



sam

WIEN AKTUELL

www.samariterwien.at

Smartphones
Wie viel
ist zu viel?



INTERVIEW_NEUROWISSENSCHAFT

Dr. Manuela Macedonia über Auswirkungen von Smartphones auf das kindliche Gehirn

REPORT_DIGITAL NATIVES

(K)ein Sommer wie damals: Digitaler Alltag im Jugendzimmer

SERVICE_VERANSTALTUNG

Internetcafé ZwischenSchritt: Über Hass, Hetze und Fake News in sozialen Medien

Zimmer frei!

Neue Mitbewohner:innen für
unsere Senioren-WGs gesucht!



Nähere Infos zu unseren fünf
Senioren-WGs unter **01/89 145-283**
oder **gsd-info@samariterbund.net**

SAMARITERBUND
WIEN



Liebe Leserinnen!
Liebe Leser!



In einer Welt, in der digitale Technologie unser tägliches Leben bestimmt, wachsen Kinder und Jugendliche buchstäblich mit dem Smartphone in der Hand auf. Doch sie bergen immense Gefahren, die wir als Gesellschaft nicht ignorieren dürfen – insbesondere im frühen Kindesalter. Studien warnen davor, dass die exzessive Nutzung von sozialen Medien zu ernsthaften psychischen Belastungen führen kann. In dieser Ausgabe beleuchten wir diese Thematik aus verschiedenen Blickwinkeln. Eine renommierte Neurowissenschaftlerin schildert im Interview die Auswirkungen exzessiver Handynutzung auf die Entwicklung des kindlichen Gehirns. Zudem erörtern zwei führende Sucht-Experten, ab wann von einer Abhängigkeit gesprochen werden kann, wie sich diese äußert und welche Lösungen es gibt.

Ergänzt wird dieser kritische Blick durch die persönlichen Erfahrungen von vier jungen Mädchen im Alter von zwölf bis 15 Jahren, die offen über ihren Umgang mit Smartphones und sozialen Medien berichten. Ihre Sicht auf die digitalen Plattformen als Teil ihrer Jugendkultur zeigt auf, wie tief Technologie in den Alltag der jungen Generation wurzelt.

Aber nicht nur die Jugend kommt in dieser Ausgabe zu Wort. Wir haben eine unserer Senioren-WGs besucht, in der zwei Bewohnerinnen über ihr Leben in dieser alternativen Wohnform sprechen. Sie geben Einblicke in den Alltag und das Zusammenleben.

Und wir können Ihnen die neu eröffnete Rettungszentrale des Wiener Samariterbundes in der Petritschgasse vorstellen. Erfahren Sie, welche Vorteile eine moderne Infrastruktur in Kombination mit technologischer Innovation für die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen, für die Zivildienstleistenden und die Patient:innen bietet. Last but not least freuen wir uns sehr, berichten zu können, dass unser ehemaliger Zivildienstler und nun ehrenamtlicher Mitarbeiter Simon Plaschg, zum Wiener Zivildienstler des Jahres gewählt wurde.

Ihr **Oliver Löhlein**
Geschäftsführer Samariterbund Wien

sam_REPORT

- 04 **Social Media**
Hass und Ausgrenzung
- 06 **Smartphones und das kindliche Gehirn**
Interview mit Neurowissenschaftlerin Dr. Macedonia
- 08 **Digital Natives**
(K)ein Sommer wie damals
- 10 **Handysucht**
Zwei Experten informieren

sam_SERVICE

- 11 **Hass & Hetze im Netz**
Veranstaltung im Internetcafé
ZwischenSchritt
- 16 **Koch was Gscheits!**
Das Samariterkisterl
- 18 **Leben in der Senioren-WG**
Gemeinsam statt einsam

sam_INTERN

- 13 **Sommercamp**
Ferien für alle
- 14 **Alles unter einem Dach**
Neuer Rettungstützpunkt
- 17 **Zivi des Jahres**
Landessieger Simon Plaschg
- 23 **Sam & Rita**
Kinderrätsel

IMPRESSUM UND OFFENLEGUNG Herausgeber: Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Landesverband Wien, 1150 Wien, Pillergasse 24, Vereinsbehörde: Landespolizeidirektion Wien, ZVR-Zahl: 075978542, UID-Nummer: ATU 520 20 904. Medieninhaber/Hersteller: Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Landesverband Wien, 1150 Wien, Pillergasse 24. Redaktion: Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, 1150 Wien, Hollergasse 2-6, Mag. Susanne Kritzer, Georg Biron, Ass. iur. Michael Brommer, Dorothee Huber MA, Peter Kalcic BA MAS, Ing. Michael Lichtblau-Früh, Christoph Lipinsky, Mag. Anja Schmidt, Franziska Springer, Florian Schwenkrauss MA, Markus Tadros, Mag. Martina Vitek-Neumayer, Mag. (FH) Georg Widerin, Moritz Rauth BSc, Bertram Gross; Coverfoto: leonardo.ai/C.Lipinsky; Druckerei: Leykam Druck GmbH, Bickfordstraße 2, A-7201 Neudörf. Herstellungsort: Wien. Blattlinie: Berichte über die Tätigkeit des Arbeiter-Samariter-Bundes, Landesverband Wien. Namentlich gekennzeichnete Beiträge und Gastkommentare müssen nicht mit der Meinung des Herausgebers übereinstimmen. Entgeltliche Einschaltungen werden mit „entgeltliche Einschaltung“ oder „bezahlte Anzeige“ gekennzeichnet. **DATENSCHUTZINFORMATION:** Der Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Landesverband Wien verarbeitet personenbezogene Daten von Mitgliedern, Kund:innen und Spender:innen zur Erfüllung des jeweiligen Zwecks, für den der Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Landesverband Wien sowie die verbundenen Unternehmen Samariterbund Wien Rettung und Soziale Dienste gGmbH, Arbeiter-Samariter-Bund Wien Gesundheits- und Soziale Dienste gGmbH und Arbeiter-Samariter-Bund Wien Wohnen und Soziale Dienstleistungen gGmbH die Daten erhoben haben. Näheres finden Sie unter www.samariterbund.net/datenschutz. Der Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, Landesverband Wien verarbeitet darüber hinaus die Kontaktinformationen sämtlicher Personenkontakte zum Zwecke der Zusendung dieses Magazins. Die Verarbeitung erfolgt auf Grundlage des berechtigten Interesses, über das eigene Lieferungs- und Leistungsspektrum zu informieren. Die Daten werden nur solange gespeichert, als zur Erfüllung dieses Zwecks erforderlich ist. Der von der Verarbeitung Betroffene hat das Recht auf Auskunft über die gespeicherten Daten gemäß Art 15 DSGVO, auf Berichtigung unzutreffender Daten gemäß Art 16 DSGVO, auf Löschung der Daten gemäß Art 17 DSGVO, auf Einschränkung der Verarbeitung von Daten gemäß Art 18 DSGVO, auf Widerspruch gegen die unzumutbare Datenverarbeitung gemäß Art 21 DSGVO sowie auf Datenübertragbarkeit gemäß Art 20 DSGVO. Der Betroffene hat das Recht sich bei der Aufsichtsbehörde zu beschweren – zuständig ist in Österreich die Datenschutzbehörde.



Dr. Susanne Drapalik,
Präsidentin des Samariterbund Wiens

Liebe Leserinnen! Liebe Leser!

Schon Erwachsene haben oft das Gefühl, dass sie ihre Smartphonezeit kaum kontrollieren können. Noch drastischer ist die Situation für viele Kinder und Jugendliche. Aktuelle Studien belegen, dass sich durch die Pandemie die Dauer der Handynutzung bei Kindern und Jugendlichen deutlich erhöht hat. Und das hat Folgen für die Gesundheit.

Als Landeschefärztin ist es mir ein großes Anliegen, auf die Auswirkungen hinzuweisen, die stundenlanger Medienkonsum auf die Gesundheit unserer jüngsten Generation haben kann. Permanente Ablenkung durch Apps und Videos führen zu verkürzter Aufmerksamkeitsspanne und verminderter Konzentrationsfähigkeit. Schlafstörungen werden durch das blaue Bildschirmlicht ausgelöst. Übergewicht, Haltungsschäden, Augenprobleme und nicht zuletzt psychische Erkrankungen wie Depressionen können die Folgen sein.

Als Großmutter von vier Enkelkindern sehe ich, dass wir Kinder und auch Jugendliche in der digitalen Welt nicht allein lassen dürfen. Wir müssen ihnen kreative Alternativen anbieten und immer wieder ganz bewusst gemeinsam auch in die analoge Welt eintauchen.

Ihre Dr. Susanne Drapalik

BELEIDIGT, AUSGEGRENZT, KRANK GEMACHT

Die soziologischen Schattenseiten der
Smartphone-Nutzung bleiben oft unbedacht.

Das Smartphone erlaubt uns maximale digitale Mobilität: Shoppen im Internet, Navigieren in der fremden Stadt, Erlebnisse auf Social Media teilen – alles jederzeit möglich. Doch gerade Jugendlichen geraten Facebook, Instagram, TikTok und Co. oft nach kurzem Segen schnell zum Fluch, von dem sie sich selbst nur mehr schwer befreien können. Denn neben nicht altersadäquaten Inhalten, dem Wecken falscher Erwartungshaltungen an das eigene Aussehen, Desinformation und Fake News, denen man mangels Erfahrung leichter aufsitzt, ist gerade das Phänomen Hate Speech, das zielgerichtete Beleidigen anderer, für Opfer schwer belastend. Seien die Täter:innen völlig Unbekannte, die TikTok-Videos kommentieren, oder Schulkamerad:innen in der Klassen-WhatsApp-Gruppe.

Hassrede und Hetze sind auf den Social-Media-Plattformen allgegenwärtig. Je nach Begriffs-Definition sind ein Drittel bis 90 Prozent aller Jugendlichen Hate Speech bereits begegnet. Für sie, die entwicklungsbedingt ohnehin in einer emotional herausfordernden Phase stecken, ist der Umgang mit dieserart negativen Kommentaren besonders schwierig. Und hat dramatische Folgen: von Isolation über Rückzug aus der bisherigen (digitalen) Umgebung bis zum Schulwechsel, von Angstzuständen über Depression bis hin zu Suizidgedanken.

Einmal in Gang gesetzt, ist es nicht leicht, eine solche Vorwurfs- und Verhöhnungs-Dynamik zu stoppen, wie Dr. Christiane Atzmüller im Gespräch mit sam WIEN erklärt. Sie forscht am Institut für Soziologie der Universität Wien. Das wirksamste Mittel, diese Kaskade opferseits zu unterbrechen, sei die direkte Offline-Kommunikation mit Täterin oder Täter. Die ihrerseits laut Atzmüllers Untersuchungen oft rein aus Spaß oder Profilierungssucht böse kommentieren, ohne auch nur ansatzweise zu ermitteln, was dadurch im Gegenüber ausgelöst werde. Für ein solches Gespräch braucht es Mut – und wenn der nicht ausreichend vorhanden ist oder die Peiniger:innen nicht greifbar sind, bleibt, neben der selten genutzten juristischen Verfolgung, aus Sicht von Jugendlichen vielfach nur das schmerzliche Aussitzen der Anfeindungen.

„Counter Speech“ als Ausweg aus der Entwertungsspirale

Ein anderer Weg, der Situation zu entkommen, ist das, was Atzmüller „Counter Speech“ nennt. Hier schlagen sich an der virtuellen Kommunikation beteiligte Dritte auf die Seite des Opfers, etwa durch ein allgemeines Statement, dass sie den wahrgenommenen Übergriff nicht in Ordnung finden, durch konfrontative Auseinandersetzung mit Täterin/Täter oder durch Unterstützung des Opfers. Was bislang alles allerdings viel zu selten passiert. Den abfedernden Effekt scheint zudem der jeweilige Plattform-Algorithmus selbst zu verhindern, der – abhängig vom Nutzerverhalten (etwa Anzahl

„Einmal in Gang gesetzt, ist es nicht leicht, eine solche Vorwurfs- und Verhöhnungs-Dynamik zu stoppen.“



Dr. Christiane Atzmüller,
Institut für Soziologie, Universität Wien

von Likes) – negative Beiträge weiter nach oben reiht, beispringende indes offenbar wenig prominent platziert, und diese so quasi nicht wahrgenommen werden. Was also tun? Laut Bildungsministerium besitzt jedes zweite Kind zwischen sechs und 13 Jahren bzw. besitzen 94 Prozent der Zwölf- bis 19-Jährigen ein eigenes Smartphone. Smartphone- und Social-Media-Nutzung störe aber die soziale, sexuelle und kognitive Entwicklung, die Impulskontrolle und die Konzentration, sagt der US-Sozialpsychologe Jonathan Haidt. Seiner Meinung nach sollten Jugendliche erst mit 14 Jahren ein Smartphone und frühestens mit 16 streng altersüberprüften Zugang zu sozialen Medien bekommen. Letzteres müsse insbesondere für TikTok gelten. Die dort vielfach geteilten Herausforderungen etwa haben unter Jugendlichen bereits zu Todesfällen geführt, etwa die „Blackout Challenge“, bei der es darum ging, sich selbst bis zur Ohnmacht zu würgen. Der immense Zeitaufwand, hält zudem von anderen Aktivitäten mit Freunden, Aufenthalt in der Natur, Lernen oder Sport ab.

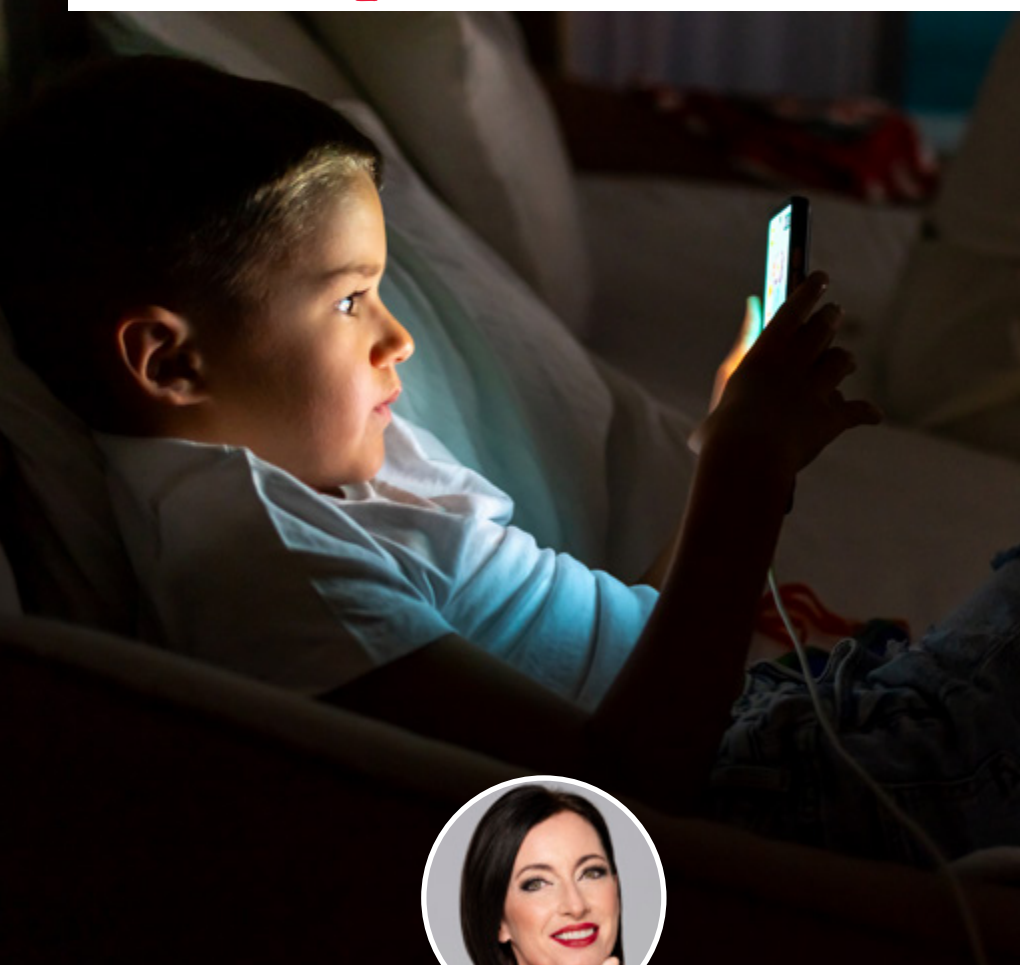
Eltern sollen ihren Kindern zur Seite stehen

Atzmüller möchte sich auf keine Altersgrenzen festlegen. Ihr ist es vor allem wichtig, dass die Jugendlichen frühzeitig ein Rüstzeug für den Umgang mit den Problematiken bei der Nutzung mitgegeben werde. Dies dürfe gerne bereits in der Grundschule beginnen und sich in gängigen Unterrichtsfächern wie zum Beispiel dem Deutschunterricht an den weiterführenden Schulen fortsetzen. Auch die Eltern sollten den Eintritt des Kindes in die digitale Welt möglichst gut begleiten. Wenngleich sie zugibt, dass auch durch diese Maßnahmen nicht alles Unschöne abgefangen werden könne. Die häufig aus der Politik zu hörende Forderung nach einer besseren Überwachung der Chats durch die Plattformanbieter geht im Übrigen häufig ins Leere, weil psychische Verletzungen sehr individuell sind und entsprechend subtil verursacht werden: durch per se, jedoch eben nicht im konkreten Zusammenhang harmlose Bilder, Memes, Videos. Oder durch Worte, die keine „klassischen“ Schimpfworte sind. Filter greifen hier nur schwer. ●

Michael Brommer



Wie schädlich sind Smartphones für Kinder?



Dr. Manuela Macedonia,
Neurowissenschaftlerin, Johannes Kepler
Universität Linz

Stundenlanges Chatten, Gamen, Posten, Swipen und Scrollen auf TikTok, Instagram & Co: Immer mehr **Kinder und Jugendliche verbringen den Großteil ihrer Freizeit mit dem Smartphone.** Dr. Manuela Macedonia, Neurowissenschaftlerin an der Linzer Johannes Kepler Universität, über den Einfluss von Smartphones auf das Selbstwertgefühl, die Qualität des Schlafs und die Fähigkeit zur Empathie.

Welche Auswirkungen hat die intensive Verwendung von Smartphones auf das kindliche Gehirn?

Das kindliche Gehirn ist besonders plastisch, was bedeutet, dass es sich durch Erfahrungen stark verändert. Eine intensive Smartphone-Nutzung kann dazu führen, dass sich das Gehirn in einer Weise entwickelt, die bestimmte kognitive und soziale Fähigkeiten nicht optimal fördert.

Welche Folgen kann dies haben?

Bei sehr jungen Kindern kann übermäßiger Smartphone-Gebrauch zu Verzögerungen in der Sprachentwicklung führen, da weniger direkte Interaktionen mit Eltern und anderen Menschen stattfinden, die für das Erlernen der Sprache wichtig sind.

Die verminderte Aufmerksamkeitsspanne ist ein weiteres Phänomen, das sowohl Eltern als auch Lehrkräfte beschäftigt. In der Tat belegen zahlreiche Studien, dass Kinder, die viel Zeit mit Smartphones verbringen, oft Schwierigkeiten haben, sich über längere Zeiträume zu konzentrieren. Die ständige Ablenkung durch Benachrichtigungen und die schnelle Abfolge von Informationen können die Fähigkeit zur Konzentration und zur tiefen Aufmerksamkeit beeinträchtigen.

Vielen Kindern und Jugendlichen fällt es schwer, selbst am Abend ihre Smartphones wegzulegen ...

Die Nutzung von Smartphones vor dem Schlafengehen kann den Schlaf negativ beeinflussen. Das blaue Licht der Bildschirme kann die Produktion von Melatonin stören, einem Hormon, das den Schlaf-Wach-Rhythmus reguliert. Dies kann zu Schlafmangel und damit verbundenen kognitiven und emotionalen Problemen führen.

Smartphones bieten eine virtuelle Realität, die oft weniger komplex und weniger herausfordernd ist als reale Interaktionen und Erfahrungen. Dadurch können Kinder wichtige Lerngelegenheiten verpassen. Geringes Selbstwertgefühl, Ängste und Depressionen können durch die Nutzung sozialer Medien und den ständigen Vergleich mit anderen entstehen.

Welche Apps sollten Kinder auf ihrem Smartphone nicht verwenden und warum?

Kinder sollten nie gewalttätige Games am Smartphone haben. Die Aktivität der Amygdala, eines Bereichs des Gehirns, der für emotionale Reaktionen wie Angst und Aggression verantwortlich ist, kann gegenüber gewalttätigen Inhalten eine verstärkte Aktivierung aufweisen. Dies kann zu einer erhöhten Erregung und Stressreaktionen führen. Auch eine reduzierte emotionale Reaktion wird als Folge einer wiederholten Nutzung gewalttätiger Spiele beobachtet. Diese Desensibilisierung kann zu einer Abschwächung der emotionalen Reaktion auf echte Gewalt führen und das Mitgefühl beeinträchtigen.

Gibt es ausschließlich negative Auswirkungen? Oder auch positive?

Ein moderater und bewusster Gebrauch des Smartphones kann positive Aspekte haben, wie den Zugang zu

Bildungsinhalten und die Möglichkeit, mit entfernten Freunden und der Familie in Kontakt zu bleiben. Die Balance und die Art der Nutzung sind allerdings entscheidend für die Auswirkungen auf das kindliche Gehirn. Persönlich bleibe ich der Meinung, dass Kinder besser ohne Smartphone auskommen und dass die Risiken die Vorteile überwiegen.

Welchen Rat können Sie besorgten Eltern mitgeben?

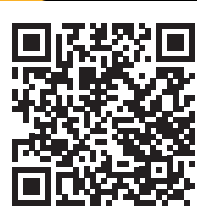
Eltern sollten klare Regeln und Bildschirmzeitbegrenzungen setzen, bildschirmfreie Zonen schaffen und alternative Aktivitäten wie Sport und kreative Projekte fördern. Sie sollten sich als Vorbilder im Umgang mit Technologie präsentieren und Medienkompetenz sowie sichere Internetnutzung vermitteln. Auch sollten Eltern auf regelmäßige Schlafgewohnheiten achten und Regeln an das Alter und den Entwicklungsstand der Kinder anpassen. Ich empfehle, Elternkontroll-Apps und Bildschirmzeit-Berichte zu verwenden, um die Nutzung zu überwachen. Kinder sollten aber auch aufgeklärt und in die Regelgestaltung involviert werden, um Konflikte zu minimieren und einen gesunden Umgang mit Smartphones zu gewährleisten. •

Susanne Kritzer

ÜBER DIE PERSON

Dr. Manuela Macedonia ist leitende Wissenschaftlerin an der Johannes Kepler Universität in Linz. Sie forschte nach ihrem Doktoratsstudium in Kognitionspsychologie und angewandter Linguistik unter anderem am renommierten Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften in Leipzig. Sie ist Autorin mehrerer Bestseller über das Gehirn und betreibt einen Podcast.

Schneller schlau



Podcast „Gehirn einfach erklärt“

Dr. Manuela Macedonia betreibt den Podcast „Gehirn einfach erklärt“. In den Episoden 22 und 23 geht es um Medienkonsum, Sucht und Empathie.

„Wellness für das Gehirn“

Die Angebote der Spas, um unseren Körper zu verwöhnen, werden immer vielfältiger. Aber wie geht eigentlich Wellness für das Gehirn? Die Neurowissenschaftlerin legt in ihrem neuen Buch „Wellness für das Gehirn“ ein 5-Punkte-Programm vor, das unser Denkorgan entlastet, die Psyche stabilisiert, die kognitiven Fähigkeiten unterstützt und für Langlebigkeit sorgt.





DIGITAL NATIVES

Prolog

Wir schreiben das Jahr 2024. Digitale Geräte und das Internet sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Das betrifft zunehmend alle Lebensbereiche. Die nachwachsenden Generationen kennen die Welt ohne Displays, Konsolen und Computerbildschirme nicht mehr – Digital Natives werden sie genannt. Aber auch wir „Älteren“ staunen und reiben uns manchmal die Augen. Wie haben wir das Leben überhaupt bewältigen können ohne Smartphone, Laptop und Internet? Ja, das ging. Und es ging nicht schlecht. Aber wir sind nun im Hier und Jetzt. Und das ist auch gut so. Oder nicht?

Setting

Es ist heiß. Ein Sommer wie damals. Die Luft vibriert in der Stadt. Im Haus ist es schwül. Das hindert unsere vier Protagonistinnen nicht daran, auf der Couch herumzuhängen und auf Smartphones und Tablets zu schauen. TikTok, Snapchat, Insta und Co. sind angesagt. Die Schwestern Tamima (12) und Dalisha (11), sowie Leonie (12) und Melina

Ein Sommer wie damals?

~~~~~  
**Je früher Kinder mit Smartphones in Berührung kommen, umso schädlicher kann es für ihre Entwicklung sein. Aber wie sehen die Jungen das? Vier Mädchen zwischen elf und 15 Jahren erzählen ihre Sicht der Dinge zum beinahe omnipräsenten digitalen Begleiter.**  
~~~~~



(15) sind Wahl-Cousinen. Sie treffen sich nur ein paarmal im Jahr. Die einen sind in Wien zu Hause, die anderen tief im Westen – in Altsch, in der Mitte des Rheintals. Vier Tage sind Leonie und Melina zu Besuch in Wien. Es steht einiges am Programm: Prater, Klettergarten, Gänsehäufel, Kino, Trampolinspringen und, und, und.

Digitaler Alltag im Jugendzimmer

„Wenn ich kein Handy hätte, hätte ich sicher weniger Freundinnen“, ist sich Tamima sicher. Dass es mal ein Leben ohne Smartphone gegeben hat, kann sich die Viererbande vorstellen, irgendwie halt. „Aber das wäre schlimm“, erwidert Leonie prompt, „mein Handy ist mein Wecker, meine Uhr, mein Fotoapparat, meine ganze Erinnerung, einfach alles“, zählt sie auf. Einstimmigkeit herrscht auch darüber, dass das Smartphone auch deshalb so wichtig und so gut ist, weil es viele unterschiedliche Dinge auf einem Gerät bündelt. „Seit ich zehn bin, habe ich das Handy jetzt. Tamima und ich haben ein Zeitlimit. Unter der Woche



Zuckerwatte statt Handy:
Smartphone-Pause im Prater

ist es weniger und in den Ferien und am Wochenende ist es mehr“, erzählt Dalisha. Maiada ist die Mutter von Dalisha und Tamima. Sie hat eine App installiert, mit der sie die Online-Zeit am Handy begrenzen und kontrollieren kann. Das hat beim Besuch aus Vorarlberg für Staunen gesorgt. Denn so etwas kennen Leonie und Melina nicht. „Ich habe mein Smartphone, seit ich in der Mittelschule bin. Davor hatte ich ein altes Handy von meinen Eltern, aber ohne SIM-Karte. So habe ich das Gerät mal kennengelernt“, erzählt Leonie. Wie lang sie online ist, sei unterschiedlich. Die Zeiten variieren zwischen zwei und sechs Stunden pro Tag. „Wenn ich Freundinnen treffe oder sonst was unternehme, bin ich viel weniger am Handy“, ergänzt die Zwölfjährige, die Wert darauflegt, dass sie bald 13 wird. Filme schaut sie lieber am Tablet. Aber Musik, Spiele und Social-Media-Kanäle hauptsächlich am Smartphone. „Manche Freundinnen sind gefühlt Jahre nicht am Handy. Das nervt dann manchmal, weil sie nicht erreichbar sind. Aber es gibt auch solche, die nur noch online sind. Mit denen kann ich dann auch nichts unternehmen“, so Leonie.

Zehn Stunden Bildschirmzeit am Tag seien da keine Seltenheit. Generell

sind sich aber alle einig, dass ihr Leben, „nicht gut“, „chaotisch“ oder „schwieriger“ wäre ohne das geliebte, mit Bändchen und bunten Glasperlen verzierte Teil.

Melina (15) ist die Älteste in der Runde. „Ich bin hauptsächlich auf TikTok. Sonst noch auf YouTube und Snapchat. Über das Smartphone bekomme ich mit, was so passiert. Was es Neues gibt – und natürlich ist es auch wichtig für mich, um Dinge auszumachen. Mein Tagesdurchschnitt am Handy sind etwa fünf Stunden“, erzählt sie. Ob zu viel Handykonsum ungesund sei? „Ja, leider, sicher sogar“, betont Melina leicht verschämt. In der Schule würde auch immer wieder darüber diskutiert. Manche Lehrer:innen weisen auf die Gefahren hin. „Das ist wichtig. Vor allem für Jüngere ist das gut“, ergänzt sie. Tamima (12) ist hauptsächlich auf TikTok. Ihr Handy-Limit liegt bei zweieinhalb Stunden am Tag. Ob sie gern mehr Zeit hätte? „Ja, das wäre schon super“, sagt sie etwas leise.

Regeln sind anstrengend

Mama Maiada gibt Tamima und Dalisha auch immer wieder extra Zeit. „Das ist recht einfach mit der App. Mir ist es wichtig, dass ich weiß, wie lang die

Mädels online sind am Smartphone und was sie dort schauen und machen. Und ich will, dass sie Dinge unternehmen, hinausgehen, basteln oder Musik machen“, betont sie. Dass sie da nicht immer auf offene Ohren stößt, ist mitunter anstrengend und führt auch immer wieder zu Konflikten. Aber: „Ich will ihnen einen verantwortungsvollen Umgang beibringen. Es müsste ein eigenes Unterrichtsfach dafür geben“, betont sie. Aber das bleibe oft an den Eltern hängen. „Je früher Kinder auf Bildschirme starren, umso schädlicher kann es für die Entwicklung sein. Dass diese Reizüberflutung für das Gehirn eines Kindes nicht optimal ist, liegt auf der Hand“, betont die Pädagogin und Journalistin. Fakt ist, dass dieser maßvolle Umgang nur einer sein kann, der auch von den Erwachsenen vorgelebt wird. Zudem sind Alternativen zu übermäßigem digitalen Medienkonsum meist mit Anstrengung und Mehraufwand von Seiten der Eltern verbunden. In einigen europäischen Ländern gibt es bereits ausgeprägte Handy-Pausen für Schulkinder. Etwa in Griechenland, Italien, den Niederlanden und neuerdings auch in Belgien – überall dort gilt ein Smartphone-Verbot während des Unterrichts. In Österreich gilt kein generelles Verbot, hier entscheidet jede Schule selbst.

Smartphone-Pause: Prater wirkt

Die längste Handypause der Mädchen war am abendlichen Praterbesuch zu verzeichnen. Hier ging es rund, viel Bling-Bling, Musik, Action und Trubel. Alles dreht sich, alles bewegt sich. Reizüberflutung deluxe! Da wurde dann selbst das geliebte Smartphone zur Nebensache. Zudem war es ratsam, die Geräte nicht mit in die Achterbahn, die Aqua Gaudi oder den Jumping Tower zu nehmen. Somit durften die Erwachsenen an diesem Abend auch als Handy- und Handtaschenträger fungieren. ●

Georg Widerin

HANDYSUCHT

- Lost in Isolation -

Die nahezu flächendeckende Verbreitung von Smartphones unter Kindern und Jugendlichen hat eine besorgniserregende Entwicklung in Gang gesetzt: die sogenannte Handysucht.

weil man dort wischen kann und sich etwas bewegt“, betont Roland Mader.

Kontrollverlust als zentrales Merkmal

Der Verlust der Kontrolle ist das deutlichste Anzeichen für ein Suchtverhalten, und bei Kindern und Jugendlichen manifestiert sich dies oft früh. Mader hebt hervor, dass es wichtig ist, Jugendlichen das richtige „Rüstzeug“ mitzugeben, um sich im digitalen Kosmos zurechtzufinden. Ein generelles Handyverbot sieht er nicht als Lösung: „Aber es braucht Regeln, die innerhalb der Familie vereinbart werden müssen.“ Als Faustregel empfiehlt Mader eine zeitliche Begrenzung der Handynutzung: „Bis fünf Jahre: eine halbe Stunde am Tag. Dann von sechs bis neun Jahren eine Stunde am Stück. Ab zehn Jahren hat sich ein Wochenkontingent bewährt, das man sagt, zehn bis 15 Stunden in der Woche, die man sich selbst einteilen kann.“

Entzug und seine Folgen

Ein weiteres Kriterium für Sucht ist die Reaktion auf den Entzug. „Wenn das Handy kaputt ist oder der Akku leer, kommt es zu Unruhe, Angstzuständen oder Schlafstörungen. Und nicht zu vergessen ist das Vernachlässigen anderer wichtiger Dinge im Leben – sozialer Kontakte, Beziehungen oder auch schulischer Leistungen“, warnt Mader. Diese Symptome verdeutlichen die Gefahren, die übermäßiger Handykonsum auf junge Menschen haben kann. „Die Entzugssymptome sind ähnlich wie beim Alkoholentzug“, so Musalek.

Langfristige soziale Folgen

Musalek fügt hinzu, dass die Auswirkungen weit über die akuten Entzugserscheinungen hinausgehen. „Wir haben bestimmte Entwicklungsfenster, in denen wir grundlegende Fähigkeiten lernen. Eines dieser Fenster betrifft die sozialen Beziehungen, die etwa ab dem zwölften Lebensjahr intensiv ausgebildet werden. Wird diese Phase durch exzessiven Handykonsum gestört, kann das später zu erheblichen Problemen führen“, erklärt er.

Die Rolle der (a)sozialen Medien

Soziale Medien sind besonders problematisch, da die Plattformen so gestaltet sind, dass sie mit ständiger Reizüberflutung agieren. „Das Nicht-Aufhören-Können ist das erste Suchtkriterium“, so Mader. Junge Menschen sind oft überfordert von der endlosen Flut an Informationen und dem ständigen Druck, präsent zu sein. Musalek betont: „Vor allem junge Mädchen sollten nicht zu früh mit Plattformen wie Instagram oder TikTok in Kontakt kommen, da diese das Selbstbild und Rollenverständnis in der Pubertät negativ beeinflussen können. Je später der Einstieg, desto gesünder ist es für die Entwicklung.“

Die Experten sind sich einig: Der Handysucht kann nur durch einen bewussten und kontrollierten Umgang mit digitalen Medien begegnet werden. Eltern und Schulen tragen hierbei eine besondere Verantwortung, klare Regeln zu setzen und junge Menschen im Umgang mit der digitalen Welt zu schulen. ●

Georg Widerin

Um die Risiken und Auswirkungen dieser Gefahr besser zu verstehen, haben wir mit zwei Suchtexperten gesprochen: Roland Mader, stellvertretender ärztlicher Direktor am Anton-Proksch-Institut, und Michael Musalek, Ordinarius für allgemeine Psychiatrie an der Sigmund-Freud-Universität Wien.

„Generell unterscheiden wir bei der Online-Sucht zwischen vier großen Bereichen: Glücksspiel, Gaming, Pornografie und Social-Media. Wobei wir bei letzterem noch am wenigsten darüber wissen“, erklärt Michael Musalek. Besorgniserregend ist, dass vor allem junge Menschen dazu neigen, soziale Medien exzessiv zu nutzen. „Kinder haben noch wenig Selbstkontrolle und handeln meist impulsiv. Auch Babys sind fasziniert von einem Smartphone,

Café ZwischenSchritt:

Veranstaltung über **Hass, Hetze** und **Fake News im Netz**



Sie eröffneten die Veranstaltung: (v. l. n. r.) Julie Klein, Gertrud Unterasinger, Dr. Susanne Drapalik, Laura Franz und Dr. John Evers.



Im Anschluss an die Vorträge entspannt sich jeweils eine intensive Diskussionsrunde, an der auch die Zuhörer:innen teilnehmen konnten.

Demokratie gedeiht im gesellschaftlichen Miteinander und einem (möglichst) respektvollen Diskurs. Dass gerade Letzterer im Internet häufig nicht stattfindet, ist schon lange ein Fakt. Auch und gerade in Zeiten des Wahlkampfes, der inzwischen zu einem Gutteil im Netz stattfindet, etwa auf Social Media. Doch sind diese oft Ort gezielter Beleidigungen und der Verbreitung von Unwahrheiten. Wie man beidem begegnet, untersuchte eine Veranstaltung unter dem Titel „Hass, Hetze und Desinformation – Auswirkungen auf dich, die Gesellschaft, Medien und Demokratie“ im Internetcafé ZwischenSchritt, das vom Fonds Soziales Wien (FSW) gefördert wird. Zahlreiche Expert:innen setzten dabei an zwei Abenden Impulse in Form von Vorträgen und Podiumsdiskussionen. Oliver Löhlein, Geschäftsführer des Samariterbund Wiens, machte zunächst deutlich, worum es geht: „Hass und Hetze im Netz sind nicht nur eine Bedrohung für den gesellschaftlichen Zusammenhalt, sondern auch für jedes einzelne Opfer. Einem Hasskommentar ausgesetzt zu sein, kann schwerwiegende Folgen haben, bis hin zu Depression und Suizid. Dieses Thema ins öffentliche Bewusstsein zu rücken, ist uns als Hilfsorganisation ein besonderes Anliegen.“ Hilfsangebote sind für von Hass Betroffene denn auch besonders wichtig. Zum Beispiel das Angebot #GegenHassimNetz. Es wird von der Organisation ZARA - Zivilcourage & Anti-Rassismus-Arbeit betrieben. Deren Leiterin Fiorentina Azizi-Hacker erklärte dazu: „Hasskommentare treffen vor allem marginalisierte Bevölkerungsgruppen. Die ZARA-Beratungsstelle legt großen Wert darauf, Betroffene umfangreich zu begleiten.“

Schon das Teilen von Hate-Speech juristisch relevant

Journalistin Laura Franz von ORF Report sprach sich für eine Enttabuisierung von Hate-Speech aus und wünschte sich mehr Berichte gerade von betroffenen Prominenten. Denn sie würden auch anderen Opfern aufzeigen, dass diese mit ihren erniedrigenden Erfahrungen nicht alleine stünden.

Julie Klein, Leiterin Marketing und Social Media beim Samariterbund Wien, stellte ein weitreichendes, aktuelles Urteil des ÖGH vor, wonach bereits das bloße Teilen von Hasskommentaren eine Schadenersatzpflicht gegenüber dem Opfer nach sich zieht.

In seinen Ausführungen betonte Prof. Dr. Fritz Hausjell, Präsident von Reporter ohne Grenzen Österreich, daneben die wachsende Bedrohung durch bewusste Falschmeldungen. „Welche Kanäle und welche Medien vertrauenswürdig sind, ist für viele Menschen – besonders diejenigen, die bereits vermehrt unbemerkt Opfer von Falschnachrichten geworden sind – schwer zu unterscheiden.“ Dr. John Evers von wahlkabine.at unterstrich die Bedeutung einer sachlichen politischen Debatte für die Stärkung der Demokratie. „Wahlkabine.at bietet Orientierung und macht Lust auf Beteiligung“, ergänzte er. ●

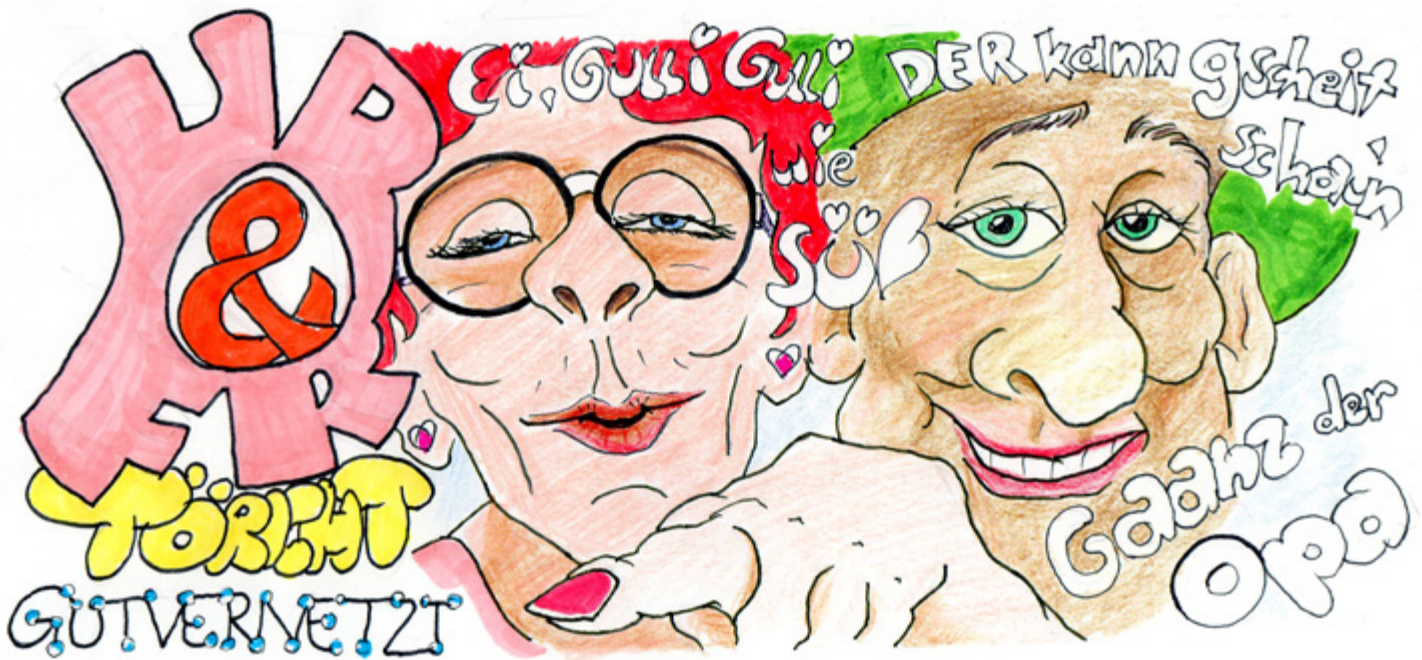
Michael Brommer

ES GEHT AUCH ANDERS:

NEUER TREND DUMBPHONE

Weniger Stress, längere Akkuzeit, mehr Lebensqualität dank Digital Detox: Noch ist es nur ein kleinerer Trend, doch immer mehr Jugendliche der sogenannten Generation Z (Geburtsjahr 1995 bis 2010) entscheiden sich ganz bewusst für ein Mobiltelefon, das nur Telefonieren und SMS-Schreiben ermöglicht – das Dumbphone (Englisch für „Dummes Telefon“). Den gleichen Effekt können Nutzer:innen dadurch erreichen, dass sie ihr Smartphone „verdummen“, etwa durch Deaktivierung der Pushnachrichten, das Löschen der Apps sowie des Mail-Postfachs oder Internetbrowsers.

Tatsächlich ist laut einer aktuellen Studie die Gen Z die einzige Bevölkerungsgruppe, bei der die tägliche Nutzungsdauer sozialer Medien seit 2021 ab- statt zugenommen hat. Viele Jugendliche entscheiden sich deshalb bewusst gegen Smartphones, weil sie Reizüberflutung, ständiger Erreichbarkeit und auch dem Druck entkommen wollen, immer online sein zu müssen, um in Social Media nur ja nichts zu verpassen. Hinzu kommt der Wunsch nach Non-Digitalem und dabei nicht durch eingehende Benachrichtigungen gestörten sozialen Austausch.



SOMMERCAMP

IN Obertrum am See

Inmitten der idyllischen Landschaft von Obertrum am See erlebten 25 Kinder aus sozioökonomisch benachteiligten Familien unvergessliche Ferientage.

Von 15. bis 19. Juli organisierte der Samariterbund Wien ein abwechslungsreiches Sommercamp, das den Kindern nicht nur eine Auszeit vom Alltag, sondern auch zahlreiche schöne Erinnerungen schenkte. Für einige der Kinder war es sogar die erste Gelegenheit, auf Urlaub zu fahren, und so war die Freude groß, als sie im Jugendgästehaus Obertrum ankamen.

Das sorgfältig geplante Programm bot den Kindern eine Vielzahl von Aktivitäten, die Spaß machten und Kreativität und Gemeinschaftsgefühl förderten. Die Sport- und Spielplätze direkt an der Unterkunft und weitere Sportmöglichkeiten im und am Obertrumer See kamen bei den Kindern ebenso gut an wie die Bastelstunden, in denen die Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen konnten – z.B. beim Bemalen von Turnsackerln. Ein besonderes Highlight war der Filmabend, an dem sich die Kinder gemütlich bei Popcorn und kühlen Getränken entspannten und gemeinsam den Disneyfilm „Mulan“ anschauten.

Baden, Tiere & Nervenkitzel

Auch die Ausflüge sorgten für strahlende Augen: Ein Besuch auf Gut Aiderbichl brachte den Kindern die Welt der Tiere näher. Sie lernten, wie wichtig der respektvolle Umgang mit Tieren ist, und durften viele der geretteten Vierbeiner hautnah erleben. Aus dem liebevollen Umgang sind innerhalb kürzester Zeit sogar regelrechte

Freundschaften entstanden! Ein weiteres Abenteuer erwartete die Kinder im Fantasiana-Erlebnispark Straßwalchen. Dort sorgten zahlreiche Attraktionen und Fahrgeschäfte für Action und Nervenkitzel.

Der Höhepunkt für viele war dennoch das Schwimmen im erfrischenden Obertrumer See. Die Kinder genossen es, ins kühle Nass zu springen, sich beim Schwimmen auszutoben und dabei die sommerliche Sonne zu genießen. So tauchte man auch im wahrsten Sinne des Wortes in die analoge Welt ein.

„Die teilnehmenden Kinder kannten wir bereits aus den LernLEOs, aus unseren Sozialmärkten, dem Haus Liebhartstal und dem Hotel de France. Und das Sommercamp in Obertrum am See zeigte einmal mehr, wie wichtig solche Angebote für Kinder aus benachteiligten Verhältnissen sind. Sie erhielten die Möglichkeit, unbeschwerte Tage zu erleben, neue Freundschaften zu knüpfen und Selbstvertrauen zu tanken. Die strahlenden Gesichter und glücklichen Erinnerungen, die sie mit nach Hause nahmen, sind der beste Beweis dafür, dass dieses Camp ein voller Erfolg war“, freut sich Birgit Greifeneder, Leiterin der Abteilung Kinder, Jugend & Familie beim Samariterbund Wien. Ebenfalls erfreulich: Das Sommercamp wurde heuer erstmals durch das Bundeskanzleramt teilfinanziert. ●

Bertram Gross



Auf Gut Aiderbichl bewiesen die Kinder ihr großes Herz für gerettete Tiere.



Action und Nervenkitzel gabs im Fantasiana-Erlebnispark Straßwalchen.





Gesundheitsstadtrat Peter Hacker testet sein Können im Blaulichtsimulator.



ALLE(S) UNTER EINEM DACH

Am 24. Juni wurde gemeinsam mit Sozial- und Gesundheitsstadtrat Peter Hacker und Bezirksvorsteher Georg Papai ein neuer **moderner Rettungstützpunkt in Wien-Floridsdorf feierlich eröffnet.**

Die Rettungsdienststelle in der Petritschgasse bietet eine vollausgestattete Leitstelle und damit ideale Bedingungen für eine hochprofessionelle und reaktionsschnelle Koordination der Krankentransporte und Notfalleinsätze. Hier werden täglich bis zu 1.000 Gespräche entgegengenommen und ca. 1.500 Krankentransporte und Notfalleinsätze disponiert. Bei „Essen auf Rädern“, das ebenfalls am neuen Standort untergebracht ist, werden pro Tag rund 70 Fahrzeuge disponiert, rund 200 Kund:innen telefonisch beraten und insgesamt 3.200 Menschen mit Essen versorgt.

Nachhaltigkeit

Die Garagen- und Stellplätze am neuen Stützpunkt beherbergen 65 Rettungs- und Krankentransportfahrzeuge sowie weitere Einsatz- und Nutzfahrzeuge.

Darunter auch eine kontinuierlich steigende Zahl an Elektrofahrzeugen. Zusätzlich sind einige der 30 Elektro-Lastenfahrräder für den Bereich „Essen auf Rädern“ untergebracht, die die Kund:innen besonders effizient und umweltschonend beliefern. An die weitläufige Garage mit 25 Elektro-Ladepunkten schließen eine Werkstatt mit drei Hebebühnen und zwei Waschboxen für die Reparatur und Wartung der Einsatzfahrzeuge an. Der Neubau entspricht den aktuellen umwelttechnischen Standards und ist mit einer Photovoltaikanlage mit 25 kWp ausgestattet – diese steigert die Effizienz beim Laden von Elektrofahrzeugen und wird in den kommenden Monaten weiter ausgebaut. Heizung und Kühlung am neuen Standort erfolgen mittels Luft-Wasser-Wärmepumpe. Als zentraler Bestandteil der Wiener Rettungskette unterstützt der neue Stützpunkt besonders die stark ge-

wachsenen Bezirke Floridsdorf und Donaustadt. Der Standort in unmittelbarer Nähe zur Klinik Floridsdorf und zur Klinik Donaustadt garantiert nicht nur eine optimale Notfallversorgung, sondern auch einen effizienten und ressourcenschonenden Betrieb.

Für den Samariterbund sind die Themen Rettungsdienst, Gesundheit und Soziales untrennbar mit Umwelt- und Klimaschutz verknüpft. Daher wurde der ökologische Gedanke bereits von Planungsbeginn des Baus besonders stark berücksichtigt.

Neue Maßstäbe

„In den vergangenen Jahren sind unsere Organisation und unser Aufgabenspektrum stark gewachsen, so auch die technologischen Anforderungen. Das spiegelt sich in zahlreichen Projekten wider. Mit der Rettungsdienststelle in





Oliver Löhlein, Geschäftsführer Samariterbund Wien, Rainer Gottwald, Leiter der Berufsrettung Wien, Georg Papai, Bezirksvorsteher Floridsdorf, Peter Hacker, Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport, Susanne Drapalik, Präsidentin Samariterbund Wien, und Franz Schnabl, Präsident Samariterbund Österreichs beim zeremoniellen Banddurchschneiden.



Der neue Rettungsstützpunkt in der Petritschgasse spielt alle Stücke. Er vereint Leitstelle, Schulungsräume, Werkstatt, moderne Lagerräume u.v.m.



„Der neue Rettungsstützpunkt ist ein Vorzeigeprojekt in Sachen Nachhaltigkeit und ein wichtiges Glied der Rettungskette, auf das man stolz sein kann.“

Dr. Susanne Drapalik

Präsidentin des Samariterbund Wiens

Wien-Floridsdorf setzen wir neue Maßstäbe – auch in puncto ökologischer Nachhaltigkeit und idealer Arbeitsbedingungen für unsere Mitarbeiter:innen“, so Samariterbund Wien-Präsidentin Dr. Susanne Drapalik. Nach der feierlichen Eröffnung gab es für geladene Gäste und Anrainer:innen die Gelegenheit, Führungen durch Stützpunkt und Leitstelle zu machen. Oliver Löhlein, Geschäftsführer des Samariterbund Wiens, stellte gemeinsam mit Michael Berger, Leiter Rettung- und Krankentransport, die Rettungsdienststelle vor. In der weitläufigen Garage stand zudem der Blaulichtsimulator bereit, der seit heuer in der Ausbildung der Einsatzkräfte genutzt wird. Versorgt wurden die Gäste von der Samariterbund-Feldküche. Neben Gulasch und Serviettenknödel gab es Süßes in Form von Waffeln aus dem Food-Truck. ●

Bertram Gross

ZAHLEN UND FAKTEN:

- **Adresse:** Petritschgasse 24, 1210 Wien
- **Technische Ausstattung:** Photovoltaikanlage (25 kWp), Elektrofahrzeugladeplätze (25 Stk.), Heizung mittels Wärmepumpe, Gründächer, Netzersatzanlage (400 kVA), Garagenstellplätze für 65 Fahrzeuge, Werkstatt, Waschboxen, moderne Büroräume, Sozialräume, Seminarräume
- **Überbaute Fläche:** 2.938,61 m²
- **Nutzfläche gesamt:** 4.443,67 m²
- **Gesamtanzahl der Arbeitsplätze/ Mitarbeiter:** ca. 400; 170 hauptamtliche Mitarbeiter, 85 Zivildienstleistende, dazu Ehrenamtliche



KOCH WAS GSCHETS!

Das ist oft leichter gesagt als getan: Deshalb unterstützt der Samariterbund Wien armutsbetroffene Menschen mit dem „Samariter Kisterl“ und fördert damit ihre gesunde und ausgewogene Ernährung.

Unter den erhöhten Lebensmittelpreisen leiden vor allem jene Familien, die bereits vor dem Preisanstieg kaum über die Runden gekommen sind. Der Samariterbund hat daher das Projekt „Koch was Gscheits“ ins Leben gerufen, das vom Sozialministerium gefördert wird. Dabei werden vulnerable Menschen regelmäßig mit dem „Samariter Kisterl“ beliefert.

Gesundes Kisterl

Dieses enthält hochwertige Lebensmittel für Kinder und Familien aus Einrichtungen für geflüchtete Menschen, der Lerneinrichtung LernLEO sowie Bewohner:innen von Wohnungsloseneinrichtungen, wie etwa dem Chancenhaus, das vom Fonds Soziales Wien (FSW) gefördert wird. „Jedes Monat werden 600 ‚Samariter Kisterln‘ mit haltbaren Lebensmitteln, Hygieneartikeln, aber auch viel frischem Obst und Gemüse sowie Rezepten für eine gesunde und ausgewogene Ernährung ausgeliefert. Wir holen auch Feedback ein und versuchen, Wünsche bei der nächsten Lieferung zu berücksichtigen. Aus-

geliefert werden die Nahrungsmittel aus Gründen der Nachhaltigkeit in wiederverwendbaren Euroboxen“, so Projektleiterin Daniela Offenbacher, Ernährungswissenschaftlerin und Diätologin beim Samariterbund Wien, die die „Samariter Kisterln“ selbst zusammenstellt und die Lieferungen koordiniert.

Samariter Suppentopf

Das Projekt „Koch was Gscheits“ bietet neben den „Samariter Kisterln“ auch regelmäßig bereits fertig zubereitete, gesunde Speisen, die in den Einrichtungen im Rahmen des Samariter Suppentopfs ausgegeben werden. Da der Bedarf nach Essensausgaben stetig steigt, werden die Mahlzeiten von 6.000 auf 8.000 Portionen monatlich erhöht. Das ist nun dank des Projekts „Koch was Gscheits“ möglich. Johannes Rauch, Bundesminister für Gesundheit, Soziales, Pflege und Konsumentenschutz, unterstützte gemeinsam mit Dr. Susanne Drapalik, Präsidentin des Samariterbund Wiens, die Verteilungsaktion des „Samariter Kisterls“ in der Wohnungslosen-Einrichtung Chancen-

haus, in der rund 70 Personen ein vorübergehendes neues Zuhause gefunden haben.

„Dass Menschen in einem reichen Land wie Österreich hungrig bleiben, ist inakzeptabel. Deswegen stellt das Sozialministerium für verschiedene Sozialorganisationen insgesamt acht Millionen Euro für die kostenlose Weitergabe von Lebensmitteln bereit. Eines der bedachten Projekte ist jenes des Samariterbund Wiens. Wichtig ist, jenen Menschen rasch Unterstützung anzubieten, die sie am dringendsten benötigen. Um Armut wirksam zu bekämpfen, braucht es aber strukturelle Maßnahmen wie die Kindergrundsicherung und die Rückkehr zu einer Mindestsicherung, die ihren Namen verdient“, so Sozialminister Johannes Rauch bei seinem Besuch.

„Wir freuen uns über die Förderung des Projekts ‚Koch was Gscheits‘, das von den Menschen in unseren Einrichtungen sehr gerne angenommen wird. Dieses neue Projekt beinhaltet sowohl die Unterstützung der Bewohner:innen in sozialer Hinsicht als auch die Förderung ihrer Gesundheit mit frischem Obst und Gemüse sowie ausgewogenen Mahlzeiten“, fasst Dr. Susanne Drapalik zusammen. ●

Susanne Kritzer

Fotos: Iris Dorfegger Sozialministerium



WIENS Zivildienner des Jahres



Zivi Simon Plaschg überzeugte durch Engagement und soziale Kompetenz.

Simon Plaschg, ehemaliger Zivildienner und nun ehrenamtlicher Mitarbeiter des Samariterbund Wiens, wurde zum „Wiener Zivildienner des Jahres 2024“ gewählt.

Simon Plaschg wollte unbedingt Zivildienst im Sozialbereich machen. So ist er schließlich beim Samariterbund Wien gelandet. Während seiner Zeit als Sanitäter im Rettungs- und Krankentransport überzeugte der 19-Jährige durch sein Engagement und soziale Kompetenz. Und auch nach dem Zivildienst blieb er dem Samariterbund erhalten. „Mittlerweile mache ich mindestens einmal in der Woche einen ehrenamtlichen Dienst. Das ist mir wichtig. Es ist eine Leidenschaft geworden“, sagt Plaschg. Vor allem die Gemeinschaft und das Team hätten dazu beigetragen: „Meine Stammfahlerin hat diese Passion bestärkt und in mir ausgelöst. Ihr habe ich sehr viel zu verdanken. Wie auch dem gesamten Samariterbund.“

Soziale Kompetenz

Vor allem den Umgang mit Menschen aller Altersgruppen und Gesellschaftsschichten hat Plaschg während seiner Zivildienstzeit sehr zu schätzen ge-

lernt: „Ich war immer schon sehr sozial eingestellt, und mein Dienst beim Samariterbund hat mich bestärkt, auch weiterhin in diesem Bereich tätig zu sein“, betont der Preisträger. Er plant, Physiotherapie zu studieren, und wird dem Samariterbund auch weiterhin die Treue halten und ehrenamtlich mitarbeiten.

~~~~~  
„Mittlerweile mache ich mindestens einmal in der Woche einen ehrenamtlichen Dienst. Das ist mir wichtig.“  
~~~~~

Die feierliche Verleihung der Auszeichnung zum Wiener Zivildienner des Jahres erfolgte im Bundeskanzleramt

durch Staatssekretärin Claudia Plakolm. Samariterbund-Bundesgeschäftsführer Reinhard Hundsmüller und Samariterbund Wien-Geschäftsführer Oliver Löhlein lobten Plaschg als Vorbild für junge Menschen und würdigten seinen unermüdlichen Einsatz für das Wohl der Gesellschaft. „Wir sind unglaublich stolz auf Simon Plaschg. Seine Auszeichnung ist eine verdiente Würdigung seiner hervorragenden Arbeit und seines unermüdlichen Einsatzes für das Wohl der Menschen in unserer Stadt“, so Löhlein. ●

Georg Widerin

INFOS ZIVILDIENTST

Interesse am Zivildienst beim Samariterbund:

Web: www.samariterwien.at/zivildienst

E-Mail: zivildienst@samariterbund.net

Tel.: +43 1 89145 418

Frau Schaffetter und
Frau Wais mit Hund Miki
leben gerne am Mühlgrund.

„Es wird schon auch ab und zu 'keppelt bei uns“

sam Wien ist zu Besuch in der Senioren-
Wohngemeinschaft am Mühlgrund.

Acht Personen leben hier. Und das gern und gut.

Ein Bericht im Fernsehen hat mich darauf gebracht. Ich hatte zwei Herzinfarkte hinter mir und habe in einem alten Haus im 16. Bezirk gewohnt. Mein Sohn hat dann den Bericht im Fernsehen gesehen und vorgeschlagen, dass wir uns das mal anschauen“, erzählt Anita Schaffetter. Seit über zehn Jahren wohnt sie nun schon in der Senioren-WG Mühlgrundgasse des Samariterbund Wiens. Ob sie die Entscheidung jemals bereut hat, verneint die resolute Seniorin. Aber: „Es gab natürlich auch für mich zuerst eine Eingewöhnungsphase. Denn ich habe ja zuvor allein gewohnt. Und das war schon eine Umstellung. Heute stört mich nichts mehr. Ganz im Gegenteil.“

„Ich werde dich beim nächsten Mal dran erinnern, wenn du wieder mal keppelst“, erwidert Irene Wais augenzwinkernd. Sie ist ebenfalls WG-Bewohnerin am Mühlgrund.

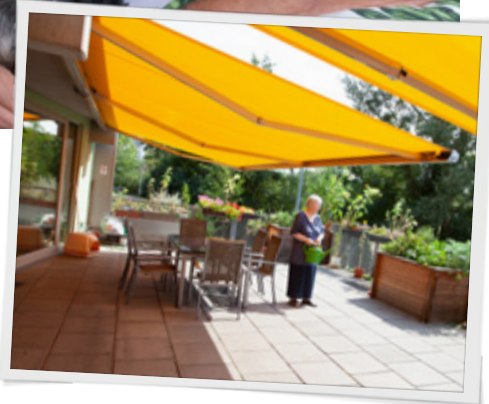
Heimkommen

Ursprünglich kommt Anita Schaffetter aus dem 22. Bezirk. Sie ist hier aufge-

wachsen und hat hier auch geheiratet. Deshalb war für sie der Umzug vom 16. Bezirk zurück in die Donaustadt eine Art Nach-Hause-Kommen. „Ich kenne das hier alles. Ich bin damals schon mit meiner Mama oft in die Lobau gefahren. Und somit bin ich jetzt wieder daheim“, freut sich Schaffetter. Besonders die Nähe zur Natur und die Ruhe schätzt sie hier sehr.

Gemeinsam leben statt einsam wohnen

„Ich habe davor im dritten Stock gewohnt. Zudem hatte ich eine Herzoperation und einen Unfall. Wenn ich da allein zu Hause umfalle, was ist dann? Der Hund kann nicht die Rettung rufen“, begründet Irene Wais ihren Entschluss, in eine Senioren-WG zu ziehen. „Manchmal geht eine Türe auf, wenn eine andere zugeht. Ich wurde vom Samariterbund zum Verbinden ins AKH geführt und lese auf einem anderen Samariterbund-Auto ‚Gemeinsam leben, statt einsam wohnen‘.“ Dann ist alles sehr schnell gegangen. „Wenn du eine Ruhe haben willst, dann gehst du in dein Zimmer. Wenn nicht, findest



du immer jemand zum Plaudern, oder wir kochen zusammen“, ergänzt Wais. Das ist für sie Lebensqualität und die schätze sie sehr. „Zudem war es für mich sehr wichtig, meinen Hund, die Miki, mitnehmen zu dürfen“, ergänzt Wais. Und Miki bringt viel Leben in die Runde und wird auch mächtig verwöhnt. Aber es gibt seit geraumer Zeit Leckerli-Verbot, an das sich fast alle halten. Irene Wais hat ein eigenes Auto und ist mobil. Davon profitieren auch ihre Mitbewohnerinnen. „Wir fahren öfters zum Schwimmen an die alte Donau oder zum gemeinsamen Frühstück. Die paar Jahre, die mir der Herrgott noch schenkt, möchte ich in Ruhe gut leben können. Und das kann ich hier.“ ●

Georg Widerin

INFO & KONTAKT

Web: www.samariterbund.at/wgs

E-Mail: gsd-info@samariterbund.net

Tel.: +43 1 89 145 283

DORIS BURES

Zweite Nationalratspräsidentin
und Wiener Spitzenkandidatin

SPÖ

**Gegenseitiger
Respekt schafft
Vertrauen.**

Doris Bures

Darum am 29.9.



SPÖ

Jetzt Konto Prozente feiern.

Bis zu 45%
Kontoführungs-
entgelt zurück.

Details auf
[bawag.at/konto-prozente](https://www.bawag.at/konto-prozente)



Das
ist
Bank.



Bio-Gemüse für alle!

Bio-Gemüse aus der Region ist gesund, schmackhaft und umweltschonend, aber nicht für jeden und jede leistbar. Damit sich das ändert, hat der Samariterbund Wien gemeinsam mit Jugend am Werk und den Ackerhelden ein neues Projekt gestartet. Auf der Ackerfläche in Großjedlersdorf werden nun Salate, Zwiebeln, Kohlrabi, Rüben, Petersilie, Zucchini und Kürbisse von freiwilligen Teilnehmer:innen der Tagesstruktur Jedlese, Lehrlingen aus dem Lehrbetrieb Moderne Berufsausbildung (MBA) und Teilnehmer:innen der praktischen Berufsorientierung (PBO) unter professioneller Anleitung der Ackerhelden angebaut. Die Ernte wird wöchentlich abgeholt und in Sozialeinrichtungen an armutsbetroffene Menschen verteilt. ●



Samariterwagerl macht Schule!

Auch das Samariterwagerl drückt immer wieder die Schulbank. Diesmal sammelten die Schüler:innen der 2B- und 5D-Klasse des Gymnasiums Theresianische Akademie haltbare Lebensmittel und Hygieneartikel für Menschen in finanzieller Notlage. Die gespendeten Produkte, die im Rahmen einer Charity-Aktion gesammelt wurden, holten Mitarbeiter:innen des Samariterbundes Wiens ab und verteilten sie an Sozialmarkt-Kund:innen. Vielen Dank für die Solidarität und tatkräftige Unterstützung!

Alle Infos zum Samariterwagerl und zur Unterstützung: www.samariterwien.at/samariterwagerl

Action für die Samariterjugend!

Im Sommer verbrachten die Kids der Samariterjugend einige Tage in Neu-Nagelberg im Waldviertel. Zu den Highlights zählten ein Ausflug zur Burg, in die Glasbläserei und sogar in die Unterwasserwelt! Bei tropischen Temperaturen stand auch Schwimmen im See ganz oben auf dem Programm. Für gemütliches Filmeschauen am Abend und entspanntes Basteln blieb auch noch genug Zeit. Kinder, Jugendliche und Betreuer:innen hatten jede Menge Spaß und freuen sich schon auf die nächsten gemeinsamen Unternehmungen.

Die Samariterjugend bietet für Kinder im Alter zwischen sechs und 18 Jahren zahlreiche Aktivitäten und viel Abwechslung. Neben dem Erlernen der Ersten Hilfe gibt es spannende Ausflüge und Sammlungen für bedürftige Menschen. Außerdem wird viel gebastelt und gespielt. ●





Hermine Freitag

BLICK ins „Samariter-Team“

Da ruht jemand in sich. Man sieht es Hermine Freitag, Fachbereichsleiterin Pflege und Senioren-WGs beim Samariterbund Wien, vielleicht nicht gleich an. So umtriebiger, wie sie ist. So rasch, wie ihr die Aufgaben von der Hand gehen. Aber das nicht schnell-schnell, nicht Schema F. Sie kümmert sich, sie schaut hin, fühlt sich ein.

Hingabe hat Hermine's Leben schon immer bestimmt. Aus einer musikbegeisterten Familie stammend, lernt sie früh, Konzertgitarre zu spielen. Die Liebe zur Musik lässt sie nicht mehr los, auch heute noch musiziert und singt sie leidenschaftlich gern. Nach der Matura an einem Musikgymnasium wird sie kurzentschlossen Krankenschwester. Sie arbeitet als Diplomiertere dann zunächst in der Pflege.

Seit 2007 ist sie beim Samariterbund Wien, führt das Qualitätsmanagement ein und baut ab 2012 objektweise die Senioren-WGs auf – heute sind es fünf mit 33 Wohnplätzen. Ihr Team an Mitarbeiter:innen wächst von 70 zu Beginn auf inzwischen 270, die an 1.000 Klient:innen 20.000 Arbeitsstunden pro Monat leisten. Eine große Aufgabe, aus der sie ganz viel Energie und Zufriedenheit schöpft: „Ich freue mich auf jeden neuen Tag, weil ich ein total positiv denkender Mensch bin. Und was ich gern tue, entspannt mich.“

KURZMELDUNGEN



Gratulation zur Auszeichnung!

Am 10. September 2024 fand die Überreichung der Medaille für Verdienste im Wiener Feuerwehr- und Rettungswesen in Silber und Bronze an verdiente Mitarbeiter:innen des Samariterbund Wiens im Wiener Rathaus statt. Insgesamt wurden 34 ehrenamtliche Samariter:innen ausgezeichnet. „Wir gratulieren unseren langjährigen ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen sehr herzlich für ihr unermüdliches Engagement. Ihre jahrzehntelange Erfahrung und ihr Know-how sind unersetzlich und prägen das Rettungswesen in Wien nachhaltig. Es ist eine große Ehre, dass ihre außergewöhnlichen Leistungen mit der Verdienstmedaille in Silber und Bronze gewürdigt wurden“, sagte Dr. Susanne Drapalik, Präsidentin des Samariterbund Wiens.

Bürgermeister besuchte den LernLEO-Stand am DIF24

Der Samariterbund Wien war auf dem heurigen Donauinselfest nicht bloß im Bereich des Sanitätsdienstes vertreten: Die LernLEOs, die kostenlose Hausaufgaben- und Lernhilfe für Kinder aus einkommensschwachen Familien bieten, waren der diesjährige Charity-Partner. Bürgermeister Michael Ludwig und die Charity-Pat:innen Caroline Athanasiadis und Robert Steiner betonten den wichtigen Beitrag der LernLEOs für sozial benachteiligte Kinder. „Als Rettungs-, Gesundheits- und Sozialorganisation ist der Samariterbund ein stets verlässlicher Partner in Wien“, so Bürgermeister Ludwig bei seinem Besuch am LernLEO-Stand auf der Donauinsel. Das LernLEO ist ein komplett spendenfinanziertes Projekt.

In diesem Jahr Charity-Partner des Donauinselfestes sein zu dürfen, bedeutete neben einer breiteren öffentlichen Wahrnehmung auch eine wichtige finanzielle Unterstützung. Und das ging beim DIF buchstäblich mit einem Handgriff: Die Getränkebecher konnten bei Sammelstellen und an unseren Ständen gespendet werden.



Fotos: Samariterbund: G. Pall

Analog spielen!

Sam und Rita haben Lust auf echte Abenteuer! Sie treffen ihre Freunde im Lainzer Tiergarten in Wien, wo sie im Wald spielen und ein Versteck bauen. Dabei beobachten sie zwei Frischlinge (das sind junge Wildschweine), die ihre Familie verloren haben. Kannst du ihnen den richtigen Weg zeigen? Wenn du die richtige Antwort weißt, dann mach mit beim Gewinnspiel!



Mitmachen & gewinnen

Wenn du die Antwort weißt, dann gehe auf die Website www.samariterbund.net/gewinnspiel. Einsendeschluss ist der 15. Dezember 2024. Zu gewinnen gibt's das 3D Puzzle Sneaker –



Mystische Drachen von Ravensburger für Kinder ab acht Jahren. Dieses coole 3D-Puzzle lässt einen Sneaker mit Drachen entstehen, der viel Platz für Utensilien bietet. Er besteht aus 108 Kunststoff-Puzzleteilen, deren Rückseiten mit Zahlen nummeriert sind, wodurch das Puzzeln kinderleicht wird.

ERSTE HILFE FÜR DEN SCHULSTART

Jetzt
spenden!

samariterwien.at/schulstart

Unser Spendenkonto

Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs
Landesverband Wien
IBAN: AT65 2011 1287 6984 9600
Kennwort: Schulstart24

SAMARITERBUND
WIEN

