flow

09/2014
Das Magazin
von VERBUND

Thema: Nähe

Entdecken Sie die Zukunft der Energieversorgung: mit den VERBUND-Eco-Paketen.

Jetzt ist es ganz einfach, zum klimafreundlichen Strom-Selbstversorger zu werden: Denn VERBUND hat seine Produktpalette erweitert und bietet nicht nur den optimalen Stromtarif für Ihr Zuhause, sondern mit den Eco-Paketen auch schlaue Energielösungen an. Machen Sie mit VERBUND Ihr Eigenheim zum Haus der Zukunft: energieautarker, nachhaltig und emissionsarm. Mit den VERBUND-Eco-Paketen erhalten Sie optimal aufeinander abgestimmte und auf Sie zugeschnittene Energielösungen. Informieren Sie sich jetzt über die vielfältigen Möglichkeiten, die Ihnen für die private Stromerzeugung, -speicherung, und effiziente Energieverwendung zur Verfügung stehen. Nutzen Sie das Potenzial der Natur und tragen Sie dadurch aktiv zum Ausbau erneuerbarer Energien bei.

Profitieren und Bonus sichern!
Mit der Kombination einer Photovoltaik-Anlage plus Speicher und Wärmepumpe nutzen Sie Ihre selbst erzeugte Energie einfach, effizient und günstig. So können Sie die laufenden Energiegesamtkosten erheblich reduzieren. Profitieren Sie von einem erhöhten Einspeisetarif für Ihren selbst erzeugten Strom und sichern Sie sich Ihren Bonus für die Wärmepumpe: **3 Jahre Gratis-Strom*!** Das ist nicht nur gut für Ihre Geldbörse, sondern auch für die Umwelt! Sie möchten sich bezüglich einer Photovoltaik-Anlage oder Wärmepumpe beraten lassen? Dann kontaktieren Sie uns unter der kostenlosen Serviceline **0800 210 210** oder lesen Sie mehr über unsere Produkte auf **www.verbund.at**

Hier erfahren Sie mehr über unsere Eco-Pakete!

* Mengenmäßig begrenzter Bonus auf den reinen Energiepreis. Anteilige Verrechnung bei einer Belieferungsdauer von unter 3 Jahren. Nähere Informationen zum Bonus finden Sie online unter **www.verbund.at**

Verbund
Am Strom der Zukunft

Energieträger:	
Wasserkraft	100 %

Stromkennzeichnung gem. § 78 Abs. 1 und 2 ElWOG 2010 und Stromkennzeichnungs-VO 2011 für den Zeitraum 1.1.2013 bis 31.12.2013. Durch den vorliegenden Versorgermix fallen weder CO_2-Emissionen noch radioaktive Abfälle an. 100 % der Nachweise stammen aus Österreich.

_Inhalt

_06

SCHWERPUNKT

Nähe

Unser Leben wird immer vernetzter. Wir stehen rund um die Uhr mit anderen in Kontakt. Doch dabei verlieren wir zunehmend das aus dem Blick, was wirklich zählt: die Menschen, die uns nahestehen.

Erkunden Sie mit uns in diesem flow, was Nähe bedeutet. Welche Dimensionen, welche Chancen stecken dahinter? Seien wir neugierig – auf das, was vor unserer eigenen Haustür passiert.
www.verbund.com/flow

Das Magazin gibt es auch fürs iPad. Weitere Infos und Stories finden Sie in unserem flow-Blog: www.verbund.com/flow

_12

_20

_26

S 06_10
Österreichisch-bayerische Beziehungen
Was bringen Grenzkraftwerke für die Anwohner? Was verbindet die Menschen auf beiden Seiten? flow war für Sie vor Ort.

S 12_15
Nähe ist ...
Das bedeutet Nähe für uns – im Alltag, im Beruf, in Beziehungen. Acht Personen und ihre Sichtweisen im Porträt.

S 16_18
Wa(h)re Freundschaft
Vernetzt und doch allein. Wie echt ist die Verbundenheit, die Medien wie Facebook schaffen? Eine kritische Analyse.

S 20_21
Magic Touch?
Warum es uns so schwerfällt,, Nähe zuzulassen. Der Autor und Psychoanalytiker Wolfgang Schmidbauer im Gespräch.

S 22_25
NAH-Aufnahme und FERN-Blick
Entschleunigung im Alltag: Wie Gehen das Nahe ins Sichtfeld rückt und den Horizont erweitert. Mit Porträts von „Gehern".

S 26_29
Lebenswelt statt Einkaufswelt
Seit rund 20 Jahren ist Ernst Braun als fahrender Greißler unterwegs. Ein Blick in den Alltag der rollenden Nahversorgung.

S 30
Doch, wir brauchen Nähe
Jedes „Like" ein Genuss. Ein digitales Schulterklopfen. Aber wo(bei) spüren wir uns tatsächlich? Eine Annäherung.

_Editorial

Schärfen wir unseren Blick!

Liebe Leserin, lieber Leser, die Welt ist zusammengerückt. Die TV-Bildschirme bringen Aufregung und Glamour in unsere Wohnzimmer. Via Skype, Facebook & Co. kommunizieren wir mit Menschen rund um den Erdball. Zugleich zeigen Studien eine Rückkehr zum Lokalen: Wir essen wieder, was vor unserer Haustür wächst, und bevorzugen Produkte und Musik aus der Region. Aber was geht uns wirklich nah? Und welche Nähe wünschen wir uns? Die Antworten finden Sie in diesem flow.

Partner in der Region. Wie ein großes Unternehmen Nähe lebt und Menschen verbindet, zeigen wir am Beispiel von VERBUND: Österreichs führender Stromanbieter sorgt für saubere Energie aus Wasserkraft und ist dabei nahe an den Menschen – von den Lehrlingen bis zu den Mitarbeitern, von den Kunden bis zu den Bewohnern der Gemeinden. Denn ein Kraftwerk bringt nicht nur Strom, es schafft auch zahlreiche Chancen für die Region. Wie, das erfahren Sie in unserer Coverstory zur österreichisch-bayerischen Freundschaft. Wir haben darin die Grenzkraftwerke unter die Lupe genommen und mit vielen Menschen vor Ort gesprochen.

Wie viel Nähe brauchen wir? Dieser Frage gehen wir im Interview mit dem renommierten deutschen Psychoanalytiker Wolfgang Schmidbauer auf den Grund. Hinterfragen Sie mit uns die vermeintliche Nähe durch neue Medien und entdecken Sie, wie fahrende Greißler wieder Schwung in die Nahversorgung am Land bringen. Deren Lebenswelt bringen wir Ihnen in diesem flow ebenso nahe wie die entschleunigte Fortbewegung: Erst im Gehen erkennen wir, was wirklich wichtig ist. Und das liegt oft näher, als man denkt. Schärfen wir gemeinsam den Blick dafür!

Ihre flow-Redaktion

Offenlegung gem. § 25 Mediengesetz: flow – Corporate Magazine von VERBUND, Österreichs führendem Stromunternehmen. – Medieninhaber (100 %), Herausgeber und Verleger: VERBUND AG, Am Hof 6a, 1010 Wien, FN 76023z, www.verbund.com. – Unternehmensgegenstand: Erzeugung, Übertragung, Handel und Vertrieb von bzw. mit elektrischem Strom. – Vorstand: Wolfgang Anzengruber (Vorsitzender), Johann Sereinig (stv. Vorsitzender), Günther Rabensteiner, Peter F. Kollmann (CFO). – Aufsichtsrat: Gilbert Frizberg (Vorsitzender), Peter Püspök (1. stv. Vorsitzender), Reinhold Süßenbacher (2. stv. Vorsitzender), Alfred H. Heinzel, Harald Kaszanits, Herbert Kaufmann, Martin Krajcsir, Peter Layr, Christa Wagner, Siegfried Wolf, Anton Aichinger, Ingeborg Oberreiner, Kurt Christof, Joachim Salamon, Wolfgang Liebscher. – Gesellschafter, deren Einlage 25 % übersteigt: Republik Österreich (51,0 %), Syndikat (>25,0 %) bestehend aus EVN (Niederösterreichische Landes-Beteiligungsholding GmbH 51 %, EnBW Energie Baden-Württemberg AG 32,5 %) und Wiener Stadtwerke (100 % im Eigentum der Stadt Wien). – Blattlinie: flow orientiert sich an den Interessen der Stromkonsumenten und informiert über Ereignisse, Entwicklungen und Hintergründe im Energiebereich, v. a. auf dem Elektrizitätssektor.

IMPRESSUM **Medieninhaber und Herausgeber** VERBUND AG, Am Hof 6a, 1010 Wien **Idee und Kreation** Winnie Matzenauer **Chefredaktion** Beate McGinn **Projektleitung** Hanna Brugger-Dengg **Redaktionsleitung** Claudia Riedmann **Autoren** Ingrid Brodnig, Michael Hudelist, Hannes Offenbacher, Petra Ramsauer, Claudia Riedmann, Helmut Wolf **Fotos** Thomas Topf **Illustrationen** Claudia Meitert **Art-Direktion/Grafik** Jo Santos **Design** Brainds, Marken und Design GmbH **Produktion** Lindenau Productions, 1030 Wien **Druck** Ferdinand Berger & Söhne GmbH, 3580 Horn

ClimatePartner klimaneutral
Druck | ID: 11066-1404-1003

Nähe

So vielseitig kann Nähe sein. Diese Zahlen zeigen, wie sich soziale, kulturelle oder räumliche Distanzen überwinden lassen.

12 Sekunden

dauert ein Kuss heute im Durchschnitt – in den 80er-Jahren waren es nur 5,5 Sekunden.

Rund 20 Minuten täglich umfasst die von Ärzten empfohlene Dosis Körperkontakt.

140 neu gepflanzte Bäume

SPAREN 2 TONNEN AN CO_2-EMISSIONEN PRO JAHR. ABER MAN MUSS NICHT GLEICH ZUM GÄRTNER WERDEN: EINE 15 M² GROSSE SOLARANLAGE MIT 1.000 LITER SPEICHER SCHÜTZT DAS KLIMA IM GLEICHEN AUSMASS. DANK FOTOVOLTAIK-MODULEN AUF DEM EIGENEN HAUSDACH KANN JEDER DAZU BEITRAGEN, DASS DIE ENERGIEWENDE EIN STÜCK NÄHER RÜCKT: ETWA MIT DEN ECO-SOLAR+-PAKETEN VON VERBUND. WARUM SOLCHE „KLEINEN KRAFTWERKE“ WICHTIG SIND, ZEIGT DER SOLAREXPERTE ROGER HACKSTOCK IN SEINEM KÜRZLICH ERSCHIENENEN BUCH „ENERGIEWENDE. DIE REVOLUTION HAT SCHON BEGONNEN“. SEIN CREDO: WIR KÖNNEN UND MÜSSEN HANDELN – JETZT!

190 Freunde hat ein Facebook-Nutzer durchschnittlich.

€ 5.600 Euro

geben Paare durchschnittlich pro Jahr aus, um ihre Fernbeziehung mit Telefonaten und Besuchen am Leben zu halten. Aber wie soll man ohne Wärme und Nähe auskommen, wenn der andere kilometerweit weg ist? Neue Technologien könnten Abhilfe schaffen: Das interaktive Kissen „Pillow Talk“ leuchtet auf, wenn der Partner zu Bett geht und überträgt seinen Herzschlag via App. Eine internationale Crowdfunding-Kampagne für den Produktlaunch startet in Kürze. Ob weitere Gadgets wie der „Kuss-Simulator“ oder das „Hug Shirt“ künftig Streicheleinheiten ersetzen können? Mal spüren …

5h46’

sind die amerikanischen Zwillinge Beckett und Freya auseinander. Sie haben weder denselben Geburtstag noch dasselbe Geburtsjahr: Der Junge kam am 31. Dezember um 18:40 Uhr auf die Welt – seine Schwester im neuen Jahr um 0:26 Uhr.

1.903 ABSCHIEBUNGEN

gab es im vergangenen Jahr in Österreich. Im „Purple Eat“ am Meidlinger Markt in Wien kochen Asylwerber nach Rezepten aus ihrer Heimat. Von Montag bis Samstag kann man beim gemeinsamen Speisen andere Esskulturen erkunden. Gekocht wird mit Bioprodukten. Der Erlös geht an die Betroffenen, Helfer sind willkommen. Die kulinarischen Schätze fremder Länder vermittelt auch die „Brainkitchen“ in Wien Ottakring. Dinner der „migration culinaire“-Serie – etwa mit serbischer oder afghanischer Küche – finden laufend statt.

www.purplesheep.at, www.futurefoodstudio.at

102 Minuten sprechen zusammenlebende Paare täglich miteinander. Verheiratete kommunizieren 93 und unverheiratete Paare 114 Minuten.

WIE KRAFTWERKE VERBINDEN

Österreichisch-bayerische Beziehungen

Viele Flüsse bilden eine natürliche Grenze zwischen Staaten: so auch der Inn und die Donau zwischen Österreich und Bayern. Was bewegt die Anwohner „hier“ und „dort“? Wie ein Stromunternehmen Nähe schaffen und Brücken schlagen kann, zeigen die acht Grenzkraftwerke von VERBUND. Von ihnen profitiert die gesamte Region: durch Arbeitsplätze für Tiroler, Oberösterreicher und Bayern, durch Naturschutzprojekte und Tourismusangebote auf beiden Seiten der Flüsse und durch Aufträge an Unternehmen aus der Nachbarschaft. Was das für die Menschen in der Region bedeutet und wie sie „ihr“ Kraftwerk sehen, erfahren Sie auf den folgenden Seiten.

Zwei Flüsse
Der Inn wird zwischen der Grenze Tirol/Bayern bis zu seiner Mündung in die Donau bei Passau 17 Mal zur Stromgewinnung genutzt, davon durch sieben Grenzkraftwerke. An der Donau, rund 30 Kilometer von Passau entfernt, liegt das Grenzkraftwerk Jochenstein.

Drei Bundesländer
Die VERBUND-Grenzkraftwerke liegen in Tirol und Oberösterreich sowie im Freistaat Bayern. In den Regionen Kufstein, Rosenheim, Rottal-Inn und Passau sowie in Braunau, Ried im Innkreis und Schärding leben rund 850.000 Einwohner.

Acht Grenzkraftwerke
Die sieben Grenzkraftwerke am Inn und das Donaukraftwerk Jochenstein liegen je zur Hälfte in Österreich und in Deutschland. Die Kraftwerke versorgen rund 1,1 Mio. Haushalte auf beiden Seiten des Flusses mit Strom und sind seit 2013 zu 100 % im Besitz von VERBUND.

Bayern
Donau
Isar
München
Passau
Salzburg
Inn

Dreimal Nähe

Arbeit für Generationen
In den Lehrwerkstätten von VERBUND hört man von Jugendlichen oft: „Mein Vater ist auch bei VERBUND." In vielen Familien gibt es seit mehreren Generationen Kraftwerker – zum Beispiel in der Familie Grüneis aus Vichtenstein an der Donau. Nach dem Großvater Karl und dem Vater Otto ist der 31-jährige Martin Grüneis als Elektroingenieur bei VERBUND tätig. „Wir haben alle zuerst in Linz bei anderen Firmen gearbeitet, schließlich zog es uns wegen der Nähe zu unserer Heimatgemeinde ins Kraftwerk Jochenstein", erzählt er.

Schifffahrt
An der Donau ist VERBUND für eine freie Schifffahrtsrinne im Stauraum verantwortlich. Mitarbeiter mit einem Schifffahrtspatent sind hier zum Beispiel mit Eisbrechern unterwegs, wenn ein Schiff im Stauraum einzufrieren droht. Auch das Ausbaggern von Mündungsbereichen ist Aufgabe der Kraftwerker, so werden zum Beispiel aus dem Mündungsbereich der Salzach in den Inn jährlich rund 70.000 m³ Kies herausgeholt.

Strom erleben
In Jochenstein können Besucher das Innenleben eines Donaukraftwerkes kennenlernen. Ludwig Feichtenböck ist einer von drei ehemaligen Kraftwerkern, die hier Schleusen, Maschinenhaus und Turbinen erklären. „Rund 2.000 Besucher pro Jahr erfahren hier live, wie der Strom, der zu Hause aus der Steckdose kommt, eigentlich erzeugt wird", so Feichtenböck.

Sebastian Splitter aus Passau hätte nach der Reifeprüfung Maschinenbau im bayerischen Deggendorf studieren können, entschied sich aber für eine Karriere vor der Haustür im Grenzkraftwerk Passau-Ingling. Dort macht der 23-Jährige bereits seit drei Jahren eine Lehre als Elektriker für Betriebstechnik und steht kurz vor dem Abschluss: „Ich wollte etwas Praktisches machen und in Passau bleiben", so Splitter. Nach der Gesellenprüfung wird er im Herbst die zweite Lehre zum Anlagenführer beginnen. „Mit diesen beiden Ausbildungen ist die Chance auch sehr gut, übernommen zu werden."

Arbeiten in der Heimat. Zehn weitere Lehrlinge profitieren ebenfalls von der Nähe ihres Wohnorts zu einem Kraftwerk. Insgesamt arbeiten rund 220 Schlosser, Elektriker und Baufacharbeiter an den acht Standorten der Grenzkraftwerke von VERBUND. „Sie alle wohnen im Umkreis von 20 Kilometern zum Kraftwerk. Mit gutem Grund: Im Bereitschaftsdienst müssen sie innerhalb von 30 Minuten vor Ort sein können", so Karl Maresch, der Leiter der Grenzkraftwerke.

An jedem Standort gibt es VERBUND-Mitarbeiter, die in ihrer Freizeit ehrenamtlich zum Beispiel bei der Freiwilligen Feuerwehr oder bei der Rettung mitarbeiten. Max Schellmann aus dem oberösterreichischen Engelhartszell ist einer von ihnen. Der Mitarbeiter im Kraftwerk Jochenstein engagiert sich seit 30 Jahren beim Roten Kreuz: Zuerst im Rettungsdienst, seit zehn Jahren ist er in der Krisenintervention für den Bezirk Schärding zuständig. „Ich bin nach Dienstschluss und an den Wochenenden immer in Bereitschaft. Wegen eines Notfalls habe ich auch schon einmal kurzfristig dienstfrei bekommen", erinnert sich Schellmann.

Natur genießen. Nicht nur soziale Institutionen profitieren von der Nähe zu den Kraftwerken. Auch die im Zuge der Kraftwerksbauten entstandenen Naturschutzgebiete eröffnen den Anrainergemeinden Nutzen – so etwa dem 7.000 Einwohner zählenden Bad Füssing im niederbayerischen Bäderdreieck. Das Innkraftwerk im Ortsteil Egglfing bringt der Gemeinde sichere Arbeitsplätze und die Gewerbesteuer – und zum Drüberstreuen zusätzliche Tourismusattraktionen. Bürgermeister Alois Brundobler: „Unsere Thermen-Gäste kommen nicht nur wegen des legendären Heilwassers, sondern auch wegen der Landschaft an den Stauseen."

Beim Bau der älteren Kraftwerke – teils in den 50er-Jahren – spielte der Umweltschutz eine untergeordnete Rolle. Dafür ist er heute umso wichtiger. Das bedeutet zum Beispiel, dass alle Grenzkraftwerke eine moderne Fischtreppe haben müssen, vorgeschrieben von der EU-Wasserrahmenrichtlinie. Alte Anlagen, die nicht mehr den Vorschriften entsprechen, müssen erneuert werden, aktuell das Innkraftwerk Oberaudorf-Ebbs mit Kosten von 3 Mio. Euro.

Wichtige Partner bei der Bewirtschaftung der Flüsse sind die Fischer. Alleine auf der bayerischen Seite des 70 Kilometer langen Innabschnitts zwischen Stammham und Passau gibt es rund 1.500. Die Stauseen sowie die Altflächen neben dem Inn sind ideale Fanggebiete für Forellen, Karpfen, Zander und Waller. Probleme gibt es aber immer wieder mit den Altgewässern neben dem Inn, da diese bei Niedrigwasser austrocken. „Ohne Verpflichtung hat uns VERBUND da eine super Sache gemacht", freut sich Hans-Dieter Scheiblhuber, Vorsitzender der Innfischerei-Genossenschaft. „Breite Gräben werden ausgebaggert, dadurch trocknen die Altwässer nicht mehr aus, und die Jungfische können überleben."

Innfischer. *Hans-Dieter Scheiblhuber ist froh, dass der Wasserstand gesichert wurde.*

Ehrenamtlich. *Max Schellmann vom VERBUND-Kraftwerk Jochenstein engagiert sich beim Roten Kreuz.*

Motor für die Unternehmen. Mit den Kraftwerken wurde auch die Infrastruktur ausgebaut. „Diese Wege, Brücken und Dämme müssen wir instandhalten", so der Leiter der Kraftwerksgruppe Karl Maresch. Bei der Pflege der Dammbereiche kommen Betriebe aus der Umgebung zum Zug: „Das sind meist heimische Maschinenringe, die das Schneiden von Sträuchern an lokale Unternehmen oder Landwirte weitervermitteln. Mehrere 100.000 Euro bleiben so pro Jahr in der Kraftwerksregion."

Auch so manches Unternehmen wurde infolge des Kraftwerksbaus gegründet, zum Beispiel das Transportunternehmen Leidinger in Engelhartszell. „Mein Vater hat anlässlich des Baus des Donaukraftwerks Jochenstein in den 50er-Jahren seine Geschäftsidee entwickelt: Er hat sich mit seinen Ersparnissen einen Lkw gekauft und dann von umliegenden Steinbrüchen große Flussbausteine zum Kraftwerk transportiert", erinnert sich der Sohn Peter Leidinger. Aus dem Ein-Mann-Betrieb ist ein 25-Personen-Unternehmen geworden. „Noch heute bekommen wir hin und wieder Aufträge, zum Beispiel, um eine Böschung zu sanieren."

Die gesamte Region profitiert also nicht nur von der Stromerzeugung, sondern auch durch sichere Arbeitsplätze und Wertschöpfung – und durch einzigartige Umweltschutzgebiete, die erst durch die Kraftwerke geschaffen wurden. —

Hier erfahren Sie Näheres zu den VERBUND-Kraftwerken: www.verbund.com/kraftwerke. Details zu Fischwanderhilfen auf www.verbund.com/fischwanderhilfe.

TIPPS FÜR BESUCHER

Was Sie in der Region erwartet

Auf die Festung von Kufstein
Nur 10 Autominuten vom Innkraftwerk Oberaudorf-Ebbs flussaufwärts liegt Kufstein. Die Festung – das Wahrzeichen der Stadt – ist mit einem Schrägaufzug erreichbar. Von oben kann man den Panoramablick ins Tiroler Unterinntal genießen. Für Kinder gibt es eine Erlebniswelt. Angeboten wird eine Rätselrallye durch die Gemäuer, auf Wunsch im Ritter- oder Prinzessinnengewand. Für Erwachsene ist das Ritterfest zu Pfingsten ein Highlight. www.festung.kufstein.at

Almkäse verkosten in Ebbs
Eingerahmt vom „Zahmen Kaiser" und vom „Wilden Kaiser" ist Oberaudorf ideal für Bergsteiger, Skifahrer und Mountainbiker. Ein beliebtes Ausflugsziel für Wanderer in Ebbs auf der österreichischen Seite des Inn ist die Käserei Aschinger-Alm. Ab Mitte Mai verarbeitet die Familie Ritzer die Milch direkt auf der Alm weiter zu Käse, Butter, Topfen und Joghurt. www.aschingeralm.at

Auf Römerspuren wandeln
Wandern, Radfahren und Baden: All das ist möglich im „Europareservat Unterer Inn". Das Infozentrum in Ering bietet geführte Wanderungen und Kurse an. So können beim Innkraftwerk Ering-Frauenstein zahlreiche Vogelarten beobachtet werden. Das „Römer Erlebnismuseum Altheim" auf österreichischer Seite zeigt Funde aus den Grabungen, jeweils am Sonntag von 14–18 Uhr. www.europareservat.de, www.ochzethaus.at

Strom-Welt in Jochenstein
In der bayerischen Gemeinde Untergriesbach und der oberösterreichischen Gemeinde Engelhartszell liegt das denkmalgeschützte Donaukraftwerk Jochenstein – erbaut von 1952 bis 1956. Das größte Flusskraftwerk Deutschlands hat 240 Meter lange Schleusen. Mehr über die Technik der Stromgewinnung und das Donautal erfährt man im „Haus am Strom" direkt beim Kraftwerk. www.hausamstrom.de

Von Passau bis Aschach radeln
Vorbei an Schluchtwäldern und felsigen Hängen: Der Donauradweg in Oberösterreich begeistert Jahr für Jahr Hobbysportler. Der erste Abschnitt – das Donauengtal – reicht von Passau nach Aschach. Die rund 80 km lange Etappe führt über Obernzell und Neustift im Mühlkreis bis nach Aschach. Biker brauchen dafür je nach Fitnessgrad rund 4–8 Stunden. www.donauradweg.at

Das Venedig Bayerns
Die Drei-Flüsse-Stadt Passau ist mit ihren knapp 50.000 Einwohnern die zweitgrößte Stadt im Regierungsbezirk Niederbayern. Zahlreiche italienische Baumeister haben das Stadtbild geprägt. Passau gilt daher auch als „Venedig Bayerns". Sehenswert sind neben dem Stephansdom und der Veste Oberhaus das Lamberg-Palais oder die Alte Residenz. Ein Spaziergang entlang der Innpromenade und in der Ludwigstraße rundet den Ausflug ab. www.passau.de

Gelebte Nähe. Wie innovative Services Menschen zusammenbringen und unseren Alltag bereichern. Diese Trends und Pioniere zeigen es vor.

Grätzel-Tourismus
Lokale als Hotelzimmer

Dass man die Infrastruktur eines Viersternehotels auch auslagern und dadurch Nähe schaffen kann, beweist das Projekt Urbanauts. Ein Team junger Designer belebt leer stehende Geschäfte wie eine Schneiderei neu und vermietet sie als Hotelzimmer. Der Clou: Dazugehörige Services – vom Frühstück bis zum Hammam – beziehen die Gäste aus der Nachbarschaft. Zurzeit sind drei Street-Lofts zwischen 25 und 35 m² im vierten Bezirk in Wien in Betrieb. Bis zum Sommer werden zwei weitere eröffnet. www.urbanauts.at —

Im Tauschrausch *Online-Plattformen verbinden*

Heute schon mit anderen geteilt? Tausch- und Teilbörsen boomen im Web und bringen Menschen auch offline zusammen. Auf Tauschkreis.at ist Talent gefragt. Vom Gitarrenunterricht bis zum Ausmalen der Wohnung: Für ihre Dienste bekommen Tauschfreunde Stunden gutgeschrieben. Damit können sie die Talente anderer nutzen oder diese gegen Waren eintauschen. Die Plattform Kleiderkreisel.at gibt alten Klamotten eine zweite Chance: Hier verkauft, tauscht und verschenkt die Community Kleidung und verabredet sich zu Tausch-Partys. Auch auf Social-Media-Plattformen ist Teilen in. Auf Shareandcare.at teilen Fans via Facebook Leistungen oder Güter – und das, ohne eine Gegenleistung zu erwarten. —

Aufgeladen, fertig, los!
E-Ladenetz wächst

Einfach zugängliche Ladestationen in unmittelbarer Nähe: Dafür sorgt SMATRICS. Schon jetzt bietet der E-Mobility-Dienstleister mit 70 Ladepunkten in allen Bundesländern Österreichs ein reiches Angebot an Strom aus Wasserkraft. Bis Mitte 2014 erreicht das SMATRICS-Netz eine flächendeckende Versorgung. „Ab Juli wird sich österreichweit im Umkreis von 60 Kilometern mindestens eine Ladestation befinden", schildert Marketingleiterin Birgit Wildburger. Damit jede E-Ladesäule problemlos aufgespürt werden kann, steht die SMATRICS-App im App-Store zum Download bereit. www.smatrics.com —

Private Dinner
Angelika Apfelthaler bittet Gäste zu sich

Genussvoll, atmosphärisch und nah am Gastgeber: „Private Dining" verwandelt Eigenheime in Restaurants – und ist auch bei uns stark im Kommen. Zu den Pionieren zählt die Wienerin Angelika Apfelthaler. Inspiriert von der Kochkultur Italiens, hat sie sich mit „The Dining Room" vor sieben Jahren den Traum vom Lokal in den eigenen vier Wänden erfüllt. Eine Leidenschaft, die ihr Leben verändert hat. „Mein Privatleben und Beruf sind im Grunde eins", schildert Apfelthaler. „Ich genieße das in vollen Zügen."

Heute lädt die 54-Jährige zweimal pro Woche bis zu 16 Gäste in ihr Einfamilienhaus im 13. Bezirk in Wien. Dabei legt die Köchin großen Wert auf die Privatsphäre der Besucher. „Ich halte mich während des Abends im Hintergrund", so Apfelthaler. „Aber es kommt vor, dass aus Stammgästen gute Freunde werden." Mittlerweile haben weitere Gastgeber wie das „Mezzanin 7" oder die „Hofzeile 27" den neuen Genusstrend aufgegriffen. Angelika Apfelthaler ist bereits einen Schritt weiter: Seit 2014 veranstaltet sie auch Kochkurse – den nächsten am 16. Juni. —

Lust auf Private Dinner?
www.thediningroom.at, www.mezzanin7.at, www.hofzeile27.at, www.drahtwarenhandlung.at

NÄHE IST ...

WAS BEDEUTET NÄHE FÜR UNS – IM ALLTAG, IM BERUF, IN UNSEREN BEZIEHUNGEN? WIR HABEN JEWEILS ZWEI PERSONEN UM IHRE SICHTWEISEN GEBETEN.

Text Redaktion Fotos Thomas Topf

... wenn man Freundschaft schließt

Susanne Leupold und Florian Kapusta

„Jeder erzählt, was ihm am Herzen liegt. So wie man mit Freunden plaudert", sagt Susanne Leupold. Die 54-jährige Wienerin ist Energy Manager im Stromhandel und Mitglied der geschlossenen Facebook-Gruppe „Freunde bei VERBUND". Dort lernte sie auch den 22-jährigen Florian Kapusta kennen. Gemeinsam mit rund 90 weiteren Teilnehmern lösen sie Bilderrätsel, tauschen Fotos, Rezepte oder Erlebnisse aus. Die Idee: Mitarbeiter des Stromunternehmens unterhalten sich mit Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Beeinträchtigung.

Der VERBUND-Empowerment-Fund der Diakonie finanziert Technologien, die beim Kommunizieren helfen – die Facebook-Gruppe fördert deren Anwendung. „Daraus sind schon richtige Freundschaften entstanden", sagt Florian Kapusta. Der Computerfan hat unter anderem das Asperger-Syndrom, eine Form von Autismus. „Nähe bedeutet, dass man sich alles mitteilen kann", so der Wiener, dessen Traumjob U-Bahn-Fahrer ist. Gemeinsame Kraftwerksbesuche oder das Diakoniefest schweißen zusammen. Für die zweifache Mutter Susanne Leupold zählt, dass man einander schätzt: „Ohne Nähe kommt man im Leben nicht aus." Dafür sind Freunde da.

... wenn man einander inspiriert

Kimiko und Michael Seeber

„In Japan sagt man nicht alles, was man fühlt. Sich wortlos zu verstehen, gilt als schön. In Europa ist der Umgang mit Emotionen leichter", sagt Kimiko Seeber. Sie kam vor 24 Jahren von Tokio nach Wien, um die Hauptrolle einer Oper zu singen. Hier lernte sie ihren heutigen Mann kennen, den Filmemacher und Drehbuchautor Michael Seeber. „Die Kunst ist wie eine gemeinsame Sprache, die wir intuitiv verstehen", meint der 1954 geborene Tiroler. „Kultur verbindet uns", ergänzt die 50-jährige Sängerin, die auch Touristen durch Wien führt.

Die bi-kulturelle Beziehung empfinden beide als Bereicherung. „Die japanische Kultur ist ganz anders als die westliche. Durch sie erhalte ich einen differenzierten Blick auf mich selbst", so Michael Seeber. „Diese Partnerschaft öffnet mir die Augen, dadurch entdecke ich täglich Neues", fügt sie hinzu. Die gegenseitige Neugierde schafft Nähe, Vertrauen ist ein Grundstein der Beziehung. Auch wenn der Filmproduzent („Everyday Rebellion") viel unterwegs ist, die Verbundenheit trübt das nicht: „Selbst in räumlicher Entfernung von Kimiko spüre ich eine große Nähe zu ihr."

... wenn man den Wohnraum teilt

*Lukas Pitscheider und Thomas Meyer**

„Hier lernt man täglich neue Dinge und unterschiedliche Menschen kennen. Darauf muss man sich einlassen – mir gefällt's", sagt Thomas Meyer. Der 46-Jährige ist einer von 27 Bewohnern eines außergewöhnlichen WG-Projekts im neunten Wiener Bezirk. In „VinziRast mittendrin" leben ehemals Obdachlose und Studierende unter einem Dach. „Ich werde hier sicher länger bleiben", sagt der Vater zweier Kinder, der früher als Architekt gearbeitet hat. Vor zwei Jahren wurde er delogiert, heute kümmert sich der gebürtige Frankfurter um die hauseigene Näh-, Fahrrad- und Tischlereiwerkstatt.

„Das Miteinander ist schon eine Herausforderung", meint Lukas Pitscheider, der in einer der insgesamt 10 Wohngemeinschaften lebt. Der 26-jährige Südtiroler teilt seinen Raum mit einem tschetschenischen Asylwerber. Gesucht hat der Journalismus-Student den Nervenkitzel: „Ich wollte hinter die Fassade der geschönten Gesellschaft schauen." Obdachlose wieder „mittendrin" sein zu lassen, ist das Konzept von Initiatorin Cecily Corti. Die Nähe zu Studierende kann dabei helfen. „Manchmal ist es schwierig, sich zurückzuziehen", sagt Meyer und lächelt, „aber das ist wohl in jeder WG der Fall."

**Name von der Redaktion geändert*

... wenn man einander versteht

Ditta und Tim Rudle

„Als mein Laptop nicht mehr funktioniert hat, habe ich zuerst Ditzi angerufen. Das ist schon ungewöhnlich. Aber ich finde es cool", erzählt Tim. Ditzi, das ist Ditta Rudle: freie Journalistin, Computerspezialistin und Großmutter des 14-jährigen Schülers. „Ich bin keine Oma, ich sehe mich mehr als Lehrerin", sagt sie. Die Beziehung der beiden ist vor allem freundschaftlich. „Nähe bedeutet für mich, dass man einander versteht", meint Tim, der ab Herbst die Graphische Lehranstalt in Wien besucht und sich später als Filmregisseur oder Schauspieler sieht.

Das Interesse für Kultur verbindet die Familienmitglieder – und bietet Gesprächsstoff. „Meine drei Kinder sind alle in einem künstlerischen Umfeld tätig", sagt Ditta. Eines von ihnen ist der Kabarettist Gerold Rudle, der Vater von Tim. „Die Familie ist mein Trost – da kann ich noch so verrückt sein, die lieben mich trotzdem. Das macht für mich auch Nähe aus", so die 75-jährige Wienerin. Das Lachen kommt bei den Treffen nicht zu kurz. „Mein Erziehungsprinzip war immer Spaß", sagt die leidenschaftliche Leserin. Dem kann ihr Enkel nur beipflichten: Humor verbindet nämlich auch.

Text Ingrid Brodnig Illlustration Claudia Meitert

Wa(h)re Freundschaft

Facebook gibt uns das Gefühl, wir könnten jederzeit mit all unseren Freunden und Bekannten beisammen sein. Ist diese Nähe reine Illusion?

Toll, wie uns Facebook zusammenbringt! Man kann schnell der Freundin, die nach London ausgewandert ist, eine Nachricht schicken. Dann bei dem Foto des Bekannten, der immer lustige Katzenbilder hochlädt, auf „gefällt mir“ klicken. Und gleich darauf den Link eines ehemaligen Arbeitskollegen kommentieren, der einen spannenden Text geteilt hat.

Nur nichts verpassen. Auch wenn man viele Menschen schon lange nicht mehr von Angesicht zu Angesicht gesehen hat, geben einem soziale Medien wie Facebook und Twitter das Gefühl, als sei man diesen Leuten weiterhin nahe, würde alles Wichtige mitbekommen, was im eigenen Freundes- und Bekanntenkreis passiert. Doch wie trügerisch ist dieses Gefühl der Verbundenheit? Simulieren die sozialen Netzwerke eine Nähe, die sie gar nicht herstellen können?

Zehn Jahre ist Facebook mittlerweile alt, und wir müssen uns eingestehen: Viele von uns sind verdammt unhöflich geworden, ausgerechnet zu den Menschen, die uns am nächsten sind. Zumindest ist das der Eindruck, wenn man abends in manch einem Lokal oder einer Bar um sich blickt. Paare schauen einander nicht in die Augen, sondern jeder einzeln auf sein Smartphone. In größeren Runden gibt es meist einen, wenn nicht mehrere, die nur halbherzig zuhören und nebenbei schauen, was auf Facebook passiert.

Die Gefahr ist, dass wir tiefgehende Gespräche gegen Kommunikationsfetzen eintauschen, dass wir zwar physisch zusammen, aber geistig getrennt sind. So sieht das zumindest die renommierte Soziologin Sherry Turkle vom Massachusetts Institute of Technology (MIT). Sie hat über den Zustand der räumlichen Nähe, aber emotionalen Distanz das Buch „Alone Together“ geschrieben hat. „Technologie tut nicht nur etwas für uns, sie tut uns Dinge an, verändert nicht nur, was wir tun, sondern wer wir sind“, meint Turkle und plädiert dafür, dass wir der digitalen Ablenkung trotzen sollen.

Vernetzt, aber allein? Auf den ersten Blick mögen Websites wie Facebook oder Twitter geniale Tools sein, um im Kontakt zu bleiben. Die Wissenschaft ist aber uneins, wie sozial die vermeintlichen „sozialen Medien“ tatsächlich sind. Der amerikanische Psychologe Ethan Kross führte dazu eine Studie durch: Zwei Wochen lang, fünfmal am Tag sendeten er und seine Mitarbeiter SMS an 82 Testpersonen. Diese wurden gefragt, wie es ihnen ginge, wie unwohl oder einsam sie sich fühlten, wie viel Zeit sie auf Facebook verbracht hatten und ob sie in der Zwischenzeit auch persönlichen Kontakt hielten oder zumindest mit anderen telefonierten.

„Je mehr Zeit jemand auf Facebook verbracht hatte, desto schlechter fühlte sich die Person, wenn wir ihr das nächste Mal ein SMS schickten“, fasst der Forscher seine Ergebnisse zusammen. „Je häufiger sie während diesen zwei Wochen Facebook nutzte, desto stärker sank kontinuierlich die insgesamte Zufriedenheit mit ihrem Leben. Hatte hingegen jemand direkten Kontakt mit anderen Menschen, waren keine derart negativen Auswirkungen abzusehen.“ Facebook mache uns somit unzufriedener, so der Schluss.

Keine Patentrezepte. Heißt das, wir alle sollten nun prompt unser Facebook-Profil löschen und die Geräte abdrehen? Halt, nicht so schnell: Eine weitere Studie erforschte, ob uns soziale Medien glücklicher oder unglücklicher machen. Die Wissenschaftler der Carnegie Mellon University in Pittsburgh befragten dafür mehr als 2.600 Studierende. Sie unterschieden bei den Studienteilnehmern, ob jemand online nur

I like.
I tag.
I comment.
I follow.
I share.
Login

passiv mitlas oder aktiv mit anderen interagierte, zum Beispiel Kommentare hinterließ, Nachrichten schrieb oder auf den „Like“-Button drückte.

Auch sie stellten fest, dass sich viele User einsam fühlten, speziell jene, die lediglich passiv mitlasen. Wer jedoch den Austausch suchte und aktiv postete, hatte ein viel angenehmeres Erlebnis, fühlte sich mit seinem Umfeld wesentlich verbundener.

Es ist kompliziert. Diese Worte beschreiben unsere Beziehung zu Facebook wohl am treffendsten. Je nachdem, wie wir die sozialen Netzwerke nutzen – ob wir lediglich Zaungast sind oder auch selbst mitdiskutieren – erleben wir das virtuelle Beisammensein ganz anders. Gleichzeitig kann unsere Begeisterung für die permanente digitale Ablenkung dazu führen, dass wir jene Menschen vernachlässigen, die uns eigentlich wichtig sind.

Vielleicht ist aber auch hier Technik die Lösung. Will man einen ungestörten Abend mit Freunden oder dem Partner verbringen und sich nicht vom Smartphone und den ständigen Facebook-Benachrichtigungen ablenken lassen, kann man zumindest am iPhone die App „Downside“ installieren. Dieses Spiel soll für mehr Höflichkeit in digitalen Zeiten sorgen: Alle Teilnehmer legen ihr Handy mit dem Display nach unten auf den Tisch. Derjenige, der als Erstes zum Smartphone greift, hat verloren.

Wem es also an Selbstkontrolle mangelt, wer mehr menschliche Nähe und weniger digitale Reizüberflutung sucht, der kann sich trösten: Auch dafür gibt es eine App. — ♦

Ingrid Brodnig
Die Journalistin und Autorin Ingrid Brodnig leitet das Medienressort der Wiener Wochenzeitung „Falter“. Sie schreibt über Themen wie Netzpolitik und den digitalen Wandel und bloggt auf www.brodnig.org.

Anfang 2014 erschien ihr Buch „Der unsichtbare Mensch. Wie die Anonymität im Internet unsere Gesellschaft verändert“ im Czernin-Verlag. Es ist auch digital als ePub und im Kindle-Format erhältlich.

PRO CONTRA

Einsam wegen Facebook?

Anitra Eggler [PRO]
Die Digital-Therapeutin und Autorin des Buchs „Facebook macht blöd, blind und erfolglos“ erklärt, wann es zur Vereinsamung kommt.

Die Egodusche
Pauschal zu sagen, Facebook mache einen einsam, ist sicher falsch. In einigen Fällen führt dieses Medium aber tatsächlich zur Vereinsamung: Facebook ist für viele Menschen wie eine Egodusche. Sie posten ein witziges Bild und bekommen prompt etliche Likes. Facebook fixt die Menschheit also mit jener Sache an, die sie am liebsten mag: Aufmerksamkeit.

Asoziales Netzwerk
Problematisch wird das, wenn Leute wegen dieser Egodusche die soziale Interaktion im realen Leben vernachlässigen. Stellen Sie sich vor: Zwei Menschen sitzen beim Abendessen, haben sich schon länger nicht gesehen, mögen sich eigentlich von Herzen gern. Doch der eine postet das berühmt-berüchtigte Essensfoto. Er schaut dann jede Minute zweimal auf Facebook, ob er schon Likes gekriegt hat, anstatt den Moment mit dem Menschen zu genießen, den er mag. In diesem Fall macht uns das soziale Netzwerk asozial. Hier beginnt die Vereinsamung.

Die Lösung
Nur weil es uns Facebook ermöglicht, in Echtzeit Tagebuch zu führen, sollten wir das noch lange nicht tun. Stattdessen sollte sich jeder genau überlegen: Wofür will ich Facebook nutzen und wie viel bin ich bereit dafür zu zahlen – wie viel von meinen Daten, meiner Privatsphäre, meiner Lebens- und Arbeitszeit? Wenn wir hier den gesunden Menschenverstand einsetzen, dann ist eigentlich alles gut.

David Kirkpatrick [CONTRA]
Der Autor von „Der Facebook-Effekt“, dem Standardwerk über die Seite von Mark Zuckerberg, meint: Facebook fördert die Empathie.

Digitaler Neid
Facebook ist als Kommunikationsplattform so allgegenwärtig, dass es sämtliche Aspekte menschlicher Emotionen widerspiegelt. Es verstärkt, was jemand gerade fühlt. Bei manchen mag dies Einsamkeit sein: Fühlt sich jemand zum Beispiel sozial eingeschränkt, kann ihn belasten, was andere posten. Das gibt einem womöglich das Gefühl, man würde nicht so viel wie andere erleben.

Mehr Nähe
Ich glaube aber definitiv, dass die Mehrheit der Menschen sozial von Facebook profitiert, auch wenn solche Verallgemeinerungen problematisch sind. Im Kern hilft uns die Seite, dass wir andere Menschen nicht aus den Augen verlieren. Facebook liefert uns Information über sie und verstärkt damit langfristig die Empathie und das gegenseitige Verständnis. Denn Empathie baut auch auf Nähe auf.

Richtige Freunde
Viele Probleme entstehen dadurch, dass Menschen die Freundschaftsanfragen von Fremden akzeptieren. Dabei hatte Mark Zuckerberg das gar nicht so geplant. Er meinte, dass ein „Facebook-Freund“ schon ein richtiger Freund sein sollte. Ich gebe zu: Es ist oft schwierig, nur die engsten Vertrauten anzunehmen. Aber wer klug genug ist, hauptsächlich mit den Freunden aus der realen Welt zu kommunizieren, wird viel über sie lernen und auch empathischer demgegenüberr werden, was gerade in ihrem Leben passiert.

FOTOS: CHRISTIAN POSTL, COURTESY OF TECHONOMY

mit Stermann & Grissemann

NAH UND DOCH SO FERN

Ein österreichisch-deutscher Schlagabtausch

Stermann Grissemann, hast du gewusst, dass Scheidungen schädlich sind?

Grissemann Und ich dachte immer Hochzeiten.

Stermann Klimaschädlich. Wer den gemeinsamen Haushalt verlässt, verbraucht 46 % mehr Strom und 56 % mehr Wasser.

Grissemann Weil man sich wieder wäscht? Aus der Leitung statt aus der Flasche trinkt?

Stermann Unterschätz' das nicht – Scheiden bringt Umweltleiden.

Grissemann Da sind wir als Duo ja vorbildlich.

Stermann Wenigstens teilen wir uns nur die Bühne.

Grissemann Stimmt, Deutscher. Eine reine Zweckbeziehung, damit du Asyl in Österreich bekommst.

Stermann Ich bin vorbildlich integriert, habe einen Job, spreche eure Sprache ...

Grissemann Das ist ja nicht dein Ernst. Was euch Deutsche von uns Österreichern trennt, ist die gemeinsame Sprache.

Stermann Stimmt, wenn man sich eure Dialekte so anhört. Die haben nichts mit Sprache zu tun, das sind Tierlaute.

Grissemann Gschtiascht.

Stermann Beleidigst du mich jetzt?

Grissemann Niedlich heißt das auf Tirolerisch. Kennst du natürlich nicht.

Stermann Ich bleib wirklich nur der Umwelt zuliebe bei dir.

Grissemann Das ist eben echte Nähe.

Länger hell in der Birne

Mit LED Geld sparen

25.000 Stunden – also fast drei Jahre – brennt eine energiesparende LED-Lampe. Eine herkömmliche Glühbirne kommt nur auf knapp 40 volle Tage. Kräftig dagegen ist die 10-W-LED-Lampe: Sie leuchtet so hell wie eine 60-W-Glühbirne, braucht aber nur ein Sechstel der Energie.

videotipp

Warum ist Grissemanns Körperwärme das Energiesystem der Zukunft? Univ.-Prof. Stefan Schleicher in Bild und Ton auf **www.salon-strom.at**

Nicht nur Stermann frischt sein Österreichisch auf. Erraten Sie die heimischen Dialekte in unserem Quiz auf **www.salon-strom.at**

MITMACHEN QUIZ GEWINNEN

Mit 1 Kilowattstunde kann man ...

sich 3 Jahre täglich rasieren

70 Tassen Kaffee kochen

1 Stunde die Haare fönen

4 Stunden Löcher bohren

130 Scheiben Brot toasten

Dies sind Durchschnittswerte. Der konkrete Umfang hängt von Gerät und Leistung ab.

Magic Touch? Über Nähe, Distanz und Grenzen

Welche Rolle spielt Berührung für die Entwicklung des Menschen? Und warum ist es so schwer, in einer Partnerschaft Freiheit zuzulassen und Nähe zu fühlen? Der renommierte deutsche Psychoanalytiker Wolfgang Schmidbauer gibt im Exklusivinterview mit flow Antworten auf diese Fragen. Seine Überzeugung: Hinter der Angst vor Nähe steht auch die Angst vor dem Verlassenwerden.

flow_*Warum suchen wir Menschen die Nähe zu anderen?*

Wolfgang Schmidbauer_Kinder brauchen Erwachsene, die sich ihnen zuwenden, zärtlich sind, mit ihnen sprechen und sie in ihren Bedürfnissen „spiegeln", sonst können sie sich nicht gesund entwickeln. Menschen erleben andere Menschen in allen Kulturen als wichtig und den Kontakt mit ihnen als lebensnotwendig. Auch unsere biologische Evolution spricht dafür, dass wir von in Gruppen lebenden, stark aufeinander bezogenen Vorfahren abstammen. Man könnte die Frage umdrehen: Wir suchen nicht die Nähe, sondern wir fühlen uns elend und verloren, wenn wir sie gar nicht haben, wenn wir tagelang mit keinem Menschen sprechen. Es schaudert uns bei den Geschichten von einsamen Rentnern, deren Tod erst nach Wochen bemerkt wird.

flow_*Es ist doch paradox: Viele Frauen und Männer sehnen sich nach einer langjährigen, engen Partnerschaft – und haben gleichzeitig Angst vor dieser „bedrohlichen" Nähe. Warum ist das so?*

Schmidbauer_Die intensive Nähe einer Lebenspartnerschaft gibt nur dann Sicherheit und Frieden, wenn bisher entsprechende Erwartungen nicht auf traumatische Weise enttäuscht wurden. Das ist wie in dem Sprichwort vom gebrannten Kind, welches das Feuer scheut: Menschen können sich nach verletzenden Vorerfahrungen – sei es in der Kindheit, sei es im frühen Erwachsenenalter – oft nicht mehr binden, weil sie fürchten, den damals fast unerträglichen Schmerz noch einmal zu erleben. Manchmal ist dieses Geschehen bewusst. Oft aber wird es verdrängt. Die Betroffenen behaupten dann, sie seien eben geborene Singles, feste Beziehungen würden sie nur einengen.

flow_*Ist die Angst vor zu langen und engen Beziehungen vielleicht auch ein Ausdruck für die Schnelllebigkeit unserer Zeit? Wo Beziehungen ebenso wie das Handy oder der Job rasch gewechselt werden können?*

Schmidbauer_Unsere Zeit ist „schnellsterbig", nicht schnelllebig. Das klingt unfreundlicher, trifft es aber genauer. Es geht um eine schnelle Auflösung und Entwertung, ein Kippen von der dramatischen Überschätzung der Sensation von heute in die dramatische Unterschätzung der Nachricht von gestern. Zeit, die unsere Großeltern mit körperlicher Arbeit verbrachten, füllen wir damit, unerwünschte Bilder „wegzuzappen". Ein in der Hoffnung, auf dem nächsten Kanal etwas zu finden, zerstückelter Abend symbolisiert dieses Lebensgefühl. Die „Ex-und-hopp-Geste" passt aber nicht zu einem Planeten mit begrenzten Ressourcen.

flow_*Was bedeutet das für unsere Beziehungen?*
Schmidbauer_Wer in sein Leben finden will, muss lernen, diesem Prozess zu widerstehen. In der Tat wünschen sich die meisten Menschen eine feste Beziehung. Sie fühlen sich allerdings oft nicht in der Lage, nach dem ersten Überschwang von Verschmelzung und Verliebtheit eine Form der Liebe im Alltag zu finden, in der sich beide Partner Freiheit lassen und doch Nähe fühlen können.

flow_*Hinter der Angst vor Nähe steckt oft auch die Angst vor dem Schmerz des Verlassenwerdens. Wie entsteht diese Angst, und lässt sie sich ablegen?*
Schmidbauer_Diese Angst muss nicht entstehen, sie ist uns angeboren, wie die dramatische Reaktion von kleinen Kindern auf das Verlassenwerden zeigt. Durch gute Erfahrungen mit den frühen Bezugspersonen wird diese Angst kontrollierbar. Dabei baut sich Vertrauen auf. Aber sie kann jederzeit wieder ausbrechen, wenn dieses Vertrauen enttäuscht wird. Dabei ist es wichtig zu sehen, dass Verlassenheitsängste keineswegs immer dann besonders heftig sind, wenn sich mein Partner von mir trennt. Das Unbewusste unterscheidet hier wenig – wenn ich mich trennen will, oft auch wenn ich nur an die Trennung denke, sie wünsche, kann ich von Panikzuständen heimgesucht werden.

flow_*Ein häufiger Trennungsgrund ist, dass es einem Partner „zu eng" geworden ist. Stichwort: zu wenig Freiraum. Gibt es ein „gesundes Mittelmaß" für das Gelingen einer guten Beziehung?*
Schmidbauer_Nein. Es gibt keine Norm von außen. Was die Partner untereinander aushandeln, worauf sie sich mit guten Gefühlen einigen, das sollte die Norm sein. Eine liebevolle Regelung von Nähe und Distanz lässt sich nicht finden, indem ich die Wünsche eines Gegenübers als „falsch" entwerte und etwa behaupte: „Alle meine Freunde sagen, dass du klammerst" oder: „Du bist eine Zecke, lass endlich los!" Oder in der Gegenrichtung: „Nur Paare, die immer in einem Bett und unter einer Decke schlafen, lieben sich wirklich!"

flow_*Haben Männer mehr Angst vor Nähe als Frauen?*
Schmidbauer_Ich glaube nicht. Es lässt sich allenfalls sagen, dass sich Frauen oft eine engere Beziehung wünschen – mehr Gespräche, mehr Austausch über Gefühle und Wünsche –, während es den Männern wichtiger ist, was ein Paar zusammen macht. Sicher haben Männer manchmal Angst vor Frauen, die ihnen vorwerfen, sie seien zur Nähe unfähig. Dem lässt sich entgegenhalten, dass in einer Partnerschaft nicht ein Teil besser weiß und richtiger darüber urteilt, was Nähe ist.

flow_*Gerade ältere Menschen leiden oft an einem Mangel an körperlicher Zuwendung und Nähe. Der Leipziger Haptikforscher Martin Grunwald meint sogar, ausreichende Berührung würde oft mehr nützen als viele Medikamente. Berührung, das bessere Medikament?*
Schmidbauer_Dem stimme ich absolut zu. Vereinsamte ältere Menschen, die niemanden mehr haben, der sie in den Arm nimmt und tröstet, werden heute eher von Psychopharmaka abhängig, als dass sie wieder die Nähe erleben, welche sie beruhigen würde. Vielfach entstehen durch den Verlust der Pflege durch nahe Angehörige traumatische Entbehrungen in Heimen. Diese werden oft noch überflüssigerweise dadurch verstärkt, dass die Heimführung lieber den Psychiater konsultiert als beispielsweise eine erotische Beziehung zwischen zwei Heimbewohnern zuzulassen und zu fördern. Es ist nachgewiesen, dass Heime, in denen solche Tabus nicht gelten, zufriedenere Bewohner haben.

flow_ *Die Basis für eine gesunde Entwicklung des Menschen wird ja schon in der Kindheit gelegt. Wie hoch sollte da die „Dosis" an Nähe und Hautkontakt sein?*
Schmidbauer_Ganz einfach und doch höchst kompliziert: Diese Dosis ist dann genau richtig, wenn sich Eltern und Kind miteinander wohlfühlen und lernen, die wechselseitigen Signale zu verstehen. — ♦

Wolfgang Schmidbauer
Der Autor und Paar-Analytiker Wolfgang Schmidbauer wurde 1941 geboren. Neben Sachbüchern hat er Erzählungen, Romane und Berichte über Kindheits- und Jugenderlebnisse geschrieben. Sein jüngstes Buch „Kassandras Schleier – Das Drama der hochbegabten Frau" erschien 2013 im Orell-Füssli-Verlag. Schmidbauer lebt in München und Diessen am Ammersee und ist Vater von drei erwachsenen Töchtern.

In seinem Bestseller „Die Angst vor Nähe" (Erstauflage 1986) beschäftigte sich Schmidbauer mit dem Grenzgebiet von Gesellschaft und Intimität. Das Buch dokumentiert zahlreiche Fallbeispiele vor ihrem sozialen und familiengeschichtlichen Hintergrund.

Weitere Fragen und Antworten gibt's hier zum Nachlesen: www.verbund.com/flow

NAH AUF NAHME UND FERN BLICK

Beim Gehen entstehen neue Perspektiven: Der Blick wird frei für ferne Ziele und das, was uns am nächsten liegt: die Natur. Gehen bedeutet aber auch anzukommen – und zwar bei sich selbst.

Die Stopp-Taste drücken. Von der Überholspur des Hochgeschwindigkeitsalltags abzweigen. Frischen Wind auf der Haut spüren. Erde riechen, Nässe fühlen, mit ein wenig Pech auch an den Füßen, dann die Wärme der Sonne. Der eben noch angestrengte Blick löst sich von Glasfassaden, Flachbildschirmen und Tastaturen, schweift über Felder, Obstbäume, Wälder. Die Gedanken geschmeidig, lassen sich unaufgeregt treiben. „Zu Fuß kann man besser schauen", meinte der Maler Paul Klee. Als „mühelose Aufmerksamkeit" charakterisieren Neurologen diesen Fluss des Wanderns, der zwischen Meditation, Glücksmomenten und wohldosierter Anspannung mäandert, zwischen der Landschaft am Horizont und winzigen Details am Wegesrand.

Heilsuche auf heiligen Wegen. „Erst das Gehen brachte mich auf die richtige Spur im Leben", sagt auch Jonathan Mittermair. Der 31-jährige Autor ging nach seinem Studium bis Finisterre – übersetzt „Das Ende der Welt". Ein spanischer Ort, am Atlantik gelegen, wo nur ein paar Meter vom Leuchtturm entfernt ein Kilometerstein mit einer „Null" drauf zu finden ist. Er markiert das Ende des wichtigsten Pilgerwegs Europas, des Jakobswegs, dessen Renaissance die Lust am Gehen mit auslöste. Dieser Nullpunkt der Pilgerreise wurde für Mittermair vor drei Jahren zu einem neuen Anfang: „Nach meinem Diplom als Lehrer für Geschichte drohte längere Arbeitslosigkeit, also versuchte ich gehend eine Lösung zu finden."

Kurz nach seiner Rückkehr tat sich die berufliche Perspektive als Pressesprecher einer Behörde auf. Hier lernte er auch seine heutige „Weggefährtin" Cornelia Anderl kennen und steckte sie mit der Lust am Gehen an. Für die beiden steht dabei vor allem die spirituelle Dimension im Vordergrund. „Ich lebe meinen Traum. Das Pilgern wurde zur Passion", so Mittermair, der im Sommer eine zweite Karriere als Kinderbuchautor startet.

„Ich bin dann mal weg", unter diesem Titel veröffentlichte Hape Kerkeling 2006 den Bericht über seine Reise auf dem Jakobsweg, der millionenfach verkauft wurde. Das Buch war Zündfunke eines Trends, der verwaiste Pilgerpfade in Hauptdurchzugsrouten der Selbstfindung verwandelte: „El camino comienza en su casa" – „Der Weg beginnt in Ihrem Haus", so lautet die gängige Antwort in Spanien, wenn man fragt, wo denn der Jakobsweg genau beginne. Im eigenen Haus, oder anders gesagt: bei sich selbst.

Das Wohlbefinden steigern. Lange Wanderungen werden häufig zu Wendepunkten, federn Lebenskrisen ab. „Früher, also noch bis vor etwa einem Jahrhundert, war es üblich, dass Menschen in Europa bis zu 15, 20 Kilometer pro Tag zu Fuß zurücklegten", so der deutsche Wanderpapst Rainer Brämer. „Archaische Instinkte" führt der 70-Jährige als Ursache dafür ins Treffen, warum ein Ausflug in die Natur, vor allem in Kombination mit Wandern, Herz, Kreislauf und Nervensystem so guttut.

Brämer, der seine Forscherlaufbahn als Experimentalphysiker startete, ist heute Natursoziologe. Er gründete das deutsche Wanderinstitut und widmet sich vorrangig den wissenschaftlichen Ansätzen, die

erklären, warum uns Gehen so unendlich gut tut: „Unser Alltag ist von einer chronischen Überlastung der Sinne geprägt, eine Folge der modernen Kommunikationstechnologie, für deren hektische Abfolge von Informationen wir nicht geschaffen sind.“ Hier hilft die Natur. „Diese unverbrauchte Freude am Erfahren von Wetter- und Klimareizen ist ein genetisch gespeichertes Wellnessprogramm.“ Sogar das Foto einer schönen Landschaft könne das Wohlbefinden schon positiv beeinflussen.

Sehnsuchtsort Natur. Ein Abbild allein genügt aber den Wenigsten. Bereits 53 % der Deutschen wandern, hat das Allensbacher Institut für Demoskopie jüngst erhoben; doppelt so viele wie vor 20 Jahren. Ähnlich hohe Beliebtheitswerte werden auch in Österreich gemessen. Die Freizeitkultur, eben noch von Adrenalinkicks, Hochleistungsspaß und Sport geprägt, wandelt sich offensichtlich. Das Motiv „Die Natur erleben“ ist bei Umfragen zu Urlaubsplänen von den hintersten Rängen auf die Spitzenplätze vorgerückt.

Wahrzeichen ehemals als verstaubt verschrieener Traditionen wie Knickerbocker, Filzhüte oder Wallfahrten erleben ein Revival. Das Wandern erfindet sich neu, als undogmatische Spiritualität oder Entspannungsübung. Und das nicht nur auf der spanischen Paraderoute, sondern durchaus auch direkt vor der Haustür.

Das Gute liegt nah. So belebten sich binnen Kurzem auch die heimischen historischen Routen. Etwa die „Via Sacra“, die

FOTO: JONATHAN MITTERMAIR

Jonathan Mittermair, Cornelia Anderl
Passionierte Wanderer

Es war ein Bildband über den Jakobsweg, den seine Eltern geschenkt bekamen, der ihn als Teenager faszinierte. Wie viele meinte Jonathan Mittermair, „irgendwann werde ich den gehen“. – Es verging über ein Jahrzehnt, bis aus dem Traum erst Wirklichkeit, dann eine Leidenschaft wurde. Nach dem Studium drohte Arbeitslosigkeit, also entschloss er sich, den Weg in Spanien zu gehen.
Sein Leben erhielt einen Ruck, ein Job, eine Berufung fand sich. Und eine Frau, die seinen Weg mitging – Cornelia Anderl: Anderl: „Gehen bedeutet für mich, den Kopf freizubekommen. Es macht mich ruhiger und gelassener und hilft mir, mit Stress im Alltag besser umzugehen.“ Zuletzt marschierte das Paar von Linz nach Mariazell; im Frühling 2014 umrundete Jonathan unter anderem den Neusiedler See: „Ja, es macht schon ein wenig süchtig.“

FOTO: WILHELM WALDHUBER

Wilhelm Waldhuber
Bauwerksbeobachter Kölnbreinsperre

Einen Job im Büro, das kann sich Wilhelm Waldhuber nicht vorstellen. „Bewegung ist für mich alles“, sagt der 52-jährige Steirer. Als „Talsperrenwärter“ geht Waldhuber pro Jahr rund 1.100 Kilometer zu Fuß. Zusammen mit drei weiteren Kollegen überprüft er die höchste Staumauer Österreichs, die Kölnbreinsperre in Kärnten, auf Verformungen: „Auf sie wirken bis zu 5,4 Mio. Tonnen Wasserdruck, das müssen wir stets im Auge behalten“, so der VERBUND-Mitarbeiter.
An die 6.000 Messpunkte, 1.000 gestiegene Stufen und 4 bis 6 Kilometer Fußmarsch pro Arbeitstag sorgen für die sichere Überwachung. Egal, ob es schneit oder regnet. „Das Wetter gehört zu den Bergen. Das ist mein Leben.“ 20 Wochen im Jahr ist Waldhuber vor Ort, in seiner Freizeit unternimmt er Ski- oder Bergtouren: „Ich bin einfach gerne unterwegs.“

Mutter der heiligen Wege durch Österreich, die ebenso alt ist wie der Jakobsweg. Sie ist einer von sieben Wegen, die nach Mariazell führen, ihr Ausgangspunkt ist Wien. Wieder entdeckt werden auch die Fortsetzungsrouten des Klassikers: Jakobspilgerwege, die von Wolfsthal in Niederösterreich über Linz und das kleine deutsche Eck bis Feldkirch führen, um dann bis Santiago zu reichen. Recht haben sie also, die Spanier: „Der Weg beginnt beim eigenen Haus."

Die neue Geh-Leidenschaft beschränkt sich keineswegs auf christliche Traditionen: Alte Handelsrouten, die über die Alpen führen, genauso wie Almenüberquerungen, Pfade entlang von Flüssen und Seen, werden emsig begangen. Und das nicht bloß zur einsamen Sinnsuche. Das soziale Erleben als Gemeinschaft wird dabei genossen, mittlerweile sogar als Behandlungsansatz der Psychotherapie genutzt.

Den Blick erweitern. Renate Nowack, Psychologin und Therapeutin in Wien, hat ihr Spektrum um die Ausbildung zur „Wanderinstruktorin" ergänzt. „Wandern wirkt sich sowohl auf die körperliche als auch auf die psychische Gesundheit nachweislich positiv aus. Es stärkt das Selbstvertrauen und lindert Depressionen", so Nowack, die ihren Klienten therapeutisch geführte Wanderungen zur Persönlichkeitsentwicklung anbietet: „Das Gruppenerlebnis spielt eine wichtige Rolle, da der Mensch als soziales Wesen das Bedürfnis nach Zugehörigkeit hat. Das Gehen bringt nicht nur den Körper in Bewegung, auch innere Prozesse kommen ins Fließen."

Manchen genügen einige Stunden, manche brauchen Tage, um einzutauchen. Die simple Abfolge, rechter Fuß, linker Fuß, aktiviert beide Gehirnhälften. So finden Synapsen neue Wege zueinander. Das Denken ändert sich, ebenso der Stoffwechsel. Mehr Fett wird verbrannt. Beruhigende und euphorisierende Hormone durchfluten den Körper, das Nervensystem pendelt sich sanft ein. Der Blutdruck sinkt. Und irgendwann kommt man an: im eigenen Takt. Im richtigen Rhythmus. Am Boden. Es geht einem gut. —

Tipps für Geher

Jakobsweg-Klassiker
Als „der" Jakobsweg wird heute der Camino Frances bezeichnet: Er führt vom französischen Jean-Pied-du-Port nach Santiago bzw. Finisterre in Spanien: www.santiago-compostela.net

Alte heimische Wege
Wer alte Pilgerwege in Österreich entdecken möchte, findet auf www.pilgerwege.at 20 Routen. Zu den Geheimtipps zählt die Wanderung vom deutschen Regensburg nach St. Wolfgang. Die „Via Sacra" von Wien nach Mariazell hat eine eigene Seite: www.viasacra.at

Hilfreiche Wandertipps
Der Alpenverein bietet Kurse für unterschiedliche Zielgruppen und Vorerfahrungen an. Auf der Website finden sich auch Tipps für Ausrüstung und Vorbereitung: www.alpenverein.at

Ausblick auf 60 Metern
Eine bemerkenswerte Destination für Wanderfreudige findet sich im Windpark Bruck an der Leitha: 279 Stufen führen auf eine rundum verglaste Aussichtsplattform auf einem Windrad: www.energiepark.at

Ältestes Donaukraftwerk
In Ybbs-Persenbeug lässt sich die Wanderung durch die Wachau mit einer Kraftwerksbesichtigung verbinden – samt Rundgang an der Schleusenwand: www.verbund.com/ybbs-persenbeug-besuchen

Sagenumwobene Routen
Einen guten Überblick zu Wanderungen in Österreich findet man auf www.bergfex.at und www.wandernoesterreich.at.Bemerkenswert ist der im oberösterreichischen Mitterkirchen startende Teufelsweg – nahe dem dortigen Donaukraftwerk: www.donauregion.at

Ein Geher aus Leidenschaft. Leitungsmeister Stefan Tabernig im Porträt auf www.verbund.com/flow

Lust auf einen Ausflug? Lassen Sie sich von unseren Bildern und Eindrücken inspirieren.

IVECO

Lebenswelt statt Einkaufswelt

Schreiben sie ruhig kritisch", betont Ernst Braun. Seit rund 20 Jahren ist Braun als fahrender Greißler im Großraum Linz unterwegs. Er kennt die Herausforderungen als Nahversorger genauso wie die Wünsche und Sorgen der Menschen. Seit Beginn sieht er sich als Einzelkämpfer und Idealist, der mit seiner Unternehmensphilosophie einen wichtigen Beitrag für die Umwelt und regionale Wertschöpfung leistet. Seine „Partner" sind die Kunden. Von den Institutionen und vom „System", wie er sagt, fühlt er sich dagegen nicht unterstützt.

Vom VW-Bus zum Siebentonner. „Meine Frau und ich haben damals 60.000 Schilling gespart. Dann haben wir gesagt: Wir machen das einfach", erzählt Ernst Braun vom Ursprung im Jahr 1994. Das Konzept war und ist so einfach wie überzeugend: Frische Bio-Lebensmittel aus der Region – östlich von Linz – werden täglich bequem zu den Menschen nach Hause geliefert. Begonnen hat der „Bio-Greissler Braun" mit einem kleinen VW-Bus. Der rege Kundenzuspruch erforderte schon bald den Umstieg auf einen 3,5-Tonnen-Lkw.

Heute ist der Verkaufsfahrer mit einem Siebentonner und einem Sortiment von rund 2.400 Artikeln im oberösterreichischen Mühlkreis unterwegs. Alles biologisch. Ein „echtes Vollsortiment", wie Braun unterstreicht. Die Produkte werden gemeinsam mit zwei weiteren Partnern in Oberösterreich in einem offenen Bio-Greißler-Verbund vertrieben und nicht, wie manche Supermarktkette behauptet, mit nur 80 Bio-Produkten im Gesamtangebotssortiment. Beliefert werden täglich 50 bis 80 Kunden. Die Produkte, stammen direkt von den Bauern und Produzenten der Umgebung, die Braun alle persönlich kennt. „Damit schaffe ich qualitative Sicherheit für mich und meine Kunden".

Fahrender Bio-Laden. „Du kannst als Nahversorger heute nur in der Nische punkten," betont der mobile Bio-Greißler, „aber sicher nicht mit Supermarktpreisen konkurrieren." Vor allem der soziale Aspekt ist ein wichtiges Alleinstellungsmerkmal. „Älteren Leuten tragen wir den Einkaufskorb bis in die Wohnung hinein." Leute, die untertags arbeiten und nicht zu Hause sind, hinterlegen den Schlüssel, die Bestellung wird im Vorraum abgestellt. „Teilweise räumen wir die Lebensmittel sogar in den Kühlschrank ein. Da herrscht ein echtes Vertrauensverhältnis", erzählt Braun stolz.

Die Kundenstruktur ist total gemischt: Da gibt es Akademiker und Ärzte, ältere Menschen, die nicht mehr so mobil sind und junge Familien, die großen Wert auf gesunde, biologische Ernährung für sich und ihre Kinder legen. Und obwohl Braun ein zunehmendes Umdenken und Hinterfragen vieler Konsumenten bemerkt, fühlt er sich als Nahversorger vom System eher blockiert und allein gelassen. So gebe es in Oberösterreich heute nur Förderungen für neue Investitionen. Und auch die Lohnnebenkosten machen ihm das unternehmerische Leben immer schwerer.

Beziehung zum Kunden. Was braucht es heute, um als „moderner Nahversorger" erfolgreich zu sein? Kaum ein Produkt ist so mit sinnlicher Wahrnehmung verbunden wie Lebensmittel. Das Emotionale spielt beim Nahversorger eine wichtigere Rolle als die Effizienz- oder Preisoptimierung. Dies belegt eine länderübergreifende Studie zur Zukunft des Einkaufens aus dem Jahr 2013. Die Unternehmensberatung KPMG und das Schweizer Gottlieb Duttweiler Institut prognostizieren darin eine „Renaissance des Greißlers".

Der Kern des künftigen Erfolgs liege in der direkten Beziehung zwischen Händler und Kunde sowie Käufer und Verkäufer. Darin begründet ist auch das Wiederaufblühen des Nachbarschaftsladens. Der lokale Nahversorger bietet eine persönliche Beziehung, an die keiner der anonymen Anbieter im Internet oder der Supermärkte „auf der grünen Wiese" herankommt. Michael Büttner, Partner im Management Consulting bei KPMG Österreich, betont, dass der persönliche Kontakt und die Kaufberatung gerade in der Internet-Ära wieder in den Vordergrund treten. Vor allem kleine Nahversorger punkten als soziale Treffpunkte. Wichtig sind: gute, persönliche Beratung, optimale Erreichbarkeit sowie flexible Ladenöffnungszeiten und Lieferservices. Ebenso bilden Produktkenntnis und Produktionsnähe ein zentrales Unterscheidungsmerkmal zum Supermarkt.

On the road. *Seit zwei Jahrzehnten beliefert Ernst Braun Kunden im Großraum Linz. Sein „rollender Bio-Laden" punktet mit Qualität und Vielfalt: von knackigen Paradeisern bis zum Lammragout.*

Das Erfolgsrezept? *Braun nimmt sich Zeit. Er spricht mit den Menschen und kennt alle Bauern und Produzenten persönlich – das schafft Vertrauen.*

Knusperflitzer. *Wilhelm Hawla (oben links) und Othmar Müller (oben rechts) mit ihrer mobilen Kantine. Sie versorgen Schulen und Unternehmen nördlich der Donau mit frischen Backwaren.*

Tipps zur Nahversorgung

Top-Nahversorger
Hauszustellung, Kleiderreinigung, regionale Spezialitäten, SMS-Kundenservice: Seit 26 Jahren zeichnet sich der Salzburger Günter Trafler aus Piesendorf durch innovative Dienstleistungen aus. Dafür wurde er im Vorjahr zum „Top-Nahversorger" im Rahmen der Enquete „Städte und Regionen der Zukunft" ausgezeichnet. www.trafler.at

„Tu was, dann tut sich was"
Im Rahmen eines Sozialfestivals wurde im oberösterreichischen Mühlviertel eine Einkaufsgemeinschaft gegründet. Diese hilft älteren und wenig mobilen Menschen, hochwertige Produkte aus der Region zu beziehen. Zusätzlich gibt es Veranstaltungen und Stammtische, um das Bewusstsein für regionale Lebensmittel zu heben. www.tu-was.at

Fördertopf für Greißler
In Salzburg gibt es seit 22 Jahren eine Nahversorger-Förderung für Lebensmittelhändler mit maximal 500 m² Verkaufsfläche. Seit dem Start wurden 1.461 Projekte mit insgesamt 5,4 Mio. Euro gefördert. Interessant: Sechsmal höher sind die Investitionen, die dadurch ausgelöst wurden. www.salzburg.gv.at/nahversorgung

Knusperflitzer unterwegs. „Qualität bedeutet für uns auch Kundennähe", betont Wilhelm Hawla von der Bäckerei „Müller-Gartner" im niederösterreichischen Groß-Enzersdorf. Das Unternehmen verfügt über fünf Filialen in Niederösterreich und Wien und hat sich als Nischenspezialist für hochwertige Backwaren und Snacks einen Namen gemacht. Obst und Gemüse kommen aus dem nahe gelegenen Marchfeld, und man ist stolzes Slow-Food-Mitglied.

Aus dem Grundsatz, Menschen nur mit bester Qualität zu versorgen, hat sich vor einiger Zeit der Lieferservice „Knusperflitzer" entwickelt. Dieser beliefert in erster Linie Firmen, die auf Kantine oder Buffet verzichten, und versorgt deren Mitarbeiter mit schmackhaften Snacks, Gebäckspezialitäten, Mehlspeisen und Getränken. Vereinzelt werden auch Privatpersonen beliefert. In drei bis vier Stunden werden die Produkte verkauft, „sonst sind sie nicht mehr frisch". Das beste Marketing sei die Mundpropaganda. „Mir ist es lieber, der Kunde kommt zurück als das Produkt," schmunzelt Hawla zufrieden. Auch hier zeigt sich: Ein individualisiertes Angebot und Sortiment nach den Wünschen der Kunden zahlt sich aus.

Die Zukunft des Nahversorgers? Aus Sicht der Unternehmensberater zählt der „gut erreichbare Greißler mit hoher sozialer und emotionaler Kompetenz" zu den erfolgreichen Lebensmitteleinzelhändlern der Zukunft. Der „Bio-Greißler" Ernst Braun würde zu den Erfolgskriterien wahrscheinlich auch „Herzblut" hinzufügen. Denn: „Wenn wir nicht mit so viel Liebe und Idealismus bei der Sache wären, hätten wir schon lange den Hut draufgehaut ..." —

Doch, wir brauchen Nähe

„Ah, ich kenne dich. Wir sind auf Facebook vernetzt. Hab' gesehen, du warst letzte Woche Bergsteigen in Südtirol." Kennen Sie das auch? Kennen Sie auch so viele fremde Menschen wie ich? Da ist es oft schon lustig, dass diese durch das digitale Fenster mehr über mein Leben wissen als die eigene Großmutter.

Wir sind uns – digital – näher als je zuvor. Gerade durch die Bild-Zentriertheit der Social Networks fühlen wir uns „mittendrin" im Leben der Freunde. Und der Fremden. Wir zeigen, was wir haben. Was wir lieben. Was wir erleben. Und das immer besser inszeniert, nahe am professionellen Schaustellen der C-Promis dieser Welt. Die Szene ist da, wo ich bin. Foto schießen, Kontrast erhöhen, Farbfilter darüberlegen, und fertig ist das werbetaugliche „Selfie" mit Aperolspritzer und Sonnenbrille.
Und alle sind dabei.

Warum wir so viel von uns preisgeben? Die Fremden reinlassen, in unsere Privatsphäre? Das mag an der digitalen Anerkennungskrücke namens Like-Button liegen. Jedes „Like" ein Genuss. Ein digitales Schulterklopfen. Gut gemacht. Schaut geil aus. Wow cool. Das nehmen wir gern an. Her damit. Denn: Wir fühlen uns verbunden. Uns nah. Dass wir in der Realität eher Probleme damit haben, unsere Freunde zu umarmen, ist die andere Seite. Vor allem unter Männern. Und damit meine ich nicht eine Pseudo-Umarmung, die mehr einem Body-Check beim Eishockey ähnelt. Ich spreche von einer echten Umarmung. Mit Drücken und so. Ganz nah.

Wo sind wir uns heute noch ganz nah? In der überfüllten U-Bahn zur Rushhour. Am ausgesetzten Standplatz inmitten einer hohen Felswand. In der Schlange vor dem Konzert. Da geht man auf Tuchfühlung. Doch Nähe ist wohl mehr als nur die Reduktion des physischen Abstands unserer Körper.

Sich nahe sein. Das ist mehr. Für Nähe müssen wir uns öffnen. Uns rauswagen. Etwas riskieren. Denn: Nähe erhöht die Verletzlichkeit. Wir müssen den Schutzpanzer ablegen und uns vertrauen. Doch sind wir dazu noch in der Lage? Wem können wir in einer Zeit wie dieser noch vertrauen? In einer vermeintlich egozentrischen Epoche voller Lebensabschnittspartner, korrupter Politiker und unechter Reality-Shows?

Dann lieber dicht machen. Abstand halten. Ausblenden. Die Menschen in unserem Leben. Den Bürgerkrieg um die Ecke. Den Klimawandel in der Antarktis. Die Flüchtlingskatastrophe im Urlaubsland. „Das lass ich nicht an mich ran. Das kann ich eh nicht ändern, und es belastet mich nur." Und das stimmt wohl auch. Doch was passiert mit uns als Mensch, mit uns als Gesellschaft, wenn wir uns abkoppeln? Nur mehr uns selbst und dem Smartphone nahe sind?

Wir stehen vor einer neuen Herausforderung. Die digital-mediale Transparenz hat uns eine neue Dimension von geopolitischen und privaten Einblicken eröffnet. Während uns die Massenmedien mit ihrem Dauerfeuer an Katastrophenmeldungen überfordern, bis wir zumachen, treibt uns die bildgewaltige Inszenierung auf Facebook in eine latente #YOLO (= you only live once)-Oberflächlichkeit der schönen Momentaufnahmen. Mit Nähe hat beides nichts zu tun.

Doch wir brauchen Nähe. Als soziale Wesen, die wir sind. Als Gesellschaft, die vor großen Herausforderungen steht. Als Spezies auf einem Planeten mit endlichen Ressourcen. Nähe schafft Verbundenheit. Mitgefühl. Gibt uns Halt. Orientierung. Gelassenheit. Zuversicht.

Also tun wir was. Gehen wir wieder aufeinander zu. Riskieren wir es, dass wir mit einer neuen Offenheit mehr erleben, dass wir verletzt werden, dass es Spaß macht, dass es uns bis an die Grenzen fordert, dass es uns und andere glücklich macht und dass wir gemeinsam damit wachsen. Das ist Leben. Das ist unsere Natur. —

Hannes Offenbacher
ist Entrepreneur, Neudenker und Bergsteiger.

Mit seiner Agentur MEHRBLICK hilft er Unternehmen und Organisationen, über den Tellerrand zu blicken und sich zu erneuern.
www.offenbacher.cc

VERBUND-Wasserarena: Wildwassererlebnis auf der Wiener Donauinsel

Ein Wildwasserkanal in der Großstadt, erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Die VERBUND-Wasserarena startet in die Sommersaison 2014. Der 250 Meter lange Wildwasserkanal auf der Donauinsel bei der Steinspornbrücke simuliert Stromschnellen und Wellen durch künstliche Hindernisse, ein gesteuerter Wasserzufluss erzeugt unterschiedliche Schwierigkeitsgrade. Mit Kajak, Raft,Tube oder als Wildwasser-schwimmer – die VERBUND-Wasserarena bietet Wassersportvergnügen und Abenteuer pur. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ab 14 Jahren mit Schwimmkenntnissen und allgemeiner körperlicher Fitness ist man dabei und kann sich unter Anleitung erfahrener und staatlich geprüfter Raftguides in die Fluten stürzen. Ausführliche Information und Preise auf **www.vienna-wildwasser.at**

Verbund

Gewinnspiel: Kraftwerke in Ihrer Nachbarschaft finden und gewinnen!

Entdecken Sie, welches VERBUND-Kraftwerk ganz in Ihrer Nähe ist!
Ihre Gewinnchancen:
1. Preis: ein E-Bike,
2. Preis: ein Sommerwochenende im Berghotel Malta in Kärnten.

WWW.VERBUND.COM/GEWINNSPIEL
Das Gewinnspiel finden Sie auch in unserer flow-App. Einfach im iTunes Store „verbund flow" suchen und schon erhalten Sie alle flow-Ausgaben bequem fürs iPad! Wir freuen uns über Ihr Feedback im Blog unter www.verbund.com/flow