

Ein Informationsblatt von migrare - Zentrum für MigrantInnen OÖ • 4020 Linz, Humboldtstraße 49/1
Tel. 0732/66 73 63 • Fax: 0732/66 73 63 -66 • e-mail: beratung@migration.at • www.migration.at • Nr. 1/2007 • Jahrgang 13

2007 - DAS EUROPÄISCHE JAHR DER CHANCENGLEICHHEIT FÜR ALLE WIEDER EIN JAHR UMSONST?

Das Jahr 2007 wurde von der Europäischen Union (EU) zum „Europäischen Jahr der Chancengleichheit für alle“ ausgerufen. In diesem Jahr sollen in allen EU-Staaten Aktivitäten zum Thema Chancengleichheit durchgeführt werden.

Was soll damit erreicht werden? Die Menschen in der EU sollen sich bewusst werden, dass sie ein Recht auf Gleichbehandlung und ein Leben ohne Diskriminierung haben. Das heißt, niemand darf auf Grund der Religion und Weltanschauung, des Geschlechts, der sexuellen Orientierung, der ethnischen Zugehörigkeit, einer Behinderung oder des Alters benachteiligt werden. Alle Menschen sollen die gleichen Chancen haben.

Um diese Ziele zu erreichen, gibt es verschiedene Maßnahmen, die in den Ländern der EU durchgeführt werden. Diese werden von so genannten „Nationalen Durchführungsstellen“ koordiniert. Österreich erhält für die Durchführung seiner Maßnahmen von der EU € 215.250. Dazu muss der Staat Österreich noch einmal genau so viel Geld beisteuern. Das heißt für das „Jahr der Chancengleichheit“ in Österreich stehen insgesamt € 430.500 zur Verfügung. Mit diesem Geld sollen nun verschiedene Projekte durchgeführt werden.

Wie möchte die Nationale Durchführungsstelle in Österreich ihre Ziel erreichen? migrare fragte bei der Nationalen Durchführungsstelle in Wien nach. Leider stellte sich heraus, dass es zwar Maßnahmen für 2007 gibt, an diesen aber noch nicht gearbeitet wird. Wenn man bedenkt, dass schon fast ein Viertel des Jahres vergangen ist, ist das sehr traurig. In Planung sind jedenfalls folgende Aktivitäten: eine Pressekonferenz, eine Werbekampagne, Beiträge in den



Medien, eine Broschüre, eine Internetseite und eine große Abschluss-Veranstaltung mit vielen Stargästen.

Das alles sind Aktivitäten, die dazu dienen, die Öffentlichkeit zu informieren. Das ist zwar wichtig, aber sollte es nicht selbstverständlich sein, die Bevölkerung über ihre Rechte und Pflichten in Kenntnis zu setzen? Seit Juli 2004 gilt das neue Bundes-Gleichbehandlungsgesetz in Österreich. (Hierbei ist erwähnenswert, dass die Reform dieses Gesetzes leider nur auf Druck der EU vorgenommen wurde.) Sollten die BürgerInnen nicht schon längst über dieses Gesetz Bescheid wissen? Braucht es dafür ein „Europäisches Jahr der Chancengleichheit“ und € 430.000? Wäre es nicht sinnvoller, Maßnahmen zu starten, die den Opfern von Diskriminierungen wirklich helfen oder die Benachteiligungen schon im Vorhinein verhindern?

Die größte geplante Maßnahme für 2007 ist eine Abschluss-Veranstaltung im Herbst. Das wird eine große Party mit Stargästen, internationalen Speisen und viel Musik, an der ein paar hundert Menschen teilnehmen

können. Die Frau aus Afghanistan, die seit Jahren als Reinigungskraft arbeiten muss, weil ihre Ausbildung als Krankenschwester in Österreich nicht anerkannt wird, wird bei dieser Party wohl eher nicht dabei sein können. Was bringt diese Abschluss-Veranstaltung den Menschen, die in Beruf oder Privatleben benachteiligt sind? Ist es nicht so, dass mit dieser Veranstaltung wieder nur wenige Auserwählte erreicht werden?

Tatsache ist, dass keine einzige der geplanten Maßnahmen das Ziel hat, politisch etwas zu verändern und die Situation wirklich zu verbessern. Mit den vorhandenen finanziellen Mitteln könnte vieles erreicht werden – auch wenn es sich dabei um einen für diese Zwecke eher bescheidenen Betrag handelt. Die Bevölkerung, PolitikerInnen und verschiedene Hilfsorganisationen könnten das Geld gemeinsam nutzen und Strukturen aufbauen, die auch nach dem Jahr 2007 etwas bewirken. Aber so wie es aussieht, wird es im „Europäischen Jahr der Chancengleichheit für alle“ bei Pressekonferenzen, Internetseiten und Events bleiben. 2007 – wieder ein Jahr umsonst?●

Gesunde Ernährung

FALSCH ERNÄHRUNG ALS KRANKHEITSRISIKO

Laut einem aktuellen Ernährungsbericht des Gesundheitsministeriums essen Menschen in Österreich zu viel und zu fett. Die Folge: 35 % der Männer und 20 % der Frauen haben Übergewicht. Jeweils 6 % beider Geschlechter sind sogar fett-süchtig (adipös).

Zu viele Kilos belasten die Gesundheit der Menschen. Übergewicht und daraus folgende Krankheiten stellen für die Entwicklung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfällen, Diabetes sowie zahlreiche andere Krankheiten einen hohen Risikofaktor dar. Aus diesem Grund möchten wir in dieser direkt-Ausgabe unseren LeserInnen einige Tipps und Infos zum Thema gesunde Ernährung geben.

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung sollte folgendermaßen aussehen:

ABWECHSLUNGSREICH ABER MÄSSIG

Eine vielseitige Mischkost ist die beste Garantie für die optimale Versorgung des Körpers mit allen notwendigen Stoffen. Achten Sie aber trotzdem auf die zugeführte Nahrungsmenge. Auch hier gilt: zu viel ist ungesund.

SPARSAM MIT FETT UMGEHEN

Fett liefert doppelt so viele Kalorien wie die entsprechende Menge Kohlenhydrate oder Eiweiß. Viele Stoffwechselerkrankungen und Übergewicht sind Folgen von zu viel Fett in der Nahrung. Achten Sie auf versteckte Fette in Käse oder Wurst und bevorzugen Sie fettarme Sorten dieser Lebensmittel.

WÜRZIG, ABER NICHT SALZIG

Viele Nahrungsmittel wie Wurst, Käse oder Brot enthalten Salz. Verzichten Sie daher beim Kochen weitgehend darauf. Frische Kräuter helfen, beim Kochen Salz einzusparen.

WENIG SÜSSES!

Zucker wird im Körper auch in Fett umgewandelt. Genießen Sie Süßes eher selten.



Quelle: Forid Gesundes Österreich/VKI

Die Ernährungspyramide

MEHR VOLLKORNPRODUKTE

Vollkornprodukte sind als Ballaststoff- und Nährstofflieferanten einfach unverzichtbar. Greifen Sie zu Müsli, Vollkornbrot, Getreidegerichten und Naturreis.

REICHLICH OBST, GEMÜSE UND KARTOFFELN

Obst und Gemüse sollten auf dem täglichen Speiseplan nicht fehlen. Sie geben Ihrem Körper viele Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Ballaststoffe. Täglich ein bis zwei Stück Obst und eine Portion Salat oder Gemüse sind zu empfehlen.

WENIGER TIERISCHES EIWEISS, WENIGER FLEISCH

Eiweiß aus pflanzlichen Quellen - wie Hülsenfrüchte, Kartoffeln oder Getreide - ist besonders wertvoll.

Fleisch sollte nicht öfter als zwei- bis dreimal pro Woche auf den Tisch kommen.

TÄGLICH MILCH UND MILCHPRODUKTE

Die Kalziumquelle für gesunde Knochen und Zähne! Achten Sie beim Kauf aber auf fettarme Produkte.

TRINKEN MIT VERSTAND

Trinken Sie 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit pro Tag. Alkohol und zuckerhaltige Getränke sollten Sie meiden. Um den Durst zu löschen, verwenden Sie besser Mineralwasser, ungesüßte Früchte- und Kräutertees oder verdünnte Obst- und Gemüsesäfte.

Das migrare Team wünscht Ihnen genussvolles Essen und viel Gesundheit!●



DAS ARBEITSJAHR 2006 BEI MIGRARE

Im Beratungsbereich gab es im abgelaufenen Jahr 29 052 Beratungsleistungen. Insgesamt wurden 8 985 Personen beraten. Diese Personen nahmen ua zu folgenden Themenbereichen Beratung in Anspruch: Gesetze und Richtlinien, Finanz- und Pensionsfragen sowie arbeitsrechtliche Fragen, Wohn-, Familienangelegenheiten etc.

Für unsere Projekte sind sowohl MigrantInnen als auch österreichische BürgerInnen wichtige Zielgruppen. Die Inhalte der Projekte werden den Bedürfnissen dieser beiden Gruppen angepasst.

EGO - Frauenprojekt

Seminarreihe für Migrantinnen zu den Themen: Schwierige Lebenslagen, Bildung, Erziehung

Touch Screen - Infoportal

Informationssystem im Warteraum des Zentrums zu verschiedenen Themen (Bildung, Arbeit, Frauen, Gesetze, Pension, Gesundheit...)

verstehen.komm! - Workshopreihe

für Personen und Gruppen, die in ihrem Arbeitsalltag mit den Themen Migration und Integration konfrontiert sind.

EXACT - Implacmentstiftung für MigrantInnen

(eine Kooperation mit VFQ - Gesell-

schaft für Frauen und Qualifikation) professionelle Personalsuche und arbeitsplatznahe Aus- bzw Weiterbildung künftiger MitarbeiterInnen mit Migrationshintergrund

Linz 2009

migrare hat sich bei der Linz 2009 - Kulturhauptstadt Europas GmbH mit zwei Kulturprojekten beworben.

Workshops/Seminare

Auf Einladung verschiedener Einrichtungen, Organisationen und Ämter haben unsere MitarbeiterInnen Informationen zu den Themen Migration und Integration weitergegeben.●



JUGENDPROJEKT multicooltour

Ende März findet der nächste Workshop für Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren zum Thema „Genuss & Sucht“ statt. Ein Mitarbeiter des Instituts Suchtprävention der promente wird mit den Jugendlichen in vielen Aktivitäten und Spielen zum Thema der legalen und illegalen Drogen arbeiten. Der Workshop ist kostenlos! Termine: 29.03.2007, 17:30-20:30 Uhr und 30.03.2007, 15:00-18:00 Uhr im ÖGJ Jugendzentrum Enjoy (Edelbacherstraße 1, 4020 Linz) Anmeldung bis spätestens 21. März 2007 bei Herrn Sefa Yetkin (sefa.yetkin@migration.at, Tel. 070/667363-24) oder bei Frau Michaela Stoiber (michaela.stoiber@migration.at, Tel. 070/667363-18).●

QUOTENPLÄTZE IN OÖ

Am 8. März 2007 trat die neue Quotenauslastung nach der Niederlassungsverordnung in Kraft. Demnach dürfen heuer insgesamt 6500 Personen nach Österreich einreisen. Die Quotenplätze für Oberösterreich werden wie folgt aufgeteilt: 150 freie Plätze für unselbständige Schlüsselkräfte und Familiennachzug von Schlüsselkräften, 10 Plätze für selbständige Schlüsselkräfte, 470 Plätze für Familienzusammenführung, 10 für Privatiers (ausgenommen Erwerbstätigkeit) und 15 freie Plätze für Mobilitätsfälle. Für die Zweckwechselquote für Angehörige von Inhabern einer Niederlassungsbewilligung sind insgesamt nur 10 freie Plätze vorgesehen.

Die Aufteilung in einzelnen OÖ Bezirken folgt durch die OÖ Landesregierung.●

JOBTICKET

Das Jobticket ist ein neues Produkt der LINZ AG LINIEN für Firmen und Institutionen, um alle Verkehrsmittel der LINZ AG LINIEN (ausgenommen Pöstlingbergbahn) zu einem günstigen Preis nutzen zu können.

Das Jobticket beinhaltet: Nutzung aller Verkehrsmittel der LINZ AG LINIEN (ausgenommen Pöstlingbergbahn) für ein Jahr, Mitnahmeberechtigung von einem Erwachsenen und bis zu vier Kindern unter 15 Jahren an Wochenenden und Feiertagen, Ermäßigung bei AST-Fahrten (Anruf-Sammel-Taxi) und Ermäßigung beim Mietwagen-Anbieter Sixt.

Mehr Infos erhalten Sie von Ihrer Firmenleitung. ●



Wenn Sie das Informationsblatt „direkt“ kostenlos bestellen wollen, dann schicken Sie diesen Abschnitt vollständig ausgefüllt und frankiert an uns zurück.

Ja, ich möchte das Informationsblatt „direkt“
kostenlos beziehen
Ich möchte „direkt“ in folgender Sprache
beziehen (zutreffendes bitte ankreuzen)
deutsch türkisch
bosnisch-kroatisch-serbisch

Name

Adresse

.....

Bitte
mit € 0,75
frankieren

„direkt“
migrare
Zentrum für MigrantInnen OÖ
Humboldtstraße 49/1
4020 Linz

LEBENS- UND SOZIALBERATUNG BEI migrare

migrare bietet nun schon seit 5 Jahren Lebens- und Sozialberatung für MigrantInnen an. In dieser Zeit haben sich hunderte KlientInnen mit ihren Anliegen an uns gewandt, uns vertraut und Rat und Hilfe geholt.

Die KlientInnen kommen unter anderem auf Empfehlung von ÄrztInnen und SozialarbeiterInnen aus verschiedenen Krankenhäusern, besonders von der Landesnervenklinik Wagner-Jauregg. Nach der Entlassung werden ihnen Gespräche in der Muttersprache empfohlen. Auch andere Beratungsstellen und Sozialeinrichtungen schicken KlientInnen zu uns, weil sie trotz fachlicher Kompetenz zu wenig Erfahrung im multikulturellen Bereich und keine muttersprachlichen Angebote haben. migrare wird auch in Zukunft weiterhin Beratung, Begleitung und Gespräche für Frauen, Männer, Jugendliche, Paare und Familien anbieten. Menschen, die Persönlichkeitsprobleme, Partnerschaftsprobleme, Erziehungsprobleme haben, migrationsbedingte Beschwerden spüren, Gewalt oder sexuellen Missbrauch erlebt haben, können in einer vertraulichen Atmosphäre ihre Anliegen besprechen und gemeinsam mit den Beraterinnen Lösungen suchen und finden. Die KlientInnen bestimmen, worüber sie sprechen, was sie verändern und entwickeln wollen.

Die Beratung ist kostenlos und anonym, wichtig ist aber, telefonisch einen Termin bei Frau Miladinka Dujakovic, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin unter der Nummer 0732/66 73 63-12 zu vereinbaren. Nur so wird gewährleistet, dass genügend Zeit und Ruhe für diese Begleitung gegeben ist.

Mehr Informationen finden Sie auch auf <http://www.migration.at>



Bei der Preisverleihung für EGO: migrare Mitarbeiterinnen (von links) Mag.^a Michaela Stoiber, Miladinka Dujaković und Gabriella Kovács

Quelle: migrare

Das Projekt EGO

Da migrare im Rahmen der Lebens- und Sozialberatung auch Gruppenberatungen anbietet, wurde im Jahr 2006 mit großartiger Unterstützung, Elan und Engagement der Projekttafelung ein Projekt für Frauen konzipiert und ins Leben gerufen. Das Projekt mit dem Namen EGO – FRAUEN SCHÖPFEN ENERGIE FÜR GESUNDEN OPTIMISMUS wandte sich an Migrantinnen.

KlientInnen, die eine Lebens- und Sozialberatung aufsuchen, sind überwiegend Frauen. Gerade sie sind heutzutage oft mit mehrfachen Belastungen konfrontiert: Beruf, Familie, gesellschaftliche Anforderungen und mehr. Für Frauen aller Kulturen stellen Partnerbeziehung, Berufsleben, Geburt sowie Gründung einer Familie typische Lebensübergänge dar. Wenn noch das eine oder andere unangemeldete Ereignis eintritt, wie Tod, Verlust, Krankheit, Trennung usw., sind sie oft überfordert und ohne professionelle Hilfe können sie in vielen Fällen nicht

zurechtkommen. Auch Migrantinnen sind da nicht ausgenommen. Diese Frauen haben noch zusätzliche Herausforderungen: ein Leben in einem fremden Land führen und gestalten, eine neue Sprache lernen, eine andere, neue Kultur kennen lernen und sie auch leben. Darüber hinaus können viele Migrantinnen aus verschiedenen Gründen ihre abgeschlossenen Ausbildungen hier in Österreich nicht ausüben.

All diese Herausforderungen und noch viele mehr, sind oft auch Stolpersteine auf dem langwierigen Weg der Integration. Aus diesem Grund wurde das Projekt EGO ins Leben gerufen. EGO fand 2006 statt und stellte Frauen in Form von Workshops fachliche Beratung, vertrauliche Atmosphäre und muttersprachliche Begleitung zur Verfügung. Die Teilnehmerinnen konnten die Themen der Vorträge im Zuge des Projekts mitbestimmen. Der (Wissens-) Austausch unter den Frauen wurde gefördert. Im Jänner 2007 wurde das Projekt EGO durch die SPÖ Frauen OÖ mit einem Preis ausgezeichnet. ●

ÖGB-Info Nr. 13/2007 ZINr: GZ02Z033978M
P. b. b. Verlagspostamt 4020
Medieninhaber und Herausgeber:
ÖGB Landesorganisation OÖ
Redaktion, Layout und
für den Inhalt verantwortlich:
migrare - Zentrum für MigrantInnen OÖ,
Humboldtstraße 49/1, 4020 Linz
DVR Nr. 2110444
deutsch