

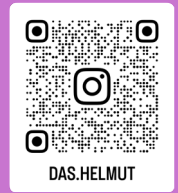


**DasHelmut**

Kremser Magazin für Jugendkultur

[www.dashelmut.at](http://www.dashelmut.at)

Instagram: @das.helmut



## In dieser Ausgabe:

Bucket List für den Frühling S.8

Die digitale Abhängigkeit und wie du sie loswirst S.18

Apfelkuchen-Rezept S.26



**Ausgabe 90 | März, April, Mai**

# REINKOMMEN. ABHÄNGEN. BLEIBEN.

Dein Place to be nach der Schule

## JUGENDRAUM LANGENLOIS

Rudolfstraße 17, 3550 Langenlois

Donnerstag	17:00-19:30 Uhr
Freitag	13:30-16:00 Uhr
Samstag	16:00-19:00 Uhr

 0676 840 803 209




Mobile Jugendarbeit KREMS

## ANLAUFSTELLE KREMS

Ringstraße 23, 3500 Krems

Mittwoch 15:00-17:00 Uhr

 0676 840 803 209



## GIRLS ONLY

Ringstraße 23, 3500 Krems

Mittwoch 13:00-15:00 Uhr

 0676 840 803 205

## JUGENDZENTRUM MITTERAU(M)

St.-Paul-Gasse 10, 3500 Krems

Dienstag	13:00-15:00 Uhr
Mittwoch	16:00-18:00 Uhr
Donnerstag	13:30-16:30 Uhr
Freitag	16:30-19:30 Uhr
Samstag	12:30-15:30 Uhr

 0676 840 803 206



## Inhalt

- 02 Reinkommen. Abhängen. Bleiben.
- 04 DasHelmut Playlist
- 05 Dein eigenes Notizbuch
- 06 Dein eigenes Notizbuch
- 08 Bucket List für den Frühling
- 09 The Riding Hunter
- 10 The Riding Hunter
- 11 The Riding Hunter
- 12 Alles (neuro)logisch?
- 13 Alles (neuro)logisch?
- 14 Es war einmal ein kleines Kind
- 15 Es war einmal ein kleines Kind
- 16 Volleyball
- 17 The wedding people
- 18 Die digitale Abhängigkeit und wie du sie loswirst
- 19 Zeichnung - Anna Vörösmarty
- 20 Dein Weg zum eigenen Buch
- 21 Ein Tag in London und die Magie des Moments
- 22 Ein Tag in London und die Magie des Moments
- 23 Deine eigene Seite!
- 24 Festivals in unserm Krems 2026
- 25 Filmreview: „Dann passiert das Leben“
- 26 Apfelkuchen-Rezept
- 27 Ferienspiel Mitarbeit
- 28 Night of the science
- 29 Night of the science
- 30 Jugendberatung Krems
- 31 Joe Bradley

## Editorial

Liebe Leser\*innen!

Die Tage werden länger, die Vögel beginnen wieder zu singen und die ersten Blumen blühen. Endlich wird es wärmer - der Frühling kommt.

Falls ihr Ideen sucht für entspannte Frühlingstage gibt euch Lili mit ihrer Bucket List einen Anstoß. Am besten gleich ein Picknick machen mit der Playlist unseres Teams. Elena hat ein Interview mit einer Neurologin geführt während Clara uns die Augen bezüglich digitaler Abhängigkeit öffnet. In der 90. Ausgabe finden sich auch zwei Kurzgeschichten sowie ein Gedicht. Neben Zeichnungen von Anna könnt ihr euch auch auf das Apfelkuchen Rezept von Lynette freuen. Von Salome lernt ihr, wie ihr euer eigenes Notizbuch binden könnt und von ihr und Flora bekommt ihr einen Vorschlag für ein neues Hobby in Krems.

Wir wünschen euch einen wunderschönen Frühling und viel Spaß beim Lesen der neuen Ausgabe!  
Eure Chefredaktion

Sponsored by



Verein **Impulse** Krems



**kulturvernetzung**  
NIEDERÖSTERREICH

**COME ON!**

**KULTUR NIEDERÖSTERREICH**



## Impressum

**MEDIENINHABER, HERAUSGEBER & ERSCHEINUNGSORT:** Verein Impulse Krems, Ringstraße 23, 3500 Krems **CHEFREDAKTION:** Salome Kremser | office@dashelmut.at **GRAFIK:** Carina Tiefenbacher **COVERFOTO:** Anna Vörösmarty **DRUCK:** Druckhaus Schiner GmbH, Ochsenburger Straße 2, 3151 St. Pölten **PROJEKTLEITUNG:** Birgit Rampsl | team@impulse-krems.at **GESCHÄFTSFÜHRUNG:** DSA Manuela Leoni | office@impulse-krems.at

**INFO:** Alle Redakteur\*innen sind DasHelmut namentlich bekannt. Die persönliche Meinung einzelner Verfasser\*innen muss sich nicht mit jener des Herausgebers decken. Für unaufgefordert zugesandtes Bild- und Textmaterial wird keine Haftung übernommen. Jegliche Reproduktion ist nur mit Genehmigung des Medieninhabers gestattet.

DasHelmut ist ein innovatives Informationsprojekt von Jugendlichen für Jugendliche. Ausgehend vom Verein Impulse Krems wird jungen Menschen die Möglichkeit gegeben, sich in einem professionell betreuten Jugendmagazin einzubringen. Die Autor\*innen können über jedes erdenkliches Thema schreiben, das ihnen am Herzen liegt oder einfach nur Spaß macht und haben somit die Möglichkeit, sich der Gesellschaft mitzuteilen. DasHelmut erscheint alle drei Monate in einer Auflage von 8.000 Stück und ist für die Redakteur\*innen und Leser\*innen gratis erhältlich.



# DasHelmut 2026 ✨

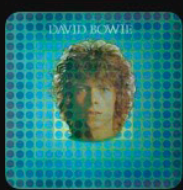
Unser Redaktionsteam hat euch einen bunten Mix aus ihren Lieblingsinterpreten erstellt! <3

Salo\_kr :)

🌐 9 Saves • 2 Std. 6 Min.



All I Think About Now  
Pixies



Space Oddity - 2015 Remaster  
📺 Video • David Bowie

Hier scannen:



# Dein eigenes Notizbuch

Auf Instagram kursiert der kreative Trend von „journaling“ und „scrapbooking“. Bei ersterem geht es darum, ein Tagebuch zu führen, um Gedanken und Erlebnisse aufzuarbeiten. „Scrapbooking“ ist dasselbe, nur kreativer. Es werden nicht nur Text, sondern auch Bildmaterial, Sticker und weitere Elemente eingebaut, die den\*die Verfasser\*in an Geschehnisse erinnern. So finden zum Beispiel auch Einkaufsrechnungen, Etiketten und Zeitungsschnipsel eine Verwendung. Doch was ist der erste Schritt für dieses neue Hobby? Ein Notizheft! Im Folgenden lernt ihr, wie ihr euer Notizbuch von Grund auf selbst gestalten könnt! Als Geschenk für eure Liebsten ist das Heft natürlich auch bestens geeignet!

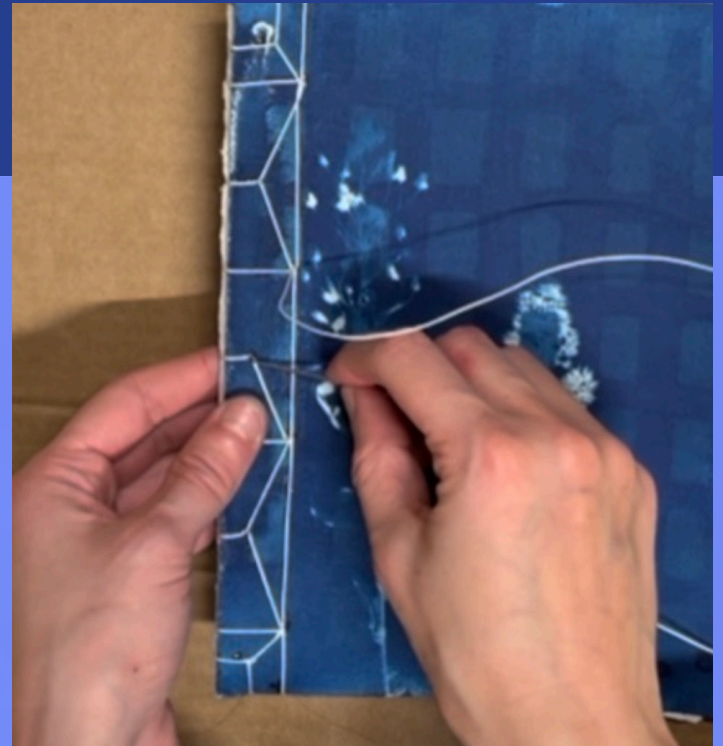
## Step-by-Step-Anleitung:

### Materialien:

- kleine Gewichte
- Schraubahle
- Nadel
- Buchbindegarn
- Papier

## 1.) Format + Bindung wählen

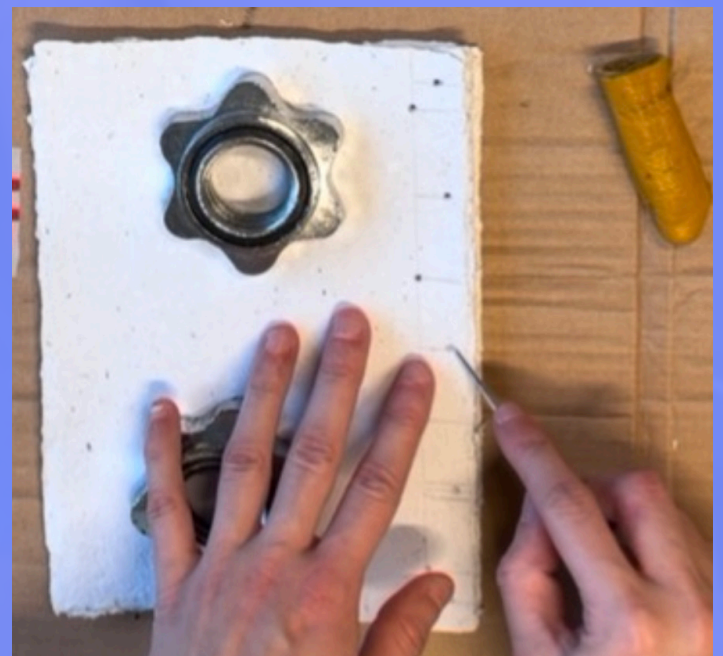
Es gibt viele verschiedene Bindearten! Für Anfänger\*innen in diesem Werk würde ich jedoch die japanische Bindung empfehlen. Dafür kann ein beliebiges Format verwendet werden, da keine Papierlagen gefaltet werden müssen. Mit einem Youtube-Tutorial ist sie meist leicht auszuführen. Das Besondere ist, dass diese Bindung keinesfalls einseitig ist, sondern enorm vielfältig! Es gibt viele ästhetische Merkmale, die nach Belieben hinzugefügt werden können. Im ersten Bild sieht ihr die einfache japanische vier-Loch-Bindung. Sie ist die Ursprungsform aller japanischen Bindearten, die immer mit verschiedenen stilistischen Merkmalen erweitert wird. Im nächsten Bild sieht man die japanische Hanfblattbindung mit Nobecken.



© Salome Kremser

## 2.) Löcher stechen

Jetzt geht es los mit dem Binden! Dafür nimmst du dir am besten eine Unterlage, beispielsweise einen Karton, zur Hand. Dann kennzeichnest du die Stellen mit Lineal und Bleistift, wo du nach der Anleitung ein Loch stechen sollst. Jetzt legst du den Papierstapel mit dem markierten Blatt obenauf vor dich. Du kannst den Stapel sicherheitshalber mit Gewichten beschweren, damit nichts verrutschen kann. Mit der Schraubahle kannst du nun die Löcher stechen. Du



© Salome Kremser

## Das Helmut | 6

setzt die Ahle senkrecht an und übst mit Druck eine ständige Drehbewegung nach unten aus. Sobald alle Löcher gestochen sind, kannst du dir Nadel und Faden zur Hand nehmen.



### 3.) Binden

Buchbindegarn fühlt sich nicht an, wie herkömmlicher Faden. Er ist mit Bienenwachs behandelt worden, damit er besser hält und leichter durch die Löcher gleitet. Sinnvoll ist es, für das Cover, also Vorder- und Rückseite, zwei stärkere Blätter zu verwenden. Damit kannst du dein Notizheft mit mehr Stabilität versehen. Du suchst dir ein

Anfangsloch und beginnst von dort aus je nach Tutorial zu binden. Wichtig ist, sich genau an die Anleitung zu halten und den Faden immer wieder festzuziehen. Das Besondere am Ende ist, dass das Buch optisch hinten und vorne gleich aussieht. Beendet wird der Prozess mit einem Doppelknoten und dem Abschneiden des Fadens.

### 4.) Gestaltung

Hier kannst du deiner Kreativität freien Lauf lassen! Du kannst sowohl malen, als auch bekleben, oder Schablonen und Stempel verwenden. Deiner Fantasie sind keine Grenzen gesetzt! Ich habe bei meiner Hanfblattbindung farblich passend das fotografische Verfahren der Cyanotypie verwendet. (Das wird in Ausgabe 88 noch näher beschrieben.)

Salome Kremser (18), Schülerin des Piaristengymnasiums Krems

© Salome Kremser





**k**remstadtbus [www.krems.at/stadtbus](http://www.krems.at/stadtbus)

# Mit dem **Stadtbus** von Tür zu Tür.

Besser vernetzt als je zuvor.

VOR „A nach B“ Routenplaner  
[www.anachb.at](http://www.anachb.at)

PARTNER IM



# Bucket List für den *Frühling*

Bist du das kalte Winterwetter auch schon satt, hast gar keine Lust mehr auf die nebeligen Tage und willst wieder die Sonne auf deinem Gesicht spüren?

Keine Sorge, der Frühling kommt bald. Und damit dieser Frühling zu deinem Schönsten wird, habe ich dir meine persönlichen Lieblingsaktivitäten zusammengestellt. Bereit?

(Ganz unten habe ich ein bisschen Platz gelassen, damit du selbst noch kreativ werden kannst. 😊)

- 🌸 einen Frühlingsspaziergang machen
- 🌸 einen Blumenstrauß pflücken
- 🌸 ein Picknick organisieren
- 🌸 Eistee selbst machen
- 🌸 im Garten oder im Park ein Buch lesen
- 🌸 eine Fahrradtour machen
- 🌸 mit viel Mut in ein kaltes Gewässer springen
- 🌸 ein eigenes Insektenhotel bauen
- 🌸 Blumenzwiebel einlegen und Samen anbauen
- 🌸 in den Himmel schauen und Wolken erraten
- 🌸 im Garten etwas malen oder zeichnen
- 🌸 Smoothies selbst machen
- 🌸 \_\_\_\_\_
- 🌸 \_\_\_\_\_
- 🌸 Ostereier bemalen
- 🌸 Cookies backen
- 🌸 Enten füttern
- 🌸 auf einem Wochenmarkt einkaufen gehen
- 🌸 Kleidung thriften
- 🌸 ein Outdoor-Fotoshooting mit Freund\*innen machen
- 🌸 Minigolfen gehen
- 🌸 mit Laufen beginnen
- 🌸 CD's anhören und neue Musik entdecken
- 🌸 Rollschuh fahren
- 🌸 in ein Museum gehen
- 🌸 ein Fotoalbum mit eigenen Fotos selbst gestalten
- 🌸 \_\_\_\_\_
- 🌸 \_\_\_\_\_

## Teil 2/3

### Royce

Ich bin ein Jäger.

Doch im Moment – eher mehr die Beute. Und hoffentlich schnell genug.

Das hier war bereits meine siebte Jagd, auf die ich meinen Vater und Varka begleitet hatte. Doch etwas war passiert. Wir hatten uns getrennt, nach dem Verschwinden unseres angeschossenen Ziels.

Ich hatte mich nicht an der Suche beteiligt, sondern zurückgezogen hinter ein paar Moospflanzen und Farne.

Seit meiner Begegnung mit diesem Osorios vor einigen Monaten brachte ich es einfach nicht über das Herz, wirklich zu *jagen*.

Natürlich, ich war dabei – aber nicht wie die anderen Jäger.

Ich drückte mich davor.

Jedoch war diese Idee mit dem »Hinterm Gebüsch verstecken« vielleicht doch nicht so toll gewesen.

Zumindest nicht, wenn dort ein Fliari gerade seine letzte Beute verspeisen wollte. Ein fleischfressender, riesiger Vogel mit langen Beinen und einem noch längeren Hals. Jetzt war er hinter mir her und sein Schnabel schnappte gefährlich knapp an meinem Hinterteil zu.

Lange würde ich diesen Sprint nicht mehr aushalten.

Keuchend hangelte ich mich durch den dichten Wald, quetschte mich unter die umgefallenen Baumstämme und zwischen die eng beieinanderstehenden Gewächse, jedes Mal dankbar, wenn die riesige Kreatur hinter mir stolperte. Hängen blieb. Wenn es auch nur kurz war.

Da nahm ich noch etwas wahr.

Schwere Schritte. Schnelle Schritte. Pfoten?

Oh nein... Noch ein Tier auf Jagd. Auf der Jagd nach mir.

Ich warf einen Blick über die rechte Schulter. Nur kurz. Flüchtig.

Was sah ich da? Weißes Fell? Flügel? Ein... Osorios?

Innerhalb eines Wimpernschlags brach die Kreatur durch das Gebüsch und rammte den Fliari mit voller Wucht.

Die beiden riesigen Wesen gerieten aneinander. Aufgerissene Mäuler, gespreizte Krallen. Flatternde Flügel. Innerhalb weniger Momente war ihre Aufmerksamkeit von mir abgelenkt. Sie stürzten. Kämpfend. Fauchend.

Dort! Ein Gebüsch! Nahe einer Felsenwand.

Ich warf mich mit all meinem Schwung hinein und krachte gegen den harten Felsen.

Sofort verkroch ich mich soweit es irgendwie ging in die leichte Kuhle im Boden. Rutschte zurück. Unterdrückte meinen hysterischen Atem. Mit zitternden Händen zog ich den Bogen über meinen Kopf. Spannte einen der Pfeile ein, die ich bei meinem Sprint überraschenderweise nicht

verloren hatte.

Direkt neben mir kämpften die beiden Tiere. Nur wenige Atemzüge dauerte es, bis ich eines von ihnen kreischen hörte. Pfoten trommelten auf den Boden, Äste brachen. Schritte. Rennende Schritte.

Die Geräusche erstarben. Eines der Wesen rannte weg. Ergriff die Flucht.

Mein Herz hämmerte wie wild gegen meine Brust.

*Atmen, Royce.* Ruhig. Leise.

Vorsichtig versuchte ich, durch die dichten Blätter des Gebüsches etwas zu sehen. Nichts. Aber hören konnte ich etwas: schweres Keuchen.

Ich musste weg hier.

Jedes der Härchen auf meinem Nacken stellte sich auf und ich sog scharf die Luft ein. Ich rappelte mich auf. Trat aus dem Gebüsch. Das Erste, was mir auffiel, war das Blut auf dem Boden.

„Huh...“ Mein Blick schwankte durch die Gegend.

Kein Flirai mehr... Und der Osorios?

Warmer Atem stob über meinen Kopf und ich fuhr herum.

Er hockte dort. Auf der Felswand. Die golden schimmernden Augen fest auf mich gerichtet. Sechs Ohren. Vier weiß-goldene Flügel. Geweihähnliche, weiße Hörner. Ein Jungtier. Relativ – vielleicht einige Monate alt. Und dafür schon gigantisch. Größer als jeder erwachsene Mensch. Sein Blick durchlöcherte mich. Mein Griff um den Bogen verkrampfte sich.

Eine Wunde. An seiner spitzen Schnauze. Vom Kampf mit dem Flirai.

„Hey... hey, du... schönes Wesen...“, stammelte ich und trat vorsichtig einen Schritt zurück. Der Osorios legte den Kopf schief. Seine Schnauze hob sich. Er testete die Luft. Nach mir.

„Schon gut, ich- ich will dir nichts tun, okay?... Lass mich einfach gehen, dann-“ Sekunde.

Diese neugierigen, goldenen Augen. Dieses Wesen... Ich kannte es.

War es... dieses Junge?

Das Junge, das ich bei meiner ersten Jagd gesehen hatte? Dessen Mutter wir getötet hatten?

Das Junge, das ich verscheucht hatte? Gerettet hatte...?

Der Osorios stand auf einmal auf.

„Wow- langsam...“, beharrte ich und trat noch weiter zurück.

Er schlich den Felsen nach unten, auf den Boden, und kam näher. Seine Prätzen – sobald er den Waldboden berührte – verursachten keinen Mucks. Kein Geräusch. Seine Schnauze kam mir immer näher. Der Geruch des Bluts stieg mir in die Nase und der Kopf des Osorios pendelte nun direkt vor meinem.

Ich... konnte meinen Bogen nicht heben. Um ehrlich zu sein, wollte ich es auch nicht. Etwas in seinem Blick versicherte mir... ich war in Sicherheit. Es erkannte mich.

„Du hast mich da... gerade gerettet...“, flüsterte ich und nahm den Pfeil langsam aus der Spannung.

Tiefes Grummeln ging von dem Wesen aus und ich zog den Bogen wieder über meinen Kopf, um meinen Oberkörper.

„Du... bist freundlich... oder?“

Vorsichtig hob ich meine rechte Hand. Streckte sie aus – dem Osorios entgegen.

„Ich bin dir echt was schuldig.“

Meine Hand berührte sein weiches Fell und der Osorios schmiegte seine Schnauze sanft gegen meine Handfläche. Das Blut schmierte unter meinen Fingern und ich nahm meine zweite Hand dazu.

„Das wird eine Narbe geben, huh?“, murmelte ich und sah mir die Wunde unter seinem Auge genauer an, als tief im Wald hinter mir plötzlich ein Ruf ertönte: „ROYCE!“

Ich fuhr zusammen und auch der Osorios zuckte zurück.

Mein Vater! Oh nein, mein Vater war hier... er und die anderen Jäger – sie durften den Osorios nicht sehen. Sie würden ihn töten.

„Shit! Du musst gehen!“

Mit all meinem Gewicht versuchte ich, den Osorios wegzudrängen, aber er bewegte sich kein Stück.

„Komm schon! Bitte! Hau ab-!“ „Royce, wo bist du? Royce-“

Auf einmal teilten sich die Büsche und mein Vater trat heraus. Die Machete in der Hand, hinter ihm Varka und die anderen Jäger. Sein Blick... wie eingefroren.

Ein tiefes Knurren trat aus der Kehle des Osorios hinter mir und Varka spannte seinen Bogen.

„Royce, komm ganz langsam zu uns“, meinte er und ich wandte mich an ihn. Absichtlich wich ich *nicht* aus seiner Schusslinie.

„Ihr dürft ihm nichts tun“, meinte ich standhaft und begegnete dem schockierten Blick meines Vaters mit all dem Selbstbewusstsein, das ich aufbringen konnte.

„Ihm? Das ist ein wildes Biest! Ein- ein Monster-!“ „Eben nicht! Er hat mich gerettet, Dad...“, warf ich zurück und festigte meinen Stand.

Ich würde nicht weichen.

Hinter mir machte der Osorios auf einmal kehrt und rannte davon. Durch die Bäume. Das Gebüsch.

Ich sah ihm über die Schulter nach. Zumindest bis mich die harsche Stimme meines Vaters wieder in die Realität zurückholte und er mich plötzlich am Nacken packte.

„Wir müssen reden, Junge.“

Ja, ich bin ein Jäger. Einer der alles tat, außer zu jagen.

Ironisch, nicht?

– Teil 2/3

Goosefechter (16) Schülerin des Brg Rechte Kremszeile

# Alles (neuro)logisch? – Fragen an eine Neurologin

Woran denkst du, wenn du das Wort Neurologie hörst? Ich hatte die Möglichkeit mich mit Dr. Veronika Dorda – Fachärztin für Neurologie – zusammenzusetzen und ihr meine Fragen zu ihrer Arbeit und ihrem Fachgebiet zu stellen. Los geht's:

## Wie erlernt man diesen Beruf und wo arbeiten Neurolog\*innen?

Um Neurolog\*in zu werden, muss man zuerst ein Medizinstudium absolvieren und anschließend eine Facharztausbildung im Bereich Neurologie abschließen. Nach der fertigen Ausbildung können **Neurolog\*innen (= Fachärzt\*innen für Neurologie)** in Spitälern und (Reha-) Kliniken arbeiten, oder auch in einer Ordination. Manchmal wird das Fachgebiet der Neurologie auch mit der Psychiatrie verwechselt, welche eine eigene Fachrichtung und -ausbildung darstellt. Als Neurologin befasse ich mich mit den körperlichen Erkrankungen des Nervensystems, eine Psychiaterin hingegen ist für psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Angststörungen zuständig. Eine weitere wichtige Abgrenzung ist die zur Neurochirurgie. Anders als es manchmal in Filmen dargestellt wird, operieren Neurolog\*innen nicht – Operationen werden von Neuro-Chirurgen durchgeführt.

## Was gehört alles zum Fachgebiet Neurologie?

Die Neurologie ist zuständig für das **zentrale Nervensystem (ZNS: Gehirn + Rückenmark)** sowie für das **periphere Nervensystem (PNS: Nerven)** und beschäftigt sich mit der Behandlung aller Erkrankungen, die diese zwei großen Bereiche betreffen. Daher sind die zutreffenden Erkrankungen auch sehr vielseitig und umfassen unter anderem Epilepsie, Parkinson, Multiple Sklerose, Demenz, Muskellähmungen, Zittern, oder die Vor- und Nachsorge von Schlaganfällen. Außerdem kommen auch viele

Patient\*innen um das Auftreten von Kopfschmerzen (z.B. Migräne – eine Unterform von Kopfschmerzen) oder Schwindel abzuklären.

## Wie sieht dein Alltag als Neurologin aus und was kann ich als Patient\*in bei einem Arzttermin erwarten?

Patient\*innen kommen entweder zu mir, um bestimmte Beschwerden und Symptome abklären zu lassen oder, um eine ärztliche Begleitung beziehungsweise Behandlung zu erhalten. Je nach Grund für den Arzttermin, kann dieser unterschiedlich aussehen.

Zuerst erfolgt eine **genaue Anamnese**, das heißt es werden einem ganz viele Fragen zu den Beschwerden gestellt. Beim Erfassen des neurologischen Status und der Anamnese wird sehr strukturiert und genau vorgegangen, um die Probleme zu finden und zu lokalisieren. Ebenso wird der **neurologische Status** erfasst. Das ist eine Untersuchung von Kopf bis Fuß, vor der man sich nicht fürchten muss, sie tut nicht weh. Es werden Pupillen, Reflexe und Gangbild kontrolliert und kurze, einfache Tests gemacht, beispielsweise der Versuch mit dem Finger die eigene Nase zu berühren. Manchmal, wenn es sinnvoll oder notwendig ist, werden noch weitere **Untersuchungen** gemacht. Das können unter anderem sein: ein Ultraschall der Halsgefäße, eine Messung der Nervenleitgeschwindigkeit (NLG), eine Messung der Muskelaktivität – also eine Elektromyographie (EMG), oder eine Messung der Hirnaktivität – ein Elektroenzephalogramm (EEG). Weiters können auch bildgebende Verfahren eingesetzt werden, wie eine Magnetresonanztomographie (MRT), welche Schnittbilder des menschlichen Körpers erzeugt. In diesem Fall werden die Patient\*innen für die Untersuchung zu einem\*er Radiolog\*in geschickt und kommen dann anschließend mit den Ergebnissen wieder. Leider dauert es manchmal lange, um eine ordentliche und genaue Anamnese sowie Diagnose zu bekommen. Doch bevor man in weiteren Schritten über Behandlungsmöglichkeiten sprechen kann, ist es zuerst wichtig das **Problem zu finden und zu lokalisieren**.

Neben der Abklärung von Symptomen bin ich auch für die **Begleitung und Behandlung** von neurologischen Erkrankungen zuständig, dazu gehört zum Beispiel das **Verschreiben von Medikamenten** oder die **Modifikation der Lebensweise**. Eine regelmäßige Betreuung – zum Beispiel bei Kopfschmerzen oder Parkinson – ist wichtig, um **Kontrollen und Anpassungen** durchzuführen. Bei Kopfschmerzen ist es besonders wichtig die Form der Schmerzen abzuklären und richtig zuzuordnen. Ist es entweder ein Spannungskopfschmerz oder Migräne? Je nachdem kann die Begleitung und der weitere Verlauf einer Behandlung korrekt angepasst werden. Migräne ist eine der untertherapiertesten Erkrankungen, welche oft zu großem Leid oder Krankheitsständen führen kann. Doch mittlerweile gibt es verschiedene Behandlungsmethoden und Ansätze, welche auch prophylaktisch vorgehen und dazu dienen, mögliche Migräne-Anfälle vorzubeugen. Dazu fällt beispielsweise das Führen eines Kopfschmerzkalenders oder Anpassungen des Lebensstiles wie regelmäßiger Schlaf und die regelmäßige Einnahme von Mahlzeiten, da Hunger einer der Auslöser für die Schmerzen sein kann. Zusätzlich hilft es wenig Elektronikgeräte zu verwenden und regelmäßig Ausdauersport zu machen, 3x45 Minuten pro Woche kann die Häufigkeit um 50% reduzieren.

**Welche Dinge können wir alle in unserem Alltag einbauen, die für unser Gehirn gut und wichtig sind?**

Regelmäßige körperliche **Bewegung** hilft nicht nur bei gewissen Erkrankungen, sondern ist allgemein sehr wichtig für unser Gehirn. Sie fördert die Hirngesundheit und kann auch Demenz vorbeugen. Ebenso helfen eine **ausgeglichene Ernährung** sowie ein **ausreichender, regelmäßiger Schlaf**. Ein weiterer wichtiger Punkt ist **kognitives Training**. Unser Hirn muss gefordert werden, um fit zu bleiben. Das kann sein eine neue Sprache oder ein Musikinstrument zu erlernen und Dinge auszuprobieren, die eine Beidhändigkeit erfordern, wie zum Beispiel Klavierspielen oder andere Hobbys. Aber auch soziale, direkte Interaktionen mit Anderen,

also „echte“ Gespräche „in real life“ zu führen, können einen positiven Einfluss auf unser Gehirn haben. Prinzipiell kann man sagen: Alles, was das Hirn fordert, ist ein gutes Muskeltraining für das Gehirn.

**Was ist dir als Neurologin wichtig, jungen Menschen mitzugeben?**

Relevant zu wissen ist, dass Neurolog\*innen nicht die richtige Anlaufstelle für Akutfälle wie zum Beispiel einen **Schlaganfall** sind, in diesen Fällen sind die Rettungskräfte und Notärzt\*innen zuständig. Wichtig bei einem Schlaganfall: Er tut nicht weh, aber man kann ihn beobachten. Außerdem gilt: „time is brain“ – also so schnell wie möglich die **Rettung anrufen!** Der FAST-Test kann dabei helfen einen möglichen Schlaganfall zu erkennen und so schnell wie möglich zu reagieren.

**Infobox: FAST-Test – so kannst du einen Schlaganfall erkennen:**

- ☐ **F**ace (Gesicht): Bitte die Person zu lächeln. Hängt ein Mundwinkel herab, deutet das auf eine Halbseitenlähmung hin.
- ☐ **A**rms (Arme): Bitte die Person, die Arme nach vorne zu strecken und dabei die Handflächen nach oben zu drehen. Bei einer Lähmung können nicht beide Arme gehoben werden, ein Arm sinkt oder dreht sich.
- ☐ **S**peech (Sprache): Lass die Person einen einfachen Satz nachsprechen. Ist sie dazu nicht in der Lage oder klingt die Stimme verworren, liegt vermutlich eine Sprachstörung vor.
- ☐ **T**ime (Zeit): Bei Verdacht auf einen Schlaganfall zögere nicht und wähle so schnell wie möglich die Nummer der Rettung (Österreich: 144).

**Was begeistert dich als Neurologin besonders an deinem Fachgebiet?**

An der Neurologie begeistert mich, dass sie so vielseitig ist. Alles ist sehr klar aufgebaut und logisch.

## Das Helmut | 14

Alles ist erklärbar, wenn man weiß, was & wo das Problem ist.

### Würdest du die Arbeit als Neurologin weiterempfehlen?

Ja, auf jeden Fall. Auch wenn die Ausbildung sehr lange dauert, ist es ein interessanter und erfüllender Beruf. Das Wohl meiner Patient\*innen liegt mir sehr am Herzen, ich bemühe mich immer daran an einer guten Patient\*innen-Arztbeziehung zu arbeiten. Insgesamt gehe ich meiner Arbeit mit sehr viel Freude und Überzeugung nach!

Vielen Dank! :)

Elena Jenisch (25)

© Bild von Pixaby

## Es war einmal ein kleines Kind

Es war einmal ein kleines Kind,  
das träumte einmal groß zu sein;  
Doch mit Zeit und Zeit geschah es nie;  
das brachte es zum wein´:  
deshalb bekam es Flügel und flog fort,  
weit, weit weg and einen fernen Ort;  
Dort war es frei,  
dort war es froh,  
dort war es heiter,  
oh, es war so toll!  
Doch mit Zeit und Zeit,  
da wurde es einsam:  
es war nicht mehr frei,  
es war nicht mehr heiter, sondern es war traurig;  
Deshalb flog es erneut weg;  
Weit weg  
So weit, dass es in ein fernes Land kam  
Wo Milch und Honig flossen,

© Bild von Pixaby

Wo alle Menschen lieb und fröhlich waren;  
Das Kind war wieder glücklich;  
Doch mit Zeit und Zeit, wurde es groß,  
aber es wollte nicht,  
denn es fand es so schön als Kind;  
Verzweifelt weinte es bitterlich;  
Da kam ein anderes Kind des Weges:  
Mit einem Lächeln wie es nur die allerglücklichsten Kinder haben,  
setzte es sich neben das Kind und sprach:  
„Sei nicht traurig, denn was einst war, wird dir nicht vergehen, du wirst es nämlich immerzu  
spüren.“  
Dann verschwand es;  
Das Kind wusste nicht, was es tun sollte,  
deshalb entschied es, groß zu werden;  
Erneut flog es fort,  
**Über Berge und Täler,**  
**Über Wälder und Auen,**  
**Über Flüsse und Bäche mit goldenen Pfauen;**  
bald kam es zur Rast neben einem Bach,  
neugierig betrachtete es sein Antlitz im silbernen Wasser;  
Es sah anders aus, doch auch wie es selbst,  
das kindliche Lächeln war noch immer da,  
man musste nur genau hinsehen,  
all die schönen Erinnerungen waren noch da,  
es musste nur an sie denken;  
Da wusste es, was das andere Kind gemeint hatte und flog zu ihm zurück.

Annika Schafhauser (17), Schülerin des Piaristengymnasium

# Volleyball

Du suchst nach einem neuen Hobby, bei dem du dich sportlich betätigen und auspowern kannst? Dann haben wir genau das Richtige für dich! Volleyball.

In Krems gibt es die perfekte Möglichkeit Volleyball zu trainieren. Der Verein X – Volley bietet ein umfangreiches und cooles Training an. Auch ich trainiere schon seit ein paar Jahren bei diesem Verein und finde, dass es ein guter Mix zwischen Spaß und Spiel ist. Am Anfang jedes Trainings beginnen wir mit Aufwärmübungen, Spielen wie „Ball über die Schnur“ oder Rundenlaufen. Danach geht es an die Technik. Diese trainieren wir zum Beispiel darin, dass eine Person der anderen je einen Ball aufwirft, und diese den Ball über die Schnur schlagen muss. Und danach widmen wir uns auch schon dem Spiel. Wir spielen jedoch meistens in verkleinerten Feldern, da jede\*r dabei sein kann, auch wenn er\*sie Volleyball noch nicht so gut beherrscht.

Aber was ist Volleyball eigentlich genau? Volleyball gibt es schon seit dem 19. Jahrhundert und seitdem wird es auch gespielt. Sechs Spieler\*innen platzieren sich in je einer Feldhälfte. Das Feld wird durch ein Netz getrennt. Das Ziel ist es, den Ball so über das Netz zu schlagen, dass er beim gegnerischen Team den Boden berührt. Um perfekt für dein erstes Training vorbereitet zu sein, ist es nützlich, wenn du die Grundbegriffe für das Spiel bereits kennst. Die grundlegenden Techniken umfassen Aufschlag, Annahme (Baggern) und Zuspiel (Pritschen).

Beim Aufschlag wirfst du den Ball vor dir in die Luft und schlägst ihn mit deiner flachen, angespannten Handfläche über das Netz.

Beim Baggern ist es wichtig, dass du deine Arme nach vorne streckst und deine Hände ineinanderlegst. Deine Unterarme bilden somit ein paralleles Brett. Der Ball wird dann mit der Ganzkörperbewegung aus den Beinen gespielt.

Beim Pritschen solltest du deine Hände zu einem Dreieck bzw. einer Schale über deiner Stirn formen. Der Ball wird mit den Fingerspitzen gespielt.

Der X-Volley Verein bietet die Möglichkeit in

verschiedenen Gruppen zu spielen, je nach Alter, Geschlecht und Leistung. Ich, Salome Kremser, spiele bereits auch schon seit Jahren mit Freude Volleyball. Derzeit bin ich in der Gruppe U20 weiblich.

Wie bei Flora, beginnen auch wir unsere Trainingseinheiten mit Aufwärmübungen oder kurzem Krafttraining. Beim sogenannten Einspielen und Einschlagen, gehen wir meist zu zweit oder in Form von Spielen, die Grundtechniken durch. Danach wird meist noch der Aufschlag geübt und optimiert. Die letzten 20 Minuten des Trainings werden meistens genutzt, um zu spielen. Dafür hat jede\*r eine Position, die man sich aussuchen kann und danach dann fix bleibt. Ich bin zum Beispiel Mittelblocker und habe die Aufgabe, die gegnerischen Angriffe durch einen Block aufzuhalten oder selbst auf den Ball zu schlagen. Wir spielen immer mit einem bestimmten Aufstellungssystem, wobei jede\*r ihren\*seinen Platz nach Vorschrift wechselt, damit ein Spiel entsteht.

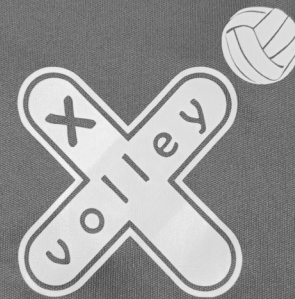
Besonders spannend wird es bei den Matches, wenn um jeden Ball gekämpft und kräftig angefeuert wird! Wir haben keine regelmäßigen Heimmatches oder Auswärtsspiele, sondern nur vereinzelte Termine.

Früher habe ich mir oft schwergetan, da wir oft einen Trainer\*in-wechsel hatten und kaum Routine. Dann kam noch hinzu, dass jede\*r Trainer\*in die Technik anders gezeigt hat und man somit nicht immer perfekt mitlernen konnte. Mittlerweile haben wir jedoch zweimal pro Woche mit derselben Person Training.

Haben wir euer Interesse geweckt? Dann erkundigt euch für nähere Informationen auf der Website und macht euch eine Schnupperstunde aus!

Auf Instagram kannst du dem Verein auch gerne folgen unter: @xvolleykremserbank

Flora Jamek (16), Schülerin des BRG Ringstraße und Salome Kremser (18), Schülerin des Piaristengymnasiums Krems



# THE WEDDING PEOPLE

Phoebes Leben könnte nicht schlechter laufen. Sie ist am absoluten Tiefpunkt angekommen. Ihr Mann hat sie für eine Kollegin der beiden verlassen und zu allem Überfluss ist auch ihre Katze gestorben.

Phoebe entschließt sich mit Würde zu gehen, und bucht ein Zimmer im Cornwall Inn. Ohne Gepäck, nur mit einem Seidenkleid und High Heels am Körper, reist sie an die Küste, die sie eigentlich immer mit ihrem Ex-Mann besuchen wollte.

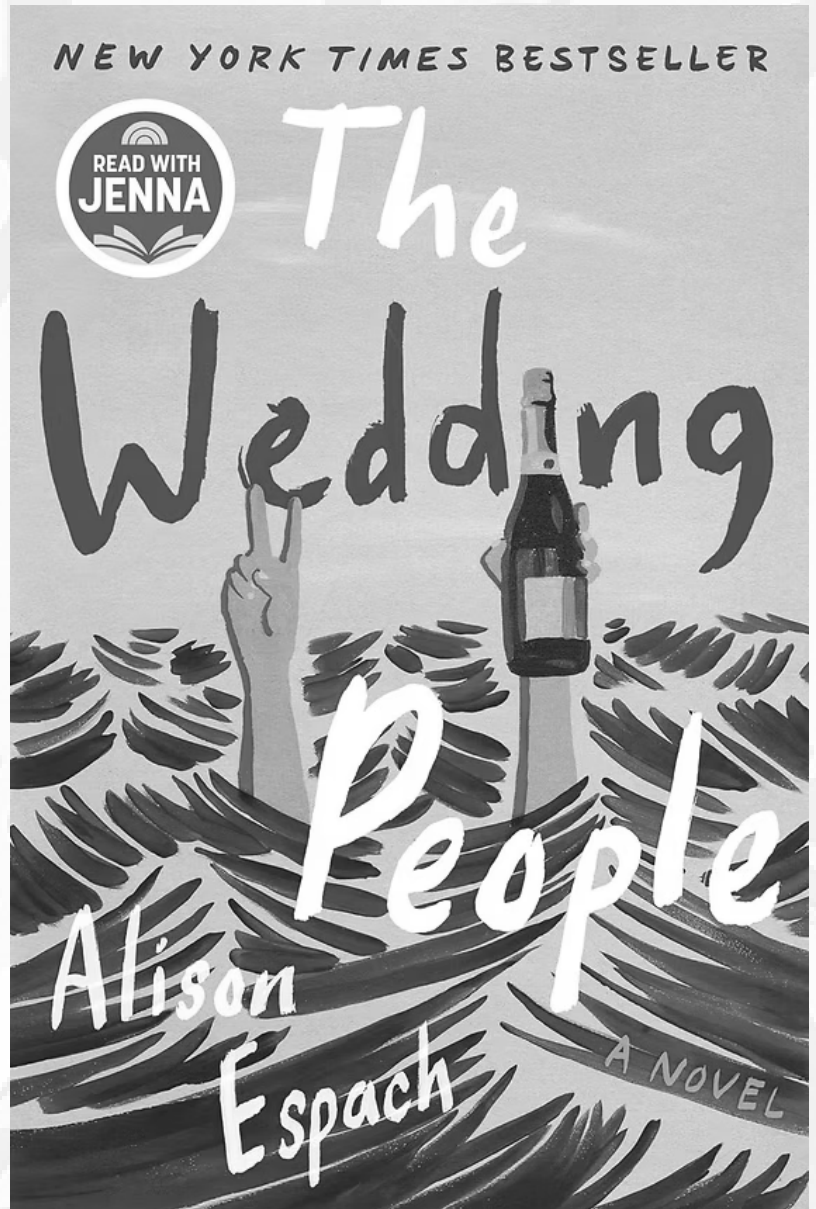
Vor Ort muss Phoebe allerdings feststellen, dass sie der einzige Gast in dem Hotel ist, der nicht zu der Hochzeitsgesellschaft von Lila gehört. Lila entspricht dem typischen Bild der Braut im Kontrollwahn. Alles muss für die Hochzeit perfekt sein. Da passt ihr Phoebes Plan, sich ihr Leben zu nehmen, überhaupt nicht - schließlich ist es Lilas großer Tag.

Durch die skurrilen Interaktionen der beiden entsteht eine ungewöhnliche Freundschaft und schon bald erkennt Phoebe, dass weder Lila noch all die Hochzeitsgäste so perfekt sind, wie sie es vorgeben zu sein.

Alison Espach verpackt tiefgründige Themen in Humor. Ihr originelle Art, diese inspirierende Geschichte zu erzählen, regt zum Nachdenken an. Das Buch beschäftigt sich mit den Themen Freundschaft, Liebe, Verlust, Tod, aber vor allem dem Sinn des Lebens.

Mir persönlich hat **The Wedding People** sehr gut gefallen, da ich bisher nichts Vergleichbares gelesen habe. Bücher, die über ernste Themen mit einer derartigen Leichtigkeit und Tiefgründigkeit erzählen, sind selten. Das Buch ähnelt viel mehr einer Charakterstudie und philosophiert über den Daseinszweck, als sich auf viel Action zu fokussieren, was ich sehr erfrischend finde. Ich empfehle dieses Buch Personen, die sich für die Komplexität der Gedanken und Beziehungen interessieren. Wer sensibel auf das Thema Suizid reagiert, sollte dieses Buch eher nicht lesen. Die Geschichte eignet sich gut für diejenigen, für die das Genre Literary Fiction noch Neuland ist.

Viktoria-Luise Kalb (17), Schülerin des BORG Krems



© Bild von Thalia

# DIE DIGITALE ABHÄNGIGKEIT UND WIE DU SIE LOSWIRST

Wir können es alle nicht mehr hören aber genau deshalb thematisiere ich es erneut. Das ewige Scrollen am Handy muss aufhören. Die Mental-Health-Days-Studie 2025 hat ergeben, dass österreichische Schüler\*innen im Schnitt über 3 Stunden pro Tag mit ihren Handys verbringen. Good News: im Vergleich zum Vorjahr wurde ein Rückgang verzeichnet. Insbesondere die Social-Media-Nutzung sei um etwa 16 Minuten geringer. Um Teil dieser positiven Entwicklung zu werden und selbst eine geringere Bildschirmzeit am Handy zu erreichen, folgen simple und leicht umsetzbare Tipps. Aber vorab möchte ich noch auf schwerwiegende Konsequenzen einer zu hohen Screen-Time eingehen.

Im Hinblick auf soziale Medien und deren problematischer Nutzung, können zahlreiche negative Folgen aufkommen. Angefangen mit späterem Zubettgehen und weniger Schlaf. Dies hat potenziell Auswirkungen auf die allgemeine Gesundheit und schulische Leistungen. Weiterführend lässt sich geringes seelisches und soziales Wohlbefinden, sowie ein höherer Substanzkonsum verzeichnen. Dies beeinträchtigt sowohl die Entwicklung als auch langfristig die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Die schädliche Nutzung sozialer Medien kann außerdem zu Depressionen und Angstzuständen führen.

Um auf die generelle Handynutzung zurückzukommen: Eine Untersuchung aus Dänemark hat gezeigt, dass diese schlecht für die Gesundheit und das Herz ist. Messbare Werte im Körper verschlechtern sich nachweislich. Das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen steigt, wenn Kinder und Jugendliche sehr viel Zeit am Handy verbringen. Auch sinkende Schlafqualität oder generell weniger Schlaf lassen das Risiko steigen. Schlechter Schlaf und dadurch erhöhte Müdigkeit führen außerdem häufig dazu, dass junge Menschen zu passiven Aktivitäten tendieren, wie beispielsweise das Scrollen am Handy.

Um die negativen Folgen zusammenzufassen: Studien deuten darauf hin, dass das Risiko für Depressionen, Angstzustände, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, schulische Schwierigkeiten, Probleme mit dem eigenen Körperbild und Schlafstörungen aufgrund des problematischen Handy-Konsums steigt.

Festzuhalten ist dementsprechend, je weniger Bildschirmzeit, desto besser. Passend hierzu folgen nun ein paar Tipps, die ohne Ausreden angewandt werden können:

**Tipps 1:** Jedes Mal, wenn du zum Handy greifst, halte 10 Sekunden inne. Schau es dabei ruhig an und hinterfrage deine Entscheidung. Durch das Warten beweist du dir, dass du die Kontrolle hast und nicht aus reiner Gewohnheit oder Langeweile handelst.

**Tipps 2:** Bevor du dein Handy nimmst, sage laut weshalb du das tust. So kann das „grundlose“ zum Handy greifen reduziert werden. Darüber zu reflektieren, für welchen Zweck man zum Handy greift, kann dazu beitragen, der Dopamin-Jagd entgegenzuwirken.

**Tipps 3:** Vermeide es, dass dein Handy immer und zu jeder Zeit in deiner Nähe ist. Lege zu Hause einen Ort fest, an dem es mit ausreichend Abstand zu dir und dem Bereich, in dem du dich hauptsächlich aufhältst, liegt. Wenn du unterwegs bist, verstaue dein Handy tief in deinem Rucksack, deiner Hand- oder Jackentasche. Bereits 40 bis 60 cm Abstand reduzieren das Checken des Handys um über ein Drittel.

Es ist wichtig erneut zu lernen, mit Stille und Langeweile auszukommen. Der Anfang ist meistens schwer, aber schafft man es, seine Gewohnheiten zu ändern und sich mehr vom Handy zu lösen, wird das zum neuen Normal. Und um dem Dopaminhaushalt einen Ersatz zu bieten, kannst du den Prozess mit Belohnungen unterstützen. Jede selbst festgelegte Zeiteinheit, die weniger am Handy verbracht wurde, findet Beachtung und wird belohnt.

Clara Vörösmarty (20), Studentin an der FH Wien der WKW (Content-Produktion & Digitales Medienmanagement)



## Dein Weg zum eigenen Buch

Liebst du es zu lesen? Verlierst du dich gern in den Tiefen einer anderen Welt? Versetzt du dich in die Vergangenheit zurück und durstest nach Wissen? Oder vielleicht hast du auch einfach eine einmalige Idee? Kannst du dich mit diesen Fragen identifizieren? Hast du schonmal darüber nachgedacht, dein eigenes Buch zu verfassen?

Ein eigenes Buch zu schreiben, scheint wie eine unmögliche Aufgabe. Ein unmöglicher Traum. Doch er ist nicht unerreichbar. Es reicht eine erste, kleine Idee, mit der du dann durchstarten kannst. Es gibt ganz viele unterschiedliche Möglichkeiten, dein eigenes Buch zu planen und jede\*r muss ihren\*seinen eigenen Weg wählen. Doch die Basis ist fast immer gleich. Zuerst brauchst du ein Thema. Ein Genre. Eine Geschichte. Der nächste Schritt kommt auf deine Idee an. Ein Sachbuch benötigt zum Beispiel viel Recherche. Stunden, in denen du dich über dein Thema informierst und vielleicht sogar neue Quellen erstellen musst. Bei einer Biografie beispielsweise, musst du dich über die Person informieren. Ein Krimi benötigt eine völlig andere Herangehensweise. Du musst dir Schritt für Schritt überlegen, wie der Mord am Ende aufgedeckt wird. Wie du schon in den ersten Seiten kleine Hinweise versteckst. Auch ein Fantasy Buch benötigt eine andere Ausarbeitung. Es wird ein eigenes World Building überlegt. Vielleicht eine eigene Karte gestaltet. Doch all das startet mit einer Idee. Einem Traum. Einem Idol. Einer Neugier für das Unbekannte. Doch wie geht es dann weiter?

Das kommt ganz auf den Menschen an. Manche Autor\*innen durchlaufen einen Schritt-für-Schritt-Plan, wie sie ihr Buch bis ins kleinste Detail vorab planen. Zum Beispiel nutzen sie Karteikarten, um einen Zeitstrahl für ihr Buch zu erstellen. Manche gehen dann sogar noch weiter und arbeiten einen Kapitelplan aus. Also was in welchem Kapitel passieren soll. Viele erstellen sich Charakterkarten, um ihre Figuren gut im Blick zu behalten. Das Wichtigste bei der Planung ist, dir alles aufzuschreiben, was du dir überlegst. Möglicherweise glaubst du, dass du dir die Story sowieso merken kannst und dir das nicht aufschreiben musst. Aber es passiert schnell, dass man sich bereits kleine Details überlegt hat, die mit der Zeit wieder in Vergessenheit geraten. Jede kleinste Information zählt. Schreibe sie dir irgendwo zusammen, damit du auch nach wochenlanger Pause auf alles zurückgreifen kannst.

Doch die Planung macht noch kein Buch. Irgendwann kommt der Moment, indem man beginnen muss. Einfach einmal loslegen. Es muss gar nicht der Anfang des Buches sein. Such dir eine Szene aus, die dich interessiert, und schreib los. Sie muss nicht perfekt sein. Nichts von dem, was du schreibst, muss perfekt sein. Starte einfach deinen Weg zum Traum des eigenen Buchs.

Elisabeth Haubner (17),  
Schülerin der Hak Hollabrunn

# Ein Tag in London und die Magie des Moments

Die letzten Töne des Streams verklangen, als Andy und Ethan die Lichter des Computers ausschalteten. Der Raum war erfüllt von der warmen, sanften Glut des Abendlichts, das durch die Vorhänge fiel. Es war ein weiterer erfolgreicher Tag für die beiden Cosplayer und Twitch-Streamer. Während sie sich in der Küche niedergelassen hatten, fielen die letzten Reste der digitalen Welt von ihnen ab wie die Farben eines Sonnenuntergangs.

Ethan, mit seinen wilden, unrasierten Haaren und einem breiten Grinsen, schob sich einen Stuhl näher zu Andy. Sein Gesicht war noch immer beleuchtet von der Freude des Streams. „Ich kann immer noch nicht glauben, dass wir die neuen Kostüme so gut hinbekommen haben!“, rief er begeistert. Seine Augen funkelten, als er an den Tag dachte, an dem sie als ihre Lieblingscharaktere aufgetreten waren.

„Ja, und die Reaktionen waren einfach unbezahlbar!“, antwortete Andy mit einem breiten Lächeln. „Ich denke, unser Ausflug nach London wird noch besser! Stell dir vor, wie viele Cosplayer wir dort treffen können!“

Die Vorfreude auf den bevorstehenden Ausflug schwebte wie ein zarter Duft von frisch gebrühtem Kaffee durch die Luft. London war ein Ort voller Möglichkeiten und Inspiration. Die beiden träumten von den Straßen, die sie erkunden würden, und den Geschäften, die sie besuchen würden. Sie sprachen über den Tower of London, die bunten Märkte und die magischen Buchhandlungen, die sie unbedingt sehen wollten.

„Und das Beste ist, dass wir es zusammen erleben“, fügte Ethan hinzu und seine Stimme wurde sanfter. „Ich kann es kaum erwarten, mit dir durch die Straßen zu schlendern.“

„Ich auch nicht“, erwiderte Andy und spürte, wie ein warmes Gefühl in ihrem Bauch aufstieg. „Es wird unvergesslich.“

Nach einer Weile des Plauderns und des Pläneschmiedens, entschied Ethan, dass es Zeit für einen Filmabend war. „Wie wäre es mit etwas Romantischem?“, fragte er und zwinkerte. „Ich könnte ein paar Kissen holen und wir machen es uns gemütlich.“

„Perfekt! Ich hole das Popcorn!“, rief Andy und sprang auf, während sie die Küche verließen. Das Klirren der Töpfe und das leise Rascheln der Tüten schufen eine heimelige Atmosphäre, während sie die Vorbereitungen für den Filmabend trafen.

Kurze Zeit später saßen sie auf dem Sofa, umgeben von Kissen und einer großen Schüssel Popcorn zwischen ihnen. Der Fernseher flimmerte mit dem Vorspann eines

romantischen Films, und Andy fühlte sich in diesem Moment vollkommen geborgen. Ethan kuschelte sich an sie, und Andy legte den Arm um Ethan, als der Film begann.

Die erste Szene des Films war eine ruhige, romantische Aufnahme eines Paares, das an einem malerischen Ort in London spazierte. Andy konnte nicht anders, als an ihre bevorstehende Reise zu denken. „Das könnten wir sein“, murmelte sie leise.

„Ich hoffe, wir sehen nicht so chaotisch aus wie die beiden“, kicherte Ethan und zwinkerte. „Ich meine, wir haben unsere Kostüme, aber vielleicht sollten wir die nicht in der Öffentlichkeit tragen?“

„Wieso nicht?“, fragte Andy mit einem schelmischen Lächeln. „Wir sind Cosplayer, das ist unser Ding!“

„Okay, du hast recht“, gestand Ethan und lehnte seinen Kopf an Andys Schulter. „Aber nur, wenn du mir versprichst, dass wir die besten Fotos machen!“

Sie lachten, während der Film weiterging, und die Geschichten der Charaktere auf der Leinwand verwoben sich mit den Gedanken an ihre eigenen Abenteuer. Die Szenen wurden intensiver, die Emotionen spürbarer, und Andy spürte, wie die Atmosphäre zwischen ihnen sich veränderte.

Mit der Zeit wurde der Raum immer stiller, nur das sanfte Rascheln von Popcorn und die leisen Dialoge des Films waren zu hören. Andy bemerkte, wie Ethan sich näher zu ihnen lehnte, und sie verstärkten den Halt um seine Schultern. In diesem Moment war alles perfekt.

Als der Film eine romantische Wendung nahm und die Charaktere sich küssten, spürte Andy, wie ihr Herz schneller schlug. Neben ihnen saß Ethan, und es war, als ob die Welt um sie herum verschwand. Sie wandte sich ihm zu, und in seinen Augen sah sie etwas, das ihr den Atem raubte.

„Ethan...“, flüsterte Andy, und die Worte schienen, als kämen sie aus der tiefsten Ecke ihres Herzens.

Ethan blickte zurück, seine Augen schimmerten im schwachen Licht des Bildschirms. „Ja?“

„Ich... ich möchte, dass du weißt, wie viel du mir bedeutest. Diese Reise nach London, die Zeit, die wir zusammen verbringen – das ist alles so viel mehr, als ich jemals erhofft hätte.“

Ethan lächelte sanft, und seine Hand fand Andys. „Du bist das Beste, was mir je passiert ist. Ich kann mir mein Leben ohne dich nicht vorstellen.“

In einem Moment der Stille zogen sie sich näher, und ihre Lippen fanden sich in einem zarten Kuss. Es war kein hastiger Kuss, sondern ein langsamer, sanfter Ausdruck ihrer Gefühle



füreinander. Die Welt um sie herum verblasste, und es gab nur noch sie beide, umgeben von der Wärme ihrer Zuneigung.

Als sie sich schließlich voneinander lösten, waren ihre Gesichter noch immer nah beieinander. „Das war... wow“, murmelte Andy, und Ethan lachte leise.

„Ja, wow. Das sollten wir öfter tun“, antwortete er, seine Stimme voller Freude.

„Das werden wir“, versprach Andy und fühlte sich, als könnte sie fliegen. In dieser kleinen, gemütlichen Küche, mit dem Licht des Fernsehers, das über sie fiel, hatten sie einen neuen Schritt in ihrer Beziehung gemacht, einen Schritt, der ihre Herzen noch enger miteinander verband.

Sie kuschelten sich wieder zusammen, während der Film weiterlief. Die nächsten Szenen waren voller Lachen und Abenteuer, und Andy und Ethan redeten leise darüber, was sie in London sehen wollten.

Die Stunden vergingen, während sie die Geschichten auf dem Bildschirm verfolgten und sich gegenseitig Geschichten erzählten. Der Abend war ein Traum, und als der Film schließlich zu Ende ging, fühlte es sich an, als hätte die Zeit für sie angehalten.

„Ich kann es kaum erwarten, dass wir in London sind“, flüs-

terte Andy und sah Ethan an. „Das wird unvergesslich.“

„Das wird es“, stimmte Ethan zu und beugte sich vor, um einen weiteren Kuss zu geben. „Aber egal, wo wir sind, das Wichtigste ist, dass wir es zusammen sind.“

Andy nickte, und in diesem Moment wusste sie, dass sie alles erreichen konnten, solange sie sich gegenseitig hatten. Die Welt lag ihnen zu Füßen, und die Magie ihrer Verbindung würde sie auf all ihren Abenteuern begleiten.

Der Abend neigte sich dem Ende zu, und die Küche war jetzt nur noch schwach beleuchtet. Aber die Wärme in ihren Herzen brannte hell und stark – ein Versprechen für die Zukunft und all die gemeinsamen Abenteuer, die noch vor ihnen lagen.

Mark Lynn (13), Schülerin des BRG Rechte Kremszeile

## **Diese Seite ist ganz für dich!**

*Du kannst gerne etwas zeichnen oder deinen eigenen Text schreiben!*

# Festivals in unserem Krems 2026

## Imago Dei – 13.03.-06.04.2026

Im Klangraum Krems Minoritenkirche spielen im Laufe von etwa drei Wochen klassische, traditionelle Musik und Tanz aus aller Welt zusammen. Die Konzerte sind nicht mehr lebenden Künstler\*innen wie Ingeborg Bachmann (Schriftstellerin) oder Mozart gewidmet, genauso wie auch gegenwärtigen Künstler\*innen, etwa Karin Nakagawa aus Japan.

Beim Kauf von Tickets für Jugendliche bis zu 16 Jahren und jungen Erwachsenen unter 27 Jahren gibt es Ermäßigungen, sowie beim Kauf von Tickets für mehrere Veranstaltungen.

Weitere Infos: [www.imagodei.at](http://www.imagodei.at)



## Donaufestival: Mad Hope – 01.05.-03.05.2026 und 08.05.-10.05.2026

Im Frühling 2026 beschäftigt sich das diesjährige Donaufestival (nicht zu verwechseln mit dem Donauinsselfestival in Wien) an verschiedenen Orten in Krems mithilfe von spannender Musik, Performance, Filmen und Diskussionen mit gegenwärtigen Themen, wie etwa die Sorge um die Zukunft und die damit verbundene „verrückte“ Hoffnung, die wir Menschen nicht aufgeben möchten.

Das volle Programm wird am 04.03.2026 veröffentlicht.

Weitere Infos: [www.donaufestival.at](http://www.donaufestival.at)



## Kino im Kesselhaus – ganzjährig: September bis Ende Juli (Mi.-So.)

Jeder kennt es: Im Campus Krems liegt das Kino im Kesselhaus, welches seit 20 Jahren das ganze Jahr über Filmveranstaltungen und Kino zu bieten hat.

Vorschau Live Acts:

27.02.: Christoph & Lollo Konzert

16.04.: Maiija Konzert

kino im  
kesselhaus

## Sommer.Kino beim Kesselhaus – 02.07.- 18.07.2026

Wie bereits oben erwähnt ist das Kino im Kesselhaus etwas Spezielles. Deswegen siedelt es einmal im Jahr im Sommer für einige Zeit auf die benachbarte Wiese um, um ein Open-Air Kino zu bieten.

Weitere Infos: [www.kinoimkesselhaus.at](http://www.kinoimkesselhaus.at)

## Klangkunst – 16.07.-13.09.2026

Im Spätsommer bzw. Frühherbst dürfen Karl Salzmann mit seinem Kunstwerk „Marsch, Linie und Vibration“ und Ulrike Königshofer mit der Arbeit „Air“ die Stadt Krems im Klangraum Krems zum Staunen bringen. Der Eintritt ist frei.

Weitere Infos: [www.klangraum.at](http://www.klangraum.at)

## Festival Glatt&Verkehrt – 10.07.-26.07.2026

Auch hier geht es wieder um Musik, diese kann bei „Glatt&Verkehrt“ allerdings nicht so einfach zugeordnet werden, das vielfältige Festival kombiniert jedenfalls spannende Musik aus allen Erdteilen. Musikgruppen aus aller Welt präsentieren ihre Sounds.

Die drei Veranstaltungsorte sind:

- **10.07. & 11.07.2026:** Klangraum Krems

Minoritenkirche

- **11.07.-18.07.2026:** Musikwerkstatt Stift

Göttweig

- **22.07.-26.07.2026:** Winzer Krems,

Sandgrube 13 (Tickets hierfür schon erhältlich)

Das Gesamtprogramm wird Mitte April bekannt gegeben.

Weitere Infos: [www.glattundverkehrt.at](http://www.glattundverkehrt.at)

## Europäische Literaturtage – 19.11.-22.11.2026

Literatargespräche, Lesungen und Soireen und Matineen finden im Klangraum Krems Minoritenkirche statt. Über vier Tage hinweg werden Diskussionen und Debatten über europäische Gegenwartsliteratur geführt. „Glatt&Verkehrt“ sorgt hier für ein sinnliches Spannungsfeld mithilfe von Musik, bildende Kunst unterstützt dies zusätzlich ebenfalls.

Weitere Infos: [www.europaeischeliteraturtage.at](http://www.europaeischeliteraturtage.at)

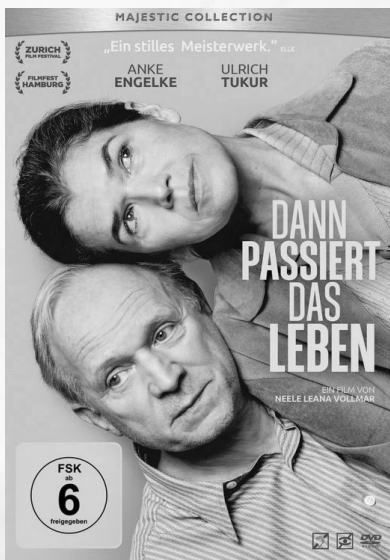
Lilith Majer (16), Schülerin des BRG Rechte Kremszeile

**e/it** Europäische  
Literaturtage

# FILMREVIEW: „DANN PASSIERT DAS LEBEN“

Mitte Dezember waren wir, Flora und Lili, gemeinsam im Kino im Kesselhaus, um uns den Film „Dann passiert das Leben“ anzuschauen. Wir haben uns vorher nicht über den Film informiert, um einen guten ersten Gesamteindruck zu bekommen.

In dem Film „Dann passiert das Leben“ geht es um das Ehepaar Hans und Rita: Hans, ein Schuldirektor, welcher kurz vor seiner Pensionierung steht, und Rita, die im Altersheim als Pflegekraft arbeitet. Seit Jahren leben die beiden nur noch zu zweit, ihr Sohn Tom ist schon lange in die nächste große Stadt gezogen. Hans' und Ritas Leben ist durch eine eingespielte und stagnierende Routine geprägt. Das Muster des Alltags hat die beiden fest in der Hand. Schon lange ist die Leidenschaft in Ritas und Hans' Ehe vorbei. Doch die beiden sind zu bequem, um etwas daran zu verändern.



Bis plötzlich in einer verregneten Nacht das Unbegreifliche passiert. Rita sitzt am Steuer ihres Autos, ihr Mann daneben. Auf einmal sind die beiden in einen Unfall mit einem alkoholisierten Radfahrer verwickelt, welcher noch an der Unfallstelle verstirbt. Man hätte den Rad-

fahrer nicht sehen können, er kam wie aus dem Nichts. Trotzdem trägt Rita von nun an immense Schuldgefühle mit sich und in den nächsten Tagen zieht sie sich immer mehr von Hans zurück. Rita kämpft mit dem Gedanken, dass sie für den Tod eines anderen verantwortlich sei. Sie fühlt sich, als hätte sie gar keine Kontrolle mehr. Die Ehe der beiden wird auf eine harte Probe gestellt.

Schlussendlich finden die beiden nach einem langen Weg wieder zueinander zurück und können die alte Leidenschaft ihrer Liebe wieder aufblühen lassen. Der Film endet mit dem plötzlichen Tod von Rita.

„Dann passiert das Leben“ charakterisiert sowohl die schönen Seiten des Lebens als auch die Schattenseiten. Dass der Film so plötzlich mit dem Tod der Protagonistin endet, steht für den Realismus des Films. Nichts ist für immer. Wir denken, dass uns das dieser Film gut gezeigt hat. „Dann passiert das Leben“ verdeutlicht, dass man seine Zeit mit den eigenen Liebsten gut nutzen sollte, weil man nie weiß, was kommen mag. Natürlich erhofft man sich im Kino immer ein Happy End, und da wir das diesmal nicht bekommen haben, würden wir den Film mit einer 7 von 10 bewerten.

Filmreview von Flora Jamek (16), Schülerin des BRG Ringstraße und Lili Köllersberger (17), Schülerin des BORG Krems.



**NÖKU.  
TICKETS.**

Kino im Kesselhaus  
3500 Krems a. d. Donau, Dr.-Karl-Dorrek-Straße 30

## Dann passiert das Leben

Originaltitel: Dann passiert das Leben, DE, 2025  
Regie: Vollmar, Neele Leana

19.12.2025

Beginn: 20:30

Reihe 6 Platz 6

# Apfelkuchen-Rezept

Für einen perfekten Apfelkuchen braucht man einen simplen Mürbteig und eine köstliche Apfelfüllung. Dieses Rezept ist sehr gut für Anfänger\*innen geeignet und wird ein Hit auf jeder Party und jedem Treffen mit Freund\*innen!

## Mürbteig:

- 250g Mehl
- 1TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 125g weiche Butter
- 60g Zucker
- 1 Ei
- 1Pck. Vanillezucker



## Apfelfüllung:

- 7 Äpfel
- etw. Zimt
- etw. Zucker



## Zubereitung:

Die Zutaten für den Mürbteig werden zu einer gleichmäßigen Masse verknetet und eine Stunde in den Kühlschrank zum Rasten gestellt.

Während der Teig ruht, werden die Äpfel gewaschen, geschält und in kleine Würfel geschnitten. Die Apfelstücke werden als Nächstes in eine Pfanne oder einen Topf gegeben und erhitzt. Dazu kommt ein Stück Butter zum Einfetten. Zimt und Zucker werden nach Gefühl hinzugefügt. Die Füllung ist fertig, wenn die Äpfel weich geworden sind. Jetzt muss man die Mischung abkühlen lassen.

Der Mürbteig wird, nachdem er aus dem Kühlschrank genommen wurde, in zwei Teile geteilt. Der eine Teil wird für den Boden verwendet und der andere für das Gitter. Die Apfelkuchenform wird mit Butter eingefettet und der ausgerollte Teig hineingelegt. Je nach Dicke und Material der Form, sollte man den Mürbteig Boden schon für ungefähr 10 Minuten in den Ofen geben. Die ausgekühlte Apfelfüllung wird auf den vorgebackenen Boden gegeben und das Mürbteig Gitter hinaufgelegt. Der Kuchen kommt dann bei einer Temperatur von 200°C bei Ober/Unter Hitze für 15-20 Minuten in den Ofen.



Lynnette (17), Schülerin der Mary Ward ORG



## MITARBEIT BEIM FERIENSPIEL KREMS:

### Wir suchen DICH!

Du bist **mindestens 16 Jahre alt** und möchtest Erfahrungen in der **Arbeit mit Kindern** zwischen 3 und 12 Jahren sammeln? Dann bist du beim Kremser Ferienspiel genau richtig!

Das abwechslungsreiche Programm mit partizipativen und erlebnispädagogischen Angeboten findet während der **Sommermonate** statt. Spielerische Wissensvermittlung, Bewusstseinsbildung zu bestimmten Themen, Blicke hinter Kulissen, Förderung von individueller Entfaltung sowie **Spaß** und **Freude** am Tun sind einige Schlagworte, um die es beim Kremser Ferienspiel geht.

Deine Aufgabe ist es, Kinder:

- zu **Bewegung** und **Kreativität** zu **animieren** bzw. sie dabei anzuleiten (zB beim Ferienspiel-Club),
- bei **Ausflügen** zu begleiten und zu betreuen (Aufsichtspflicht) sowie
- einen **positiven Austausch** während der Veranstaltungen zu fördern (zB Einhaltung von Regeln, wertschätzendes Miteinander).



**Bezahlung: EUR 10,00 pro Stunde**

Wenn du Interesse hast, bewirb dich bitte bei:

Birgit Rampl, [ferienspiel@impulse-krems.at](mailto:ferienspiel@impulse-krems.at)

[www.ferienspiel-krems.at](http://www.ferienspiel-krems.at)



## Night Of Science im BORG: ein Rückblick

Am Freitag, dem 9. Jänner besuchten wir das Event Night Of Science im BORG, das alle fünf Jahre stattfindet. Ein ganzer Abend bestückt mit äußerst interessanten wissenschaftlichen Experimenten, mehreren informativen Vorträgen und zu guter Letzt einer atemberaubenden Chemieshow. Das hört sich doch nicht so schlecht an, oder?

Und das Allerbeste: Für Groß und Klein war alles dabei. Sogar das Bundesheer und die Feuerwehr waren durch einen mobilen Escape-Room im Schulhof und diverse Löscherperimente vertreten.

Wir, Vikki und Lili, beide Schülerinnen des BORG, haben es uns zur Aufgabe gemacht, die Night Of Science nochmals Revue passieren zu lassen und so viel davon zu teilen, wie wir können.



© Viktoria-Luise Kalb

Die letzte Night Of Science fand im Jänner 2020 statt und somit ereignete sich dieses Jahr nach sechs langen Jahren das Event zum fünften Mal. Mit dem BORG-Lehrer Gerhard Wailzer als Organisator trafen wir Schüler\*innen schon lange vor dem Jahreswech-



© Lili Köllersberger

sel erste Vorbereitungen. Wobei wir zugeben müssen, dass die Klassen des naturwissenschaftlichen Zweigs, welche wir beide nicht besuchen, den Großteil vorbereitet und sich wirklich sehr engagiert haben.

Doch auch meine Sportgruppe und ich, Lili, konnten unseren Teil zur Night Of Science beitragen. Gemeinsam mit unserer Sportlehrerin, Helga Gartner-Winkler erarbeiteten wir einen Flashmob zu Earth Song von Micheal Jackson als Eröffnung des Abends. Da wir selbst choreographieren durften, ließ uns das sehr viel Freiraum und wir konnten unsere eigenen Vorstellungen gut umsetzen. Den Einbau einer Hebefigur im Refrain konnten wir uns natürlich nicht nehmen lassen.

Nebenbei gab es so viele Experimente und Attraktionen, dass wir sie alle nicht einmal aufzählen könnten. In jedem freien Raum der Schule gab es mehrfache Stationen mit Versuchen, sowie zum Beispiel die Station mit dem „Oblegg-Schleim“. Dieser besteht aus Wasser und Maisstärke und wird bei Druckzufuhr, beispielsweise durch ein festes Zupressen der Hand zu einer Faust, fest. Sobald der Druck verschwindet, rinnt der Schleim wieder zu einer flüssigen Masse zusammen.

Unser Musiksaal wurde in das „Glow-Lab“ verwandelt. Zwei Schülerinnen des Chemie-Wahlpflichtfachs brachten in dem dunklen Raum Kristalle, Pulvermischungen und sogar Eierschalen zum Leuchten. Besucher\*innen konnten ihren eigenen Lippenbalsam und ihr eigenes Parfum herstellen. Eine brennende Kristallblüte und auch eine Nachahmung des Griechischen Feuers waren zu sehen. In unserem Festsaal wurde sogar ein Planetarium aufgebaut und ein Ballonduell ausgetragen. Das sind jedoch nur wenige Beispiele von fast hundert verschiedenen Versuchen. Auch das Rote Kreuz war mit einer Blutspendeaktion vor Ort.



© Lili Köllersberger

In unserem Turnsaal fanden über den Abend verteilt vier Vorträge statt: „Die wunderbare Welt der Farben – von antiker Kriegsbemalung, Flammenfärbung und Leuchtquellen“, „Mit Physik den menschlichen Körper besser verstehen“, „Bioplastik – zu ‚grün‘, um wahr zu sein?“ und „Die Zukunft der Ernährung“.



© Andreas Hellerschmid

Der krönende Abschluss der Veranstaltung war die Chemie Show, welche unter der Leitung der Lehrpersonen Mag. Vera Prinz und Mag. Egmont Vogel von der Klasse 7A organisiert und dargeboten wurde. Die Zuhörer\*innen wurde in eine Märchenwelt voller Magie – und selbstverständlich einer Menge Chemie – entführt. Über den magischen Brei aus dem Märchen Der süße

Brei bis hin zu atemberaubender Feuerdarbietungen war alles dabei.

Die Night Of Science ist jedes Mal ein Highlight. Das BORG hat keine Mühen gescheut, um Groß und Klein einen interessanten und spektakulären Abend zu bereiten. Wir freuen uns schon auf das nächste Mal!

Viktoria-Luise Kalb (17), Schülerin des BORG Krems

Lili Köllersberger (17), Schülerin des BORG Krems

Druckhaus  
**Schiner**

[www.schiner.at](http://www.schiner.at)

Druckhaus Schiner GmbH  
Ochsenburger Straße 2 | 3151 St. Pölten  
Tel. +43 2742 321 81 | [office@schiner.at](mailto:office@schiner.at)



**Geschäftsdrucksorten**

Visitenkarten, Briefpapier

**Stadt- | Gemeindezeitungen**

inkl. Satz und Layout

**Flyer | Folder | Broschüren**

Klammerheftung, Fadenheftung, Klebebindung

**Werbetafeln | Banner | Messebau**

Rollups, Autobeschriftungen, Leuchtwerbung

**Mailings**

inkl. Personalisierung, Kuvertierung und Versand

**Etiketten**

vom Bogen und von der Rolle

**Plakate**

A3, A2, A1, A0, Plakatwände

**Kuverts**

**Versandtaschen**

Formate C6 bis E4

**3D-Druck**

[www.s3d-repro.com](http://www.s3d-repro.com)

# Jub Jugendberatung Krems



Die Jub Jugendberatung Krems ist Anlaufstelle für Jugendliche ab 12 und für Erwachsene. Die Sozialarbeiterinnen nehmen sich Zeit für Eure Sorgen, Anliegen und Fragen!

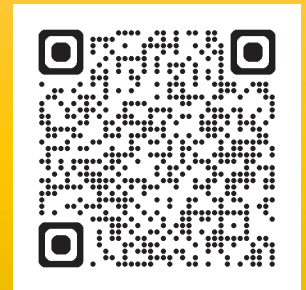
Du kannst dir einen Termin vereinbaren – du kannst aber auch gerne spontan vorbeikommen!

- ... ob es nun um Stress mit den Eltern geht
- ... oder du nicht weißt welche Ausbildung für dich in Frage kommt
- ... du dich gerade für Nichts motivieren kannst
- ... du dich einsam fühlst
- ... du einfach nur mit wem reden möchtest ...
- ... du Unterstützung bei Behördenwege brauchst
- ... du nicht weißt wie es nach der Schule weitergehen soll
- ... u.v.m.

Auch Eltern sind willkommen und die Sozialarbeiterinnen haben ein offenes Ohr zu allen Fragen. Themen können sein; Erziehungsaufgaben, Pubertät, Schule, Ausbildung usw.

## Was uns wichtig ist

- du darfst anonym bleiben
- unser Angebot ist freiwillig
- unser Angebot ist kostenlos
- wir sind verschwiegen



## Adresse & Kontakt

Jub Jugendberatung

Ringstrasse 23 3500 Krems

Petra 0676 840 803 201

Christina 0676 840 803 220

info@jub-krems.at

www.jub-krems.at



## Öffnungszeiten

Dienstag 12:00-16:00

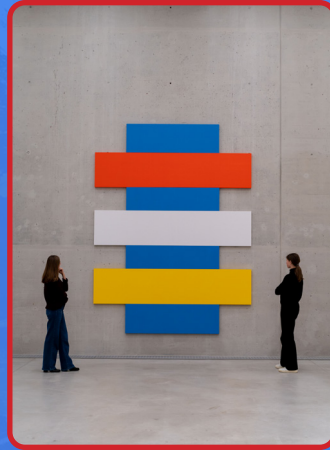
Donnerstag nach  
telefonischer Vereinbarung

# JOE BRADLEY

Die Kunsthalle Krems ist das erste österreichische Ausstellungshaus, das die Werke des international bekannten Künstlers Joe Bradley präsentiert. Geboren wurde der US-Amerikaner 1975 in Kittery, Maine. Er lebt und arbeitet heute in New York. Die Kunsthalle ist gefüllt mit Malereien, Zeichnungen und Skulpturen des aus den USA stammenden Künstlers. Seine Werke bewegen sich nicht nur zwischen Figuration und Abstraktion, sondern verbinden auch vielschichtige Dichte und koloristische Pracht. Weiters bearbeitet er postkonzeptuellen Minimalismus, dekonstruktive Gesten und zeichnerisch-comicartige Figurenbilder. Häufig finden sich organische und geometrische Figuren in seinen Werken wieder. Er stellt das „Unreine“ in das Zentrum seines Schaffens auf einer immerwährenden Suche nach einem Gleichgewicht zwischen Kontrolle und Zufall.

In einer der ausgestellten Bilderserie arbeitet Bradley mit großen Farbflächen, die übereinandergelegt werden. Durch diese vielschichtige Konstruktion und die markant gesetzten Pinselstriche wird den Werken eine gewisse Raumtiefe verliehen. Außerdem wirkt die Farbe schwarz auf türkis plötzlich lebendiger, ebenso wie rot, wenn an manchen Stellen, das unterhalb liegende Gelb aufblitzt. Seine Arbeit trägt Züge bekannter Künstler wie Henri Matisse und Pablo Picasso. Während er mit den Comicfiguren und Graffiti aber auch gleichzeitig die Gegenwart anspricht. Er sieht die Leinwand als offe-

nes Experiment und scheut nicht davor, spontan zu sein und einige Flächen auch wieder zu übermalen oder plötzlich die Farbe zu wechseln. In seinen Bleistiftzeichnungen hält er flüchtige Gedanken für zukünftige Malereien fest.



© Foto: Agnes Winkler



© Foto: Gertraud Presenhuber

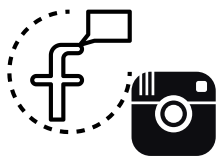
Ein weiterer Teil der Ausstellung waren die Readymade-Figuren nach der Vorlage von Marcel Duchamp. Mit ihnen möchte er den Zauber des Alltags darstellen. Anzusehen ist beispielsweise ein Holzkopf mit einer Glühbirne daneben. Diese Konstellation weist auf den Moment der Erkenntnis und schöpferischen Funktion hin.

Auf mich persönlich haben seine Werke keine große Wirkung ausgeübt und ich bin aus vielen nicht schlau geworden. Jedoch gab es gewiss einige die meine Aufmerksamkeit erregt und mich dazu verleitet haben, mir einen Augenblick länger Zeit zu nehmen und genauer zu betrachten. Die vielen nicht ganz stimmig wirkenden Elemente in den Bildern, die gelegentlichen Tupfer, die vielen Farbschichten, die immer wiederkehrenden Farben gelb, rot und blau malten schließlich ein Gesamtbild der Unvollständigkeit und der zufälligen Konstellation im Moment des Schaffens.

Letztendlich war Joe Bradley keines meiner Kunsthighlights des Jahres 2025. Jede\*r sollte sich jedoch selbst eine Meinung darüber bilden und der Kunsthalle einen Besuch abstatten, um die Bilder auf sich wirken zu lassen.

Salome Kremser (18), Schülerin des Piaristengymnasium





schmidskrems

www.schmids.at

Schmidgasse 8, 3500 Krems

Tel.: 02732/211 64

office@schmids.at



# GOOD BOWLS VIBES ONLY



## HAPPY HOUR

BURGER MINUS 3€

BOWLS & SALATE MINUS 2€

GÜLTIG VON DI.-FR. 14:00-17:00 UHR

EINZULÖSEN MIT GÜLTIGEM SCHÜLER-ODER  
STUDENTENAUSWEIS!

Nicht in bar ablösbar.

