

TRANSKRIPTIONEN

SYMBOLE

LEICHT
 MITTEL
 SCHWER

> ÖSTERREICHISCHE, DEUTSCHE UND SCHWEIZER VARIANTEN DER DEUTSCHEN SPRACHE SIND MIT **A, D** UND **CH** GEKENNZEICHNET.

> DIE MIT * GEKENNZEICHNETEN BEITRÄGE SIND TEILWEISE UMGANGSSPRACHLICH.

Flüchtlinge in Österreich



[A]* Interview | Radio FRO: FROzine, 23.09.2015,

Redakteurinnen: Ingrid Rieger, Judith Richter |

3 min 48 sec



/ Der deutsche Spitzenindustrielle Daimler-Chef Dieter Zetsche sieht die Flüchtlingswelle als Riesenchance für die alternde Gesellschaft der EU Staaten und fordert ein Abschiebeverbot für Jugendliche in Ausbildung. Wie sehen Sie das? Flüchtlinge als Chance oder Problem?

/ Absolut als Chance, weil wir überaltern hier. Es ist völlig ungesichert, wie die Renten hier gezahlt werden sollen, weil alles Geld, was jetzt eingenommen wird, für die jetzigen Pensionisten und Rentner verwandt wird. Und deswegen, glaub ich, ist das 'ne Riesenchance und ich glaube auch, dass das der wunde Punkt unserer Gesellschaft ist, dass zu wenig junge Menschen und Innovation da sind. Ich glaube, dass es die Chance für uns ist.

/ Beides. Einerseits – äh – natürlich Überalterung in der Gesellschaft, insofern ist Einwanderung ein Thema, das für die europäischen Staaten wichtig ist, andererseits, wenn jetzt die Industrie so ihre Liebe für die Flüchtlinge findet, dann ist es klar, dass es dort um Lohndumping geht. Was die wollen, ist, dass der Arbeitsmarkt, dass es viele Leute gibt, die Arbeit suchen und dass man die Löhne drücken kann. Drum ist der süße Daimler-Chef für mich keine relevante Größe.

/ Würden Sie das Abschiebeverbot begrüßen?

/ Grundsätzlich ja, wenn jemand hier einen Aufenthaltstitel hat. Ich nehme an, den wird er haben müssen, sonst kann er keine Ausbildung antreten. Dann wird's auch kein Thema sein, dass er abgeschoben werden wird.

/ Und könnten Sie sich auch vorstellen, einen unbegleiteten minderjährigen Flüchtling bei sich zu Hause aufzunehmen?

/ In der derzeitigen Lebenssituation ist es vielleicht etwas schwierig, weil, äh, wir beide berufstätig sind und ich denke, wenn man jemanden aufnimmt, dann muss man sich auch um ihn kümmern und das würde eher schlecht funktionieren derzeit. Also, hypothetisch, theoretisch ja, in der praktischen Situation schwer möglich.

/ Bei mir zu Hause wäre es eng, das ginge nicht, aber wenn er irgendwo eine Unterkunft hätte, 'ne gute Unterkunft, also normal und er bräuchte jemanden, der bevollmächtigt ist und mit ihm den Weg geht, dann würde ich das schon machen. Aber halt aufnehmen, das geht halt aus räumlichen Gründen nicht, es muss ja auch menschlich verantwortlich sein.

/ Könnt' ich mir vorstellen, ja. Wir haben ein Haus. Ich hab' sogar

schon d'rüber nachgedacht.

/ Ich glaub', den Mut hätt' ich nicht, weil das wahrscheinlich mit so vielen Problemen verbunden ist, weil einem so viele Steine in den Weg gelegt werden und ich bin momentan selber finanziell nicht so gut gestellt. Also, es wäre wahrscheinlich ein Ding der Unmöglichkeit.

/ Könnten Sie sich vorstellen, einen Lehrling, wenn Sie einen Betrieb hätten, aufzunehmen oder einen Flüchtling als Kollegen zu akzeptieren?

/ Ja, sicher, warum nicht? Ich glaub', wenn der gut ausgebildet ist, wenn er auch bemüht ist, wenn er ... Warum nicht? Ich glaub', das könnt' vielleicht ein besserer Mitarbeiter sein als ein österreichischer Mitarbeiter, der nicht interessiert ist und nicht motiviert.

/ Ja, wenn ich einen Betrieb ... Also, ich hab' keinen Betrieb, aber zu Hause aufnehmen. Das kann ich mir durchaus vorstellen.

/ Auch da, hypothetisches Ja. In dem Betrieb, in dem ich arbeite, haben wir etliche Leute, die nicht in Österreich geboren sind, und die sind also auch gute Mitarbeiter und insofern. Wir haben aber auch schon Praktikanten da gehabt, wo sich zum Beispiel die Sprache als Hindernis herausgestellt hat. Und es gibt also schon limitierende Faktoren und Sprache ist sozusagen der eine. Und so 'was ähnliches wie Integration – also, man muss nicht in Lederhose herumrennen und jodeln sozusagen, um Österreicher zu sein, aber irgend-, so 'was wie ein Grundkonsens, ein gesellschaftlicher Grundkonsens, der muss schon akzeptiert werden.

Der Integrationsverein „Synbiose“



[A] Interview | Radiofabrik: Magazin um 5, 04.09.2015,

Redakteurin: Carmen Tomandl |

5 min 55 sec



/ Der Integrationsverein „Synbiose“ kümmert sich seit Jahren um die Anliegen der Asylwerber in Salzburg. Mit verschiedenen Projekten versucht der Verein, Menschen zu unterstützen, die aus Krisengebieten flüchten und in Salzburg eine neue Heimat suchen. Heute ist der Obmann Johannes Witek bei uns zu Gast und der Mitbegründer Wolfgang Berger. Wolfgang, du bist Mitbegründer des Vereins. Seit wann gibt's euch denn und was war so der Grund für eure Gründung?

/ Also, angefangen hat's mit einem Inlandspraktikum der Universität Salzburg. Ich habe eine Woche im ABZ das ArbeiterInnenbegegnungszentrum gearbeitet, sprich eine Woche dort gratis Deutschunterricht gegeben im Rahmen dieses Moduls Deutsch als Fremdsprache, Deutsch als Zweitsprache und da waren im Kurs, ich glaub, 18 bis 20 – die genaue Zahl weiß ich jetzt nicht mehr, aber relativ viele – Asylwerbende. Und die waren so motiviert, Deutsch zu lernen, dass ich ziemlich fasziniert war. Und nach der Woche, also am Freitag, wo das Ganze geendet hat, sind drei Leute zu mir gekommen, die mich gebeten haben oder gefragt haben, ob's nicht Möglichkeiten gibt, dass der Deutschkurs irgendwie, auf irgendeine Art und Weise weiterlaufen kann. Und ich hab' ihnen damals leider sagen müssen – das war 2010 –, dass das leider nicht geht, weil das Praktikum jetzt endet und es quasi keinen Rahmen gibt. Das ABZ hat damals quasi für die Uni die Räume zur Verfügung gestellt und ich bin im Anschluss

Transkriptionen | 02

daran zur Maria Wimmer gegangen und hab' sie gefragt, ob's nicht Möglichkeiten gibt, dass man Räume nutzt, um Gratis-Deutschkurs anzubieten und da die Maria Wimmer damals liebenswürdigerweise Ja gesagt hat, hab' ich dann Freunde gefragt, unter anderen den Johannes Witek und ein paar andere und die haben mich liebenswürdigerweise unterstützt und dann hab' ich Statuten geschrieben, hab' den Verein gegründet, quasi ins Leben gerufen als „Synbiose“ und mit den Leuten weiter gearbeitet. Genau. So hat's angefangen.

/ Es ist ja heute wirklich Wahnsinn, was man alles über die Asylpolitik erfährt. Ihr arbeitet mit Asylwerbern zusammen. Was habt ihr da für eine Sicht auf das aktuelle Geschehen?

/ Es gibt viel zu tun.

/ Mhm.

/ Ja, also persönliche Schicksale, die berühren einen natürlich mehr. Ich hatte damals, muss ich sagen, eine ziemliche Berührungsangst, bevor ich Asylwerbende kennen gelernt habe und wenn man dann die Leute persönlich kennenlernt, dann sieht man, dass das Menschen sind. Und ich glaub', was momentan passiert, ist, dass ziemlich viele Leute ziemlich viel Angst haben vor Dingen, die sie nicht verstehen. Da flüchten Leute, die eigentlich nicht flüchten wollen, sondern zu Hause bleiben wollen und es gibt Krieg und sie suchen eigentlich nur nach Sicherheit, kommen zu uns, können die Sprache nicht und stehen vor Problemen wie, dass sie eigentlich nichts tun können außer warten. Ja, und sie warten eben darauf, dass sie einen positiven oder negativen Asylbescheid bekommen. Und wir kennen Leute, also ich kenne Leute, die mitunter schon sieben bis acht Jahre auf so einen Asylbescheid warten, also auf den zweiten oder dritten Asylbescheid und die dann hier sind und im Grunde geknebelt und gefesselt, weil sie kaum – also mittlerweile gibt's mehrere Möglichkeiten, aber 2010 gab's keine, also kaum Möglichkeiten, dass sie irgendetwas machen. Also sie durften nicht arbeiten, sie dürfen keine Deutschkurse machen, können's nicht, weil sie kein Geld haben dafür. Die Grundsicherung ist wirklich Grundsicherung. Ich habe keine Vorstellung oder Ahnung davon, wie jemand so leben kann. Ja.

/ Das sind 300 Euro ungefähr.

/ 320.

/ Genau.

/ Ihr bietet ja auch Hilfe und Unterstützung in den verschiedensten Bereichen an. Was sind denn da eure Aufgabenbereiche, also welche Projekte gibt's denn da? Deutschunterricht habt ihr schon erwähnt, dann hab ich gelesen, Theater gibt's und den Kostnix-Laden. Johannes magst du auch noch ein bissl genauer ...

/ Also, von Anfang an war das Konzept von „Synbiose“, dass Asylwerbende sozusagen eine Wochenstruktur haben und daher war von Beginn an das Konzept, dass zwei Mal die Woche Deutschunterricht stattfindet, der gratis und für alle offen ist, also, wo es keine Gebühr gibt, die man sich als Asylwerbender nicht bis kaum leisten könnte und dass es in der Mitte der Woche eine soziale Aktivität gibt. Früher waren das, da haben wir Exkursionen gemacht oder Wanderungen oder gemeinsam Sport und sehr bald ist das dann durch unser Theaterprojekt, das den Titel „Knalshief“ trägt, abgelöst worden. Und zu diesen Projekten, also Gratis-Deutschunterricht und das Theaterprojekt ist dann noch der so genannte Kost-nix-Laden dazugekommen, bei dem die Idee ist, dass der vier Mal im Jahr stattfindet und dass Menschen,

die Sachen haben, die sie nicht mehr benötigen, zum Beispiel Kleidungsstücke oder Küchengeräte, Elektrogeräte, Geschirr, die nicht mehr gebraucht werden, dass sie diese Sachen abgeben können und dass Asylwerbende die zu bestimmten Terminen gratis abholen können. Also, wenn jemand altes C'wand zu Hause hat oder Geschirr, dann kann er das im Jugendzentrum Iglu vorbeibringen und an einem bestimmten Termin können Asylwerbende dann hingehen und können sich mitnehmen, was sie möchten und was sie brauchen.

Familienunternehmen – Was die besten von den guten unterscheidet



[A] Interview | Radiofabrik: Fair Play, 14.09.2015,

Redakteur: Christian Holzer |

6 min 7 sec



/ Und mir gegenüber hat ein lieber Gast Platz genommen. Das ist der Markus Weishaupt. Hallo Markus!

/ Grüß dich, Christian.

/ Ich hab' dich eingeladen, weil du ein sehr internationaler erfahrener Unternehmensberater bist.

/ Ja.

/ Du kommst aus Südtirol. Du bist geschäftsführender Gesellschafter von Weissman Austria und Weissman Italia und Weissman Suisse. Du bist eben gefragter Unternehmensberater und hast auf deine Fahnen geheftet die Familienunternehmen. Und die Hauptbetätigungsfelder, die du hast, ist Strategieführung, Organisationsentwicklung und Nachfolge, so in den Hauptpunkten. Und, du hältst viele Seminare und bist auch Autor etlicher Fachbücher, die meisten davon auf Italienisch, was ich weiß. Hast aber jetzt beim Campus Verlag gerade eine Veröffentlichung steht an und zwar heißt die „Radikal anders. Die DNA erfolgreicher Familienunternehmen.“ Du warst nicht immer Unternehmensberater, sondern vorher bist du ziemlich herumgekommen in der Wirtschaft, in Europa, in Dublin, in London und in Mailand für die City Bank, warst dann in der Lebensmittelindustrie tätig und warst dann in der Marktentwicklung für Mako, einem Salzburger Unternehmen. In Italien heißt die Firma, glaub' ich, Maiko, wie du mir gesagt hast, warst du in der Marktentwicklung tätig. Und das in Italien, Griechenland, Portugal und Spanien. Du hast studiert, und zwar an der Wirtschaftsfakultät „Economia e Commercio“ an der Universität in Verona, 1996 promoviert. Du bist im Vinschgau geboren. Das ist in Südtirol, in der Nähe von Reschenpass, Meran – so diese Gegend, bist verheiratet und hast zwei Kinder. Und, ich hab dich kennen gelernt, da bist du bei einer Wirtschaftskammerveranstaltung in Salzburg am Podium gesessen. Da ist's um CSR, also Corporate Social Responsibility gegangen. Und da hast du gesagt, vom Podium herunter: Führen heißt andere emporheben. Und das hat mir so gut gefallen, dass ich gleich mit dir in Kontakt getreten bin. Führen heißt andere emporheben. Gilt das immer noch, Markus?

/ Ja, selbstverständlich gilt das immer noch, Christian. Das sind Prinzipien, die wir leben, auch täglich leben und die auch in unserer Beratungstätigkeit immer wieder Platz haben. Das Zitat stammt eigentlich von Arnold Weissman, meinem Geschäfts-

Transkriptionen | 03

partner, und ich kann eigentlich diesen Satz eigentlich nur selber unterstreichen. Und „Führen heißt andere emporheben“ heißt auf der anderen Seite, dass eine Führungskraft sich eigentlich dadurch identifiziert und sich dadurch stark macht, dass sich die Führungskraft selber in den Hintergrund bewegt und seine Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in den Vordergrund manövriert und alles dazu tut, diese Mitarbeiter zu stützen, deren Entwicklung zu unterstützen und zu schauen, dass diese Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Erfolg haben. Der Erfolg der Führungskraft letztlich ist der Erfolg, der sich aus dem Erfolg der einzelnen Mitarbeiter ergibt.

/ Jetzt heißt die Sendung ja im Untertitel das „Nachhaltigkeitsmagazin“. Und, wenn's um Nachhaltigkeit bei mir geht, geht's immer um die soziale Nachhaltigkeit. Ökologische Nachhaltigkeit ist ein wichtiges Element, aber wenn wir uns unterhalten, geht's um soziale Nachhaltigkeit. Ist das schon ein Kernelement, dass man die Leute so sehr beitragen lässt und sie in ihrer Eigenverantwortung nur machen lässt, damit's auch nachhaltig wird? Also, damit die Leute lange zufrieden beim Unternehmen bleiben können?

/ Ja, ich denk schon, dass dieses, äh dieses Prinzip, andere emporzuheben ein wesentlicher Bestandteil einer nachhaltigen Unternehmenskultur als solches darstellt. Natürlich muss man jetzt schon auch sagen, dass dieses andere Emporheben nicht bedingungslos stattfinden kann, denn es ist immer ein Geben und ein Nehmen, das heißt, nicht jeder Mitarbeiter, jede Mitarbeiterin ist immer emporzuheben. Da haben – wir werden noch über das Buch, das ich geschrieben habe, das im Campus Verlag erscheint „Radikal anders. Die DNA erfolgreicher Familienunternehmen.“ sprechen. Dort hab ich ein Konzept ausgearbeitet und ich darf vorgreifen: Die erfolgreichsten Familienunternehmen sagen letztlich alle, wir haben die besten Mitarbeiter, die am loyalsten zum Unternehmen stehen und die am meisten Einsatz von allen bringen. Und zwar nicht eines ohne das andere, sondern alles zusammen. Das heißt, dieses andere Emporheben, seine Mitarbeiter emporheben impliziert auch, dass ich als Mitarbeiter kompetent bin, das heißt, meine Kompetenzentwicklung auch innerhalb meiner Karriere und der Jahre, die ich im Unternehmen bin, immer wieder vorantreibe, dass ich den Einsatz bringe, der von mir erwartet wird und dass ich auch loyal zum Unternehmen stehe. Und in dieser Kombination macht das nicht nur sozial Sinn für das Unternehmen, Mitarbeiter zu stärken und emporzuheben, sondern auch ökonomisch. Und damit haben wir ja beide Seiten oder zwei Seiten von drei Seiten der Nachhaltigkeit eigentlich damit abgedeckt.

Freilernen



4

[A]* Erzählung | *Radio Orange: Nie mehr Schule,*
17.06.2015, Redakteure: Michael Karajalainen-Dräger,
Peter Müller | **3 min 21 sec**



/ Jetzt hören wir uns mal Sigrid und Gudrun an, wenn sie so den Alltag von frei lernenden Kindern beschreiben.

/ Die Tage sind bei uns sehr erfüllt mit unterschiedlichsten Aktivitäten. Also meistens beginnt's mit einem gemütlichen Start in den Morgen, wo wir merken: Die Kinder brauchen Zeit, wie alle

Menschen, um irgendwie los zu starten. Also meistens ist so vormittags Hausarbeit für mich angesagt und die Kinder suchen sich ihre diversen Spiele und brauchen mich kaum. Manchmal, um bei einem Rollenspiel beim Setting mitzuarbeiten, wenn sie eine Unterstützung brauchen. Oder auch, wo sie mich brauchen, ist zum Zeigen. Es kommt immer wieder: Mama, schau mal, was wir da gemacht haben. Und der Nachmittag ist dann meistens, also bei uns mit einem Gang raus in die Stadt, also Besuche bei anderen Familien oder Museumsbesuche, die uns beide interessieren. Das finde ich auch so wesentlich, dass das dann nicht etwas ist, wo ich hingehge, weil die Kinder – das ist jetzt eine kindgerechte Ausstellung und mich interessiert's eigentlich nicht, sondern wir finden etwas, was für die ganze Familie spannend ist. Also, unsere Begleitung zeichnet sich dadurch aus, dass wir ein Vertrauen haben ins Kind, also in unsere Kinder, dass sie zu ihrem Zeitpunkt, wenn es genau für sie stimmig ist, die Kompetenzen sich aneignen, die jetzt grad für sie Sinn machen. Also es geht immer darum, dass das für sie jetzt Sinn macht. Sie brauchen zum Beispiel das Rechnen in ihrem Spiel. Dann wird gerechnet. Oder im Rollenspiel braucht's Schilder, weil sie spielen Restaurant. Es muss die Menükarte erstellt werden. Dann wird geschrieben. Also, das Schreiben hat immer einen ganz konkreten Zusammenhang mit dem Tun. Also, es geht auch darum, dass wir uns als Eltern zurücknehmen und nicht bei jeder Frage gleich einen Riesen-, einen Riesendidakten, äh, oder eine Riesenstunde draus machen, eine Lehrinheit, sondern einfach die Frage beantworten und schauen, bleibt das Interesse da und kann man weiter gehen. Und dann, also das Spannende für uns, also es ist wirklich ein Staunen, wie dann oft im Stillen Lernprozesse gemacht werden und wir dann nur feststellen: Aha, sie beherrschen alle Buchstaben. Aha, es kommt ein Interesse für Orthographie und sie lernen irgendwie richtig zu schreiben und wir müssen nicht sagen, das ist falsch geschrieben, weil das kommt irgendwann die Frage: Mama, ist das richtig geschrieben? Schreibt man das mit hartem oder weichem D ohne dass wir je mit ihnen verbessern haben müssen oder so. Es kommt einfach. Sie lesen tagtäglich auf ihrem Gang durch die Welt Schriftzüge und bemerken dann von sich aus, es gibt so etwas wie Orthographie und ja, das ist so dieses Wunderbare und Faszinierende am Freilernen, dass die Dinge von allein, also dass die Lernkompetenzen oder das Lernen alleine passiert und wir nur feststellen und Fragen beantworten, manchmal eine Orientierung geben, wenn irgendwie eine Unsicherheit ist. Ja.

Hilfsbereitschaft hat viele Gesichter



5

[A] Interview mit Herrn Alexander Znamenskiy |
Österreichischer Integrationsfonds, Redaktion: Team
Sprache | **4 min 34 sec**



/ Wir sprechen heute mit Alexander Znamenskiy. Er ist ehrenamtlicher Leiter und Dirigent eines Orchesters mit dem Namen „Wiener Polyphoniker“. Herr Znamenskiy, was ist denn das Besondere an Ihrem Orchester?

/ Naja, das Besondere an meinem Orchester. Naja, der Name sagt schon für sich selber: Wiener Polyphoniker. Polyphonie heißt Mehrstimmigkeit, aber aus der Polyphonie entsteht ja die

Transkriptionen | 04

Harmonie und das ist etwas, was ich mit der Musik, mit dem Orchester an Menschen vermitteln möchte.

/ Es ist ein Jugend- und Integrationsorchester. Sag ich das richtig?
/ Ganz genau.

/ Wie viele Nationen spielen denn da zusammen und welche sind denn das?

/ Ich hab' es nie wirklich gerechnet, aber schätzungsweise 18, 20 Nationen.

/ Und welche Nationen sitzen da nebeneinander?

/ Also ganz unterschiedlich. Es gibt Menschen aus Osteuropa. Es gibt Menschen aus Lateinamerika. Es gibt Menschen aus Norden, aus Finnland, Griechenland. Es sind Europäer und natürlich Österreicher.

/ Also eine ganz schöne Menge an verschiedenen Ländern, aus denen Ihre Musiker kommen. Kommt es denn da in Ihrem Orchester nicht manchmal zu Konflikten aufgrund der Herkunft?

/ Es kommt eigentlich nie zu Konflikten. Ich hab mir auch Gedanken gemacht, warum. Ich glaube, weil ... Erstens, wir sind in Österreich und viele sind von ihren eigenen Konflikten hierher entflohen und wollen hier schön und friedlich miteinander leben. Ja, und das, was die Politiker machen, das müssen ja nicht alle Menschen mitmachen, diese Grauslichkeiten. Und zweitens, weil wir alle ein gemeinsames Ziel haben.

/ Mhm. Glauben Sie, dass es im Rahmen der Musik vielleicht leichter ist, friedlich und gut miteinander zusammen zu arbeiten als bei anderen Projekten? Also, spielt die Musik da möglicherweise eine besondere Rolle?

/ Musik ist eine Art von Bildung, Geistes- und Herzensbildung und Musik regt ganz viele Regionen im Gehirn und Gedanken. Und über die Musik kann man viel leichter und schneller Kommunikation miteinander finden.

/ Und Musik ist eine gemeinsame Sprache.

/ Eine gemeinsame Sprache, die jeder spricht. Zitat Joseph Haydn.

/ Sie sind ja ursprünglich selbst nicht aus Österreich. Was hat Sie denn hierher geführt?

/ Ja, das war eine lange persönliche Geschichte, aber ich bin froh, dass ich dann doch hier, dass ich hier Wurzeln geschlagen habe und ich hab' hier eine Familie mit einer Österreicherin und zwei zweisprachigen Kindern, die Russisch und Deutsch sprechen.

/ Herr Znamenskiy, die Arbeit im Orchester, die machen Sie ja ehrenamtlich. Können Sie kurz schätzen, wie viel Zeit Sie da investieren?

/ Es ist schwer zu schätzen, weil das sehr viel Zeit ist und sehr viel Aufwand, aber nicht nur von mir, sondern auch von vielen anderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die mir helfen, es zu betreiben. Ah, dazu muss ich etwas sagen: dass ich es sehr gerne mache, weil ich an mich vor zehn Jahren oder vor 20 Jahren eigentlich zurückdenke, als ich nach Österreich kam, haben mir ganz viele Menschen geholfen, sich zu orientieren. Und, ich konnte kaum Deutsch, sehr schlecht Englisch und damit hab' ich eine Möglichkeit bekommen, in dieser Gesellschaft, gute Fortschritte zu machen und mich zu verwurzeln.

/ Und das geben Sie jetzt zurück, indem Sie dieses Orchester zum Beispiel betreuen.

/ Das möchte ich auf alle Fälle.

/ Das ist ein schönes Schlusswort. Vielen Dank für das Gespräch und Ihre persönliche Geschichte.

/ Ich bedank' mich auch.

Freiwillige Helfer am Bahnhof



[A] Interview | Radio Helsinki: Substral, 12.09.2015,

Redakteur: Marc Pietkiewicz |

2 min 55 sec



/ Ja, magst du vielleicht kurz mal deine Sicht schildern. Wie hast du die letzten Tage erlebt? Ja, und was hast du gemacht? Wo warst du unterwegs?

/ Ja, sehr unterschiedlich. Also, ich war einige Male am Hauptbahnhof, aber auch am Westbahnhof. Ja, es gibt immer viel zu tun. Es ist sehr vielseitig. Man kann verschiedenste Sachen machen, um 'was beizutragen, indem man eben Sachen hinbringt oder Leuten hilft, Sachen sortiert. Also, ja, es wird einem nie langweilig dabei. Natürlich, es fordert einerseits, also, sich das alles anzuschauen und sich vorzustellen, was diese Leute alles erlebt haben, andererseits ist es aber auch sehr schön, diesen Leuten eine Freude zu machen und quasi irgendwie noch das Beste aus der Situation zu machen. Und dann auch die Erleichterung zu sehen, wenn sie hier ankommen und man ihnen sagt, dass man ihnen hilft.

/ Ja, und ja, wie hast du die Situation unter den freiwilligen Helfern erlebt? Also, was ich mitbekommen hab', ihr wart ja recht viele Leute, die sich da irgendwie spontan zusammen gefunden haben und, ja, Sachen gebracht haben, die Leute willkommen geheißen haben und so. Wie war die Stimmung da unter den Helfern?

/ Die Stimmung ist unheimlich gut. Also, es sind alle sehr motiviert. Ja, man versteht sich auch total gut mit Leuten – also, es sind sehr viele aus unterschiedlichen Ländern da. Es werden ja auch immer wieder Helfer gebraucht, die zum Beispiel Arabisch können oder Farsi sprechen. Wir sind dann immer eigentlich gemischt dann irgendwie unterwegs, wenn wir quasi dann Hilfe anbieten wollen und da sind halt dann auch sehr viele Leute, die andere Sprachen sprechen, die aus anderen Ländern kommen. Also, es ist eine tolle Stimmung. Es sind alle sehr motiviert. Ich find' das von dem her auch eine recht großartige Erfahrung für mich.

/ Ja, und was würdest du einschätzen. Was sind so die wichtigsten Hilfsmittel, die gebraucht werden? Kann man das irgendwie allgemein sagen?

/ Die wichtigsten Hilfsgüter: ja, also auf jeden Fall Essen und Kleidung, vor allem dadurch, dass jetzt der Kälteeinbruch auch gekommen ist. Ähm, also das halt quasi mal zum Überleben. Und, ja, was man natürlich auch jetzt nicht unterschätzen darf, sind solche Sachen wie Spielsachen. Es sind sehr viele Kinder und Familien auch da. Und, das ist für die Eltern natürlich auch nicht leicht, mit dieser Situation fertig zu werden, weil Kinder ja dann auch herumlaufen, irgendetwas machen wollen. Also, auch da wird ihnen geholfen. Es gibt dann auch eine Spielsachensammlung und auch Leute, die da versuchen, mit ihnen ein bisschen Zeit zu vertreiben. Also, auch solche Sachen sind sehr, sehr wichtig.

Transkriptionen | 05

Gesund abnehmen



[A] Interview | Radiofabrik: Ich gesund, 15.06.2015,
Redakteurin: Katharina Muhr |



4 min 42 sec

/ Gesundes Abnehmen. Wie kann das jetzt effizient funktionieren? Beim Protein hast du zuerst erwähnt: Es hält satt. Es braucht Energie, um verdaut zu werden, liefert dem Körper also wenig Energie. Kohlenhydrate braucht der Körper. Zu viel dürfen's nicht sein, sonst hat man da wieder die Schwierigkeit, dass der Blutzucker nach oben schießt. Was kannst du den Hörern jetzt empfehlen? Wie soll man's denn angehen?

/ Die zwei effektivsten Maßnahmen zum Abnehmen sind, dass man konzentrierten Zucker – also Zucker in allen Art und Weisen, zum Beispiel in Getränken oder in Süßigkeiten so gut wie möglich reduziert. Dazu zählen auch die Weißmehlprodukte. Und der zweit wichtige Punkt ist, dass man das Fett reduziert. In unserer tagtäglichen Ernährung nehmen wir laut Studien zu viel Fett zu. Das heißt, wir liegen über dieser Empfehlung der gesunden Ernährung. Wenn wir da das Fett reduzieren, haben wir da schon einen irrsinnig großen Benefit daraus.

/ Wie viel Fett ist empfehlenswert? Wer soll reduzieren? Ab welcher Menge ist es zuviel?

/ Wenn man sagt 100 Prozent ist das, was wir insgesamt an Energie aufnehmen sollen. Dann sind 30 Prozent davon, die durch Fett aufgenommen werden sollen und die Durchschnittsbevölkerung nimmt aber 35 Prozent davon auf.

/ Klingt ja jetzt nicht dramatisch von 30 auf 35 Prozent.

/ Es ist aber sehr wohl dramatisch, weil ein Gramm Fett bereits neun Kilokalorien hat im Vergleich zu den Kohlehydraten oder zum Eiweiß, das nur vier Kilokalorien hat.

/ Okay. Fett reduzieren. Was empfehlst du noch?

/ Ich empfehle, die richtigen Kohlenhydrate zu nehmen. Das heißt, statt dem Weißbrot oder der Semmel Vollkornbrot zu nehmen, statt dem weißen Reis Naturreis und so weiter und auch die richtige Menge. Das heißt, immer so eine Handvoll ist für eine Mahlzeit am besten geeignet.

/ Jetzt eine Frage. Beim Vollkornbrot da ist ja noch sehr viel mehr drinnen, die ganzen Ballaststoffe und so weiter. Darf ich da jetzt mehr davon essen?

/ Es kommt immer auf das Körpergewicht an, auch auf die Bewegung. Wenn man mehr Bewegung macht, wenn man viel Sport macht, kann man auch ein bisschen mehr Kohlenhydrate essen, aber man wird automatisch durch Vollkorn satter als durch Weißmehlprodukte. Das heißt, wenn ich jetzt vergleiche: Ich esse vier normale Toasts, dann würde ich durch zwei Vollkornbrote genauso satt werden.

/ Also eher reduziert. Damit auch die gesamte Energiemenge reduziert.

/ Ja, genau, weil Vollkornbrot ist viel gehaltvoller und dann braucht man gar nicht so viel wie vom Toast.

/ Mhm. Was noch?

/ Wichtig ist auch, dass man schrittweise und langsam die Umstellung macht. Es ist nämlich eine Gewohnheitssache, dass man sich nicht von einem Tag auf den anderen hundertprozentig umstellt. Das ist unrealistisch. Sondern man soll sich eben ein großes Ziel stecken. Zum Beispiel, das kann ein Gewichtsziel sein,

das kann aber auch sein, damit ich mich wohler fühle, damit ich aktiver bin und mich schneller bewegen kann. Und dann, es nicht bei diesem großen Ziel zu belassen, sondern sich Teilziele zu stecken und wenn man diese Teilziele erreicht hat, dann motiviert das viel mehr. Dann hat man immer diese kleinen Erfolgserlebnisse.

/ Für die man sich ja wahrscheinlich auch belohnen soll, wenn ich ein Erfolgserlebnis habe oder reicht das Erfolgserlebnis für dich aus?

/ Das ist Persönlichkeitssache, aber bei den meisten Leuten reicht es, wenn sie jetzt wirklich merken: Wow, da ist jetzt etwas weiter gegangen. Ich fühl mich wohler in meinem Körper. Ich hab' auch schon ein paar Kilos abgenommen und ich möcht mich jetzt an meinem zweiten Ziel orientieren. Wenn es genauso gut läuft, dann braucht man keine zusätzliche Motivation.

/ Okay. Also nicht, wenn ich ein Kilo abgenommen hab', dann geh' ich schön essen.

/ Nein, so sollt' das nicht sein. Das wäre kontraproduktiv. Man kann sich natürlich kleine Sachen gönnen immer wieder. Das heißt nicht, dass man jetzt gänzlich auf Süßigkeiten verzichten soll. Es zählt die Menge, die Regelmäßigkeit.

Die Lebensmittelretter



[A] Interview | Radio Helsinki: Morgen, 02.10.2015,
Redakteur: Rainer Maichin |



2 min 47 sec

/ Herzlich willkommen bei „Morgen“. „Morgen“, die Nachhaltigkeitssendung hier auf Radio Helsinki. An diesem Freitag hab' ich mir ein ganz besonderes Thema ausgesucht. Es geht nämlich um vernünftige Lebensmittelverwendung. Und einigen von euch wird sicher schon mal der Begriff Lebensmittelrettung irgendwo aufgefallen sein oder auch Foodsharing. Ja, danke Katrin, dass du dir hier erstmal einige Zeit für uns genommen hast, um uns allen das Projekt „Lebensmittel retten“ bzw. Foodsharing ein wenig näher zu erklären. Was macht „Lebensmittel retten“ bzw. was macht „Foodsharing“ aktuell in Graz?

/ Also, Foodsharin kümmert sich darum, dass von Betrieben, Lebensmittel, die komplett in Ordnung sind und vorher in der Tonne gelandet wären, abholt und an Leute verteilt, sodass eben die Lebensmittel nicht weggeworfen werden müssen.

/ Und wie erfolgt hier die Kontaktaufnahme? Geht die von den Betrieben aus oder kommt ihr vorbei?

/ Teils teils, und zwar wir gehen hauptsächlich zu Betrieben hin und fragen, ob Betriebe uns die Lebensmittel, die sie wegwerfen würden, spenden, aber mittlerweile ist es auch schon so gewesen, dass Betriebe auf uns gestoßen sind und eben gesagt haben, sie würden gern die Lebensmittel an uns spenden, bevor sie in der Tonne landen.

/ Aktuell sind ja 52 Betriebe vermerkt in Graz, die da spenden. Und, welche Betriebe sind denn das überhaupt eigentlich?

/ Es ist ganz unterschiedlich. Also, es sind jetzt zwei Ketten dabei, zwei Betriebsketten. Das sind also große Betriebe. Es sind aber auch kleine, Bäckereien, Restaurants und Mensas und alles mögliche. Also, ganz unterschiedlich.

/ Und das, was jetzt nach außen so ganz unscheinbar aussieht,

Transkriptionen | 06

hat ja eine gigantische Struktur dahinter und es ist sicher nicht so einfach bei 52 Betrieben regelmäßig abzuholen bzw. das alles so zu managen, dass das so alles funktioniert.

/ Ja, das stimmt und deswegen haben wir auch die Superplattform foodsharing.at, über die wir uns organisieren.

/ Und was passiert mit den Lebensmitteln, die hier von den Foodsavern abgeholt werden? Also, nach den Betrieben, wie geht es hier weiter?

/ Also, die Foodsaver dürfen sich soviel sie selbst brauchen mitnehmen von diesen Betrieben und alles, was sie nicht brauchen können, können sie entweder an Verwandte oder Freunde oder WG-Kollegen verteilen oder eben auch die Verteilerkästen oder Verteilerkühlschränke von Foodsharing Graz nutzen.

20 Jahre Augustin



[A]* Reportage | Radio Orange, *dérive* – Radio für Stadtforschung, 07.07.2015, Redakteurinnen: Lisa Puchner, Teresa Schwind | **2 min 56 sec**



/ Happy Birthday to you. Juhu!

/ Der Augustin, die erste österreichische Boulevardzeitung, feiert runden Geburtstag. Radio *dérive* hat zu diesem Anlass das Medien- und Sozialprojekt eine Zeit lang begleitet. Seit 20 Jahren verdienen finanziell schwache Menschen durch den Verkauf der Zeitung und engagieren sich bei den vielen Augustin-Projekten. Neben Augustin TV und Radio Augustin, sowie dem F13-Aktionstag gibt es das Fußballteam Schwarz-Weiß Augustin, die Schreibwerkstatt, die Tischtennisgruppe Vorwärts-Rückhand, den Chor Stimmgewitter und die Theatergruppe 11% K. Theater. In der österreichischen Medienlandschaft einzigartig verbinden sich beim Augustin finanzielle Unabhängigkeit, nonhirarchische Organisation und nicht zuletzt viel Humor.

/ Damen! Haben Sie schon den neuesten Augustin? Aber den können's verschenken auch. Sie können ihn sogar drei Mal verschenken. Wirklich und Sie können ihn zum Beispiel nutzen als Geschenkpapier auch, wenn Sie ihn ausgelesen haben.

/ Die Entstehungsgeschichte könnte so erzählt werden, dass es einmal zwei Journalisten gegeben hat, die ziemlich prekär gelebt haben. Einer davon war ich. Und ich hab' mir gedacht, ich muss mir irgendeinen Job suchen, einen journalistischen Job, der mich am Leben erhält und der mir auch Spaß macht. Das war im Jahr 95, dass einige Reportagen herausgekommen sind, die über existierende Straßenzeitungsprojekte berichtet haben. Und dann haben wir das Projekt in die Wege zu leiten mit einer Gruppe von Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern beschlossen. Das war eine ganz gute Synthese. Das war so die Stammgruppe von dem Projekt. Eine Gruppe von Sozialarbeitern, die mit Obdachlosen gearbeitet haben, und zwei Journalisten, die nix von Sozialarbeit verstanden haben zunächst, aber gewusst haben, wie man eine Zeitung macht. Und wir wollten eben Projekte kreieren, die den Leuten, die daran teilnehmen, also arbeitslosen Menschen, Bereiche des städtischen Lebens erschlossen werden, in die sie nie eindringen hätten können, die sie völlig ausgegrenzt hätten. / Ich war vor zwölf oder dreizehn Jahren ein halbes Jahr obdachlos. Das heißt, ich wurde rausgeworfen, hatte grade noch meinen Ausweis und meine Geburtsurkunde und hab' durch den Augustin

wieder ins Leben gefunden. Das hört sich sehr pathetisch an, ist aber genauso gemeint. Es war eine Möglichkeit für mich, mich unter Menschen zu trauen, wieder soziale Kontakte aufzubauen.

Fast Food



[A] Interview | Radio Orange: Wiener Radiobande, 26.09.2015, Redakteur: Walter Kreuz |



30 sec

/ Welche Arten von Fast Food kennen Sie?

/ Chinesisches Essen.

/ Kebap.

/ Burger.

/ Fertiggerichte.

/ Chips.

/ Wann nehmen Sie Fast Food zu sich?

/ Fertiggerichte nehme ich zu mir, vorm Computer.

/ Burger esse ich meist am Heimweg.

/ Chinesisches Essen esse ich immer im Restaurant oder auf der Straße.

/ Und wo isst du deinen Kebap, Alex?

/ Also ich esse mein Kebap in der U-Bahn.

Fußballrekorde



[A] Auflistung | Radio Orange: Wiener Radiobande, 23.01.2015, Redakteur: Walter Kreuz |



2 min 43 sec

/ Bei uns geht's heute um die verschiedensten Fußballrekorden.

/ Wir beginnen mit den EM-Rekorden.

/ Spanien und Deutschland sind zur Zeit Titelverteidiger mit jeweils drei Titeln.

/ Neun Tore schoss Michel Platini bei einer EM. Das ist bis heute Rekord.

/ Die meisten EM-Qualifikationen hatte Deutschland. Das waren elf Teilnahmen.

/ Die EM 2020 findet in 13 verschiedenen Staaten statt.

/ Wir hoffen, dass Österreich auch dabei ist.

/ Wir machen weiter mit der WM.

/ Jüngster WM-Teilnehmer war mit 17 Jahren Norman Whiteside.

/ Der jüngste WM-Torschütze war Pele.

/ Der Rekordhalter mit den meisten Toren in wenigen Spielen war Just Fontaine mit 13 Toren in sechs Spielen.

/ Erfolgreichste WM-Torschützen waren:

/ Ronaldo aus Brasilien mit 15 Toren.

/ Gerd Müller und Miroslav Klose mit 14 Toren.

/ Just Fontaine mit 13 Toren.

/ Die schnellste rote Karte war nach 87 Sekunden nach Spielbeginn.

/ Nun kommen wir zu den allgemeinen Rekorden.

/ Pele schoss in der brasilianischen Liga mit dem Verein FC Santos 1.088 Tore in 1.114 Spielen.

/ Messi hingegen schoss 86 Tore in einer Saison. Er hält somit die

Transkriptionen | 07

meisten Tore in einer Saison.

/ Die meisten roten Karten in einem Spiel waren 36. Feldspieler und Reservespieler bekamen das rote Papier zu sehen. Auch die Trainer mussten vom Platz. Nach den Streitigkeiten wurde das Spiel abgebrochen.

/ Das längste Fußballspiel war für einen guten Zweck und dauerte 35 Stunden. Um 6.30 Uhr wurde das Spiel wegen starken Regens abgebrochen.

/ Dieses Spiel endete mit 333 zu 293 Toren. Für das Geld, das sie bei dem Spiel eingenommen haben, errichtete man eine Schule in Indien.

/ Zu guter Letzt ein lustiger Vorfall. Ein Spiel endete dort 0,5 zu 0. Es war bei einem Elfmeter. Der Spieler nahm Anlauf und schoss. Plötzlich teilte sich der damals noch handgenähte Ball in zwei Teile. Der eine Teil flog ins Tor und der andere am Tor vorbei. Der Schiedsrichter fühlte sich von den Spielern und Zuschauern bedrängt und entschied sich für ein halbes Tor.