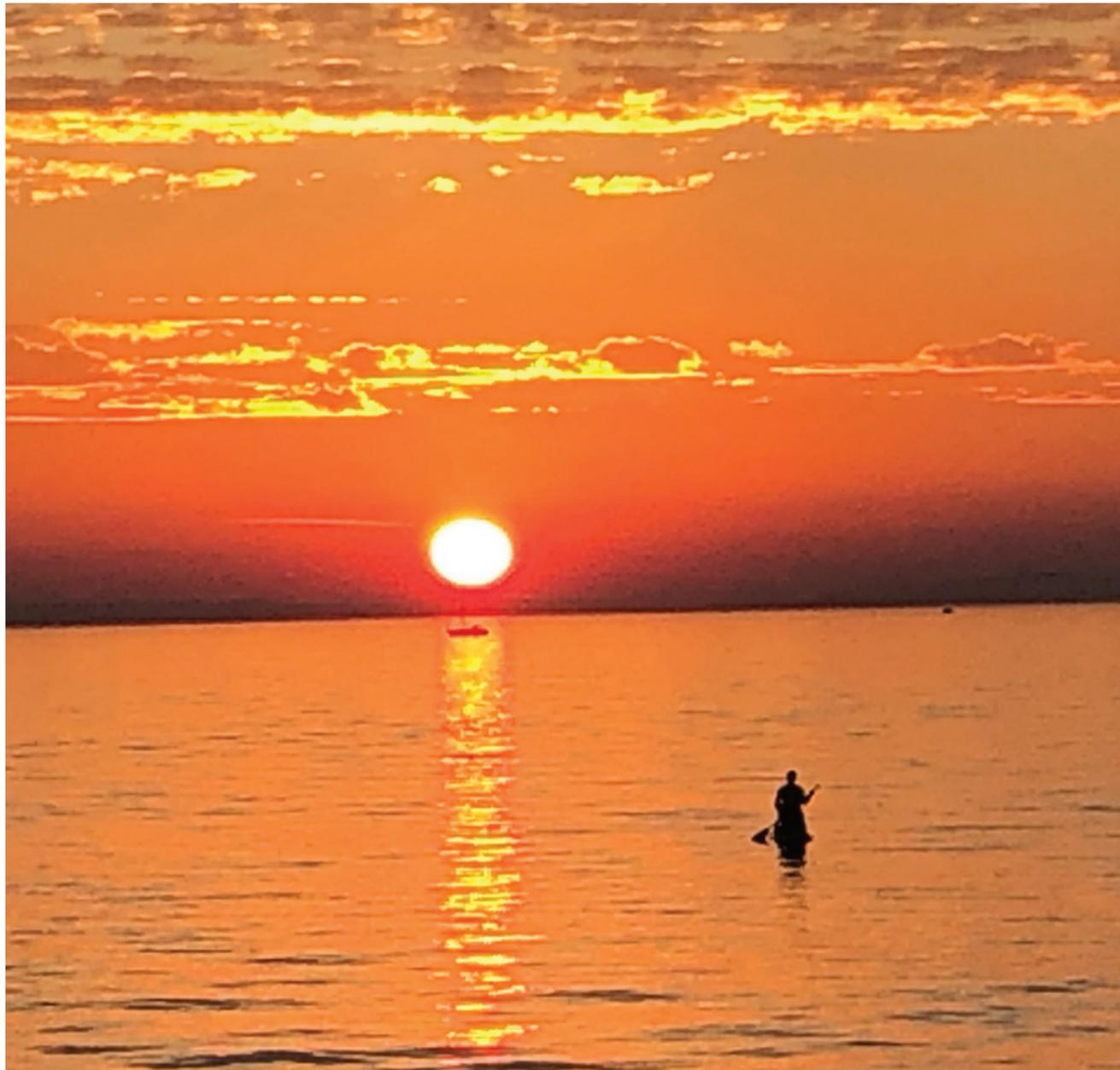




FREUNDE DER STIFTUNG MARIA EBENE

FRIENDS OF ME



Geh Deinen Weg -
Mein Leben ohne Alkohol
Andreas Giselbrecht

Übers Wasser nach Bregenz
Walter Fink

36 Jahre Abstinenz
Pfarrer Pius Fässler

Ankündigungen

Gedanken und Mitteilungen

Liebe Mitglieder, Freundinnen und Freunde der Stiftung Maria Ebene!

Trotz der Ankündigung in unserem Rundbrief im April, muss ich Ihnen mitteilen, dass das eventuell auf Ende Sommer in Aussicht gestellte Sommerfest nicht abgehalten werden kann. Leider musste uns Herr Primar Dr. Kloimstein in der letzten Vorstandssitzung mitteilen, dass für Krankenhäuser derartige Veranstaltungen noch nicht erlaubt sind. Schade!

Einen großen Dank darf ich an Sie alle für die rege Einzahlung der Mitgliedsbeiträge und auch die Spenden aussprechen. Sie geben uns die Möglichkeit, so wie in der Vergangenheit, Patienten*innen bei Bedarf mit kleineren Beiträgen unter die Arme zu greifen und so wertvolle Hilfestellung zu leisten. Auch dadurch wird Ihre große Verbundenheit mit den zu betreuenden Menschen zum Ausdruck gebracht.

Die Sehnsucht auf mehr Freiheit nach den immer noch teilweise bestehenden Beschränkungen infolge der Corona Krise ist auf Schritt und Tritt spürbar. Die persönliche Begegnung, den Austausch mit Ihnen vermisse ich sehr. So hoffe ich, dass die für 10. November dieses Jahres terminisierte Generalversammlung und Lesung mit dem bekannten Förster und Schriftsteller, Herrn Jürgen-Thomas Ernst, abgehalten werden kann. Einladungen erfolgen rechtzeitig. Wie schon im Rundbrief angedeutet, werde ich die Führung des Vereins abgeben. Ich kann Ihnen heute schon verraten, dass sich ein sehr kompetentes und den Anliegen unseres Vereins sehr verbundenes Team zur Wahl stellen wird. Aufgabe des künftigen Vorstandes wird es weiterhin sein, die im Statut festgeschriebenen Ziele möglichst wirkungsvoll und effizient umzusetzen. Der Vereinszweck ist im Statut wie folgt festgehalten: „Der Verein unterstützt hilfsbedürftige Menschen ideell und materiell in der Alltagsbewältigung.“ Diesem kommt auf Grund des Wandels in der Gesellschaft immer noch größere Bedeutung zu.

Ich wünsche Ihnen trotz abgesagtem Sommerfest eine erfüllte Sommerzeit mit Gedanken des bekannten Priesters und Autors Phil Bosmans:

***Komm zu dir selbst, komm zur Ruhe.
In der Stille wohnt die Freude,
die im Stress verloren ging.
Nimm dir Zeit zum Glückhsein.
Zeit ist keine Schnellstraße zwischen Wiege und Grab.
Vergiss nicht:
Jeder Tag wird dir gereicht wie eine Ewigkeit,
um glücklich zu sein.
Heute ist der Tag zum Glückhsein.
Kein anderer Tag ist dir gegeben,
um fröhlich zu leben und zufrieden zu sein.***

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viele Entdeckungen zum Glückhsein in der Hoffnung, dass wir uns im November persönlich begegnen dürfen.

Willi Hagleitner
Obmann

Juni 2021



Geh deinen Weg - Mein Leben ohne Alkohol

Text: Birgit Hackspiel

1.000,-- Euro für den guten Zweck

Statt Geburtstagsgeschenke für sich wollte Andreas Giselbrecht zu seinem 50sten Geburtstag Geld spenden – und zwar für den Verein „Friends of Maria Ebene“.

Andreas hat zwei Anläufe auf der Mariaebene gebraucht. Seit sieben Jahren ist er trocken. Er hat die richtige Umgebung, Betreuung und Therapie gefunden. Danach hat er eine eigene Gruppe in Egg gegründet. Sie nennen sich „Geh Deinen Weg“. Die Treffen finden alle drei Wochen am Mittwoch statt. „Reden über das was wir erleben ist wichtig. Es tut gut und macht gelassener“, sagt Giselbrecht.

Er hat von Anfang an offen über seine Alkoholabhängigkeit gesprochen. „Alle sollen es wissen, damit ich nie wieder damit anfange!“, war sein Grundsatz. „Wenn man es nicht mehr verstecken muss, lebt es sich leichter. Heute gehe ich nüchtern ins Bett, stehe nüchtern auf und bekomme Respekt von den Menschen in meinem Umfeld.“

Den größten Rückhalt erhält er von seiner Familie. Für seine Frau Silvana ist das Leben mit ihm nun „ein Traum“ und seine Tochter Sarah meint heute: „Wir können wieder Weihnachten feiern. In betrunkenem Zustand war das nicht möglich.“

Der Verein „Friends of ME“ ist für Andreas eine sehr sinnvolle Einrichtung. Er kommt gerne zu der ein oder anderen Veranstaltung, wo man Gleichgesinnte trifft.

„Nicht versaufen, sondern für etwas Sinnvolles verwenden, für jemanden, der es brauchen kann!“ , sagt Andreas zum Schluss. :-)

Wir sagen ganz herzlichen Dank dafür! Und versprochen, wir gehen sorgsam und in Deinem Sinn mit den 1.000,-- Euro um!

Tiergestützte Gruppenarbeit mit Lamas und Alpakas

Text: Natalia Pernter



FERIENANGEBOT FÜR KINDER
AUS SUCHTBELASTETEN FAMILIEN

23. August bis 2. September 2021



*Sucht hat viele Gesichter.
Unterstützung auch.*

Tiergestützte Gruppenarbeit mit Lamas/Alpakas auf Grundlage des „Trampolin-Programms“

Kinder aus suchtbelasteten Familien sind in ihrer Entwicklung besonderen Belastungen ausgesetzt.

Der Kontakt mit den Tieren und das Angenommen-Sein in der Gruppe fördern das körperliche und psychische Wohlbefinden. Durch die Pflege, Versorgung und das Führen der Tiere übernehmen die Kinder Verantwortung für ein Lebewesen, wodurch ihr Kompetenz- und Selbstwertgefühl spielerisch gefördert werden.

Die Kinder werden mit ihren Gefühlen, Erfahrungen und Fragen ernst genommen und dürfen ausdrücken, was sie gerade belastet. Unser tiergestütztes Angebot soll die positive Persönlichkeitsentwicklung dieser Kinder unterstützen. Begleitend finden zwei Elterntreffen statt. So wird das Verhalten des Kindes innerhalb der Gruppe und in der Familie, aber auch die Suchthematik des Elternteils und dessen Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes thematisiert.

Wir bieten

- 8 Einheiten à 4 Vormittage innerhalb von 2 Wochen (Montag – Donnerstag)
- Für max. 8 Kinder im Alter von 6 – 12 Jahren
- Begleitende Elterngespräche
- Hol- und Bringdienst

Information und Anmeldung

Laura Bereuter, B.A., Mag. (FH) Natalia Pernter

Beratungsstelle Clean Feldkirch

Schießstätte 12/8 | 6800 Feldkirch
T 05522 38072 - 0 | F - 4304
clean.feldkirch@mariaebene.at | www.mariaebene.at

Die Gruppe für Kinder aus suchtbelasteten Familien ist seit 2012 ein Teil der Angehörigenarbeit unserer Beratungsstelle CLEAN. Dieses besondere Angebot ist uns ein Herzensanliegen, da Kinder in der Suchthilfe eine lang vergessene und doch maßgeblich betroffene Gruppe sind. Untersuchungen zeigen, dass wenig oder fehlende Kommunikation- und Problemlösestrategien im Erziehungsverhalten der suchtbelasteten Eltern die Konfliktlage zuhause verschärfen und zu mehr Gewalt in der Familie führen können. Zudem können mit der elterlichen Suchterkrankung oftmals ungünstige Lebensumstände wie z. B. eine prekäre finanzielle Situation oder emotionale Vernachlässigung einhergehen, die den Alltag der Kinder erheblich belasten und die gesunde Entwicklung beeinträchtigen können. Bei ca. einem Drittel der Kinder ist das Risiko sehr groß, selbst im Laufe ihres Lebens suchtkrank zu werden.

In den letzten Jahren wurden die Bedürfnisse von Kindern aus suchtbelasteten Familien zunehmend erkannt. So wurde in Deutschland ein modulares Präventionsprogramm – namens „Trampolin“ – für Kinder aus suchtbelasteten Familien entwickelt. Das „Trampolin-Programm“ setzt sich aus 9 Gruppeneinheiten für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren bei einer Gruppengröße von ca. 6-8 Kindern und zwei Elternabenden zusammen.

In den neun Gruppeneinheiten werden neue Bewältigungsstrategien erworben, das Thema Sucht kindgerecht erklärt und der Selbstwert gestärkt. Schwerpunkte der Elternabende sind die Förderung der Erziehungskompetenz und die Sensibilisierung für die Auswirkungen der elterlichen Sucht auf das Familiensystem.

Unser Kindergruppenangebot ist tiergestützt. Vier Alpakas und ein Lama unterstützen uns bei der Arbeit. Im Umgang mit den Lamas und Alpakas werden motorische, sensorische, kognitive, soziale und emotionale Fähigkeiten gefördert. Das gemeinsame Tun unterstützt die natürliche zwischenmenschliche Kommunikation und Bereitschaft zu gegenseitiger Hilfestellung, aber auch Abgrenzung. Neben dem Kontakt zu den Tieren lernen die Kinder auch eine sinnvolle Freizeitgestaltung, Unbeschwertheit, Freude und Spaß am Leben kennen.

Uns ist wichtig, dass in der Gruppe auf jedes Kind persönlich eingegangen werden kann und bei gemeinsamen Spielen, Gruppenübungen, Entspannung, Geschichten, kreativen Arbeiten und Gesprächen können aktuelle Themen der persönlichen Lebenssituation besprochen werden.



Übers Wasser nach Bregenz

Text: Walter Fink



Prof. Dr. Walter Fink

Studium der Kunstgeschichte und Germanistik
ehem. Kulturchef im ORF Vorarlberg
Autor des Buches „Auf an den Bodensee“ (vergriffen)
Kolumnist der „Vorarlberger Nachrichten“ seit 1992



„Schöneren Willkommensgruß kann der Besucher des herrlichen Landes Vorarlberg nicht empfangen, als wenn er auf stolzem Dampfer von Lindau herschwimmend, aus der grünumsäumten Bucht das liebe Bregenz vor sich aufsteigen sieht. Halb Kind der Ebene, halb der Berge, baut sich die Stadt terrassenförmig an dem bewaldeten Abhang des Pfänders empor, überragt von der Aussichtswarte des Gebhardskirchleins, bewacht von der majestätischen Kette der Schweizerberge, die jenseits des weitgeöffneten Rheintales den Blick bis zu den blaueifigen Graten des Rätikons geleiten. Welches Alpenland hat ein so schmuckes Empfangszimmer aufzuweisen!“ Das hat Ludwig von Hörmann (eigentlich Ludwig Hörmann von Hörbach), in Feldkirch geborener Schriftsteller und Bibliothekar, in seinen „Wanderungen in Vorarlberg“ im Jahre 1895 geschrieben.

Was will man schon viel mehr, was viel schöner sagen? Vor allem wohl, dass das Bild der Stadt vom Schiff nach wie vor großartig ist, wenn sich auch

der Anblick etwas verändert hat. Man denkt an die mehr als 3000-jährige Geschichte dieser Stadt, an die Brigantier, die hier siedelten, an die Römer, die im Jahre 15 vor Christus die Stadt eroberten. Brigantium, das römische Bregenz, wurde zur wichtigsten Stadt am See, der See zum Lacus Brigantinus. Die Kirche des Klosters Mehrerau, die aus dem Wald am Ufer ragt, erinnert an die Christianisierung durch Kolumban und Gallus um 610, natürlich an die Gründung des Klosters um 1090. Noch immer halten die Mönche an ihrem Wahlspruch „non mergor“ („ich gehe nicht unter“) fest, obwohl das Kloster schon zweimal aufgelöst, dann wieder neu begründet wurde. Die Gottesmutter aus der Apokalypse auf dem großen Relief des Vorarlberger Bildhauers Herbert Albrecht an der Kirchenwand soll wohl auch vor neuem Unheil beschützen.

Langsam bewegen wir uns auf den Hafen zu, die neuen Kulturbauten, die heute nicht zuletzt Bregenz ausmachen, schälen sich immer deutlicher heraus. Natürlich, die Riesentribüne der Festspiele mit dem neuen Festspielhaus. Wie so vieles in Bregenz nicht nur ein kultureller, sondern auch ein architektonischer

Anziehungspunkt ersten Ranges. Das Büro Dietrich/Untertrifaller hat den Bau, in dem sich im Sommer oft mehr als 220.000 Besucher treffen, geplant. Dann weiter, zum Stadttinneren, das neue Landesmuseum von Cukrowicz/Nachbaur, in dessen Hülle die Geschichte des Landes präsentiert wird. Schließlich der lichtdurchflutete Glaskubus des Kunsthouses des Schweizer Architekten Peter Zumthor, der durch die tief stehende Sonne von einem silberglänzenden Rahmen eingefasst wird – ein unvergesslicher Anblick.

Noch nie bin ich über den See kommend mit dem Dampfer, der eigentlich kein Dampfschiff mehr ist, nach Bregenz gekommen, ohne ins Schwärmen zu geraten. Schon von Weitem erkennt man, wie hier Lebensqualität zu Hause sein muss, das Wasser, die Berge, eine Stadt, die groß genug ist, dass man hier leben möchte, die aber auch klein genug ist, dass man sich gut in jedem Winkel zurechtfinden kann.

Ich sag es so, wie ich es meine: Ich liebe diese Stadt. Und das schon seit nunmehr sechs Jahrzehnten. Nie hätte ich irgendwo anders leben mögen, nie ohne den See sein können. Dieser See, der sich immer spannend zeigt, hingebettet wie ein schöner Bräutigam bei

gutem Wetter, rau und brüllend wie ein ungestümes Pferd, wenn sich ein Gewitter ankündigt, glatt und klar wie ein Spiegel am Morgen mit leichten Wellen am Mittag, dann wieder aufbrausend, so, als wollte er sagen: Ich könnte, wenn ich wollte. Und manchmal will er auch. Dann schlagen die Wellen ans Ufer des Molo, spritzen meterhoch unter dem Leuchtturm, der die Sturmwarnung zeigt. Dann ist er auch vom See aus unglaublich ungezähmt. Man ist sich nicht sicher, wie das Schiff das Ufer erreichen kann. Und ist dann doch dort, im ruhigen Hafen.

Was wäre diese Stadt ohne den See, was aber wäre auch dieser See ohne diese Stadt. Bregenz und der Bodensee, sie gehören zusammen seit unendlichen Zeiten und werden es bleiben bis in unendliche Zeiten. Die Stadt mag sich verändern, der See bleibt immer gleich. Und doch ist er nie gleich. Wann immer man über den See schaut, er ähnelt sich bestenfalls, nie aber kann er heute gleich sein wie gestern, nie so wie morgen. Der See ist zwar immer der gleiche, aber nie derselbe. Millionen Bilder erzeugt er, Myriaden von Lichtspielen jeden Tag neu. Und immer kratzen seine Wasser am Ufer jener Stadt, die mir Heimat ist seit vielen Jahren.

Nicht warum, sondern wozu.....

.....wenn ich weitergetrunken hätte, wäre ich bestimmt nicht mehr am Leben.

Vor 36 Jahren hat der heute 88-jährige ehemalige Pfarrer von Au, Pius Fässler, eine Entwöhnungstherapie im Krankenhaus Maria Ebene gemacht. Das Trinken hat er seither gelassen und wieder Fuß gefasst – in seinem Leben, in der Pfarrgemeinde und in seiner Familie. Über seine Geschichte haben wir vor kurzem, am Tag seines 62-jährigen Priesterjubiläums mit ihm gesprochen.

Text: Birgit Hackspiel

Angefangen hat die damalige Misere mit einem Führerschein-Entzug. „Das war eine Katastrophe!“, erinnert sich der Pfarrer in Ruhe Pius Fässler. „Es war nicht sicher, ob ich weiterarbeiten kann. In vielen Gremien wollte man meinen Rücktritt, ich wurde beobachtet, über jeden Stolperer wurde geredet, ich konnte mich nicht mehr wirklich normal bewegen.“

Der damalige Generalvikar und heutige Bischof, Benno Elbs hat dann nach mehreren Begegnungen alles in die Wege geleitet. Ich sollte ambulant ins Krankenhaus Maria Ebene und daneben im Bernardaheim wohnen, aber Reinhard Haller hat dann schnell gemeint, dass stationär die bessere Variante sei. „Ich habe dann sofort den Priesteranzug abgelegt und bin in ein Krankenzimmer“, erinnert sich Fässler heute. Alles habe er mitgemacht, mit Überzeugung.

„Jetzt zeige ich es Ihnen!“ war sein Motto während der Therapie. Pfarrer Pius Fässler hat gleich zwei Turnusse auf Maria Ebene absolviert. Der Abschied von der ersten Gruppe war schwierig für ihn. An dem Tag kam auch der Pfarrgemeinderat von Au zu Besuch. Noch immer war unklar, wie es für ihn in der Gemeinde weitergehen soll, also ob sie ihn zurückhaben wollten. Nach dem zweiten Turnus war dann aber glücklicherweise klar: Der Kirchenrat steht hinter ihm, es gab ein Abendessen mit dem Bürgermeister und anderen Funktionären, bei



„Ich wurde beobachtet, über jeden Stolperer wurde geredet, ich konnte mich nicht mehr wirklich normal bewegen“

„Ich habe dann sofort den Priesteranzug abgelegt und bin in ein Krankenzimmer“

„Der Gottesdienst an Maria Himmelfahrt im Jahr 1995 war ein Freudengottesdienst“

„Immer da.wie immer ist er mitten unter den Menschen. Selbst die Kinder kennen ihn, wenn er mit schwarzem Käppi am Kopf mit seinem Auto vorbeifährt - und winken ihm freundlich zu.....“

„...In meinem Priesterleben fragte ich mich manchmal: Bin ich wirklich berufen? Nach 60 Jahren nun habe ich die Gewissheit erlangt: Ich war berufen.....“

Zitate aus dem VlbG. Kirchenblatt v. 01.07.2019, von Mag. Elisabeth Willi



Zur Person

Pfarrer Pius Fässler
geb. am 12.11.1933 in Sulzberg
Studium in Innsbruck
Priesterweihe am 29. Juni 1959
Kaplanzeit in Bregenz und Wolfurt
ab September 1970 Pfarre Au/
Bregenzwald

dem er aufgefordert wurde, zurückzukommen. Der Gottesdienst an Maria Himmelfahrt im Jahr 1995 war ein Freudengottesdienst für Pius Fässler. Er würde weiterhin in Au als Pfarrer tätig sein und ist es bis 2009 auch geblieben.

Seit dem Aufenthalt auf Maria Ebene ist Alkohol für ihn ein Tabu, sein Ersatzgetränk ist Spezi. Nur bei Messfeiern ist er nach einigen Jahren wieder auf Messwein umgestiegen, sagt Fässler. „Weil es irgendwie peinlich geworden ist mit dem Traubensaft. So kleine Dosen – es handelt sich um einen Schluck und nicht mehr – machen mir nichts, aber außerhalb eines Gottesdienstes gibt es keinen einzigen Schluck!“ Heute belastet ihn die Abstinenz schon lange nicht mehr. „Nur

manchmal, wenn auf Empfängen nur Alkohol gereicht wird.“

Der Aufenthalt im Krankenhaus Maria Ebene war eine absolute Wende im Leben von Pfarrer Pius Fässler. „Zuvor war ich so in der Klemme! Nach außen hin hab ich funktioniert, aber innerlich war nur Leere. Ich habe dort viel gelernt und meine Liebe zur Psychologie entdeckt.“

Noch heute kommt er gerne zu der einen oder anderen Veranstaltung von Friends of ME.

Wir freuen uns auf das nächste Wiedersehen!

„...wie wenn sich ein Schalter umgelegt hat...“



Text: Peter Hylmar, Therapie von Nov. 2018 - Jan. 2019

Frau Sturm hat mich vor einiger Zeit angerufen und mich gefragt, ob ich „meine Erfahrungen“, die ich ihr einmal erzählte, nicht als Beitrag für den FoME-Newsletter zusammenfassen würde.
Na gut: versprochen ist versprochen!

Ich bin 1949 im Bezirk Mödling in Niederösterreich auf die Welt gekommen. Habe maturiert und an der Hochschule für Welthandel in Wien studiert. ab jetzt bleibt s nicht ganz wahrheitsgetreu! 😊

Als Dr. Dkfm. bekomme ich eine Stelle in einer Großbank in Wien. Mit der Karriere geht's bergauf und bald bin ich ca. 40 Jahre alt. Eines Morgens kommt mein Bankdirektor: „Guten Morgen Herr Dr. Hylmar. Sie sind ungebunden, einer unserer besten Experten, beherrschen Englisch perfekt in Wort und Schrift und unser Vorstand hat Sie als Nachfolger des bisherigen Direktors unserer Bankfiliale in London vorgeschlagen. Dieser geht Ende des Jahres in Pension.“ Ich freudig überrascht, sage unbedarft zu und bin mit dem Flugzeug drei Tage später am Airport Gatwick in London.

Ich werde vom Bankchauffeur abgeholt und bald fahren wir in die Tiefgarage des Bankhochhauses in der Londoner City ein. Er zeigt mir meinen Dienstwagen, einen Jaguar. **Und jetzt ging es mir wie später beim Alkohol.** Ich dachte: Linksverkehr, das schaffe ich in England **nie** ohne Unfall - so wie ich mein Leben **nie** schaffe ohne Alkohol.

Am nächsten Tag habe ich einen Termin beim scheidenden Direktor und er schlägt mir Folgendes vor: Der Vorstand stellt mir den Bankchauffeur für zwei Wochen halbtags zur Verfügung, um mich fit fürs Fahren in England zu machen. **Und hier ging es mir wie später in meiner Therapie in der Maria Ebene.** Ich halte es eigentlich nicht für möglich, mich da umzustellen, versuchen muss ich es aber doch. Anfangs sitze ich daneben (links) - der Chauffeur kurbelt rechts am Lenkrad im wahnsinnigen Stadtverkehr - erklärt mir verschiedene Vorschriften und Verkehrszeichen.

Und wieder ging es mir wie später in der Maria Ebene. Ich denke, das schaffe ich nie. Außerhalb der Stadt kündigt der Chauffeur einen Fahrerwechsel an. Ich bin völlig fertig. Das Lenkrad ist rechts, der wichtige Außenspiegel auch. Beim Blinkerhebel geht die Scheibenwischanlage los und umgekehrt. Autos kommen dir links entgegen und überholt wird rechts. Nicht vergessen den Scheibenwischerhebel nach unten drücken! Dieses Gefühl der Angst und der völligen Überforderung hatte ich auch immer wieder während meiner Entwöhnung.

JETZT, wo ich dies schreibe, denke ich mit einem ganz großen **DANK** wieder an meine Therapie **in der MARIA EBENE.** Dieser Text ist entstanden, weil nach der Therapie niemand in meinem Umfeld an meine Überzeugung, dass sich da im Gehirn ein **Schalter komplett** umgelegt haben muss, geglaubt hat. Im Gegenteil, sie meinten, dass ich sicher rückfällig werde.

Statt Rechtsverkehr (**alkoholkrank**) jetzt Linksverkehr (**absolut trocken**). Mehr als zwei Jahre sind seitdem vergangen. Ich bin jetzt 72 und habe mit Erfolg den Führerschein neu gemacht. Eigentlich bin ich ja ein Glückskind: **HABE IN DIESER ZEIT NIE GEDANKEN AN ALKOHOL GEHABT.**

Wenn mir einer die Story nicht glaubt, gebe ich ihm die Hand mit den Worten:

BEI MEINER ABREISE VON DER MARIA EBENE HABE ICH DAS AUCH NICHT FÜR MÖGLICH GEHALTEN

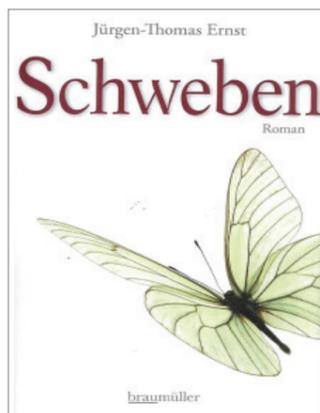
Diese, meine Erfahrungen sollen auch anderen Kraft und vor allem Hoffnung geben:

FÜR DAS „UNMÖGLICHE“

Vorankündigung

Sollte es die Pandemiesituation zulassen, werden wir am **Mittwoch, den 10. November 2021**, endlich wieder eine Veranstaltung durchführen. Geplant ist die **Generalversammlung mit Neuwahl des Vorstandes** und anschließend findet im Mehrzwecksaal der traditionelle FoME - Leseabend statt. **Jürgen-Thomas Ernst** liest aus seinem 2017 erschienen Buch „Schweben“.

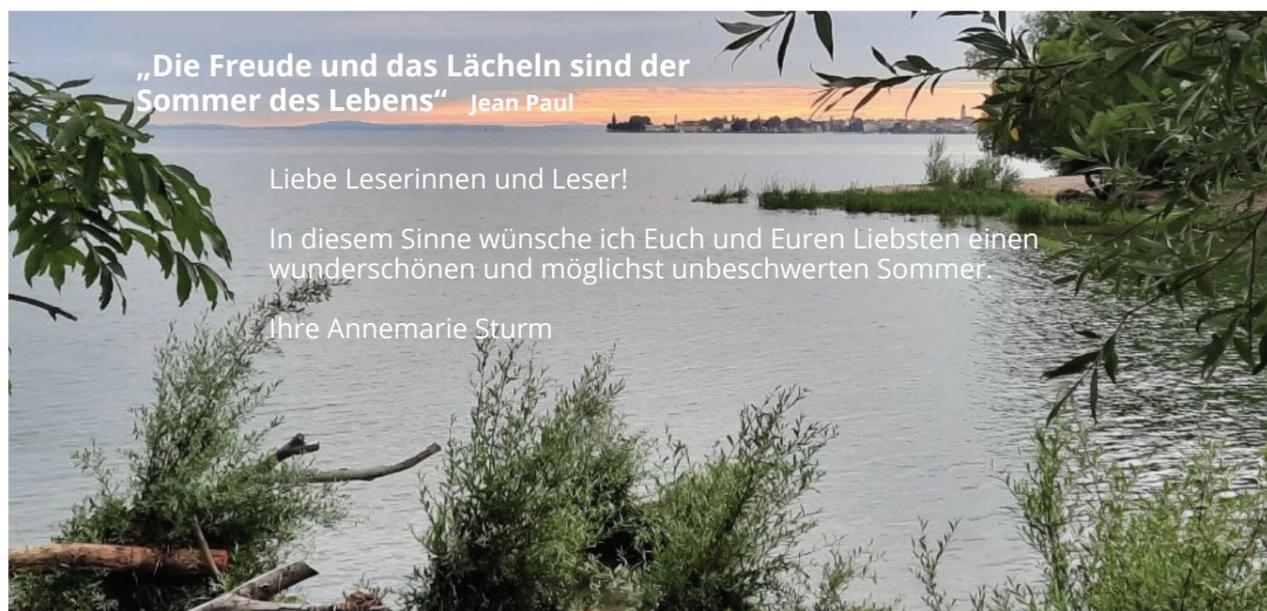
Die Einladungen für beide Veranstaltungen erhalten Sie zeitgerecht zugesendet.

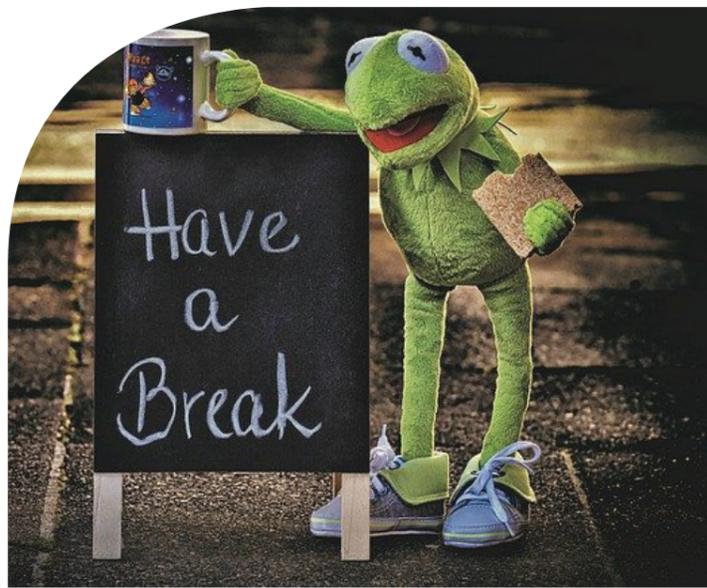


.....eine Sehnsucht ist uns allen gemein. Dass es einen Menschen gibt, den wir lieben und der uns liebt, von dem wir uns verstanden fühlen und den wir verstehen. Manche suchen diesen Menschen ihr ganzes Leben lang. Und finden ihn nicht. Aber es gibt Menschen, die einander finden.....



Jürgen-Thomas Ernst ist 1966 in Lustenau/Vorarlberg geboren. Für seine Theaterstücke erhielt er zahlreiche Preise und Stipendien. 2010 erschien mit *Anima* sein erster historischer Roman, der mit dem Sir Walter Scott-Preis ausgezeichnet wurde. Zuletzt erschienen: *Vor hundert Jahren und einen Sommer* (2015)





Denkspiele,
Gehirn-Jogging
und mehr

Kleine Rätsel-Pause für zwischendurch

Nehmen Sie sich Zeit, und beweisen Sie Köpfchen - mit unseren Rätseln macht das richtig Spaß

Kultiges Sudoku-Rätsel

Vervollständigen Sie die drei Kästchen. Jede Zahl von 1-9 darf senkrecht, waagrecht und in jedem Quadrat allerdings nur 1x vorkommen

Für Anfänger

3	1	6	4		8		2	5
	8	9	6	1		3	4	7
7		2	9	5	3		6	1
2	6	8		9	1	4		3
1	9		8	4	7	2	5	
4	7	5	3		6	1	9	8
	2	4	1	6	5	7	3	9
6	3	7		8	9	5	1	
9	5		7	3		6	8	2

Mittel

		5	4	8			6	7
8	3			6	9	5		
7		6	5			4		8
	7		9		6		5	2
6		3		7	2	1	9	
	2	9	1			8		
3	8			5	7			9
		7	3		4	2	8	
5		2	6			7		3

Mittel-Schwer

			1					
2			7				3	
		6		8	3		9	
		7	4		1	3		
3	5	8		6		1		
	1		9					
9			6			5		
	4							7
		3			5			

90 Sekunden Gehirn - Jogging

1.000	davon 1/2	davon 1/2	davon 1/2	+1	:9	ver-doppeln	ver-doppeln	+9	:5	=?
34	50% davon	+8	:5	x11	+1	:8	mit sich multi-plizieren	-1	:6	=?
67	ver-doppeln	-100	50% davon	-2	x3	:9	mit sich multi-plizieren	-7	:9	=?

Die Auflösungen

31847825	215443967	53419687
589612347	834709521	289574631
742953864	796521438	176283449
28881473	1789446352	697451328
193847256	6535722194	358762149
475228198	429135876	412938756
824165739	38127649	927164758
637289514	967214285	845319267
51773482	542986713	26825914

Für Anfänger Mittel Mittel-Schwer

Zeile 1 = 13 / Zeile 2 = 8 / Zeile 3 = 2