

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.

Frohe Ostern!



[A] Dialog | Österreichischer Integrationsfonds,
Februar 2019, Redaktion: Team Publikationen & Online/
Team Spracherwerb | **2 min 53 sec**



Maria: Achtung, in dieser Tasche sind die Eier!

Alex: Du hast ja sehr viele Eier gekauft!

Maria: Ja, bald ist Ostern. Die Eier färben wir und verstecken sie dann in der Wohnung oder draußen, je nach Wetter! Die Kinder sind ja noch klein, sie glauben noch an den Osterhasen.

Alex: Meine Kinder haben mich gefragt, warum der Osterhase die Eier bringt. Ich musste zuerst selbst nachlesen.

Maria: Und? Warum bringt gerade ein Hase die Eier?

Alex: Das weiß man nicht so genau. Früher haben auch der Kuckuck oder der Hahn, der Storch oder der Fuchs die Ostereier gebracht. Erst seit 100 bis 200 Jahren ist es in Europa Tradition, dass der Osterhase die Ostereier bringt. Eier und Hasen sind Symbole für den Frühling und für die Fruchtbarkeit. Der Hase gilt als fruchtbar, weil er viele Junge bekommt.

Maria: Ich habe auch gehört, dass vor Ostern die Kirchenglocken nach Rom fliegen und dann, zu Ostern, mit Eiern und Süßigkeiten zurückkommen.

Alex: Ja, diese Geschichte kommt daher, weil in der Zeit von Gründonnerstag bis Ostersonntag keine Kirchenglocken läuten. Christen trauern um den Tod Jesu. Ostern ist das wichtigste christliche Fest. Es ist die Feier der Auferstehung von Jesus Christus. Vorher ist traditionell 40 Tage Fastenzeit. Früher durfte man von Aschermittwoch bis Ostersonntag kein Fleisch und auch keine Eier essen. Die Eier und das Fleisch hat man für Ostern gespart.

Maria: Wurden die Eier nicht schlecht?

Alex: Nein, man hat die Eier gekocht und so länger haltbar gemacht. Damit man weiß, welche Eier schon gekocht sind, hat man sie bunt angemalt.

Maria: Die Farben haben aber auch eine Bedeutung, Rot soll zum Beispiel an das Blut und den Opfertod Jesu erinnern, Grün bedeutet Jugend oder Frühling – zumindest war das früher so.

Alex: Die Tradition des Eierfärbens ist uns bis heute geblieben. Auch Schokoladeneier werden in buntes Papier gepackt. Welche Bedeutung hat eigentlich Schokolade? Es gibt ja zu Ostern auch viele Schokoladeneier und Schokoladen-osterhasen.

Maria: Schokolade bedeutet, dass man zu viel davon isst, weil sie so gut schmeckt. Nein, im Ernst, also Schokoladeneier gibt es erst seit etwa 150 Jahren, seit man Schokolade mit Maschinen herstellen konnte, sie also nicht mehr von Hand machen musste.

Alex: Oh, gut, dass du das sagst. Ich muss nämlich noch Schokoeier und Schokohasen für die Kinder kaufen! Ein Osternest ohne Schokolade, das geht gar nicht.

Maria: Ja, das wäre eine große Enttäuschung. Frohe Ostern!

Ein Leben ohne Auto



[A]* Reportage | Ö1, Moment am Sonntag,
25.11.2018, Redaktion: Andrea Hauer |



2 min 33 sec

Mag es Ungeduld sein oder Gewohnheit: In Malmö jedenfalls, der drittgrößten Stadt Schwedens, etwas größer als Graz, und der radfahrerfreundlichsten Stadt Schwedens, flitzt man flott hin und her, des Morgens und Abends. 40 Prozent der Arbeitswege werden auf dem Sattel zurückgelegt. In Österreich sind es sieben Prozent laut Verkehrsministerium – auf das gesamte Bundesgebiet umgelegt. In Vorarlberg wird am meisten zur Arbeit geradelt, 14 Prozent, in Burgenland am wenigsten, 3 Prozent. In Salzburg sind es 13 Prozent, in Niederösterreich acht, in der Steiermark und in Wien treten sechs Prozent der Menschen in die Pedale, bevor sie im Büro sitzen. In Tirol, Kärnten und Oberösterreich liegt der Anteil bei vier Prozent. Mager, mager, vor allem, wenn man Wien betrachtet.

Wenn mir jemand sagt, in der Stadt braucht er, muss er Auto fahren, dann habe ich mehr das Gefühl, hier geht's um Abhängigkeiten, wie vom Rauchen oder vom Alkohol.

Willi Nowak, der Geschäftsführer vom Verkehrsclub Österreich:

Sieben Prozent aller Autofahrten sind kürzer als ein Kilometer, 20 Prozent der Autofahrten in Österreich – das ist jetzt generell über die ganze Republik – sind kürzer als zweieinhalb Kilometer und vierzig Prozent der Autofahrten sind noch kürzer als fünf Kilometer. Das fahre ich mit dem Fahrrad.

Transkriptionen | 02

Er selber, 59, radelt täglich in die Arbeit, fünf bis sechs Kilometer. Im Regen fährt er mit Cape. Er hat ein richtig altes Stadtrad – wie er sagt – und ein Faltrad, wenn er kombinieren muss, mit U-Bahn, S-Bahn, Sonstigem.

Also, dass ich kein Auto habe, spare ich mir natürlich sehr viel Geld. Das sind 500 Euro im Monat, die ich nicht brauche oder unser Haushalt nicht braucht. Ich fahre sicher alle zwei Wochen einmal mit dem Taxi. Das würde ich wahrscheinlich nicht tun, wenn ich ein Auto hätte.

Bis Anfang der 90er Jahre hatte er einen eigenen Wagen, den teilte er mit Freunden, bis er schrottreif war. Angeschafft hatte er ihn in den 80ern als er in Kärnten arbeitete. Er war in den Bergen unterwegs. Eben. So einen lässigen „Mobile Split“, wie er ihn jetzt pflegt, so wird der Verkehrsmittelmix genannt, das ist doch nur in der Stadt möglich. Der Oberösterreicher nickt und schüttelt den Kopf gleichzeitig.

Zu viele Touristen in Hallstatt



[A]* Interview | Ö1, Punkt eins, 10.7.2018

Moderation: Natasa Konopitzky |

3 min 51 sec



Wie die Lage für die Einheimischen in Hallstatt ist, das möchte ich jetzt auch Friedrich Idam fragen. Herr Idam, Sie haben die Liste Bürger für Hallstatt mitbegründet und haben im Vorgespräch gesagt, die Lage in Hallstatt, die ist schlimmer als die in Venedig. Ist das wirklich so?

Ja, Sie haben ja vorhin die Zahl genannt: 50.000 zu 100.000 bezüglich Venedig. Also ein Verhältnis von 1:2 an Spitzentagen. In Hallstatt sieht's so aus, dass auf etwa 780 Einwohner, wie es jetzt ist, 7500 Touristen kommen, also das Verhältnis ist 1:10, dass wir jetzt pro Einwohner gerechnet eigentlich schon den fünffachen Impact als Venedig aufweisen. Und wie Professor Luger gesagt hat, diese Tragfähigkeit, diese Capacity ist natürlich in Hallstatt besonders gering, weil ja der Ort an einem sehr schmalen Uferstreifen zwischen Fels, zwischen Berg und See liegt, sodass hier die Dichte wirklich spürbar wird.

Das ist wahrscheinlich in Hallstatt ein besonderes Problem auch mit dem Bustourismus – mit dem Busverkehr, der da täglich im Sommer in den Ort rollt.

Ja, das Problem ist, dass hier wirklich nur noch ein Stundentourismus ist, der hier im Ort stattfindet, das heißt die Verweildauer der Busse beträgt maximal eine Stunde, die entleeren, wenn ich das dramatische Wort verwenden darf, sie entleeren ihre Insassen in den Ort, die laufen wirklich manchmal im Eilschritt durch, mit ihren Handys, mit den Handysticks, fotografieren und kehren wieder zurück.

Wir wirkt sich das denn auf das Leben in Hallstatt aus? Wenn man durch die Gassen geht, dann wird man vermutlich größten-

teils Touristen dort antreffen und nicht die Nachbarn oder ehemaligen Mitschüler oder was auch immer.

Es ist so dicht. Wir sind jetzt gerade dabei, mit Bürgerbeteiligung ein Verkehrskonzept zu entwickeln und der Verkehrsplaner, ein Profiplaner sagt, es ist jetzt das erste Mal in seiner beruflichen Praxis, dass die Fußgänger ein Problem darstellen. Das heißt, man kann sich natürlich nicht mehr mit dem Fahrrad bewegen und man vermeidet auch gerade diese Hauptverkehrswege und sucht dann in Randzonen des Ortes, mehr oder weniger wie in einem Reservat, ein bisschen Ruhe.

Ich denke auch, das Problem ist, diese asiatischen Touristen glauben, sie sind in einem Freilichtmuseum. Es ist klar, wenn hier 7.000 Touristen 700 Einheimischen gegenüberstehen, ist der Einheimische kaum mehr wahrnehmbar, und er wird halt als Staffage dieser Kulisse gesehen.

Die Frau Judith Zöchmeister hat uns ein E-Mail geschrieben, und sie wirft ein, zum einen verhalten sich europäische Massentouristen in Asien vermutlich ebenfalls nicht respektvoller als im Durchschnitt gesehen.

Ja, Sie haben völlig recht. Also ich denke, das ist ja das Grundproblem, dass so viele Menschen unterwegs sind. Wir haben weltweit zur Zeit 1,2 Milliarden Reisebewegungen, wobei 600 Millionen auf Europa entfallen. Es wird zu viel gereist – schlicht und einfach.

Morgenlauf. Barbara Stöckl über das Laufen



[A] Essay | Ö1, Gedanken für den Tag, 9.4.2018

Redaktion: Alexandra Mantler |

3 min 4 sec



Die Tage werden länger, die Luft wird wärmer. Es riecht nach Frühling. Vorbei die „ich ziehe mir die Decke über den Kopf“-Zeit der Kälte, selbst der graue Rollsplitt wird von den Gehsteigen und Straßen weggekehrt. Es zieht mich hinaus, denn im Frühling könnte man schnell etwas versäumen, wenn das jährliche Wunder in der Natur als grandioses Schauspiel vor sich geht.

Nicht einmal der mutigste Modeschöpfer würde die Farbkombinationen wagen, die die Natur jetzt bietet: tausende Grüntöne, dazu zartrosa, violette und gelbe Blüten, ein strahlendes, weißes Meer von Schneeglöckchen, Krokussen und Tulpen mit leuchtend bunten Farbtupfen, dottergelb, knallrot. Jetzt hinaus, um spazieren zu gehen, hinaus um zu laufen, den müden Körper wieder zu bewegen.

Laufen im Schlosspark in Schönbrunn zählt zu den besten Frühlingsaktivitäten. Die Größe des Parks weitet auch das Herz, die Gärtner beginnen ihre Arbeit an den Beeten und Sträuchern, es riecht nach Tiergarten. Tausende Touristen lieben den Park, so wie ich, eine Gruppe jugendlicher Besucher bittet mich, ein Foto

Transkriptionen | 03

von ihnen vor dem Schloss zu machen, ein zweites mit der Gloriette als Hintergrund. Ich freue mich über die kurze Verschnaufpause, bin berührt ob dieser Anfrage: Wer bittet heute noch jemand anders um ein Foto, in Zeiten von Selfies und Selfie Sticks? Die Hilfe anderer zu brauchen, das scheint unmodern zu sein. Wir machen das Foto, Cheese. Die jungen Herren nehmen die Mädchen huckepack und in diesem Moment lachen die jungen Damen so hell, so offen, so klar, so unbeschwert, dass ich diesen Moment lang glücklich bin.

Konnte ich früher eigentlich auch so lachen? Habe ich´s am Weg verloren? Oder hab ich es irgendwo abgelegt? Jedenfalls bin ich mir jetzt sicher, dass man es in jedem Alter wiederfinden kann, wenn man nur bereit dazu ist! Und plötzlich bildet sich ein Frühlingwunsch – ja: Ich möchte wieder genauso lachen. Statt mich in Sorgen und Ängsten und im Alltag zu verlieren. Ja, es ist möglich, diesen Frühling immer wieder von Neuem zu inszenieren. Das Lachen ist erst der Beginn. Schritt für Schritt lasse ich es wieder in mein Leben.

Arbeiten in der Pension



[A]* Reportage | Ö1, Moment, 8.1.2019

Redaktion: Britta Rotsch |

3 min 14 sec



Für Frauen gilt sie im Alter ab 60 Jahren, für Männer beginnt sie offiziell mit 65 Jahren – die Pension. Nach der jahrelangen Arbeit kommt die wohlverdiente Ruhepause. Doch ist nach der Arbeit wirklich Schluss damit? Für viele Pensionisten gilt das nicht. Einige sind angewiesen auf ein zweites Standbein, anderen reicht die Pension nicht zum Leben aus und wieder andere brauchen den Kick, um geistig und körperlich fit zu bleiben. Arbeiten in der Pension – zwischen Freizeitspaß und Überlebensfrust.

Ich persönlich bin glücklicher, seit ich in Pension bin. Das ist das Wahre für mich jetzt, muss ich sagen. Ich habe eigentlich erst in der Pension das Gefundene, was ich machen wollte, wirklich. Elf blaue Matten liegen in Kreisform auf dem Boden. Auf ihnen strecken sich elf Körper, die versuchen, zu entspannen. In der Mitte im Raum steht Edith Taborsky. Die 78-Jährige trägt ein graues T-Shirt und eine schwarze Sporthose. Sie läuft langsam an den Matten entlang. Die elf Frauen liegen mit dem Rücken am Boden.

Edith Taborsky gibt heute Unterricht für Pensionistinnen in einer Mischung aus Pilates, Yoga und Wirbelsäulengymnastik in der Urania im ersten Wiener Bezirk. Auf der einen Matte eine blonde Frau, ehemalige Professorin, die vor kurzem erst in Pension gegangen ist. Eine andere ältere Frau liegt auf der gegenüberliegenden Fensterseite. Sie ist bereits über 80 Jahre. Edith Taborsky unterrichtet heute nur Pensionistinnen, die von Anfang 60 bis Mitte 90 sind.

Gymnastik für Pensionisten geben, das macht Edith Taborsky seit 25 Jahren.

Ich bin mit 52 in Pension gegangen. Ich war im Heeresspital, da habe ich gearbeitet und war Beamtin sozusagen. Und das hat

sich angeboten. Und ich habe dann für mich eigentlich Yoga gemacht. Und dann hat eine Frau zu mir gesagt: Eigentlich wäre das etwas für dich, die Gesundheitsgymnastik. Und dann habe ich eigentlich erst zwei Jahre Ausbildung gemacht, Gesundheitsgymnastik, dann Pilates, dann Motogeragogik für demente Leute. Und so bin ich in das ´reingekommen.

Edith Taborsky sitzt auf einem Hocker am Rand des Turnsaales. Sie greift in ihre Tasche, die neben ihr steht und zieht ihren Terminkalender raus.

Für eine Pensionistin ist ihr Kalender gut gefüllt. Langweilig wird der 78-Jährigen nicht, sagt sie.

Mit ihrer Pension kommt sie gut aus. Sie erinnert sich noch, als sie ihr erstes Pensionsgeld überwiesen bekam, ohne dafür zu arbeiten. Das sei komisch gewesen. Wenn es nicht das Geld ist, das sie antreibt, warum arbeitet Edith Taborsky dann so viel?

Weil es mir gut getan hat. Weil eine Stunde von den beiden turne ich ja mit, und das tut mir auch gut natürlich.

Ihr Geist ist fit, ihr Körper sowieso, und das soll auch noch länger so bleiben.

Nachhaltige Kleidung



[A]* Reportage | Ö1, Moment, 16.1.2018

Redaktion: Elisabeth Stecker |

2 min 40 sec



Als 2013 die Textilfabrik Rana Plaza in Bangladesch einstürzte und mehr als 1000 Menschen starben, begann man verstärkt über die Arbeitsbedingungen in der Modeindustrie zu diskutieren. Einige kleine Labels in Österreich produzieren seit Jahren sogenannte faire Kleidung. Kampagnen wie das europaweite Netzwerk Clean Clothes oder die Fair Wear Foundation bemühen sich, Richtlinien durchzusetzen. Es geht langsam voran.

Wie fair kann Mode sein? Welchen Zertifikaten können Sie trauen? Wovon hängt es ab, wie wir einkaufen? Vom Preis? Von der Bequemlichkeit? Elisabeth Stecker hat nachgefragt. Worauf ich achte? Dass das Kleidungsstück in Europa gefertigt ist.

Material ist ganz wichtig, Mode ist wichtig und der Anlass. Ich kauf dann auch nur, wenn ich einen Anlass habe.

Ob es mir gefällt und sonst einfach, was ich gerade gebrauchen kann, oder.

An einem Samstag auf der Wiener Mariahilferstraße.

Fair produzierte Kleidung ist schon sehr wichtig.

Da schau ich nicht drauf.

Ich denke darüber nach, aber es ist nicht unbedingt kaufentscheidend, also, wenn ich ein Teil schön finde und ich weiß, es ist in Indien produziert, werde ich es aber trotzdem kaufen.

Hallo! Zu Hause bei Mira Nogrsek in Wien Landstraße. Die Studentin sah vor fast drei Jahren die Dokumentation „The True Cost – der Preis der Mode“. Sie zeigt die Folgen der Textil- und Kleidungsindustrie für Umwelt und Mensch.

Also ich habe das natürlich gewusst, irgendwo schon vorher,

Transkriptionen | 04

aber ich habe mich halt nie damit auseinandergesetzt und mit dieser Dokumentation ist es einfach glasklar vor Augen gewesen und da hat's dann keine Ausreden mehr gegeben.

Die 27-Jährige mit kurzen dunkelbraunen Haaren trägt Jeans und ein schwarz-weiß gestreiftes T-Shirt, mit einem aufgenähten Kaktus über der Brust. Alles alt, fair produziert oder mit Freundinnen getauscht. Die Umstellung fiel ihr zunächst gar nicht leicht.

Ich habe eigentlich immer sehr, sehr viel eingekauft, also gerade modetechnisch, ich wollte eigentlich jede Woche irgendwie etwas Neues haben. Einfach aus Langeweile bin ich oft irgendwo hingegangen und habe was gekauft.

Neben dem Geschichte-Studium und dem Job begann sie, ihre Umstellung auf einem Internet Blog zu dokumentieren. Auf „roedlvan.at“, das heißt Rotkäppchen auf Schwedisch, schreibt Mira Nograsedek über ausgeborgte Pullover, neu entdeckte Marken oder Flohmarkt-Funde.

Lise Meitner – Österreichs Marie Curie



[A] Porträt | Ö1, Dimensionen, 24.10.2018

Redaktion: Armin Stadler |

3 min 53 sec



Zum 50. Todestag der österreichischen Physikerin Lise Meitner.

7. November 1878, Wien. Ein Beamter Kaiser Franz Josefs überträgt das Geburtsdatum des Wiener Mädels in ein neues Dokument, 7. November 1878. Damit wäre Lise, so sein Rufname, auf den Tag genau um 11 Jahre jünger als Madame Curie. Was die gebürtige Polin in Frankreich erreicht, schafft Lise etwas später in Deutschland und Schweden, den Aufstieg zur Physikerin mit Weltgeltung, in einem männlich dominierten Wissenschaftsbetrieb. Das große gemeinsame Thema der beiden Pionierinnen ist die Erforschung der Radioaktivität. Natürlich gibt es auch Unterschiede, drei stechen besonders ins Auge. Madame Curie wird tatsächlich am 7. November geboren, sie erhält zweimal den Nobelpreis und stirbt an den Folgen ihrer Arbeit. Lise, das Wiener Mädel, bleibt von Strahlenschäden verschont, geht in Stockholm bei den Nobelpreisverleihungen leer aus und kommt in Wahrheit erst am 17. November zur Welt. Der k. u. k. Beamte hat sich ganz einfach verschrieben, immerhin stimmen Lises Geburtsort und Geburtsjahr in seinem Eintrag, Wien 1878 und der Name, der ist auch korrekt.

Zwischen dem kaiserlich-königlichen Augarten und dem Praterstern steht das Geburtshaus von Lise. Sie wächst in einem liberalen, bürgerlichen, von Kultur geprägten Elternhaus auf. Der Vater unterrichtet die Kinder selbst, zusätzlich noch in Griechisch und Latein, sie hat einen hervorragenden Musikunterricht, sie hat einen eigenen Französischlehrer, sie liest sehr viel, sie baut eine unglaubliche Liebe auf zur Natur, also sie hat eine sehr positive Kindheit.

Schon früh in dieser Kindheit zeigt sich Lises Begeisterung für Mathematik und Physik. Woher kommen die wunderschönen Farben auf einer öligen Wasserpfütze, fragt sich das ein wenig schüchtern wirkende Schulkind, das gerne und gut Klavier spielt und seinen Kopf ständig in Bücher hält. 1892 hält die noch nicht 14-Jährige ihr Abschlusszeugnis an der Bürgerschule in Händen. Es trägt den Vermerk:

Entlassungszeugnis.

So früh endet der staatlich vorgesehene Bildungsweg für ein Mädchen der damaligen Zeit, aber nicht für Lise, die große Pläne hat. Lise Meitner will die Matura machen und studieren, ein außergewöhnlicher Wunsch für ein Mädchen der Jahrhundertwende.

Stefan Zweig beschreibt, was die damalige Gesellschaft von einem Mädchen wie Lise erwartet:

So wollte die Gesellschaft von damals das junge Mädchen, töricht und unbelehrt, wohlgezogen und ahnungslos, neugierig und schamhaft, unsicher und unpraktisch und durch diese lebensfremde Erziehung von vornherein bestimmt in der Ehe dann willenlos vom Manne geformt und geführt zu werden.

Lise Meitner wird diesen gesellschaftlichen Erwartungen nicht entsprechen. Mit 18 Jahren schließt sie das Akademische Gymnasium in Wien ab, ohne Matura. Lise darf sie erst mit 23 Jahren, extern an einer Knabenschule ablegen, nach einer soliden Ausbildung zur Französischlehrerin, später wird Meitner diese Zeit als den Verlust von wertvollen Jahren bezeichnen.

Väterkarenz



[A]* Reportage | Ö1, Moment, 13.10.2016

Redaktion: Bea Sommersguter, Alois Schörghuber |

3 min 10 sec



Komm Fritz, wo ist der Papa, wo ist der Papa?

Ich habe auch, bevor wir Eltern wurden, gehört, ja, man kommt nicht zum Duschen, man kommt nicht zum Alleine-auf's-Klo-gehen, solche Sachen. Ich habe mir gedacht, ach Quatsch, das stimmt alles nicht. Wir werden das sowieso alles anders machen. Jetzt kann ich bestätigen, es ist alles wahr.

Brei kochen, auf den Spielplatz gehen, Windeln wechseln – wenn Väter in Karenz gehen.

Väterkarenz genießt immer höhere Akzeptanz. Rund zwei Drittel der Männer geben bei Umfragen an, sich nach der Geburt ihres Kindes eine Auszeit nehmen zu wollen. Tatsächlich ist ihr Anteil gering. Nur knapp jeder fünfte junge Vater ging im letzten Jahr in Karenz und wenn, dann meist nur für ein paar Wochen. Bea Sommersguter hat sich umgehört bei Vätern, die das Abenteuer gewagt haben.

Transkriptionen | 05

Papa! Wo ist der Papa? Papa daaaaa!

Familie Grohmann-Hesutzki aus Wien, Tochter Ilvi ist eineinhalb und genießt ganz offensichtlich den Spielplatzbesuch mit beiden Eltern. Die Karenzzeit haben sich Mutter Julia und Vater Paul geteilt.

Insgesamt haben wir ein Pauschalmodell gewählt, eineinhalb Jahre, das heißt ein Jahr war meine Frau in Karenz, ich war da noch vollbeschäftigt, bin am Abend heimgekommen, und ich habe ehrlich gesagt rückblickend keine Ahnung gehabt, was da eigentlich alles anfällt, an Arbeit, an Stress, stellt sich jetzt komplett anders dar als bis dahin.

Paul Grohmann, er ist Referent der Wiener Wirtschaftskammer, übernahm nach einem Jahr die Kinderbetreuung. Die letzten sechs Monate war der 35-Jährige in Karenz oder genauer gesagt in Elternteilzeit.

Mein Arbeitgeber hat es mir ermöglicht, in Teilzeitbeschäftigung zu gehen, noch dazu mit der Hälfte der Arbeitszeit im Homeoffice. 10 Stunden im Büro, 10 Stunden daheim. Ich hätte es nicht für möglich gehalten, wie schnell und effektiv man arbeiten kann, wenn man weiß, in zwei Stunden kommt das Kind vom Mittagschlaf zurück.

Füttern, wickeln, Ausfahrten mit dem Kinderwagen, Arztbesuche, dazu die turbulenten Nächte. Die letzten sechs Monate waren keine Erholung, sagt Paul Gromann nicht ohne Wehmut. Es sind seine letzten Tage als Karenzvater, zu Hause, bei Tochter Ilvi.

Wenn man mich fragt, wie das für mich so war, dann sag ich gerne einmal halb im Scherz, ich bin zwar seit 15 Jahren berufstätig, aber zum ersten Mal weiß ich, was arbeiten heißt. Weil ein Kind zu betreuen, ist eine Herkulesaufgabe. Rückblickend kann ich sagen, dass es wahnsinnig anstrengend war, die Nerven sind oft an die Belastungsgrenze gelangt und Schlafmangel sowieso, aber unter'm Strich ist es eine wunderschöne Erfahrung.

Was hilft gegen Zecken?



[A] Dialog | Österreichischer Integrationsfonds,
Februar 2019, Redaktion: Team Publikationen & Online/
Team Spracherwerb | **2 min 26 sec**



Ella: Wir nehmen am besten eine Regenjacke mit auf unsere Wanderung. Insektenschutz brauchen wir ja im Frühjahr noch nicht, aber vielleicht Sonnencreme?

Max: Ja, die Sonne kann ganz schön warm sein. Du sag mal, wie ist das denn mit den Zecken? Müssen wir aufpassen? Zecken sind so gefährlich habe ich gehört.

Ella: Hm, naja, die Zecken selbst sind nicht so gefährlich. Aber sie können gefährliche Krankheiten übertragen.

Max: Und welche Krankheiten sollen das sein?

Ella: Borreliose, das ist eine Infektionskrankheit, und die besonders gefährliche Frühsommer-Meningoenzephalitis.

Max: Frühsommer-Men ... was?

Ella: Man kann auch FSME oder Gehirnhautentzündung sagen. Das ist, glaube ich, bekannter – und leichter zu merken.

Max: Aha. FSME also (nachdenklich). Wie gefährlich ist diese Erkrankung?

Ella: Man kann sogar daran sterben! Das ist eine wirklich schwere Viruserkrankung! Aber du kannst dich impfen lassen. Dann kann dir nichts passieren! Bist du geimpft?

Max: Ähhmm ... Nein. Bist du denn geimpft?

Ella: Ja, sicher! Lass dich unbedingt auch impfen. Jetzt wird es immer wärmer, und im Frühling und Sommer sind Zecken besonders aktiv.

Max: Wo leben denn Zecken eigentlich?

Ella: Sie sind überall draußen in der Natur, im Gras und im Gebüsch, im Wald, aber auch im Garten oder im Park. Zecken sind nur zwei bis drei Millimeter groß. Nachdem man in der Natur war, sollte man seinen Körper nach Zecken absuchen.

Max: Schützt gute Kleidung vor einem Zeckenbiss?

Ella: Ja, feste Schuhe, Socken, lange Hosen und langärmelige T-Shirts bieten einen gewissen Schutz. Zecken gelangen nicht so schnell an die Haut.

Max: Ok, dann laufe ich das nächste Mal lieber nicht bloßfüßig durch das hohe Gras.

Ella: Wenn dich trotzdem eine Zecke erwischt hat, musst du sie mit einer spitzen Pinzette rasch entfernen. Das ist der beste Schutz gegen Borreliose. Je schneller man die Zecke entfernt, desto besser.

Max: Soll ich auch zum Arzt gehen?

Ella: Ja. Zeigt sich rund um den Stich eine ringförmige Rötung oder du bekommst Fieber oder Kopfschmerzen, dann geh' bitte schnell zum Arzt.

Transkriptionen | 06

Er schmeckt nach Oma. Der Kaiserschmarren.



[A]* Reportage | Ö1, Moment Kulinarium, 20.1.2017

Redaktion: Tanja Rogaunig |

4 min 11 sec



Wie schmeckt ein Kaiserschmarren? Ein Kaiserschmarren, ein Kaiserschmarren, der schmeckt nach Kindheit irgendwie, nach Vanillezucker, diese süßen Rosinen, wenn man dann hineinbeißt und diese flauschige Konsistenz, er schmeckt nach Oma, er schmeckt nach ...

Er schmeckt nach Oma, der Schmarren für den Kaiser.

Süß, knackig, fluffig, das passt einfach in Österreich immer und der Geschmack passt auf der Skihütte, er passt im Sommer beim Wandern, er passt in Wien im Traditionshaus, also ich liebe ihn, ich könnte ihn eigentlich täglich essen, was nicht gut für die Figur ist, er ist schon sehr gut.

Der Kaiserschmarren ist – neben dem Apfelstrudel und den Salzburger Nockerln – die wohl berühmteste österreichische Mehlspeise. Wie er zu schmecken hat, steht außer Frage, doch bei seiner Zubereitung scheiden sich die Geister und einige dieser Geister bat Tanja Rogaunig zum Interview.

Also ich mach ihn sehr gern, was vor allem daran liegt, dass er eigentlich extrem einfach und schnell zu machen ist.

Susanne Zimmel ist Kochbuchautorin und Food-Fotografin. Im Netz ist sie als Frau Ziii mit drei „i“ bekannt. Auf ihrem Food Blog „Ziii kocht“ präsentiert sie Rezepte, die sie mit Geschichten aus dem Alltag ihrer Familie garniert.

Also man hört immer so der Kaiserschmarren, er ist so das Highlight der österreichischen Mehlspeisenküche, ist es auch. Aber sehr viele Leute machen den Fehler, dass sie denken, er ist auch sehr kompliziert und das stimmt eigentlich im Prinzip nicht, weil er sehr, sehr einfach zu machen ist.

Der Kaiserschmarren, meint sie, sei nicht schwieriger zu machen als eine Palatschinke.

Der Kaiserschmarren ist sehr eng mit der Palatschinke verwandt, im Prinzip besteht er ja eigentlich aus drei Zutaten, aus Mehl, Eier und Milch. Der Unterschied zu der Palatschinke ist eigentlich, dass er souffliert, also man trennt das Eiweiß vom Eidotter und hebt dann das Eiweiß als Schnee unter den Teig. Dadurch wird er flaumig, flauschig, in der Fachsprache sagt man, er souffliert.

Aber eines nach dem anderen. Susanne Zimmel hat eine Rührschüssel bereitgestellt und die drei Grundzutaten.

Das ist auch eines der wenigen Dinge, die ich wirklich, oder die – glaube ich – auch sehr viele andere Leute, auch total ohne Rezept machen, also das ist eigentlich eine Gefühlssache mit dem Kaiserschmarren im Prinzip.

Wer beim Kaiserschmarrenmachen lieber nicht nach Gefühl geht, dem rät Susanne Zimmel zu folgenden Mengenangaben. Gedacht sind sie für 4 Kaiserschmarrenesser.

150 g glattes Mehl, 220 ml Milch, 4 Eier, eine Prise Salz.

Also ihr rührt einfach einmal das Mehl an mit so viel Milch, dass ein schöner zähflüssiger Teig entsteht. Das heißt, wenn man den Teig vom Löffel laufen lässt, dann sollte der Teig reißen, also nicht in einem Strahl runterlaufen, sondern er sollte abreißen dazwischen.

Dann schlägt Susanne Zimmel die Eier auf und trennt die Dotter vom Eiweiß.

Ich habe die Eidotter noch eingerührt. So und jetzt brauch ich dann eigentlich nur mehr den Schnee schlagen und da drunter heben.

Bis jetzt ist kein Zucker in den Teig gekommen und das soll auch so bleiben.

Die Süße kommt beim Kaiserschmarren – und da streiten sich die Geister – durch die Rosinen, meistens. Es gibt Leute, die wollen halt keine Rosinen, die lassen die Rosinen dann weg. Gezuckert wird der Teig eigentlich nicht und die Süße kommt einerseits durch Milch natürlich, die von Haus aus schon eine gewisse Süße hat, aber eigentlich ist es die finale Bestäubzuckerung, die dann dafür sorgt, dass das Dessert dann halt sehr süß wird.

Dominik Stolzer, Küchenchef im Hotel Sacher, handhabt das Süßen des Kaiserschmarrens ein wenig anders. Also man nimmt zuerst die Milch her, tut dann unter die Milch dann Mehl unterheben und den Dotter unterrühren, eine Prise Salz dazu, etwas Zucker dazu. Jeder Koch macht ihn wahrscheinlich anders, jeder hat seine eigene Spezialrezeptur, seine Geheimzutat, aber ich sag' einfach, es zählt zur österreichischen Küche dazu so wie die Original Sachertorte oder wie die Salzburger Nockerln in Salzburg.

Prost, Mahlzeit!



[A] Bericht | Radio Fro, Lentos, Nordico on air,

28.12.2018, Redaktion: Pamela Neuwirth |

2 min 22 sec



2019 steht uns schon ins Haus, dann heißt es: Auf ins Gasthaus! Die nächste Ausstellung, in der sich alles um die Gasthauskultur dreht, wird im Moment, eben jetzt schon umgesetzt und eröffnet wird „Prost! Mahlzeit!“ dann Mitte März.

Nachdem das Thema schon doch seit einiger Zeit festgestanden ist, haben wir eine große Anzahl von Ansichtskarten erworben, und auch für Fotografien Aufrufe getätigt. Und wir hatten aber auch das große Glück, dass ein Herr, der schon seit 10 Jahren ehrenamtlich bei uns hier im Stadtmuseum tätig ist, zufällig

Transkriptionen | 07

auch ein Gasthausbesitzer ist und dieser Herr hat sich – er ist schon etwas betagt – und hat sich also überlegt, dass es natürlich auch eine schöne Sache ist, wenn man das Wirtshausinventar zu Lebzeiten noch in ein Museum, das heißt transferieren kann und das Museum auch etwas macht damit. Wir haben also mittlerweile eine unglaublich große Sammlung, nicht nur an Gasthausmöbeln, von Sesseln mit Resopalplatten, unterschiedliche Modelle an Gasthaussesseln, aber eben auch Gläser aus unterschiedlichen Zeiten. Eine ganze Reihe von Stammgästen-Gläsern bis hin zu Deko, bis zu einer Schank, die wir aus einem Wirtshaus bekommen wollen. Also wir sind schon recht gut aufgestellt und wir werden sehr viel von dem, was ich jetzt gerade aufgezählt habe, auch in die Sammlung aufnehmen.

Neben dem historischen Blick lotet das Nordico Stadtmuseum die zeitgenössische Situation des Gasthauses ebenso aus, berichtet über neue Trends, diskutiert wirtschaftliche Aspekte der Gasthauskultur und richtet letztlich sogar einen Stammtisch im Museum ein.

Es ist tatsächlich ein Thema, finde ich, wo sich eigentlich alle Gesellschaftsschichten wiederfinden, weil Wirtshäuser werden von unterschiedlichen Menschen aufgesucht. Es ist auch total spannend, das Rauchen und Nichtrauchen, also obwohl ich ja auch dem Nikotin nicht abgeneigt bin, es ist mir zum Beispiel unmöglich, ein Gasthaus aufzusuchen, wo drinnen geraucht wird, ja. Also es gibt so ganz viele Themen, wo jeder mitreden kann, wo man sich wiederfindet. Und alle lieben das Wirtshaus im Endeffekt.

Sich Quälen für den Erfolg



[A]* Reportage | Ö1, Moment am Sonntag, 13.1.2019

Redaktion: Momo Kunishio und Alois Schörghuber |

4 min 29 sec



Ich glaube, gerade im Sport quält man sich auf sehr vielen verschiedenen Ebenen. Das Eine ist das körperliche Quälen im Training, aber, also ich würde es auch teilweise als opfern bezeichnen.

Quälen für den Erfolg.

Man opfert sehr vieles, also, man muss auf die Ernährung schauen, man muss teilweise auf gewisse Freizeitaktivitäten verzichten. In meinem Fall, ich bin sogar ins Ausland gezogen, das war für mich insofern eine Quälerei, weil ich meine Familie, meine Freunde nicht dabeigehabt habe. Das war für mich eine sehr schwierige Zeit. Also als Profisportler, glaube ich, dass man bereit ist, sich auf sehr vielen verschiedenen Ebenen zu quälen.

Keuchen, schwitzen, den Körper bis an die Grenzen des Möglichen belasten. Spitzensportler müssen bereit sein, sich zu quälen.

Bei den Spitzensportlern geht es darum, das letzte Bisschen an Leistungsvermögen noch rauszukitzeln. Es ist nicht mehr oft der

Körper, es ist oft eher der Geist, aber auch der Körper sollte natürlich auf einem Topniveau sein. Die Spitzensportler, die zu mir kommen, wollen auch medizinisch abgeklärt sein. Da geht es nicht nur um die Leistungen, sondern es geht auch darum, diesen Sport gesund ausüben zu können, soweit das im Hochleistungssport möglich ist. Das heißt, wir checken die durch, überprüfen das Herzkreislaufsystem, bestimmen wo der Muskelstoffwechsel momentan steht, wo die Stärken und wo die Schwächen sind und dann können wir mit einem Plan ein bisschen noch nachhelfen vielleicht.

Das Leben von Sportlern ist begleitet von Höhen und Tiefen, von Glücksgefühlen und Krisen – und von der ständigen Angst vor Verletzungen.

Also ich bin sehr froh, dass ich jetzt schon – ich glaub – 5 Jahre oder 6 Jahre verletzungsfrei bin. Davor hatte ich sehr viele Verletzungen, aber ich spüre das auch total, also diese verletzungsfreie Phase. Der Körper hat sich jetzt so viel aufgebaut, und ich fühl' mich so gut am Eis, da spür' ich richtig diesen Unterschied. Früher hatte ich mich verletzt, fast jedes Jahr und man hinkt einfach immer hinterher. Man spürt das immer am Eis, man ist dann vielleicht immer einen Schritt langsamer oder man muss dann länger in der Kraftkammer sein, dass man das alles wieder aufbaut.

Am Beispiel der Sportarten Leichtathletik, Tanzen, Schwimmen und Eishockey zeigen Momo Kunishio und Alois Schörghuber, welchen Belastungen Spitzensportler ausgesetzt sind.

Meine Qualmomente sind vor allem dann, wenn das Trainingsprogramm recht intensiv ist, das heißt, wenn man sich vorstellen kann, wenn Laktat gebildet wird, das heißt, dass man dann manchmal das Gefühl kriegt, man kann sich überhaupt nicht mehr bewegen, man weiß nicht mehr, wie man ins Ziel kommt und das sind dann die Momente, wo das so richtig intensive Training erst beginnt, also das heißt, dass es auch mit körperlichen Zuständen, wie Übelkeit, oder das Gefühl, man platzt jetzt, weil die Herzfrequenz so hoch ist, aber das sind dann sehr, sehr intensive Momente im Wasser und das ist aber das, wo dann wirklich die Leistung rauskommt.

Judith Draxlerhutter errang 68 Staatsmeistertitel im Schwimmen. Sie hält diverse österreichische Rekorde und nahm an Weltmeisterschaften und dreimal an Olympischen Spielen teil. Heute ist sie Sportpsychologin. Um die Basis für einen Trainingsplan zu legen, der eine Leistungssteigerung ermöglicht, gehen Spitzensportler zur Leistungsdiagnostik.

Also Leistungsdiagnostik ist eine Ist-Bestimmung des momentanen Leistungszustands. Das kann jetzt, wenn ich ambitionierter guter Sportler bin, ein hohes Niveau sein und es kann, wenn ich ein Anfänger bin, noch ein eher schlechtes Niveau sein. Es ist eigentlich egal, ich weiß ja noch nicht einmal, wo ich stehe und wenn ich einmal weiß, wo ich stehe, dann weiß ich auch, was ich tun kann, damit es besser werden kann.

Robert Fritz ist Sportarzt in der Sportordination Wien und leitet

Transkriptionen | 08

unter anderem die medizinische Betreuung des Vienna City Marathon.

Grundsätzlich sollte man in Österreich mehr Sport betreiben, meint der Arzt Robert Fritz. Im Spitzensport herrschen allerdings eigene Gesetze.

Also der Spitzensportler ist bereit, 24 Stunden am Tag für seinen Sport zu opfern oder 7 Tage die Woche, 365 Tage im Jahr. Für einen Spitzensportler, der Top Eins werden möchte oder Top Eins ist, gibt's primär nichts Anderes als seinen Sport. Das ist viel Training, das ist aber auch viel Regeneration, das ist viel Ernährung, das ist viel Verzicht. Das ist ein Verzicht auf Familie, wenn man nie daheim ist, wenn man die ganze Zeit unterwegs ist. Das ist eine Zeit, die sehr sehr fordernd ist, glaube ich, aber sicher auch sehr spannend sein kann.