

Quelle: NÖN.at

Adresse: <https://www.noen.at/klosterneuburg/silvester-2021-klosterneuburg-legen-wir-den-fokus-auf-die-kleinen-positiven-dinge-klosterneuburg-silvester-darueber-spricht-noe-neujahrsvorsaetze-michael-garschall-print-307247636>

Datum: 27.12.2021, 19:58

SILVESTER 2021

Klosterneuburg: „Legen wir den Fokus auf die kleinen, positiven Dinge“

Das neue Jahr mit Vorsätzen starten – das nehmen sich auch viele Klosterneuburger vor. Aber was konkret, und wie setzt man diese dann auch wirklich um?

Von **Victoria Heindl**, **Ewald Baringer** und **Christoph Nurschinger**. Erstellt am 29. Dezember 2021 (05:21)

Rauchen aufhören, weniger Fleischessen, mehr Sport oder eine Fastenzeit von Sozialen Medien – das sind nur einige Beispiele für Neujahrsvorsätze. Jedes Jahr vor dem Silvesterabend überlegen Menschen, was sie sich für das kommende Jahr vornehmen könnten.

Michael Garschall, Intendant der Oper Klosterneuburg sowie der Herbsttage Blindenmarkt, orientiert sich an einem Ausspruch von Giacomo Puccini, dessen „Bohème“ ja 2022 im Kaiserhof zur Aufführung gelangt: „Ich liebe die kleinen Dinge, und ich kann und will nur die Musik der kleinen Dinge machen, wenn sie wahr, leidenschaftlich und menschlich sind und zu Herzen gehen“, zitiert Garschall Puccini und meint: „Also legen wir den Fokus auf die kleinen und positiven Dinge des Lebens!“

Ruhiger Jahreswechsel für „Duke“ Leydolf

Wahr, leidenschaftlich, menschlich und zu Herzen gehend: So sind aber auch die Produktionen

und Inszenierungen der Operklosterneuburg, die seit über 20 Jahren für einzigartige Opernerlebnisse und Sommertheater auf Spitzenniveau steht. Und Garschall freut sich schon auf ein Wiedersehen mit seinem Publikum, „dessen Begeisterung uns Jahr für Jahr zu neuen Opern-Sternstunden anspornt.“

Clemens Leydolf von den BK Dukes wird den Jahreswechsel sehr ruhig angehen. Die Klosterneuburger haben ein paar anstrengende Monate in der Superliga hinter sich, und auch im neuen Jahr warten große Aufgaben auf die Mannschaft. Dementsprechend wird er die Tage um den Jahreswechsel nutzen, um Kraft für die nächsten Wochen zu sammeln. „Die freien Tage während der Saison kann man fast an einer Hand abzählen. Wenn sich um Silvester eine kleine Pause ausgeht, dann würde ich sie nutzen, um ein bisschen abzuschalten und kurz ein wenig Abstand zum Saisonstress zu gewinnen.“

Große Feiern wird es für Leydolf und seine Teamkollegen ohnehin nicht geben: „Viel ist da natürlich nicht möglich. Wir müssen fit bleiben und gleichzeitig natürlich darauf schauen, dass wir unsere Kontakte weiterhin gering halten.“ Einen individuellen Vorsatz für das neue Jahr hat der Basketballer nicht gefasst, aber mit dem Team möchte er voll angreifen: „Wir müssen jedes Spiel gewinnen wollen. Das ist der Vorsatz der Mannschaft.“

Konkrete Pläne machen und Unterstützung suchen

Das Wollen an sich ist bei den meisten nicht so sehr das Problem, als das dran bleiben und durchziehen der Neujahrsvorsätze. „Sich Ziele zu setzen ist zu jeder Zeit sinnvoll, denn sie bringen uns im Leben weiter. Die Herausforderung liegt in der erfolgreichen Umsetzung“, weiß auch Psychotherapeutin i.A.u.S. Dejana Wagner aus Klosterneuburg.

Ein wichtiger Punkt dabei ist, dass man sich einen genauen Plan zur Umsetzung machen sollte. Wenn man zum Beispiel mehr Sport betreiben will, sollte man sich einen fixen Tag in der Woche, ein Fitness Center in der Nähe und natürlich auch etwaige Kosten überlegen. Außerdem kann es eine große Hilfe sein, wenn man Freunde und Familie in die Umsetzung der Neujahrsvorsätze mit einbindet. Und Wagners eigener Neujahrsvorsatz, der auch anderen helfen kann: „Mich öfter an erreichte Ziele zu erinnern und an ihnen zu erfreuen.“

Keine Nachrichten aus Klosterneuburg mehr verpassen?



Mit dem **NÖN-Newsletter** bleibt ihr immer auf dem Laufenden und bekommt alle zwei Wochen die Top-Stories direkt in euer Postfach!

[Gratis anmelden](#)