildungshaus Greisinghof in Tragwein (6. Mai 2025). **Anmeldung: KMB-Büro, E-Mail: kmb@dioezese-linz.at; Tel.: 0732/7610-3461**



Wir suchen eine:n

GENERALSEKRETÄR:IN DER KATHOLISCHEN MÄNNER-BEWEGUNG ÖSTERREICH (KMBÖ)

Ihre Aufgaben:

- Sie vernetzen die KMBs der Diözesen Österreichs und die KMBÖ mit der Katholischen Aktion Österreich (KAÖ) und anderen Organisationen
- Sie bereiten die Arbeitstreffen und Veranstaltungen der KMBÖ vor und nach
- Sie sind verantwortlich für die interne und externe Informations- und Kommunikationsarbeit sowie Verwaltung der Finanzen
- Alle Tätigkeiten erfolgen in enger Zusammenarbeit und Abstimmung mit den Vorsitzenden der KMBÖ

Ihr Profil:

- Verantwortungsbewusstsein, Leitungskompetenz, Kontaktfreudigkeit und strukturiertes Arbeiten im Team
- Interesse an kirchlichen und gesellschaftspolitischen Themen

Wir bieten Ihnen:

- Eine abwechslungsreiche und herausfordernde Tätigkeit in einem engagierten Umfeld
- Als Generalsekretär:in der KMBÖ sind Sie beim Generalsekretariat der Österr. Bischofskonferenz (ÖBK) angestellt
- Flexible Arbeitszeiten
- Entsprechende Bezahlung nach der Besoldungsordnung der Österr. Bischofskonferenz
- Arbeitsbeginn: Juni 2025; Dienort: Wien

Nähere Infos unter www.kmb.or.at

TERMINE

FRIEDE UND VERSÖHNUNG

**Samstag, 15. Februar 2025, 9:00 Uhr
bis 12:30 Uhr, Bildungshaus St. Hippolyt, St. Pölten.**
Diözesaner Männertag der KMB St. Pölten mit
Militärbischof Dr. Werner Freistetter. Anmeldung:
E-Mail: katholischeaktion@dsp.at, Tel.: 02742/324-3374

IGLUABENTEUER

**Samstag, 15. Februar 2025, 10:00 Uhr bis 15:00 Uhr,
Pyhrn-Priel Region.**
Abenteuer im Schnee für Väter und Großväter mit ihren
Kindern und Enkelkindern. Info und Anmeldung:
E-Mail: kmb@dioezese-linz.at; Tel.: 0732/7610-3461

ABENTEUER IM MUSEUM

**Samstag, 22. Februar 2025, 14:30 Uhr bis 18:00 Uhr,
Haus der Natur, Salzburg.**
Eine Schatzsuche für Väter und Kinder anlässlich 100 Jahre
Haus der Natur. Anmeldung (bis 15. Februar 2025):
E-Mail: kmb@eds.at, Tel.: 0662/8047-7558

SALZBURGER MÄNNERTAG

**Samstag, 22. März 2025, Kapitelsaal im Haus der
Kath. Aktion, Salzburg.**
Mit Erzbischof Korbinian Birnbacher OSB, Vorsitzender
der Ordenskonferenz Österreich. Infos und Anmeldung:
E-Mail: kmb@eds.at, Tel.: 0662/8047-7558

SAKRAMENTE ALS WEGMARKEN: GLAUBEN LEBEN UND FEIERN

**Freitag, 28. bis Samstag, 29. März 2025,
Augustiner-Chorherrenstift Vorau.**
Besinnungstage für Männer aus der Diözese Eisenstadt mit
Impulsen für ein synodales Kirchenverständnis. Anmeldung
(bis 1. 3. 2025): E-Mail: kmb@martinus.at, Tel.: 0676/88070-1704

TAGE DER STILLE

**Freitag, 28. bis Sonntag, 30. März 2025,
Geistliches Zentrum Embach.**
Einstimmung auf Ostern mit Pfr. Andreas M. Jakober
(Geistl. Assistent der KMBÖ). Anmeldung (bis 14. März 2025):
E-Mail: kmb@eds.at, Tel.: 0662/8047-7558

75 JAHRE KMB BURGENLAND

Samstag, 26. April 2025, 15:00 Uhr.
Beginn in der Pfarrkirche Siegraben, anschließend Festakt
in der Kulturhalle Siegraben.
Infos: E-Mail: kmb@martinus.at, Tel.: 0676/88070-1704



IN MEMORIAM

Werner Scholz, langjähriger Caritas-Direktor der Diözese St. Pölten, ist am 4. 12. 2024 im 92. Lebensjahr verstorben. Scholz war drei Jahre lang Generalsekretär der Katholischen Aktion und viele Jahre im Diözesanvorstand der KMB der Diözese St. Pölten. Für seine Verdienste um die Katholische Männerbewegung wurde ihm das Goldene Ehrenzeichen der KMB verliehen. Bis ins hohe Alter war er interessierter Leser des Männermagazins ypsilon.



GEGEN TERROR UND GEWALT

Anfang Jänner haben Repräsentanten von Islam, Judentum und der römisch-katholischen Kirche eine gemeinsame Stellungnahme gegen religiös motivierten Terror und Gewalt unterzeichnet. „Entschieden verurteilen wir jeglichen Missbrauch von Religion zur Anstiftung oder Rechtfertigung von Terror und Gewalt“, heißt es in der „Wiener Erklärung: Religionen für den Frieden“. Und weiter: „Zugleich treten wir gegen jede Form von Diskriminierung und Bedrohung religiösen Lebens auf. Wir verpflichten uns, das gegenseitige Verständnis und den Zusammenhalt in unseren Religionsgemeinschaften mit aller Kraft zu stärken.“



Oberrabbiner der Israelitischen Kultusgemeines (IKG), **Jaron Engelmayer** (li.), Erzbischof Kardinal **Christoph Schönborn** und der Präsident der Islamischen Glaubensgemeinschaft in Österreich (IGGÖ), **Ümit Vural**, richteten einen Appell an alle Menschen in Wien, sich für den Erhalt des guten Zusammenlebens einzusetzen.

HEILIGES JAHR 2025 PILGER DER HOFFNUNG

JOSEF PUMBERGER

Unter dieses Motto hat Papst Franziskus das Heilige Jahr, das die katholische Weltkirche 2025 feiert, gestellt. Es lädt alle Gläubigen zur vertieften Begegnung mit Christus ein, zu Umkehr und geistlichem Wachstum, zu Vergebung, Gerechtigkeit, Befreiung und Aufbruch.

Eröffnet hat der Papst das „Jubiläumsjahr“, wie es auch genannt wird, am 24. Dezember mit dem Durchschreiten der sonst geschlossenen Heiligen Pforte am Petersdom. Am 29. Dezember feierten Bischöfe weltweit Gottesdienste zum Auftakt des Heiligen Jahres. Mit dem Heiligen Jahr ist die besondere Einladung zu einer Wallfahrt nach Rom verbunden. Bis zu 45 Millionen Pilger werden erwartet.

Das Jubiläumsjahr, das im Jahr 1300 das erste Mal gefeiert wurde und nun alle 25 Jahre begangen wird, „war in der Kirche immer ein Ereignis von großer geistlicher, kirchlicher und sozialer Bedeutung“, schrieb Papst Franziskus in seiner Ankündigung. Es könne „viel dazu beitragen, ein Klima der Hoffnung und des Vertrauens wiederherzustellen, als Zeichen eines neuen Aufbruchs, dessen Dringlichkeit wir alle spüren.“ Der Papst rief dazu auf „unsere Augen nicht vor dem Drama der grassierenden Armut zu verschließen, die Millionen von Männern, Frauen, Jugendlichen und Kindern an einem menschenwürdigen Leben hindert“. Auch „erkennen immer mehr Menschen, darunter viele Jugendliche und junge Menschen, dass die Sorge um die Schöpfung ein wesentlicher Ausdruck des Glaubens an Gott ist.“

In Rom selbst gibt es über das Jahr verteilt mehr als 30 „Mini-Jubiläen“ für unterschiedliche Zielgruppen wie Jugendliche, Familien, Arbeitnehmer, Künstler, für Kranke und Menschen mit Behinderung und Sportler. Besonders groß wird der Pilgerandrang beim Jubiläum der Chöre und der Musikkapellen sein. Laut einem Pressebericht organisiert der Vatikan erstmals auch eine eigene Pilgerfahrt für nicht-heterosexuelle Menschen. Dies habe Papst Franziskus trotz Widerständen im Organisationsteam beschlossen. Das politisch spannendste Ereignis könnte das Treffen der Regierenden von 20. bis 22. Juni werden.



EIN HEILIGES JAHR DES FRIEDENS

Eine Hoffnung, die Franziskus im Blick auf das Heilige Jahr mit Nachdruck immer wieder äußert, ist jene auf Frieden. Den Weltfriedenstag, den die katholische Kirche jeweils am 1. Jänner begeht, stellte der Papst unter das Motto „Vergib uns unsere Schuld, schenke uns deinen Frieden“. In seiner Botschaft forderte er unter anderem einen Schuldenerlass für arme Länder und eine internationale Finanzarchitektur, „die auf Solidarität und Harmonie zwischen den Völkern“ basiere.

Es brauche zudem die „Achtung der Würde des menschlichen Lebens“, was die Ächtung der Todesstrafe einschließe. Franziskus plädierte für die Investition eines festen Prozentsatzes der für die Rüstung aufgewandten Mittel in einen Fonds zur Bekämpfung des Hungers und zur Förderung von Bildung in den ärmsten Ländern der Erde. „Friede kommt nicht bloß mit dem Ende des Krieges, sondern mit dem Beginn einer neuen Welt, in der wir uns anders, geeinter und geschwisterlicher erleben, als wir es uns vorgestellt hätten“, so die Hoffnung des Papstes für 2025 und darüber hinaus. ■

KMBÖ-SOMMERAKADEMIE

Dem Thema „Friede und Versöhnung“ wird auch die heurige Sommerakademie der KMBÖ vom 15. bis 18. Juli in St. Pölten gewidmet sein. Referenten werden u. a. der Generalsekretär der Gemeinschaft Sant'Egidio, Cesare Zucconi, und der Innsbrucker Theologe und Präsident des Christlich-Jüdischen Koordinierungsausschusses, Martin Jäggli, sein. Nähere Infos und Anmeldung: www.kmb.or.at.

Impressum: Medieninhaber: Förderverein der Katholischen Aktion Österreich, Spiegelgasse 3/2/6, 1010 Wien. Herausgeber: Katholische Männerbewegung Österreich, Spiegelgasse 3/2/6, 1010 Wien. Tel.: 01-51611-1600, E-Mail: ypsilon@kmb.or.at. Obmann: Ing. Karl Toifl. Chefredakteur: Josef Pumberger. Redaktion: Lebensart Verlags GmbH, E-Mail: ypsilon@lebensart-verlag.at. Gestaltung: LIGA: graphic design. Lektorat: Barbara Weyss. Abos: KMBÖ, Tel.: 01-51611-1600, E-Mail: sekretariat@kmb.or.at. Produktion: Walstead NP Druck GmbH, Gutenbergstraße 12, 3100 St. Pölten. Alle Rechte vorbehalten. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers und der Redaktion dar. Bei Einsendungen von Texten und Bildern wird das Einverständnis zur Veröffentlichung vorausgesetzt, diese aber nicht garantiert. Das Männermagazin y erscheint fünf Mal jährlich. Einzelpreis: Euro 3,-; Abo: Euro 15,-/Jahr. Information zur Offenlegung lt. § 25 Mediengesetz auf <https://www.kmb.or.at/pages/kmb/ypsilon>

Verlags- und Aufgabepostamt: Österreichische Post AG, MZ 02Z032352 M, Katholische Männerbewegung, Klostersgasse 15, 3100 St. Pölten

Retouren bitte an: KMBÖ, Spiegelgasse 3/2/6, 1010 Wien

