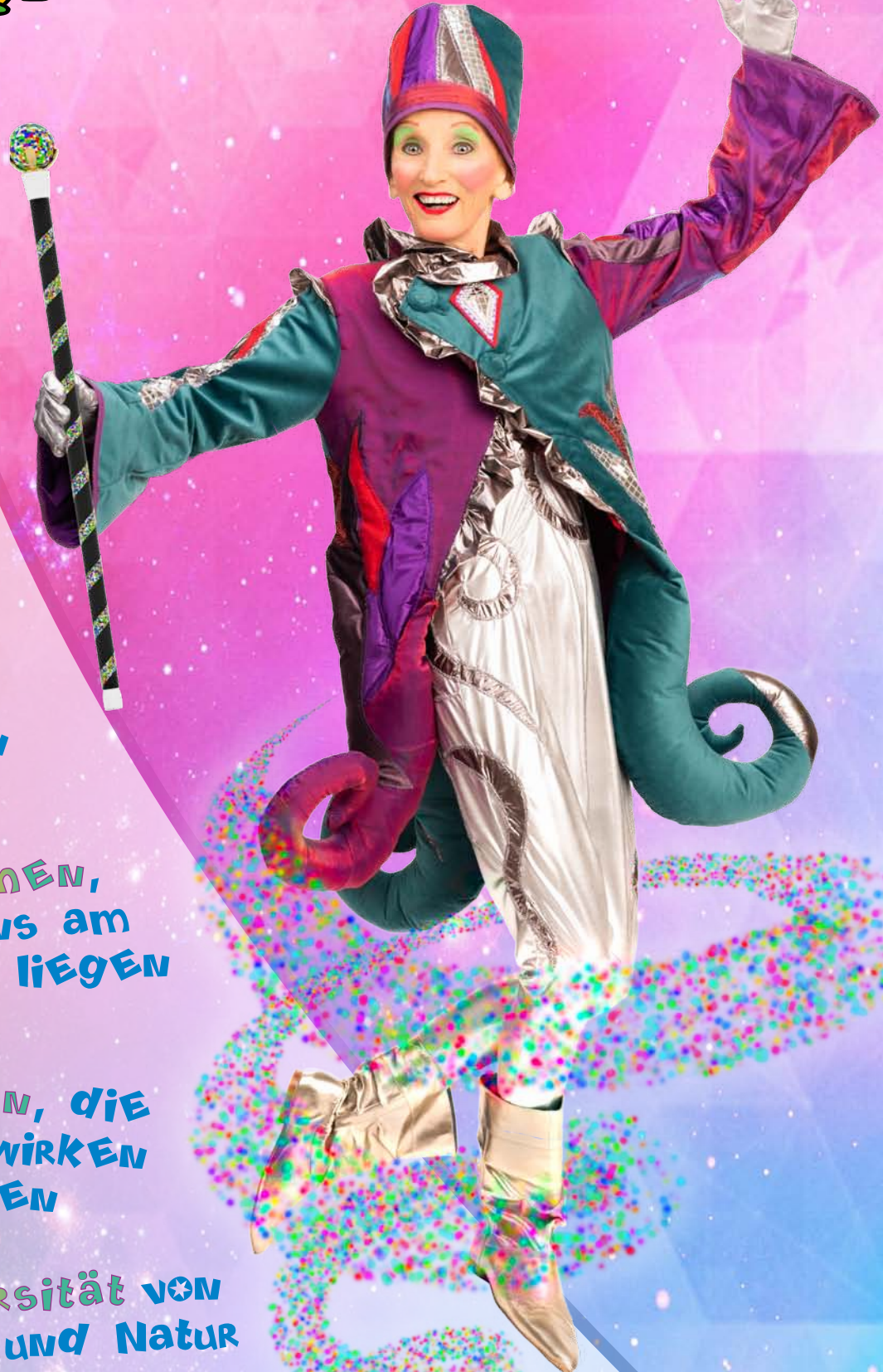




THEATER

# HEUSCHRECK

MUSIKTHEATER FÜR KLEIN & GROSS



UNSERE  
Musicals  
DER  
Spielsaison  
2022/23

THEMEN,  
die uns am  
HERZEN LIEGEN

INITIATIVEN, die  
ETWAS BEWIRKEN  
MÖCHTEN

Biodiversität von  
MENSCH und Natur

© Foto: Theater HEUSCHRECK  
ANNA Hnilicka als  
Grandioso Majestoso

# Theater HEUSCHRECK für Klein & Groß

## Eine Institution für Kinderkultur mit Geschichte



**ANNA Hnilicka**  
Künstlerische Leitung

Die Liebe für das Theater und das junge Publikum beflügelt mein Lebenswerk.

[annahnlicka.com](http://annahnlicka.com)



**TINA Schreyek**  
Chefredaktion & Kooperationen

Mitwirken Kindern Kulturerlebnisse zu ermöglichen ist mein Traumberuf.

Bereits seit dem Jahr 1985 spielt Theater **HEUSCHRECK** für kleine und große Theaterfans. Die **fantasie- und humorvollen Musicals** für Mädchen und Buben im Kindergarten- und Volksschulalter begeistern mit abenteuerlichen und spannenden Inhalten. Es sind Gesamtkunstwerke, die durch schwungvolle Lieder, einfallsreiche Bühnenbilder, kreative Kostüme und eine ambitionierte Schauspielertruppe immer wieder neue Impulse setzen und auf Themen der Gegenwart aufmerksam machen. Bereits mehrere Generationen von Zusehern hat Theater **HEUSCHRECK** durch ihre Kindheit begleitet – mittlerweile kommen **HEUSCHRECK**-Fans der ersten Stunde mit ihren eigenen Kindern sehr gerne zu den neuen **HEUSCHRECK**-Musicals ins Theater!

### Eine Frau – eine Erfolgsgeschichte

ANNA Hnilicka ist nicht nur der kreative Kopf, wenn es um das Erfinden der aufregenden **HEUSCHRECK**-Stücke geht. Sie selbst spielt in jedem ihrer Stücke eine oder mehrere Rollen. ANNA entwickelt, inszeniert, schreibt und brachte mit viel Leidenschaft, Fantasie und Liebe zum Detail – mit einem wunderbaren künstlerischen Team an der Seite – bereits neun Stücke erfolgreich auf die **HEUSCHRECK** – Bühne.

Doch die Fans möchten mehr! Und auch dazu ist ANNA immer motiviert! Zu beinahe allen Stücken gibt es von ihr geschriebene Bilder- oder Lesebücher, Musik-CDs und mittlerweile sogar Hörspiele – von ihr verfasst und vom Team des Theater **HEUSCHRECK** produziert. Der „kleine“ Theater **HEUSCHRECK**-Shop wächst und wächst – dank ANNA, die scheinbar nie enden-wollende Energien hat. Beflügelt wird sie durch ihr Herzengagement, den jungen Fans einerseits schöne Stunden zu bereiten, andererseits sie ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten, zu bestärken und ihnen neue Sichtweisen zu bieten.

### Soziales Engagement – weil es wichtig und möglich ist

Dem Team rund um die Schauspielertruppe sind auch die sozialen Möglichkeiten bewusst, die ein Kindertheater hat. Denn nicht nur den Kindern können Werte mit auf ihren Weg gegeben werden, sondern natürlich auch ihren Eltern, Großeltern und Pädagog\*innen. So wurde 2021 erstmalig das Theater-**HEUSCHRECK**-Magazin ins Leben gerufen, welches sich an alle Zuschauer – klein und groß – richtet. Es stellt nicht nur das Theater selbst und die saisonaktuellen Stücke vor, sondern auch Hilfsvereine und Initiativen, die wichtige und engagierte Arbeit leisten für eine liebevollere Welt.

**Die unglaubliche Begeisterung, die strahlenden Augen und der tosende Applaus der kleinen Fans sind unsere größte Motivation – und genau so wichtig – die beflügelnden und oft berührenden Worte der Großen. Darum gehört das größte Dankeschön der HEUSCHRECKen euch – dem besten Publikum der Welt!**

### Bis bald im Theater!

Text: TINA Schreyek



Kultur



## Wichtige Infos rund um Theater HEUSCHRECK

### Soziale Medien

Besucht uns auch hier:



[facebook.com/theaterheuschreck](https://facebook.com/theaterheuschreck)



[instagram.com/theaterheuschreck](https://instagram.com/theaterheuschreck)



[youtube.com/user/HEUSCHRECKTheater](https://youtube.com/user/HEUSCHRECKTheater)



[heuschreck.at/blog](https://heuschreck.at/blog)



**Kontakt**  
Theater **HEUSCHRECK**  
Kaiserstraße 33, 1070 Wien



01 523 91 80  
Mo-Fr 9:00-14:00



[office@heuschreck.at](mailto:office@heuschreck.at)

### Impressum

Herausgeber:  
Verein Theater **HEUSCHRECK**  
Kaiserstraße 33, 1070 Wien,  
ÖSTERREICH  
T: 01 523 91 80  
[office@heuschreck.at](mailto:office@heuschreck.at)  
[www.heuschreck.at](http://www.heuschreck.at)

Obmann:  
WILO Kamenicky

Künstlerische Leitung/Texte:  
ANNA Hnilicka  
[annahnlicka.com](http://annahnlicka.com)

Chefredaktion/Texte/Ideen:  
TINA Schreyek

Illustrationen:  
ELISABETH Scherbaum  
[www.elisart.at](http://www.elisart.at)

Grafik & Layout:  
MARKUS Schlögl  
[www.maschl.media](http://www.maschl.media)

Fotos:  
PILO Pichler, PETER Hruska,  
COSIMO Nando, MARKUS  
Schlögl - copyright Theater  
**HEUSCHRECK**

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben ausschließlich die Meinung des Autors wieder, sie muss nicht mit der Meinung des Herausgebers übereinstimmen. Die Inhalte unserer Seiten wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität dieser können wir jedoch keine Gewähr übernehmen.

In jeder Saison spielen wir rund 130  
**Vorstellungen für**

- 👉 Familien an Wochenenden in Wien
- 👉 Kindergarten- und Volksschulgruppen unter der Woche vormittags in ganz Österreich
- 👉 Veranstalter jederzeit in ganz Österreich

Unseren **Spielplan** findet ihr immer aktualisiert auf unserer Website – hier könnt ihr auch **Tickets** buchen!  
[heuschreck.at/spieltermine](https://heuschreck.at/spieltermine)

Sehr gerne kommen wir auch für ein Gastspiel zu euch in die Schule oder in euren Ort!

Alle Infos zu den **Gastspielmöglichkeiten** findet ihr auf unserer Website – oder ruft uns einfach an oder schreibt ein Mail!

Theater **HEUSCHRECK** veranstaltet gerne **Workshops** für Schulklassen als Vorbereitung einer Theateraufführung. Theater **HEUSCHRECK-Feriencamps** können von Elternvereinen mit uns gemeinsam organisiert werden. Wir freuen uns über eure Anfragen!

Ihr möchtet über alle Neuigkeiten und Vorstellungen von Theater **HEUSCHRECK** informiert werden?  
Hier geht's zur **Newsletteranmeldung**:  
[heuschreck.at/kontakt](https://heuschreck.at/kontakt)

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen oder Kennenlernen bei einer unserer **HEUSCHRECK-Aufführungen** in der Theatersaison 2022/23!

Alle unsere Musicals sind für Kinder im Kindergarten- & Volksschulalter geeignet.

Auf den nachfolgenden Seiten findet ihr alles rund um die **HEUSCHRECK-Stücke** der Saison 2022/23!

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



# Lenny der fliegende Hund

## Ein himmlisches Hundeabenteuer

Story: ANNA Hnilicka,  
Musik: Anatoliy Olshanskiy

### Die Geschichte

Jenny wohnt schon fast ihr ganzes Leben bei Tante Aurelia. Diese ist zwar nett, hat aber leider einen richtigen Ordnungsfimmel. Am schlimmsten ist es aber, dass Jenny keinen Hund haben darf. Oft ist sie im Park unterwegs, um die Hunde anderer Leute zu beobachten und mit ihnen zu spielen. Als sie eines Tages wieder im Park ist, steht plötzlich der seltsame Mr. Magic vor ihr. Dieser schenkt Jenny eine magische Hundeleine und mit dieser zaubert sich das Mädchen – mir nichts dir nichts – einen echten Hund herbei: **LENNY!**

Doch obwohl **LENNY** ganz anders ist als die anderen Hunde im Park, liebt sie ihren bunten **LENNY** heiß. Gemeinsam begeben sie sich auf die turbulente Suche nach Heilung für Lennys Katzenallergie. Und dabei folgt ein Abenteuer dem nächsten.

Doch am allerwichtigsten: Wie lange kann es Jenny noch schaffen, ihren Hund **LENNY** vor der pingeligen Tante Aurelia geheim zu halten?

### Autorin ANNA:

Ein bisschen Jenny schlummert wohl in jedem von uns – auch wir fühlen uns manchmal einsam und unverstanden. Viele finden den besten und treuesten Freund in ihrem Haustier. Wie in jeder Freundschaft sind gegenseitiger Respekt und Verantwortung die Basis für eine harmonische Beziehung.



### Kleines Hunde-ABC

Was will dir **LENNY** der Hund sagen, wenn er...

...mit dem Schwanz wedelt?

„Ich bin aufgeregt!“

...den Schwanz einzieht?

„Ich fürchte mich!“

...den Vorderkörper beugt?

„Ich will spielen!“

...die Ohren aufstellt?

„Ich höre etwas!“

...knurrt/Zähne zeigt/Nackenhaare aufstellt?

„Das mag ich ganz und gar nicht!“

...sich auf den Rücken dreht?

„Tu mir nichts!“ „Kraul mir den Bauch!“

...dich mit der Zunge abschleckt?

„Ich mag dich!“

...jault/winselt?

„Mir geht es nicht gut“  
„Ich habe Schmerzen!“

...den Kopf/Körper wegdreht?

„Bitte lass mich in Ruhe“  
„Ich brauche mehr Abstand!“

## Die kleine HEUSCHRECK Bibliothek

Bücher, die Kinderherzen im Sturm erobern!  
Illustrierte Lesebücher und Bilderbücher erzählt von ANNA



Das Lied der Schmetterlinge - Die kleine Raupe Wanda will mehr



Lenny der fliegende Hund - Ein himmlisches Hundeabenteuer



Drachen-Zirkus - Von Drachenwut und Rittermut



Das Geheimnis von Isfabulia - Ein ganz besonderer Tag



Sophie und das Drei-Federn-Rätsel - Eine zauberhafte Mutprobe



FINN König von Schokolonien - Ein schokosüßes Abenteuer



Erhältlich im Onlineshop und bei unseren Vorstellungen



# Von Engerln und Bengerln

## Ein zauberhaftes Wintermärchen mit den Siebenschläferkindern Penelop und Emanuel

Story: ANNA Hnilicka  
Musik: Anatolij Olshanskiy



### Geschichte

Um einmal das viel besungene Weihnachtsfest erleben zu können, unterbricht eine neugierige Siebenschläferfamilie erstmals ihren langen Winterschlaf. Beim großen Weihnachtskonzert wollen sie mit einem entzückenden Flötenständchen die Tiere des Waldes erfreuen. Voll Eifer stürzen sie sich in die Proben – und die Turbulenzen nehmen ihren Lauf...

Wäre da nicht **Fünklein**, das zauberhafte Wesen, das ihnen ein besonderes Geheimnis enthüllt...

In jedem von uns stecken **ein Engerl und ein Bengerl**, und beide wollen sich dann und wann Ausdruck verleihen. Wie es gelingen kann, in Einklang mit sich selbst und in Frieden mit seiner Umgebung zu sein, das verrät uns **Fünklein** in dieser wunderbaren Weihnachtsgeschichte.



Was wäre Weihnachten ohne einen Theaterbesuch bei den **ENGERLN UND BENERLN** von Theater **HEUSCHRECK**?

Vor genau fünfzehn Jahren erblickte diese fröhliche herzerwärmende Geschichte mit viel Musik das Licht der Bühnenwelt. Und steht auch 2022 wieder für die jungen Theatergäste in der kalten Jahreszeit auf dem Spielplan.

### Refrain aus dem Titelsong

Engerl, Bengerl haben wir so lieb  
Engerl, Bengerl lustig und vergnügt  
Mal Engerl, mal Bengerl  
Wie´s uns grade so gefällt



## DEIN allerERSTER

Es bereitet uns riesige Freude und auch Vergnügen, dass wir **HEUSCHRECKen** oft die Ehre und das Vergnügen haben, dem jungen Publikum **die allerersten Theatererlebnisse** zu vermitteln, an die sie sich vielleicht ein Leben lang erinnern werden. Deshalb ist es uns besonders wichtig, dass sich die Kleinen bei unseren Aufführungen rundum **wohlfühlen** und **eine glückliche Zeit** mit uns verbringen. Es freut uns von Herzen, wenn wir die Reaktionen der Kinder sehen und hören, denn die **einzigartige HEUSCHRECK-Atmosphäre** kreieren wir gemeinsam mit unserem Publikum!

Deshalb ist Stillsitzen bei uns nicht wichtig – denn wir wissen, dass die Kinder von sich aus leise sind, wenn es spannend wird und die Geschichte sie fesselt. Und natürlich gibt es in jedem **HEUSCHRECK-Stück** viel **Musik**, die alle anspricht und mitreißt!

**Wir Theater - HEUSCHRECKen wünschen unseren allerjüngsten Zuschauer\*innen super viel Spaß mit unseren kunterbunten Musicals!**

## Theaterbesuch

### TIPPS für Eltern, Großeltern und Pädagog\*innen zur Vorbereitung auf einen ersten Theaterbesuch:

- ☞ Redet mit ihnen darüber, was Theater eigentlich ist:  
*Ein Theater ist ein Ort, an dem eine Geschichte gespielt wird. Am wichtigsten ist beim Theater die Bühne. Auf dieser Bühne sieht man verkleidete Menschen – das sind die Schauspieler\*innen. Sie spielen und tanzen und singen – das kann manchmal ziemlich lustig sein.*
- ☞ Erzählt euren Kleinen etwas über den Inhalt des Musicals.
- ☞ Viele Lichteffekte – mal hell, mal dunkel – sie machen eine Theateraufführung echt spannend!
- ☞ Bereitet sie darauf vor, dass es manchmal so schön und aufregend ist, dass man Herzklopfen kriegt – vor lauter Freude!

# ELiO mit dem geheimnisvollen Koffer

## Eine fantastische Reise mit Magie um die Herz-Zauberwelt zu retten.

Story: ANNA Hnilicka,  
Musik: Anatolij Olshanskiy

Alle kennen **ELiO** als „den Jungen mit dem Koffer“. Sein großer Koffer begleitet **ELiO** auf allen Wegen. Auch wenn er deshalb schon ein wenig belächelt wird, **ELiO** bleibt dabei: nicht ohne den Koffer.

Eines Nachts passiert es: **ELiO**s Koffer verschwindet. Und schon beginnt ein unglaubliches Abenteuer, das **ELiO**s Welt mit viel Magie und Zauberei ordentlich durcheinanderwirbelt. Ob es ihm gelingt seinen Koffer wieder zu bekommen? Und was hat das alles mit der Herz-Zauberwelt zu tun? Nun heißt es mutig sein, lieber **ELiO**! Zum Glück gibt es in **ELiO**s Abenteuer fantastische Helfer an seiner Seite – gemeinsam mit Krulix, dem Schuldriechen und Aurelita, der Hüterin der Träume lernt der Junge an sich selbst zu glauben und er darf entdecken, wie großartig und stark er in Wirklichkeit ist...

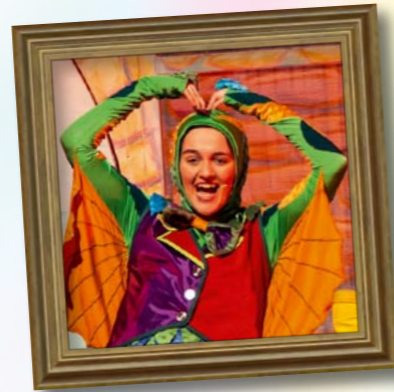
Mit mitreißenden Songs, einfühlsamen Texten und Dialogen und vor allem mit einer Riesenportion Humor wird die spannende Geschichte von **ELiO** MIT DEM GEHEIMNISVOLLEN KOFFER erzählt.

### Uraufführung 2022

Im Laufe des neuen **HEUSCHRECK**-Erfolgsmusicals von 2022 wird allen klar, dass **ELiO** Anderssein ihn zu etwas ganz Besonderem macht! Ein Stück, das den Kindern von heute aus dem Herzen spricht, so viel ist – nach den ersten Vorstellungen, die allesamt mit Riesenapplaus belohnt wurden – sicher!

### Thema

Das Stück zeigt, wie wichtig es ist offen und ohne Vorurteile aufeinander zuzugehen.



### Refrain aus dem Lied „Sternenhoch“

Was wär' die Welt ohne euch  
ihr besonderen Kinder  
große und auch kleine  
Friedens – Welt – Erfinder

Ein HOCH auf euch  
die besonderen Kinder  
lasst uns feiern heute  
die Friedens-Welt-Erfinder

Viel Mut und auch viel Fantasie  
braucht unsre Erde wie nie  
danke dass ihr da seid  
dass es euch alle gibt

Ein HOCH auf euch  
die besonderen Kinder  
lasst uns feiern heute  
die magischen Glücksbringer



## HEUSCHRECK für unterwegs

### Spannende Hörspiele zu unseren Musicals und unser abenteuerlicher Theaterrucksack für noch mehr Spaß im Alltag.



Hörspiel-CD  
SOPHIE und das Drei-Federn-Rätsel



Hörspiel-CD  
Drachen-Zirkus



Hörspiel-CD  
Von Engerln und Bengerln



Unser neuer  
Abenteuer-Rucksack



Erhältlich im Onlineshop und bei unseren Vorstellungen



# Die HEUSCHRECK Musiksammlung

Lass dich begeistern von all den fröhlichen Liedern zum Mitsingen und Mittanzen aus unseren Musicals.



Erhältlich im Onlineshop und bei unseren Vorstellungen



# Die Schatztaucherin



## Eine Reise zum Regenbogenstein

Story: ANNA Hnilicka,  
Musik: Anatolij Olshanskiy

Mia feiert heute ihren zehnten Geburtstag. Zum ersten Mal ohne ihre geliebte Oma. Noch weiß sie nicht, dass dieser Tag eine ganz besondere Überraschung für sie bereit hält.

Die Schatztaucherin ist ein viel gespieltes HEUSCHRECK-Musical, das Klein & Groß immer wieder aufs Neue begeistert!

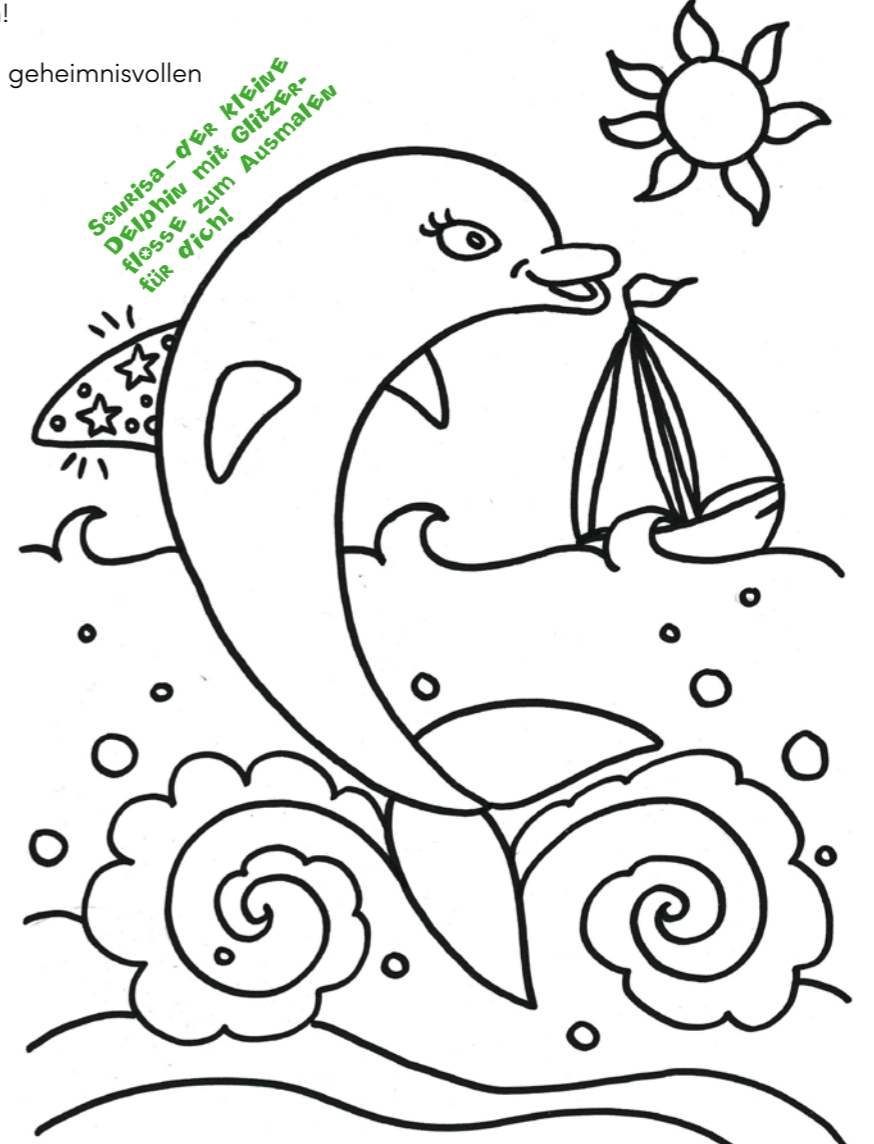
Wie aus dem Nichts erscheint in ihrem Zimmer die Katze Blanchette und überbringt dem Mädchen als Geburtstagsgeschenk Omas kleine Schatulle – doch diese ist leer!

Die fantasievolle Ausstattung – Kostüme: Corinna Gruber, Bühne: Anika Rebhan und die temperamentvolle Regie: WILO Kamenicky – machen diese wunderbare Geschichte mit vielen Songs zu einem außergewöhnlichen Theatererlebnis für alle!

Mia erfährt vom geheimnisvollen Regenbogenstein und seinen magischen Kräften und beschließt, diesen zu finden. Ein unglaubliches Abenteuer führt das Mädchen mit seinem besten Freund Mio und Blanchette, der magischen weißen Katze, hinaus aufs Meer, durch die Schattenwelt... bis hin zur geheimnisvollen Schatztaucherin!

**Thema**  
„Die Schatztaucherin“ führt uns zu den wahren Schätzen des Lebens, die am Grunde jedes Herzens liegen und uns glücklich machen. Man muss nur lernen, mutig nach ihnen zu tauchen. **Woran denkst du zuerst, wenn du das Wort „Schatz“ hörst?**

Ob es ihnen gelingt, den geheimnisvollen Regenbogenstein zu finden?



Sourisa – der kleine Delphin mit Glitzerflosse zum Ausmalen für dich!

# Ubuntu - Ich bin, weil wir sind

Über eine jahrhundertalte Lebensphilosophie und Ideologie

## Ubuntu – ein Lebensgefühl!

**Desmond Tutu** (1931–2021) – ein südafrikanischer Geistlicher und Menschenrechtsaktivist, der 1984 mit dem Friedensnobelpreis ausgezeichnet wurde – beschreibt es wie folgt:

„Ein Mensch mit **Ubuntu** ist offen und zugänglich für andere, fühlt sich durch andere bestätigt und nicht bedroht, sondern weiß um die Fähigkeiten und Güte anderer. Er oder sie besitzt eine ausgeprägte Selbstsicherheit, die von dem Wissen herrührt, dass er oder sie einem größeren Ganzen angehört.“



Malerei:  
Anika Rebhan

**Ubuntu ist das afrikanische Zauberwort** für mehr Aufmerksamkeit im Leben. Hinter dem Begriff steckt Gemeinschaft, Mitgefühl und Solidarität – Menschen mögen ihr Herz anderen gegenüber öffnen und es auch teilen. Selbstverständlich darf man an sich selbst denken, oder ist sogar dazu angehalten. Denn das gehört für uns alle unbedingt und grundlegend zum persönlichen Wohlbefinden dazu! Wenn wir versuchen Selbstliebe und die Liebe zu anderen in ein gesundes Verhältnis zu bringen, wechselseitigen Respekt und Anerkennung zu leben, kann jede\*r zufriedener „**Ichselbst**“ sein.

Oftmals ist es nicht leicht sich beispielsweise über den Erfolg eines anderen zu freuen, wenn man sich selbst gerade in einer schwierigen Lebenssituation befindet. Wichtig ist aber, positive wie negative Lebensumstände zu teilen, der Austausch hilft und heilt. Andere einzubeziehen erweitert und vertieft die eigenen Möglichkeiten glücklich zu sein.

**Ubuntu** ist keine Heilung, doch ist es dienlich ein harmonisches Miteinander zu erreichen. Auch soziale Unterschiede spielen dann keine Rolle mehr. **Ubuntu** ist eine moralische Grundhaltung und eine Lebenseinstellung – sie ermöglicht uns auch unseren Kindern humanitäre Werte zu vermitteln.

Glauben wir doch an ein gemeinsames Band, das die ganze Menschheit verbindet – leben wir einfach **Ubuntu!**

Text: TINA Schreyek

„Die Bedeutung unserer Leben liegt nicht darin, wie wir gelebt haben, sondern im Unterschied, den wir im Leben anderer gemacht haben.“

Nelson Mandela über Ubuntu

## HEUSCHRECK TIPP



In der **GemüseAckerdemie** bauen Kinder und Jugendliche Gemüse auf der schul- oder kindergarteneigenen Ackerfläche an. Dabei erleben sie mit allen Sinnen, wo unsere Lebensmittel herkommen und wie diese wachsen. Das Ziel: Eine junge Generation für gesunde Ernährung und Nachhaltigkeit begeistern!

Mehr Informationen erhalten Sie bei [www.gemueseackerdemie.at](http://www.gemueseackerdemie.at)



Foto: Nadine Stenzel

# Vielfalt durch Theater HEUSCHRECK

Von Bio-Diversität, Akzeptanz und dem Frieden in der Welt

Kinder sind die besonderen Held\*innen unserer Gesellschaft

**Seit jeher ist unsere Gesellschaft divers, sie lebt durch die Besonderheiten, Eigenheiten und Wunderbarkeiten der Menschen, die sie mitbringen.**

So vielfältig die Menschen sind, so unterschiedlich sind sie auch. Und nicht alle werden gleichermaßen gesehen oder gehört. Oft fällt es uns Erwachsenen schwer, genügend Akzeptanz und Wertschätzung für die Buntheit der Welt aufzubringen.

**Können wir von unseren Kindern lernen?**

Ja, denn meistens wissen sie um die Diversität, die Vielfalt rund um sie herum in Kindergarten, Schule und Zuhause, aber tatsächlich ist diese für sie nebensächlich oder sogar unsichtbar. Migrationshintergründe oder Beeinträchtigungen sind für sie nicht relevant. Im Gegenteil, sie haben einen natürlichen Zugang zu ihnen. Mit dem Erwachsenwerden verlieren viele diesen Ansatz und lassen es zu, sich durch ihr Umfeld in unterschiedliche Richtungen prägen oder gar (ver-)biegen zu lassen.

Theater **HEUSCHRECK** nimmt seit jeher seinen kulturellen Auftrag und die Möglichkeit Sprachrohr

für Inklusion und Toleranz sein zu können wichtig und hat sich gerade in der jetzigen Zeit neue Ziele gesetzt. An erster Stelle steht hier das Bestreben, Kinder im Herzen zu bestärken. Und das geschieht zuerst durch **Bewusstseinsbildung**. Wir zeigen – mit unseren Musicals voll Fantasie – den jungen Menschen unterschiedliche Lebenswelten. Denn genauso vielfältig wie die Held\*innen der Stücke sind die Kinder im Publikum. Mit einem offenen Herzen können **Inklusion und Akzeptanz** die ersten Schritte zum Frieden in der Welt sein, den wir alle brauchen um wirklich Mensch sein zu können.

In diesem Zusammenhang ist es uns gerade jetzt ein Anliegen, auch Kinder und Familien zu erreichen, die bisher noch nie ins Theater gehen konnten. Dieses Bestreben verlangt auch von bürokratischer Seite Unterstützung. Mit manchmal sehr kleinen, jedoch immer öfter größeren Schritten rückt **HEUSCHRECK** diesem Ziel ein bisschen näher. Das Erreichen möglichst vieler und diverser Gesellschaftsschichten mit dem Theater setzt auf konstruktive Weise **positive Veränderungsprozesse** in Gang und öffnet Türen für ein neues Miteinander voll gegenseitigem Vertrauen.

Auch Theater **HEUSCHRECK** selbst ist ein mini „melting pot“ an Menschen unterschiedlicher Herkunft, ethnischer Hintergründe und Hautfarbe.

Alle Stücke unserer **Autorin ANNA** werden zwar grundsätzlich von ihr vorbereitet und vorstrukturiert, aber erst in der Auseinandersetzung aller Mitwirkenden mit den Stückthemen und dem Einbringen aller individuellen Persönlichkeiten entsteht ein großartiges Ganzes. So entstehen Geschichten, die zwar mit viel Spaß und Spannung sehr kindgerecht verpackt sind, aber doch so tagesaktuell und einzigartig, wie sie anders nicht werden könnten.

**Die bunten HEUSCHRECK – Musicals möchten das junge Publikum zu Mut und Vielfalt inspirieren und mithelfen, die eigene Einzigartigkeit zu erkennen – und diese jeden Tag zu feiern!**

Denn obwohl wir alle Menschen sind, sind wir ganz und gar NICHT gleich! Staunenswerte Bio-Diversität und Vielfalt nicht nur bei Pflanzen, sondern auch bei Menschen ist einfach wunderbar!

Text: TINA Schreyek



## Besuch uns am BioHof

Exkursionen | Kindergeburtstage  
Schule am Bauernhof | Picknick  
2280 Glinzendorf | [www.adamah.at](http://www.adamah.at)

**ADAMAH**  
BioHof



ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

## Für Familien in Österreich

 Bundeskanzleramt

Es gibt nichts Wichtigeres als die Familie. Der Bund unterstützt Familien daher mit einer Vielzahl an Maßnahmen: Familienbeihilfe, Kinderbetreuungsgeld, Familienberatung, Elternbildung, Verbesserung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Schulbücher und Schülerfreifahrt, Ausbau der Kinderbetreuung und ganz aktuell durch die Erhöhung des Familienbonus Plus auf 2000 Euro pro Kind mit Juli 2022. Weitere Informationen finden Sie unter [www.bundeskanzleramt.gv.at/familie](http://www.bundeskanzleramt.gv.at/familie)

## Das Wunder Menschlichkeit

Im September 2020 setzte der Reisefotograf Pascal Violo ein sehr besonderes Zeichen der Menschlichkeit. Was er damals noch nicht wusste war, dass sein Engagement ansteckend ist. Denn sein Impuls den Menschen im Flüchtlingslager Kara Tepe in Griechenland zu helfen, motivierte auch viele andere ihren Teil dazu beizutragen und so entstand mitten in Österreich eine Karawane. Nämlich die der Menschlichkeit.



Fotos: Pascal Violo  
Bruno Maul (Header)

### Unsere Vision:

„Wir, die **Karawane der Menschlichkeit**, wünschen uns eine Welt ohne Fluchtursachen. Eine Welt ohne Waffenexporte und sklavennähnlicher Ausbeutung. Eine Welt, in der globale Solidarität und Zivilcourage die Regel und nicht die Ausnahme sind. Wir träumen von einer Welt ohne Grenzen zwischen Nationen, Religionen, Klassen und Geschlechtern. Eine Welt, in der jeder Mensch die gleiche Chance hat.“

Weitere Infos:  
[karawane-der-menschlichkeit.org](http://karawane-der-menschlichkeit.org)

Spendenkonto  
„Karawane der Menschlichkeit“:  
Raiffeisenbank Güssing  
IBAN: AT14 3302 7000 0002 3408  
BIC: RLBBAT2E027



Eigentlich plante der **Fotograf Pascal Violo** im Herbst 2020 eine aufregende Reise nach Kanada, um Eisbären aus nächster Nähe zu fotografieren. Doch dann erreichte uns alle die zweite Coronawelle und Reisen wurden (wieder) unmöglich. Kurz darauf folgten die Bilder des brennenden Flüchtlingslagers Moria auf der griechischen Insel Lesbos. Erschüttert von diesen Aufnahmen setzte Pascal Maßnahmen zur Hilfe: Er beschloss, sein Auto mit Sachspenden zu füllen, sein gesamtes Reisebudget zu spenden und vor Ort auf Lesbos zu helfen. **Sein außergewöhnliches Engagement** hat auch viele Freunde und Bekannte angesteckt. Kurzerhand entschlossen sich einige, ihn auf seinem Weg nach Griechenland zu unterstützen. Und so wurde aus der Zivilcourage eines Einzelnen die sogenannte **KARAWANE DER MENSCHLICHKEIT** geboren.

Die drei Wirkungssäulen der **KARAWANE** sind Geldspenden, Hilfsgüter und Lebensfreude. Denn vor Ort verteilen professionelle **Clowns, Akrobaten und Künstler** die Spenden und zaubern den in Not geratenen Menschen durch ihre außergewöhnlichen Auftritte ein Lächeln ins Gesicht. Für die Hilfsteams ist es der schönste Dank, die Menschen – wenn auch nur für kurze Zeit – so fröhlich und losgelöst von ihrem schwierigen Alltag erleben zu dürfen.

Violos Verein konnte bisher in fünf Krisengebieten seine außergewöhnlichen **Zeichen der Menschlichkeit** setzen: Im Flüchtlingslager Kara Tepe auf der griechischen Insel Lesbos, im Süden Italiens gegen die ausbeuterische Erntearbeit von geflüchteten Menschen, in Bosnien an der EU-Außengrenze zu Kroatien, wo tausende Menschen auf Ihrer Flucht gestrandet sind,

in der Türkei und im Libanon wurden damit tausende geflüchtete Waisenkinder unterstützt. Auch rasche Unterstützung für die geflüchteten Menschen aus der Ukraine wurde organisiert.



Pascal Violo: „Niemals hätte ich gedacht, dass aus meinem Impuls ein derartiges Wunder entstehen wird. Wir, die **KARAWANE DER MENSCHLICHKEIT**, werden weitermachen, um geflüchteten Menschen in Not zu helfen. Denn immer wieder kommen mir die Worte von Jean Ziegler in den Kopf: «Das Einzige, was uns von den geflüchteten Menschen unterscheidet, ist der Zufall unseres Geburtslandes.»“

**Jeder, der auch ein Zeichen der Menschlichkeit setzen will, ist herzlich dazu eingeladen.**



# Der Wolf – Facettenreichtum auf vier Pfoten

Tiere sind unsere Freunde! Bei einem Ausflug des Theater HEUSCHRECK Teams in den Wildpark Ernstbrunn mit seinen vielen beheimateten Wölfen durften wir die unglaubliche Vielfalt der so selten gewordenen Tiere spüren. Dr. Lina Oberließen, Tiertrainerin des Wolfsforschungszentrums in Ernstbrunn, hat für uns und euch Leser\*innen einige ganz besondere Eigenschaften und Merkmale zusammengefasst und aufgezeigt. Wölfe sind wichtig – wie im Grunde alle Lebewesen – für ein ausgewogenes Ökosystem.



Fotos: Roobert Bayer@WolfScienceCenter

Dr. Lina Oberließen ist seit Oktober 2017 Senior Tiertrainerin im Wolfsforschungszentrum.

„Für mich ist es wirklich faszinierend, unsere Tiere durch den intensiven Kontakt noch besser kennenzulernen. Alle haben sie ihre (meist) liebenswerten Eigenarten und Routinen. Beim Beziehungsaufbau mit den Wölfen muss man vor allem eines haben: Geduld. Aber gerade das macht meine Arbeit auch so besonders.“

Wolfsforschungszentrum  
Dörfles 48, 2115 Ernstbrunn  
wolfscience.at



Wölfe faszinieren uns Menschen schon seit vielen Jahrtausenden. Das mag nicht zuletzt an der großen sozialen Ähnlichkeit unserer beiden Spezies liegen. Wir leben im Familienverband zusammen, ziehen den Nachwuchs gemeinsam groß, unterstützen einander und verteidigen unser Revier bzw. Haus und Hof gegen Eindringlinge.

Auch die große Vielfalt an ganz verschiedenen Charakteren teilen wir mit den Wölfen. Das kann ich als **Tiertrainerin am Wolfsforschungszentrum in Ernstbrunn** aus erster Hand bestätigen. So haben wir zum Beispiel den scheuen Maikan, der sich sogar vor seinem eigenen Futter fürchtet, wenn es aufgrund von schlechter Wurftechnik einmal im Zaun des Geheges hängen bleibt. Es gibt zudem die sanfte, aber unglaublich eigensinnige Tala, die sich gerne bitten lässt und Regen nicht ausstehen kann und den freundli-

chen und stets kooperativen Chitto, der bei Besucherprogrammen immer alle Herzen erobert.

Doch nicht nur auf individueller Ebene finden wir beim Wolf eine große Diversität. Auch auf Speziesebene gibt es sehr viele verschiedene Unterarten, die jeweils perfekt an ihren Lebensraum angepasst sind. Große, weiße Polarwölfe mit dichtem Fell, die mit der schneebedeckten Landschaft verschmelzen, mittelgroße europäische Wölfe, die mit ihrer graubraunen Farbe in Waldgebieten bestens getarnt sind, oder kleine, in Wüstengebieten lebende Arabische Wölfe, deren große Ohren der Wärmeregulation dienen.

**Dort, wo Wölfe vorkommen, spielen sie eine nicht unerhebliche Rolle beim Erhalt des jeweiligen Ökosystems.** Sie sind ein wichtiger Bestandteil der Biodiversität,

tragen zu einer Regulation der Wildtierbestände bei und halten diese vital. Dies wirkt sich positiv auf die gesamte Flora und Fauna aus. **Die Rückkehr des Wolfes nach Österreich und in andere westeuropäische Länder bietet also neben lösbaren Konflikten (Stichwort Herdenschutz) durchaus auch große Chancen für die Natur.**

Ob die scheuen Tiere hier langfristig wieder Fuß (bzw. Pfote) fassen können, liegt aber letztlich bei uns Menschen. Verdient hätten sie es wohl!

**Vielen Dank für Ihren wertvollen Beitrag, liebe Frau Dr. Oberließen!**



# RAT auf Draht [elternseite.at](http://elternseite.at) Erziehen ohne Vorurteile – geht das überhaupt?



Unsere Welt ist geprägt von Vielfalt und Unterschieden – also Diversität.

Die **Elternseite.at** ist ein Angebot von Rat auf Draht speziell für Eltern & Bezugspersonen. Wir unterstützen mit psychologischer Online-Videoberatung bei Themen rund um Erziehung und Familienalltag.

Außerdem Teil des Angebots: Informationen von Expert\*innen zum Nachlesen und Austauschmöglichkeiten, z.B. in Webinaren.

[elternseite.at](http://elternseite.at)



Fotos: @shutterstock

Kinder kriegen von Anfang an mit, dass sich Menschen in verschiedensten Merkmalen unterscheiden. Fast automatisch beginnen wir, andere einzuordnen und Vorurteile zu bilden, das heißt vorgefasste Meinungen gegenüber bestimmten Menschen(-gruppen). Wichtig ist, dass Eltern sich und ihrem Kind das Vorhandensein von Vorurteilen bewusstmachen.

Die **Rat auf Draht Elternseite** hat noch mehr Tipps für eine vorurteilsbewusste Erziehung:

**Diversität ist wertvoll**  
Ermöglichen Sie einen Alltag mit Menschen, die anders aussehen, reden oder denken. Fragen Sie Ihr Kind nach den Erfahrungen, die es durch diese Begegnungen macht. Ermutigen Sie zu einem wertschätzenden Umgang.

**Vorbildfunktion bewusst machen**  
Machen Sie sich eigene Vorurteile bewusst und achten Sie auf Ihren Umgang damit. Leben Sie Ihrem Kind Verständnis für andere Perspektiven vor, z.B. durch aktives Zuhören anderer Ansichten. Und zeigen Sie, dass man sich für andere einsetzen kann!

**Gefühle zeigen & benennen können**  
Kinder, die ihre eigenen Emotionen wahrnehmen und verstehen, können sich besser in andere hineinversetzen und sich für diese auch einsetzen. Dies stärkt auch das Selbstwertgefühl und die eigene Identität!

**Kunst, Medien und Theater**  
Diversität kann auch sehr gut im Spiel thematisiert werden. Filme, Bücher und viele Arten der Kunst bieten dazu Anregung.

# TUT HUNDEN GUTES!

...und Katzen auch!



[www.the-goodstuff.com](http://www.the-goodstuff.com)

# Diversität & Chancengleichheit

**Armut macht krank und Krankheit macht arm - Gesundheitsversorgung ist doch ein Menschenrecht!**



Foto: Christof Mattes

**Gerhard Trabert** ist ein deutscher Arzt für Allgemeinmedizin und Notfallmedizin, Professor für Sozialmedizin und Sozialpsychiatrie. Er ist Verfasser zahlreicher Fachartikel zum Thema Armut und Gesundheit, Kinderarmut, Armut und Suizidalität, Kinder krebskranker Eltern. Ebenfalls ist Trabert Autor von Kinderbüchern zum Thema Krebs. Im Jahr 1998 gründete er den Verein Armut und Gesundheit in Deutschland und hilft Betroffenen vor Ort. Trabert erhielt zahlreiche Auszeichnungen für sein Schaffen

armut-gesundheit.de



Wir **HEUSCHRECKen** sind meistens lustig und fröhlich, aber manches stimmt uns auch traurig und ernst und deshalb hoffen wir, durch dieses **Theater HEUSCHRECK-Interview** mit **PROF. DR. GERHARD TRABERT** soziale Aufmerksamkeit zu erreichen und einen kleinen Beitrag zur Verbesserung der Situation vieler Menschen zu leisten. Denn Diversität hat, vor allem wenn es um Gesundheit geht, verschiedene Aspekte. Der Wichtigste: Die Möglichkeit einer medizinischer Versorgung – für alle!

**PROF. DR. GERHARD TRABERT** bemüht sich seit Jahrzehnten, von Armut und Obdachlosigkeit betroffenen Menschen als Sozialarbeiter und Arzt ein Stück Würde zurückzugeben und versucht, diese Problematik an die Öffentlichkeit zu tragen.



**Die Schere zwischen Arm und Reich klappt immer weiter und schneller auseinander, verstärkt auch durch Pandemie und Flüchtlingssituationen – wie wirkt sich Armut tatsächlich auf die Gesundheit der Betroffenen aus?**

Armut und deren Auswirkungen auf die Gesundheit, auf die Entstehung von Krankheit ist im Kontext der Armutsdebatte leider immer noch ein unterschätztes und vernachlässigtes Gebiet. Konkrete Zusammenhänge zwischen dem sozialen Status und Krankheit konnten bei vielen gravierenden Erkrankungen hergestellt werden. Herzkrankheiten, Schlaganfall, Krebs und Lebererkrankungen, Erkrankungen der Verdauungsorgane und der Atmungsorgane findet man bei sozial stark benachteiligten Menschen deutlich häufiger als im Bevölkerungsdurchschnitt.

**Gilt das auch für betroffene Kinder?**

Ja, leider. Bei jenen Kindern treten gehäuft Zahnerkrankungen und psychosomatische Beschwerdekomplexe auf. Des Weiteren ist – wie auch bei Erwachsenen – die Infektanfälligkeit erhöht. Armut verursacht Stress und die damit assoziierten Erkrankungen. Neben der Morbidität ist auch die Mortalität von Armut betroffener Menschen in unserer Gesellschaft erhöht.

**Was ist Ihr Grundgedanke wie eine Verbesserung herbeigeführt werden kann?**

Mein großes Anliegen ist es, eine von Respekt und Wertschätzung geprägte Diskussion zum Kontext Armut und Gesundheit einzufordern. Armut als individuelles Versagen zu bezeichnen ist inhaltlich falsch und diffamierend – im Prinzip kann es jede\*n treffen.

**Was kann in der praktischen Umsetzung geändert werden?**

Auf der praktischen Ebene muss schnell, kompetent, betroffenenzentriert agiert werden. Ein niedrigschwelliges medizinisches Versorgungsangebot „vor Ort“, innerhalb sozialer Brennpunkte, Wohnungsloseneinrichtungen, Drogenberatungsstellen, Arbeitsämtern, Schulen, Kindergärten muss verstärkt umgesetzt werden. Die Finanzierung muss staatlich gefördert werden.

**Wie kann das medizinische Versorgungssystem für von Armut betroffene Menschen verbessert werden?**

Eine Ausgrenzung im medizinischen Versorgungssystem verursacht sogar leider oftmals diese Missstände. Beispiele für Schritte in die richtige Richtung wären die vollkommene Befreiung von Zuzahlungen und Eigenbeteiligungen im Gesundheitssektor für Empfänger von sozialen Transferleistungen.

**Was sind die wichtigsten Ziele Ihrer Initiativen?**

Es gibt eine große Masse an sozial benachteiligten Menschen, die von Armut betroffen sind. Schwerpunkte meines Engagements liegen bei Wohnungslosen, Haftenlassenen, Alleinerziehenden, Menschen mit Behinderung und vielen anderen, die zu wenig gehört werden. Besonders Kinder müssen geschützt und gefördert werden. Jeder Mensch hat ein Recht auf eine menschenrechtskonforme Gesundheitsversorgung!

**Vielen Dank für das Gespräch und Ihre wertvolle Arbeit, Herr Dr. Trabert!**



**Anatina Riester**  
Projektkoordination & Freiwilligenmanagement

„Ich finde das Projekt großartig, man lernt viele Leute kennen und kann Menschen glücklich machen!“

# Lieber teilen!

**Wiens großartige DINGBIBLIOTHEK setzt ein Zeichen für Ressourcenschonung und ein Miteinander**

Du wolltest schon immer probieren Gitarre zu spielen? Selbst Apfelchips zu machen? Oder dir fehlen für den nächsten Urlaub noch der Schlafsack und das Federballset? Aber gleich kaufen?

Wann hast du dein Waffeleisen das letzte Mal benutzt? Und die Bohrmaschine setzt auch schon Staub an. Außerdem nimmt die 2m hohe Leiter ziemlich viel Platz im Keller weg. Aber darum wegschmeißen?

Natürlich nicht! **Das Team von Leila.Wien hat eine innovative Idee in die Realität umgesetzt und die Bibliothek der Dinge ins Leben gerufen!** Hier werden Gegenstände die daheim Platz wegnehmen, nur einmal im Jahr gebraucht werden oder in der Anschaffung sehr teuer sind geteilt und von vielen Menschen genutzt.

**Das Ziel ist, allen die Nutzung von notwendigen Dingen zu ermöglichen und gleichzeitig unsere Umwelt und auch unsere Geldbeutel zu schonen.** In der Dingbibliothek zu schmökern ist fast so schön wie in Büchern!

Je mehr desto besser! Falls **DU** zu Hause etwas nicht mehr benötigst – wer weiß, vielleicht passt es ja hervorragend in das Sortiment des **LEILA!**

Wenn du dir unseren Bestand anschauen und ausprobieren möchtest, einen Gebrauchsgegenstand spenden willst oder sogar Teil unseres Team werden möchtest, schau doch gleich hier vorbei:

leila.wien



# happy magic fun



Österreichs größter Freizeitpark



Über 30  
Fahrattraktionen  
Für Groß & Klein

familypark.at



## Human Library - alle Fragen sind erlaubt!

Unsere Welt ist geprägt von Vielfalt und Unterschieden – also Diversität.



Foto: The Human Library Organization

**Ronni Abergel**  
Gründer und CEO

Die Human Library wurde im Frühjahr 2000 von Ronni Abergel, seinem Bruder Dani und ihren Kollegen Asma Mouna und Christoffer Erichsen in Kopenhagen gegründet.

Die ursprüngliche Idee der „Menschenbibliothek“ war eine einmalige Veranstaltung und umfasste rund 50 „Bücher“. Durch ihre unglaubliche Wirkung wurde daraus eine Initiative in über 85 Ländern der Welt!

In der **Human Library** kann man Bücher ausleihen, wie in jeder anderen Bibliothek auch. Der Unterschied ist jedoch, dass die „Bücher“ lebendige Menschen mit persönlichen Geschichten und Erfahrungen aus ihrem eigenen Leben sind. Ziel ist es, einen sicheren Raum zu schaffen, in dem sich Menschen treffen, über Tabus sprechen und Vorurteile abbauen können.

Entwickelt haben die **Human Library** der Journalist und Sozialunternehmer Ronni Abergel und seine Kolleg\*innen von der dänischen Organisation „Stoppt die Gewalt“.

„Es ist ein Ort, an dem sich der Leser oder die Leserin mit einem völlig Fremden zusammensetzen kann, der freiwillig Fragen darüber

beantwortet, ob er obdachlos, ein Flüchtling, bisexuell, muslimisch, behindert, HIV-positiv oder ein Polizist ist“, erklärt Ronni. Die Organisation versteht ihre Mission als einen Beitrag zu mehr Empathie, Respekt und Verständnis.

„Ich gehöre zu einer Gruppe, die schnell stirbt“, sagt die 81-jährige Yoka. Das ist ein Grund, warum sie ihre Geschichte erzählen möchte. Sie ist eine Holocaust-Überlebende und war im November das „Buch des Monats“ in der **Human Library**. Yoka ist ein menschliches „Buch“ in der ungewöhnlichsten und faszinierendsten Bibliothek der Welt: der Human Library.

Das **„Bücherregal“** wird ständig aktualisiert und mit neuen Titeln erweitert, das bedeutet, mit neuen Freiwilligen, die ihre Erfahrungen weitergeben möchten und sie ist in mehr als 85 Ländern auf der ganzen Welt vertreten.

Um mehr über die **Human Library** zu erfahren oder wenn ihr eure Geschichte erzählen und ein menschliches Buch werden möchtet:

[humanlibrary.org](http://humanlibrary.org)



### HEUSCHRECK TIPP

**Familypark – der größte Freizeitpark Österreichs bietet Spaß und Abenteuer für die ganze Familie.**

Über 30 Attraktionen in vier liebevoll gestalteten Themenwelten sorgen für viel Abwechslung und großartigen Fahrspaß. Die neue Wildwasserbahn „Biberburg“ sorgt mit ihren lustigen Biberszenen und ihrem frei liegenden Lift für eine unvergessliche Fahrt die in einem Riesensplash endet. Wer Glück hat, trifft bei seinem Besuch sogar das Parkmaskottchen Kater Filippo höchstpersönlich.

**Highlight:** Halloween im Familypark vom 21.10. bis 1.11.2022

Mehr Infos unter: [familypark.at](http://familypark.at)



Foto: Marion Semeliker

# Heartfulness

## Was hat das alles mit dem Herzen zu tun?

Foto: Damien Dufour

**Friends und Fans der HEUSCHRECK Theater Musicals haben es sicher schon bemerkt: in unseren Stücken dreht es sich oft – eigentlich meistens – ehrlich gesagt immer – auf die eine oder andere Weise ums Herz und seine wunderbare Fähigkeit zu Mitgefühl und Liebe.**

Sei es in ELIO MIT DEM GEHEIMNISVOLLEN KOFFER, wo der junge Held die Herz-Zauberwelt vor dem Verschwinden retten muss, oder die Suche der kleinen Raupe Wanda im LIED DER SCHMETTERLINGE, die schließlich ihr eigenes Lied im Herzen entdeckt - oder in der SCHATZTAUCHERIN, wo die Liebe zu ihrer Oma das Mädchen Mia ermutigt in sein Herz zu tauchen und es dort den vermissten Schatz finden lässt...

**Für mich ist das Herz das Zentrum der Welt. Wenn das Herz Liebe erfährt wird es friedlich und ruhig.** Es darf sich entspannen und ausdehnen. Sich Zeit nehmen um Dinge zu beobachten und ihnen nachspüren, um sie zu verstehen, wird ein natürlicher Wesenszug. Eintauchen ins unbekannte Land des Herzens und neue Einsichten wie Schätze an Land zu ziehen ist ein unglaubliches Abenteuer.



Foto: Saffu/Unsplash

Von diesen glückbringenden Qualitäten des Herzens wusste ich nicht immer. Erst als ich nach zahllosen Irrungen und Wirrungen in meinem Leben den **HEARTFULNESS** Yoga weg kennenlernen durfte, öffnete sich das Tor – in mein eigenes Herz. Und was habe ich dort bislang gefunden? **Ganz viel Trost, Verzeihen, Akzeptanz, Hingabe – und Mitgefühl. Und noch viel mehr erstaunliche Dinge!**

Man könnte jetzt meinen, dieses **HEARTFULNESS** sei eine nette Freizeitbeschäftigung. Ist es auch – und noch viel mehr. Denn unser Herz schlägt rund um die Uhr, Tag und Nacht – wir sind in jedem Moment unseres Lebens mit seiner innenwohnenden Liebe und Weisheit verbunden. Das zu wissen

– und noch besser – spüren zu können ist einfach großartig und macht das Leben erst richtig lebenswert, bunt und so unendlich reich.

Ein großes Herz, das mit sich selbst im Frieden ist sucht nicht nach Fehlern und Streit. Es sieht das Gute in allen und allem und übt sich in Nachsicht und Geduld gegenüber menschlichen Schwächen. Angefangen bei den eigenen. Jegliche Absicht, andere auch nur im Geringsten zu kränken oder zu verletzen ist ihm fremd.

Ein sanftes friedvolles Herz strahlt in alle Richtungen aus – es wird zu einem kleinen Lichtpunkt, einem Pünktchen der Hoffnung in der Welt. Stellt euch vor, wie das sein könnte, wenn die Erde eingehüllt ist von Millionen, Milliarden dieser Lichtpünktchen!

Was ich sagen will und ihr womöglich schon öfter gehört habt ist: der Frieden auf der Welt beginnt im eigenen Herzen. Oder: **Sei du selbst der Wandel, den du in der Welt sehen willst. Dann wird alles gut.** Da bin ich mir sicher. Für uns Erwachsene und unsere Kinder, und die Kinder der Kinder und immer weiter!

Ich freu' mich, wenn unsere Theaterstücke eure Herzen erreichen und berühren.

In Liebe  
Eure ANNA 

heartfulness.at



Text: ANNA Hnilicka



© Foto: Theater HEUSCHRECK  
Yvonne Preisler als Aurelita & Simon Danler als ELIO





Jetzt  
Drogist\*in,  
Friseur\*in  
oder Kosmetiker\*in  
werden.  
dm-lehre.at



Traust du dir zu,  
mit den  
Besten zu  
arbeiten?

Du liebst die Herausforderung und willst zeigen, was du draufhast? Du hast Spaß daran, Neues zu lernen und möchtest an spannenden Aufgaben wachsen? Ob als Drogist\*in, Friseur\*in oder Kosmetiker\*in und Fußpfleger\*in - bei dm arbeitest du mit einem Team, das an dich glaubt. Und dich vieles ausprobieren lässt. Bist du bereit?

 Mein dm-App  
 dm.at



HIER BIN ICH MENSCH  
HIER KAUF ICH EIN