

Schickt mir Postkarten!

Kein WhatsApp, kein Snapchat. Fünf Tage lang. Geht das überhaupt? Ein Selbstversuch

VON ALMA DEWERNY

Ich bin mir seit geraumer Zeit ziemlich sicher, dass ich abhängig von meinem Smartphone bin. Wenn ich mal darüber nachdenke, dann schaue ich täglich dutzendmal drauf. Leuchtet das Display auf, wandern die Augen ganz automatisch zur eingegangenen Nachricht. Auch das Wetter beispielsweise checke ich schon lange nicht mehr mit einem Blick aus dem Fenster, sondern per Wetter-App. Einen Alltag ohne Smartphone kann ich mir nicht mehr vorstellen. Darum habe ich den Selbstversuch gewagt – und bin ohne Handy in den Urlaub gefahren. Meine letzte Amtshandlung: meinen WhatsApp-Status aktualisieren – „Für eine Woche kein Handy, ich erwarde eure Briefe! Sonnensmiley.“



Mal wieder mit der Hand schreiben: Unsere Autorin war ohne Smartphone im Urlaub. Statt ständig aufs Display zu starren, griff sie zu Zettel und Stift – und lernte, auch mal loszulassen. FOTO: FOTOLIA/MAGRYT

Von der Welt abgeschottet

Bereits die vierstündige Zugfahrt entpuppt sich als Herausforderung. Mir gegenüber sitzt ein Mädchen mit Kopfhörern. Monoton wippt ihr Körper vor und zurück. Neben mir hat ein Mann Platz genommen, der Candy Crush spielt. So ein Mist. Ich entschlief mich, mich abzulenken, indem ich aus dem Fenster starre. Ich beobachte Wald und Wiesen und ab und zu eine Kuhherde. Es dauert nicht lange und mein Körper verlangt durch allgemeines Unruhegefühl nach Musik oder wenigstens einem stumpfsinnigen Handyspiel.

Geistig erschöpft erreiche ich das kleine Dorf am Achterwasser auf Usedom. Der erste Morgen läuft genauso ab wie alle weiteren danach: aufwachen, aus dem Fenster starren, es öffnen, fühlen, und dann entscheiden, wie warm ich mich anziehen muss.

Was in der Welt so los ist, erfahre ich höchstens durch die Lokalzeitung. Ich komme mir uninformiert vor. Es fühlt sich so an, als wäre ich von der Welt abgeschottet, in einen Sektor verbannt, von dem niemand Kenntnis nimmt.

Hinzu kommt, dass ich jegliches Zeitgefühl verliere, allein

dadurch, dass ich nicht alle zehn Minuten mein Handy entsperre. Auch weiß ich nicht, wie es meinen Freunden geht. Ich spüre eine tiefe innere Unruhe.

Plötzlich fällt der Druck ab

Die ersten Tage sind beklemmend. Doch dann gelingt es mir, mich abzulenken. Ich lese ein Buch, gehe surfen und joggen – ohne Schrittzähler! Nach einigen Tagen ist es gar nicht mehr wichtig, was in der Welt so passiert. Ganz plötzlich ist es, als würde der Druck abfallen und ich könne mich tatsächlich nur auf den Urlaub konzentrieren. Ich muss

nicht mein Essen fotografieren und bei Instagram hochladen. Ich muss nicht den Sonnenuntergang in meiner Snapchat-Story präsentieren. Ich muss nicht bei WhatsApp allen umgehend antworten. Ich muss nicht mal wissen, wie spät es ist. Ich muss einfach gar nichts. Wieder zu Hause bin ich nach einigen Tagen in die alten Strukturen des Alltags inklusive Handyabhängigkeit zurückgefallen. Irgendwie war das ja zu erwarten. Dennoch haben die vergangenen Tage ihre Spuren hinterlassen: Mein Smartphone werde ich auch in zukünftigen Urlauben zu Hause lassen.



WERDEN SIE ZEITUNGSPATE

Als Zeitungspate sorgen Sie dafür, dass Kindern und Jugendlichen ein umfangreicher Zugang zu aktuellen lokalen und internationalen Nachrichten gewährleistet und breites Wissen über alle gesellschaftlich, wissenschaftlich und politisch relevanten Bereiche vermittelt wird.

Unser Zeitungspaten-Team beantwortet Ihnen gerne alle Fragen!
Tel. 0221 / 65 08 07 76, Fax 0221 / 65 08 07 79,
E-Mail: zeitungspaten@dumont.de



FOTO: BERND VOM HOFE, GUMMERSBACH

REIKU GMBH

David Guitton,
Geschäftsführer

„Bei uns zu Hause, als ich noch Schüler war, lag die Tageszeitung morgens immer auf dem Frühstückstisch. Gerade in Zeiten von Handy und Tablet ist es für die jungen Leute besonders wichtig, auch mal eine Zeitung in der Hand zu halten, um Informationen aus nächster Nähe zu bekommen. Gut recherchierte Beiträge aus Politik, Wirtschaft und Sport bereichern genauso wie seriöse Infos aus aller Welt das Leben der Schüler – heute und auch für die Zukunft!“



FOTO: FOTOSTUDIO BALSEREIT

HABITAT DEUTSCHLAND GMBH

Helmut Abfalter,
Storemanager Köln

„Im Zeitalter der digitalen Welt wird es zunehmend wichtiger, dass Kinder sich auch mit klassischen Medien auseinandersetzen. Sie werden von der Vielfalt der unterschiedlichen Informationen, die eine Tageszeitung bietet, inspiriert und lernen, über den „Tellerrand“ hinauszuschauen. Das Team von Habitat freut sich die Kinder in Köln mit diesem wertvollen Informationsmedium unterstützen zu können.“

COACHING BERATUNG TRAINING – CORNELIA WALLMÜLLER

Cornelia Wallmüller, zertif. Coach und Trainerin

„Als ich zum ersten Mal in Asien unterwegs war, war ich schockiert, dass Bildung allein durch die äußeren Umstände für viele Kinder in der Welt ein fast nie erreichbares Ziel ist. Mittlerweile habe ich eine Stiftung gegründet, die sich für die Bildung von Kindern in Nepal einsetzt. Bildung ist der Grundstein für ein selbstbestimmtes Leben. Überall auf der Welt! Die Fähigkeit, sich kritisch mit Informationen auseinanderzusetzen, hängt entscheidend damit zusammen, ob ich diese



FOTO: SUSANNE DUDDECK

Fähigkeit als Kind entwickeln darf. Daher freue ich mich, dass ich auch hier ganz lokal dieses Thema unterstützen kann.“

STUDIENKREIS KERPEN-HORREM

Hildegard Krabbe-Hegmann, Inhaberin

„Bildung ist heute wichtiger denn je. Durch das Lesen der Zeitung werden die Jugendlichen über die aktuellen Geschehnisse aus aller Welt informiert. Sie erhalten Einblicke in die Wirtschaft, Politik, Sport und regionale Themen. Dadurch erweitern sie ihre Allgemeinbildung und ihre Sichtweise in den gelesenen Themenbereichen. Durch die genau recherchierten Berichte und Meldungen können die Schüler sich an Diskussionen und Gesprächen beteiligen. Das Selbstbewusstsein wird verbessert. Wir freuen uns, dass die Gemeinschafts-



FOTO: PRIVAT

hauptschule in Kerpen-Horrem unsere Patenschaft annimmt und hoffen, dass die Jugendlichen viel Spaß beim Lesen haben.“

FOTO TV

Dr. Marc Ludwig, Gründer und Geschäftsführer

„Information und Bildung sind ein wichtiges Gut. So haben wir als Bildungsunternehmen zum Thema Fotografie sofort zugesagt, als wir von den Zeitungspatenschaften erfahren haben. Denn neben den Informationsmöglichkeiten, die wir heutzutage online haben, kommt der Tageszeitung als fundierte Informationsquelle nach wie vor eine wichtige Rolle zu. Die Bildungszweige des Georg-Simon-Ohm-Berufskollegs passen gut zu unseren eigenen Unternehmensaktivitäten, deshalb haben wir uns für diese



FOTO: FELIX RACHOR

Schule entschieden. Wir freuen uns sehr, die Schüler mit unserer Zeitungspatenschaft zu unterstützen.“

KÖLNMETALL | ARBEITGEBERVERBAND M+E

Dr. Margarete Haase, Vorsitzende

„Das Engagement des Kalker Kindermittagstisches beeindruckt mich persönlich sehr. Neben der Bereitstellung einer warmen Mahlzeit zeigen Elisabeth Klotz und ihr Team Kindern Perspektiven für ihr Leben auf. Auch ich bin der Meinung, dass wir kein Kind in unserer Gesellschaft vernachlässigen dürfen. Mit der Übernahme einer Zeitungspatenschaft möchten wir daher einen kleinen Beitrag leisten, die Lesekompetenz und die Allgemeinbildung von Jugendlichen zu stärken. Ich freue mich, mein



FOTO: ALEXANDRA ROTH

allmorgendliches Ritual – das Lesen einer Tageszeitung – mit den Kindern des Kindermittagstisches zu teilen.“

AUTOHAUS KALTENBACH GMBH

Björn Beier, Geschäftsleiter Bergisch Gladbach

„Mit dem Projekt Zeitungspaten unterstützen wir sehr gerne ein tolles Projekt und können so, ganz unkompliziert, junge Menschen aus der Region fördern und ihnen das Printmedium Tageszeitung näherbringen. Die bewusste Einordnung und Bewertung von Nachrichten ist in der heutigen Zeit von immer größerer Bedeutung. Durch die Patenschaft haben Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, sich – ohne Aufleuchten einer WhatsApp – in Ruhe mit den Inhalten auseinanderzusetzen. Basierend darauf kann



FOTO: ANDY JURZKO

ein fundierter gegenseitiger Austausch entstehen – denn Wissen, Dialoge und Unterhaltungen verbinden.“

SKK-NIPPES

Sebastian Nippold, Leitung

„Zeitungslesen bekommt eine neue wichtige Bedeutung. Die Zeitung ist ein Medium, welches ablenkungsfrei Informationen bereitstellt, die nicht direkt verlinkt sind mit Musik, Freunden oder Unterhaltungsangeboten. Sie berichtet zuverlässig über Politik, Kultur und Gesellschaft – ohne ihren Inhalt während des Lesens den vermeintlichen Interessen des Lesers anzupassen und damit einzuschränken. Wir unterstützen das Projekt, weil das SKK-Nippes für die Befreiung des Geistes von unbewussten Einschränk-



FOTO: CARSTEN MOHR

ungen steht, wie sie durch Logarithmen im Hintergrund der digitalen Medien entstehen können.“