

.hautnah. gegen Gewalt



Gemeinsam für ein
gewaltfreies Leben

alpha nova

Inhaltsverzeichnis

Was ist Gewalt?	2
Was ist seelische Gewalt?	7
Was ist körperliche Gewalt?	11
Was ist sexuelle Gewalt?	15
Wo kann ich mir Hilfe holen?	21
Wie können Umfeldpersonen hilfreich sein?	23
Gewalt ist bereits passiert – was tun?	27
Prävention von Gewalt in Einrichtungen – was tun?	28
Welche Angebote gibt es noch?	29
Impressum	31

Was ist Gewalt?

Gewalt ist:

Ein anderer Mensch macht etwas mit mir.

Es ist nicht angenehm für mich.

Oder es tut mir weh.

Ich will das nicht.

Gewalt kann überall stattfinden.

Gewalt kann von allen Menschen gemacht werden.

Gewalt kann alle Menschen betreffen.

Es gibt mehrere Formen von Gewalt:

Sexuelle Gewalt

Seelische Gewalt

Körperliche Gewalt

Gewalt kann aus Grenzverletzungen bestehen:

Diese Form der Gewalt geschieht ohne Absicht.

Dafür kann sich die Person entschuldigen.

Zum Beispiel, wenn man in das Badezimmer geht, während eine fremde Person unter der Dusche steht.

Gewalt kann auch aus Übergriffen und Gewalttaten bestehen:

Diese Formen der Gewalt geschehen immer mit Absicht.

Diese Formen der Gewalt sind strafbar!

Man kann dafür ins Gefängnis kommen.

Zum Beispiel, wenn man einen anderen Menschen zum Geschlechtsverkehr zwingt.

Diese Formen der Gewalt üben Täter:innen aus.

Täter:innen sind Menschen, die anderen Menschen Gewalt antun.

Wer sind die Täter:innen?

Oft kennen die Opfer die Täter:innen sehr gut.

Es können zum Beispiel

Familienmitglieder,

Freund:innen

Partner:innen

Schulkolleg:innen,

Mitbewohner:innen,

Arbeitskolleg:innen,

Betreuer:innen,

Pfleger:innen,

Assistent:innen,

Leiter:innen,

**Lehrer:innen,
Berater:innen und
Ärzt:innen sein.**

Es können aber auch fremde Menschen sein.

Was sind die Folgen von Gewalt:

Die Gewalt kann schlimme Folgen haben.

Die betroffenen Menschen fühlen sich hilflos.

Die betroffenen Menschen ziehen sich oft zurück.

Den betroffenen Menschen ist es unangenehm, darüber zu sprechen.

Gewalt kann krank machen.

Zum Beispiel:

Die betroffenen Menschen können körperlich verletzt sein.

Die betroffenen Menschen können Schmerzen haben.

Oder:

Die betroffenen Menschen können nicht mehr schlafen.

Oder:

Die betroffenen Menschen können nicht mehr essen.

Oder:

Die betroffenen Menschen haben große Angst.

Oder sie sind sehr traurig.

Manchmal wird es so schlimm,

dass sich die betroffenen Menschen umbringen möchten.

Oder die betroffenen Menschen verletzen sich selbst.

Manchmal können Menschen durch Gewalt sterben.

Je länger die Gewalt dauert, desto schlimmer wird es.

Was kann ich gegen Gewalt machen?

Bei Gefahr rufe ich die Polizei:

Notruf 133

oder

Euronotruf 112

Ich sollte Gewalt möglichst früh erkennen.

Ich muss Gewalt ernst nehmen.

Den betroffenen Menschen tut es meist gut, darüber zu sprechen.

Sie sprechen mit Personen, denen sie vertrauen.

Diese Menschen können Bezugspersonen sein.

Bezugspersonen sind zum Beispiel:

Angehörige,

Freund:innen

Betreuer:innen,

Berater:innen,

**Therapeut:innen
Erwachsenenvertreter:innen oder
Selbstvertreter:innen**

**Die betroffenen Menschen können sich auch an ein
Gewaltschutzzentrum wenden.**

Die Telefonnummer ist: 0316 / 77 41 99

Bei Verletzungen gehe ich zum Arzt oder rufe die Rettung:

Notruf 144

Bei Gefahr rufe ich die Polizei:

Notruf 133

oder

Euronotruf 112

Diese Telefonnummern kann ich auf dem Handy speichern.

Wichtig ist:

Die betroffenen Menschen sind nie schuld an der Gewalt!

Sie denken manchmal:

„Ich habe selbst Fehler gemacht!“

„Ich habe die Gewalt verdient!“

Manchmal sagen auch andere Menschen zu einem:

„Du bist selbst schuld!“

Aber das stimmt nicht!

Schuld sind immer die Täter:innen!

Die Täter:innen üben die Gewalt aus!

Was ist seelische Gewalt?

Seelische Gewalt ist:

Ein anderer Mensch verletzt meine Würde.

Ein anderer Mensch demütigt mich.

Dadurch fühle ich mich schlecht.

Diese Gewalt passiert oft mit Worten.

Zum Beispiel:

Ein anderer Mensch sagt etwas Schlechtes über mich.

Dadurch fühle ich mich schlecht.

Oder:

Ein anderer Mensch macht mir Angst.

Oder:

Ein anderer Mensch schreit mich an.

Oder:

Ich werde zu etwas gezwungen.

Ich will das nicht.

Woran erkenne ich seelische Gewalt?

Seelische Gewalt kann ich spüren.

Seelische Gewalt verletzt mich in der Seele.

Seelische Gewalt ist für andere nicht sichtbar.

Die Menschen haben keine Verletzungen oder Narben.

Oft bemerken andere Menschen die seelische Gewalt nicht.

Oft fängt die seelische Gewalt ganz langsam an.

Manchmal merken die betroffenen Menschen das selbst nicht.

Seelische Gewalt ist schwer zu beweisen.

Oft kann man die Täter:innen nicht bestrafen.

Oft passiert seelische Gewalt nicht alleine.

Es kann zusätzlich zu körperlicher und sexueller Gewalt kommen.

Was kann ich gegen seelische Gewalt machen?

Vielen Menschen hilft es, wenn sie über die Gewalt sprechen können.

Mit Personen, die sie gut kennen.

Mit Personen, denen sie vertrauen.

Zum Beispiel:

Angehörige,

Freund:innen

Betreuer:innen,

Berater:innen,

Therapeut:innen

Erwachsenenvertreter:innen oder

Selbstvertreter:innen

Du kannst dir alleine oder mit einer Vertrauensperson

Hilfe und Unterstützung suchen.

**Wenn eine Person über Gewalt sprechen möchte, gibt es
Beratungsstellen.**

In Beratungsstellen arbeiten Personen, die sich auskennen.

Die Personen hören dir zu und suchen mit dir nach Lösungen.

Du kannst dich an ein Gewaltschutzzentrum wenden.

Die Telefonnummer für Graz ist: 0316 / 77 41 99

**Die betroffenen Menschen können sich auch an die
Behindertenanwaltschaft wenden.**

Die Telefonnummer für Graz ist: 0316 / 877-2745

Du kannst dich an die Telefonseelsorge wenden:

Die Telefonnummer ist 142

Du kannst dich an Rat auf Draht wenden:

Die Telefonnummer ist 147

Die betroffenen Menschen können sich auch an eine Familienberatungsstelle wenden:

www.familienberatung.gv.at

Was ist körperliche Gewalt?

Körperliche Gewalt ist:

Ein anderer Mensch verletzt mich am Körper.

Ein anderer Mensch tut mir weh.

Zum Beispiel:

Ein anderer Mensch schlägt mich mit der Hand.

Das tut mir weh.

Oder:

Ein anderer Mensch tritt mich mit dem Fuß.

Das tut mir weh.

Oder:

Ein anderer Mensch zieht mich an den Haaren.

Oder:

Jemand zwingt mich mit körperlicher Gewalt, etwas zu essen.

Ich will das nicht.

Oder:

Ein anderer Mensch zwingt mich mit körperlicher Gewalt bei der Körperpflege.

Ich will das nicht.

Oder:

Jemand bedroht mich mit einem Messer.

Oder mit anderen gefährlichen Sachen.

Betroffene Menschen wissen oft nicht über ihre Rechte Bescheid.

Sie haben das Recht, NEIN und STOPP zu sagen!

Woran erkenne ich körperliche Gewalt?

Körperliche Gewalt kann sehr unterschiedlich sein.

Körperliche Gewalt kann ich manchmal sehen.

Ich sehe Verletzungen oder Narben.

Menschen können durch körperliche Gewalt sterben.

Manchmal kann ich körperliche Gewalt nicht sehen.

Verletzungen können bereits verheilt sein.

Verletzungen können von Kleidung bedeckt sein.

Oft fängt die körperliche Gewalt ganz langsam an.

Am Anfang werden die Täter:innen vielleicht nur laut.

Manchmal merken die betroffenen Menschen das selbst nicht.

Oft passiert körperliche Gewalt nicht alleine.

Es kann zusätzlich zu seelischer und sexueller Gewalt kommen.

Was kann ich gegen körperliche Gewalt machen?

Bei Gefahr rufe ich die Polizei:

Notruf 133

oder

Euronotruf 112

Ich sollte körperliche Gewalt möglichst früh erkennen.

Ich muss körperliche Gewalt ernst nehmen.

Den betroffenen Menschen tut es oft gut, darüber zu sprechen.

Sie sprechen mit Personen, denen sie vertrauen.

Diese Menschen können Bezugspersonen sein.

Bezugspersonen sind zum Beispiel:

Angehörige,

Freund:innen

Betreuer:innen,

Berater:innen,

Therapeut:innen

Erwachsenenvertreter:innen oder

Selbstvertreter:innen



**Die betroffenen Menschen können sich auch an ein
Gewaltschutzzentrum wenden.**

Die Telefonnummer ist: 0316 / 77 41 99

Bei Verletzungen gehe ich zum Arzt oder rufe die Rettung:

Notruf 144

Bei Gefahr rufe ich die Polizei:

Notruf 133

oder

Euronotruf 112

Diese Telefonnummern kann ich auf dem Handy speichern.

Was ist sexuelle Gewalt?

Sexuelle Gewalt ist:

Ein anderer Mensch macht etwas mit mir, gegen meinen Willen.

Ein anderer Mensch macht etwas vor mir, gegen meinen Willen.

Es geht immer um sexuelle Handlungen, Worte oder Blicke.

Der andere Mensch nützt dabei seine Macht aus.

Sexualisierte Gewalt ist:

Es geht um andere Formen von Gewalt, wo Sexualität mit dabei ist:

bei Schlägen auf die Brust oder den Penis,

jemand sagt blöde Sachen und macht sexuelle Bemerkungen,

oder jemand zwingt mich, Pornos zu schauen.

Es gibt viele Formen sexueller Gewalt.

Zum Beispiel:

Ein anderer Mensch greift mir zwischen die Beine.

Aber ich will das nicht.

Oder:

Ein anderer Mensch spricht schlecht über meinen Po.

Oder:

Ein Mensch starrt mich an und leckt sich die Lippen.

Oder:

Jemand zwingt mich zum Geschlechtsverkehr.

Betroffene Menschen wissen oft nicht über ihre Rechte Bescheid.

Sie haben das Recht, NEIN und STOPP zu sagen!

Sie haben auch das Recht JA zu sagen, wenn sie das wollen.

Woran erkenne ich, wenn wer sexuelle Gewalt erlebt?

Sexuelle Gewalt ist oft schwer zu erkennen.

Betroffene Menschen verändern sich oft plötzlich.

Manche Menschen beginnen häufig zu weinen.

Manche Menschen werden schneller wütend.

Manche Menschen verletzen sich selbst.

Manche Menschen verletzen andere Menschen.

Manche Menschen ziehen sich häufiger zurück.

Manche Menschen haben häufiger Angst.

Manche Menschen sprechen über ihre schlechten Erfahrungen.

Manche Menschen möchten plötzlich viel Sexualität erleben.

Manche Menschen haben Verletzungen bei den Genitalien.

Manche Menschen möchten keine Beziehung mehr.

Oft fängt die sexuelle Gewalt ganz langsam an.

Am Anfang sind die Täter:innen vielleicht sehr nett.

Oft kennen die Opfer die Täter:innen sehr gut.

Manchmal merken die betroffenen Menschen das selbst nicht.

Alle Menschen können Täter:innen sein (Männer, Frauen,...).

Manchmal fühlt es sich zuerst sogar angenehm und gut an.

Es werden jedoch Grenzen überschritten.

Betroffene Menschen merken das oft erst später.

Oft passiert sexuelle Gewalt nicht alleine.

Es kann zusätzlich zu seelischer und körperlicher Gewalt kommen.

Was kann ich gegen sexuelle Gewalt machen?

Bei Gefahr rufe ich die Polizei:

Notruf 133

oder

Euronotruf 112

Ich muss sexuelle Gewalt ernst nehmen.

Den betroffenen Menschen tut es oft gut, darüber zu sprechen.

Sie sprechen mit Personen, denen sie vertrauen.

Diese Menschen können Bezugspersonen sein.

Bezugspersonen sind zum Beispiel:

Angehörige,

Freund:innen

Betreuer:innen,

Berater:innen,

Therapeut:innen

Erwachsenenvertreter:innen oder

Selbstvertreter:innen

**Die betroffenen Menschen können sich auch an ein
Gewaltschutzzentrum wenden.**

Die Telefonnummer ist: 0316 / 77 41 99

Bei Verletzungen gehe ich zum Arzt oder rufe die Rettung:

Notruf 144

Bei Gefahr rufe ich die Polizei:

Notruf 133

oder

Euronotruf 112

Diese Telefonnummern kann ich auf dem Handy speichern.

Wichtig ist:

Die betroffenen Menschen sind nie schuld an der sexuellen Gewalt!

Sie denken manchmal:

„Ich habe selbst Fehler gemacht!“

Manchmal sagen auch andere Menschen zu einem:

„Du bist selbst schuld!“

Aber das stimmt nicht!

Schuld sind immer die Täter:innen!

Die Täter:innen üben die Gewalt aus!

Sexualität ist etwas Schönes.

Sexualität fühlt sich gut an.

Manchmal weiß man nicht, ob man Sexualität erleben möchte.

Es ist wichtig, sich Zeit zu lassen.

Sexualität ist nur gut, wenn beide JA sagen.

Es ist gut, wenn Menschen viel über Sexualität wissen.

Diese Menschen wissen dann besser, was guttut.

Und:

Diese Menschen wissen dann besser, was nicht guttut.

Sie sind dadurch besser vor sexueller Gewalt geschützt!

Sexuelle Bildung kann vor sexueller Gewalt schützen!
Sexuelle Bildung bietet Informationen über Sexualität.

Jeder Mensch kann viel über Sexualität lernen.
Jeder Mensch hat das Recht auf sexuelle Bildung.

Bezugspersonen können sexuelle Bildung vermitteln.

Diese Personen kann ich dazu ansprechen:

**Betreuer:innen,
Erwachsenenvertreter:innen,
Berater:innen,
Therapeut:innen**

Diese Personen haben die Pflicht zu unterstützen!

Diese Personen haben die Pflicht zu helfen!

Die Fachstelle .hautnah. bietet Beratung und sexuelle Bildung an.

Die Fachstelle .hautnah. kann ich anrufen.

Die Telefonnummer ist: 03135 / 56 382 23.

Der Fachstelle .hautnah. kann ich ein E-Mail schreiben.

Die E-Mail Adresse lautet: hautnah@alphanova.at

Wo kann ich mir Hilfe holen?

Für Notfälle gibt es Telefonnummern.

- **Telefonnummer der Polizei:**

133

oder Euronotruf:

112

- **Gehörlosenotruf:**

Senden Sie ein SMS an: 0800 133 133

Oder Sie senden ein E-Mail an: gehoerlosenotruf@polizei.gv.at

- **Frauenhelpline:**

Hier können Frauen in Not Hilfe bekommen:

0800 222 555

- **Männernotruf:**

Männer in Not können dort anrufen:

0800 246 247

- **Telefonseelsorge:**

Hier gibt es eine kostenlose Beratung am Telefon: 142

- **Rat auf Draht:**

Hier gibt es eine kostenlose Beratung am Telefon: 147

- **Telefonnummer einer Person, die ich gut kenne:**

Nutzen Sie die Hilfe von Personen, denen Sie vertrauen können!

- **Opfernotruf Weißer Ring:**

Der Weiße Ring bietet Unterstützung für Opfer: 0800 112 112

Weitere Beratungsstellen:

- **Familienberatungsstellen in Österreich:**
www.familienberatung.gv.at
- **Behindertenanwaltschaften in Österreich:**
www.oesterreich.gv.at/themen/leben_in_oesterreich/ombudsstellen_und_anwaltschaften
- **Gewaltschutzzentren in Österreich:**
www.gewaltschutzzentrum.at/
- **Selbstvertretung in Österreich:**
www.behindertenrat.at/ueber-uns/forum-selbstvertretung/
- **Beauftragter für Menschen mit Behinderung:**
+43 650 / 669 26 50, behindertenbeauftragter.graz@gmx.at
- **Fachstelle .hautnah., alpha nova**
+43 699 / 140 32 327, hautnah@alphanova.at
www.alphanova.at

Verweis auf die aktuelle Studie „Gewalt an Menschen mit Behinderungen in Österreich“ 2019, in Leichter Sprache:

<https://broschuerenservice.sozialministerium.at/Home/>

Wie können Umfeldpersonen hilfreich sein?

Menschen mit Behinderung erleben häufig Gewalt.

Wir alle sind aufgerufen, unsere Aufmerksamkeit für die Bedürfnisse und Bedrohungslagen von Menschen mit Behinderung zu schärfen und uns für ein gewaltfreies Leben von Menschen mit Behinderung einzusetzen!

Freiheit von Gewalt ist ein Menschenrecht!

Das Erleben von gewaltfreier und selbstbestimmter Sexualität ist ein Menschenrecht!

Kinder und Jugendliche mit Behinderung müssen informiert werden.

Kinder und Jugendliche mit Behinderung müssen wissen, was Gewalt ist.

Kinder und Jugendliche mit Behinderung müssen wissen, wo sie Hilfe bekommen können.

Aber das reicht nicht aus!

Kinder und Jugendliche mit Behinderung müssen vor Gewalt geschützt werden.

Erwachsene Menschen mit Behinderung müssen informiert werden.

Erwachsene Menschen mit Behinderung müssen wissen, was Gewalt ist.

Erwachsene Menschen mit Behinderung müssen wissen, wo sie Hilfe bekommen können.

Aber das reicht nicht aus!

Auch erwachsene Menschen mit Behinderung müssen besser vor Gewalt geschützt werden.

Die Umfeldpersonen müssen informiert sein.

Die Umfeldpersonen müssen wissen, was Gewalt ist.

Die Umfeldpersonen müssen wissen, wie man vor Gewalt schützen kann (Prävention).

Die Umfeldpersonen müssen über Anzeigepflichten Bescheid wissen.

Die Umfeldpersonen müssen wissen, welche Angebote es gibt.

Zum Beispiel Weiterbildungsangebote für Menschen mit Behinderung.

Zum Beispiel Therapieangebote für Menschen mit Behinderung, die Gewalt erlebt haben.

Zum Beispiel Beratungsangebote für Menschen mit Behinderung, die Gewalt erlebt haben.

In Einrichtungen ist es wichtig, dass genug Betreuer:innen arbeiten.

Damit es nicht zu Gewalt kommt – zum Beispiel durch Überforderungen.

Menschen mit Behinderung können manchmal nicht gut über Gewalt sprechen.

Sie brauchen ausreichend Zeit für das Sprechen.

Sie brauchen manchmal Hilfs-Mittel.

Das nennt man unterstützte Kommunikation.

Zum Beispiel mittels Bilder oder Piktogrammen.

Zum Beispiel mittels eines Sprach-Computers (Talker).

Die Einrichtungen müssen Menschen mit Behinderungen mitbestimmen lassen.

Menschen mit Behinderungen sollen möglichst selbstbestimmt leben können.

Zum Beispiel:

Mit wem möchte ich zusammenleben?

Oder

Wann möchte ich duschen gehen?

Oder

Wie möchte ich meine Freizeit gestalten?

Oder

Wann möchte ich ins Bett gehen?

Oder

Welche Menschen möchte ich treffen?

Und welche Menschen möchte ich nicht treffen?

Menschen mit Behinderung sollen Regeln des Miteinanders mitgestalten können:

Welche Verhaltensregeln gibt es?

Welche Konsequenzen gibt es bei Verstößen?

Im Folgenden befinden sich Hinweise, was wir Umfeldpersonen tun können.

Gewalt ist bereits passiert – was tun?

- **Ruhe bewahren!**
Opfer und Täter:innen trennen, um weitere Übergriffe zu verhindern
- **Abklären des Verdachts**
(Erstellen eines Protokolls, Austausch mit Kolleg:innen, Sichern von Beweismitteln, externe Ressourcen nutzen..)
- **Unmittelbare Unterstützung für die betroffene Person**
(Betreuung, Beratung, Therapie)
- **Vorgehensweise abklären (Kontaktaufnahme mit Prozessbegleitung, Anzeige überlegen)**
- **Zum Abwiegen einer Anzeige ist die Kontaktaufnahme mit folgenden Stellen ratsam:**

Gewaltschutzzentrum (0316/77 41 99): Prozessbegleitung

**Klinisch-forensische Untersuchungsstelle der Med Uni Graz
(Notfallnummer 0664/84 38 241):
Dokumentation von Verletzungen**

- **Aufarbeitung (Beratung, Therapie) für Opfer und Täter:innen**
- **Beachtung der jeweiligen Melde- und Anzeigepflichten auf Basis der zur Anwendung kommenden Berufsgesetze**

Prävention von Gewalt in Einrichtungen – was tun?

- Klarheit über Rahmenbedingungen (was ist erlaubt, was nicht)
- Klare Regelung für den Umgang mit Verdachtsfällen
- Weiterbildung für Kund:innen (zu den Themen Sexualität, Gewalt und Opferschutz)
- Weiterbildung und Trainings für Mitarbeiter:innen
- Selbstbestimmungsfähigkeit fördern
- Umgang mit Grenzen fördern (Ja-Sagen / Nein-Sagen)
- Fachpersonal hat Vorbildcharakter
- Körpersensibilisierungsangebote forcieren
- Beratungs-, Therapieangebote forcieren
- Plattformen für Austausch schaffen (Peergruppen, Selbsthilfegruppen)
- Förderliche Begegnungsmöglichkeiten schaffen
- Geschulte Vertrauenspersonen in Einrichtungen implementieren und benennen
- **Erstellen eines sexualpädagogischen Konzeptes und eines Schutzkonzeptes in denen diese Punkte berücksichtigt werden**

Welche Angebote gibt es noch?

Die Fachstelle .hautnah. ist ein Angebot für Menschen mit Beeinträchtigung und deren Bezugspersonen.

Wir unterstützen bei den Themen Sexualität und Selbstbestimmung.

Unsere Angebote richten sich an:

- **Menschen mit Beeinträchtigung**
- **Eltern und Angehörige**
- **Menschen, die mit Menschen mit Beeinträchtigungen arbeiten**

Wie unterstützen wir:

- **Beratung**
- **Peergruppenarbeit**
- **Workshops**
- **Vorträge**
- **Seminare und Lehrgänge für Fachpersonal**
- **Fachberatung**
- **Begleitung bei der Erstellung von sexualpädagogischen Konzepten**

Das Beratungsangebot der Fachstelle .hautnah.:

Sie sind hier willkommen!

Wir beraten Menschen mit Beeinträchtigung.

Wir beraten Angehörige.

Wir beraten Assistentinnen und Assistenten, Betreuerinnen und Betreuer.

Wir sprechen über Liebe, Beziehung und Partnerschaft.

Wir sprechen über Einsamkeit und Beziehungswunsch.

Wir sprechen über Probleme in der Beziehung.

Wir sprechen über Sexualität.

Wir sprechen über Verhütung und Kinderwunsch.

Wir sprechen über sexuelle Orientierung.

Wir bieten Hilfe bei sexueller Gewalt.

Die Beratung ist kostenlos.

Die Beratung ist vertraulich.

Wir beraten in unseren Beratungsräumen.

Wir beraten am Telefon.

Wir beraten auch über E-Mail.

Sie können uns anrufen: 03135 / 56 382 23

Sie können uns ein E-Mail schreiben: hautnah@alphanova.at

Die Internetadresse: https://www.alphanova.at/fachstelle_hautnah.html

Wir sind gerne für Sie da!

Impressum

alpha nova Betriebsgesellschaft mbH

Idlhofgasse 59-63
8020 Graz

Tel.: +43 316 722 622

Fax: +43 316 722 622 16

E-Mail: office@alphanova.at

Das vorliegende Projekt wurde vom Land Steiermark und von der Stadt Graz gefördert.



Mit freundlicher
Unterstützung der Stadt Graz

