

Volltreffer

Zeitschrift der Germanistikstudierenden der Kazimierz-Wielki-Universität Bydgoszcz

34. Ausgabe, Juni 2021

kns.g.ukw.edu.pl



Herausgegeben von Koło Naukowe Studentów Germanistyki

In dieser Ausgabe:

Rafał Pokrywka	Homeoffice – mein Beautysalon	3
Agata Tomicka	Die Krise des Wertes von Informationen	4
Marika Gerke	Ist Poesie noch relevant?	6
Martyna Wardzińska	Jazz – Energie aus Amerika, made in Europa	7
Aleksander Szalek	Die Musik der Zukunft – Rückkehr in die 90er?	8
Marta Kopańska	Sprachtandem – meine Erfahrungen	10
Michał Ładoń	Zum ersten Mal außerhalb des Vaterlandes	11
Aleksandra Sawina	Wie kann man sich selbst besser kennenlernen?	13
Natalia Babecka	Morgenstund hat Gold im Mund	14
Aleksandra Mindikowska	Leben ohne Müll – ist es möglich?	15
Ewelina Kopeć	Skispringen: Springen, sprang, gesprungen während der Coronapandemie	18

Impressum:

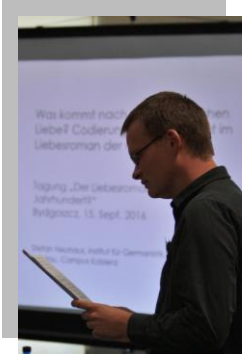
AutorInnen: Natalia Babecka, Marika Gerke, Marta Kopańska, Ewelina Kopeć, Michał Ładoń, Aleksandra Mindikowska, Rafał Pokrywka, Aleksandra Sawina, Aleksander Szalek, Agata Tomicka, Martyna Wardzińska

Korrektur: Dirk Steinhoff, Rafał Pokrywka

Layout: Paulina Kobus

Cover: Paula Gralińska, Variation zu Friedrich Overbecks Gemälde *Italia und Germania* (1828)

Chefredakteur: Rafał Pokrywka



Rafał Pokrywka

Homeoffice – mein Beautysalon

Es ist schön, schön zu sein. Besonders schön ist es, wenn man zu Hause (das heutzutage doch kein Zuhause mehr, sondern ein *Home* ist) schön aussieht. Und was diese häusliche Schönheit noch verstärkt, ja kaum auszuhalten macht, ist ihre zusätzliche Verschönerung durch die Schönheit des Zu-Hause-Arbeitens, das den schönen Namen Homeoffice trägt. Weg ist das alte Dilemma, wie man sich fürs Zuhause und wie für die Arbeit kleiden, schminken, zurechtmachen sollte. Weg die Fassaden moderner Gesellschaften. Weg der allzu gut bekannte Reiz, sich im eigenen Haus „bequem“ zu machen, was doch nichts anderes als „vernachlässigt“ und „schlampig“ bedeutet. Jetzt kann man, weil man muss, also soll, also kann, überall schön sein, zu Hause und bei der Arbeit. Schön aufstehen, schön bleiben und schön schlafen gehen – wer hätte das noch vor zwei Jahren gedacht? Jetzt ist das möglich. Wenn Vieles auf das Gleiche hinausläuft, ist es sehr schön. Sehr gut weiß das eine deutsche Supermarktkette, deren Kosmetika unser „Homeoffice zum Beautysalon“ verwandeln wollen. Als total unverständlich dagegen erscheinen uns die Nörgeleien der sog. „Kulturwissenschaftler“, die diese schöne Idee offensichtlich nicht kapiert haben:

„Die Frage, warum das Zuhause wie selbstverständlich Homeoffice genannt wird, stellt sich im Neoliberalismus, der das Ich zum permanent zu optimierenden Projekt erklärt hat, nicht mehr. Die Arbeit für und an sich selbst hebt die Trennung von innen und außen, von privat und öffentlich auf – die neoliberale Subjektivität ist wie ein Möbiusband, worauf der angefügte Hashtag #schönvoninnenundaussen treffend verweist.“

(Ole Nymoen, Wolfgang M. Schmitt, *Influencer. Die Ideologie der Werbekörper*, Suhrkamp 2021)

„Volltreffer“ sucht MitarbeiterInnen!

Wir möchten den „Volltreffer“ gerne möglichst oft herausgeben, deshalb sind wir immer an Beiträgen von ideenreichen AutorInnen zu beliebigen Themen interessiert. Die nächste Abgabefrist ist der **31. Oktober 2021**. Schickt eure Vorschläge bitte an folgende Adresse: knsg@ukw.edu.pl



Agata Tomicka

Die Krise des Wertes von Informationen

Heutzutage werden wir mit Informationen überschwemmt. Sie strömen aus allen Richtungen auf uns ein: aus dem Internet, Fernsehen, Radio und der Presse. Immer mehr Menschen haben Zugang zu einem Computer oder Smartphone, was uns wiederum Zugang zu einer fast unbegrenzten Menge an Informationen in kürzester Zeit ermöglicht. Mit der Sprachsuchoption können wir unsere Smartphones einfach fragen, wofür wir uns interessieren. Dagegen sind die sozialen Medien voll von Menschen, die uns drängen, so viele Fähigkeiten wie möglich zu erlernen und jede Fähigkeit in eine bezahlte Dienstleistung zu verwandeln. Anweisungen und Seminare zu diesem Thema werden immer beliebter. Das Wissen wird zunehmend unterbewertet, manche halten es sogar für überflüssig. Ist das richtig? Sollten wir es ablehnen, das zu lernen, was wir als Menschheit über Jahrtausende gesammelt und verfeinert haben?

Was versteht man unter dem Begriff Wissen? Dies ist alles, das behalten werden muss und keine Tätigkeit ist. Wir unterscheiden jedoch zwischen verschiedenen Arten von Informationen, die man oft als Wissen klassifiziert. Die primäre Form des Wissens sind Daten, also das, was im Akt der Beobachtung erkennbar wird. Wenn wir z.B. den Immobilienmarkt beobachten, können wir feststellen, dass der Preis für eine 50-Meter-Wohnung X und der Preis für ein 2-Hektar-Grundstück Y ausmacht. Haben diese Informationen einen Wert an sich? Ohne den Immobilienmarkt zu kennen, kann man nicht feststellen, ob der Preis zu hoch oder zu niedrig ist. Daten allein geben uns nicht viel, noch sind sie für sich genommen wichtig oder unwichtig. Wir wissen nicht, ob ein Preisrückgang von 3,000 EUR viel oder wenig ist, ob er typisch oder ungewöhnlich ist. Erst die Verknüpfung der Informationen mit anderen Phänomenen erlaubt es uns, sie zu interpretieren und zu nutzen. Wir brauchen Basiswissen auf Schritt und Tritt. Um einen Führerschein zu erwerben, muss man zunächst herausfinden, was die verschiedenen Verkehrszeichen bedeuten, welche Verkehrsregeln in einem bestimmten Land gelten, welche Geschwindigkeitsbegrenzungen es auf welchen Straßen gibt usw. Bevor wir mit einem Fahrlehrer ins Auto steigen können, müssen wir einen Theoriekurs absolvieren, in dem wir all diese Regeln lernen. Dies ist nicht der einzige Bereich des täglichen Lebens, in dem wir Wissen benötigen. Schauen wir uns einen Ausschnitt aus der Anschlussanleitung eines Geschirrspülers an: „Geschirrspüler werden mit 220 Volt betrieben, und die Steckdosen, an die Sie sie anschließen, müssen geerdet sein. Der Geschirrspüler darf nur an eine Steckdose mit Sicherungsstift angeschlossen werden, die zudem spritzwassergeschützt sein sollte. Je nach Modell muss der Stromkreis, aus dem er versorgt wird (bei 220 V), mit einer 10- oder 16-Ampere-Sicherung abgesichert werden.“ Um diese Passage zu verstehen, müsste man auf den Physikunterricht in der Schule zurückgreifen. Jemand, der sich noch nie mit Physik beschäftigt hat, wird von dieser Gebrauchsanweisung nicht viel verstehen. Dies zeigt, wie Wissen jeder Handlung vorausgeht.

Warum legt die Gemeinschaft so viel Wert auf praktische Handlung und Fähigkeiten?

Wissen wird von vielen als langweilig und unnötig angesehen, als etwas, das man nur pauken und dann vergessen muss. Eine gute Orientierung in vielen Bereichen der Wissenschaft wird als etwas angesehen, das vielleicht in einem Telespiel nützlich ist, aber nicht in unserem täglichen Leben. Wir vergessen, dass die meisten von uns mindestens 12 Jahre in der Schule verbracht haben. Ich habe mit einer Kindergärtnerin über ein Programm gesprochen, das sie gerade mit einer Gruppe von 5-Jährigen durchführt. Die Vorschulkinder haben sich mit dem Kalender beschäftigt und sind gerade zum Thema Wetter und den Naturgewalten übergegangen. Die Information, dass ein Kalenderjahr 12 Monate hat,

erscheint uns so trivial und selbstverständlich, dass wir vergessen, dass wir es früher nicht wussten. Das Gleiche gilt für Phänomene wie Sonnenauf- und -untergang oder Wechsel der Jahreszeiten. Für Kinder ist das etwas sehr Interessantes, weil sie nicht wissen, was es mit diesen Phänomenen auf sich hat. Erwachsene haben ein breites und fundiertes Wissen, das sie in der Schule erworben haben. Diese 12 Jahre Bildung haben uns nicht nur mit Informationen über die Welt, in der wir leben, versorgt. Jeder von uns hat auch herausgefunden, wie man effektiv lernt, welche Mnemotechnik bei uns am besten funktioniert und unsere Gedächtnis- und Lernprozesse trainiert. Dies sind Prozesse, die wir jeden Tag, oft unbewusst, nutzen.

Ein weiterer Grund für den Unwillen beim Erlernen von Informationen ist, dass es für uns ein sehr schwieriger und anstrengender Prozess ist. Dies wird durch Kinder perfekt veranschaulicht: ein 5-jähriges Kind kann ein Spiel 2-3 Stunden lang spielen. Wenn Kinder jedoch etwas auswendig lernen müssen, ist ihre Aufmerksamkeitsspanne sehr kurz, zirka 15 Minuten. Die Aufnahme des über Jahrtausende erworbenen Wissens ist somit extrem anstrengend, und je weniger wir diese Fähigkeit trainieren, desto schlimmer wird es.

Wie sehen Studierende der angewandten Linguistik die Frage von Wissen vs. Können?

Ich habe mit 20 Student/innen sowohl der Kazimierz-Wielki-Universität in Bydgoszcz als auch der Adam-Mickiewicz-Universität in Poznań über die Frage „praktische Grammatik vs. beschreibende Grammatik“ gesprochen. Zwölf von ihnen sagten, dass Klassen in beschreibender Grammatik für das Erlernen einer Fremdsprache unnötig seien, fünf Personen behaupteten, dass diese Fächer interessant und hilfreich seien, aber mit ihrem vollen Terminkalender hätten sie keine Zeit, sie zu lernen, und nur drei Personen sagten, dass diese Klassen eine sehr wichtige Rolle im Sprachlernprozess spielen sollten. Ich finde das sehr überraschend. Ohne Kenntnisse der Syntax, Morphologie und anderer Bereiche der beschreibenden Grammatik sind wir nicht in der Lage, eine Sprache kompetent zu nutzen. Muttersprachler sind ein gutes Beispiel dafür. Fehler in der Zeichensetzung, Rechtschreibung oder Grammatik resultieren oft aus einem Mangel an grundlegenden Kenntnissen der Sprache, die wir verwenden, selbst wenn es unsere Muttersprache ist. Ebenso wichtig im Prozess des Erlernens einer Sprache ist die Kenntnis der Kultur des jeweiligen Sprachraums. Wenn wir die Gepflogenheiten eines anderen Landes nicht kennen, können wir uns nicht nur unhöflich verhalten, sondern auch sogar ein lokales Gesetz brechen. Sowohl die Kenntnis der praktischen und beschreibenden Grammatik als auch der Geschichte und Kultur eines Landes beeinflussen unsere Sprachfähigkeiten in der Praxis.

Informationen zu erfassen, zu analysieren und zu verarbeiten ist eine wichtige Eigenschaft des Menschen. Das ist es, was unsere Zivilisation im Laufe der Jahre so sehr vorangetrieben hat. Es ist unmöglich, zu jedem Thema ein vollständiges Wissen zu besitzen. Dies bedeutet jedoch nicht, dass wir aufgeben sollten, es zu erwerben. Wissen und der Erwerb von praktischen Fähigkeiten sollten Hand in Hand gehen. Nur wenn wir beides nutzen, können wir unser volles Potenzial entfalten.

Quellen:

Conrad Hughes, *Are Skills More Important than Knowledge?*, <https://www.youtube.com/watch?v=OijM9CMFN40&t=315s>

Michał Kociankowski, *Nie ignoruj potęgę wiedzy*, „Newsweek Psychologia“, 4/2020, s. 50-53.



Marika Gerke

Ist Poesie noch relevant?

„Das Gedicht ist nicht schwieriger oder undurchdringlicher als der Rest unserer Gegenwart.“ (Monika Rinck)

Welche Rolle spielt die Poesie in der modernen Welt? Diese Welt ist voll von neuen Technologien und audiovisuellen Unterhaltungsangeboten, die in der Lage sind, große Aufregung und Freude bei uns zu erwecken. Wozu braucht man dann noch Poesie?

Die Poesie erfüllt nach wie vor die gleiche Funktion wie seit Jahrtausenden – sie inspiriert, weckt Emotionen und regt zum Nachdenken an. Das Beschreiben von Emotionen gilt als eine der wichtigsten Aufgaben der zeitgenössischen Lyrik. Emotionen sind natürlich auch in anderen literarischen Gattungen vorhanden, aber in der Lyrik werden sie durch die Konzentration von Stil- und Strukturmitteln auf einem kleinen Raum besonders hervorgehoben.

In Deutschland macht die Lyrik jährlich nur 1,79% aller Veröffentlichungen aus. Zweifellos ist der Roman derzeit die beliebteste aller literarischen Gattungen. Das wirft die Frage auf, ob Poesie in der heutigen Welt noch einen Platz hat. Die Geschichten, die auf Dialogen und Erzählung basieren, z.B. in solchen Gattungen wie Drama und Roman, können in anderen Medien adaptiert werden, vor allem im Film und im Theater, was in einer Welt, die hauptsächlich aus Bildern konstruiert wird, sich am besten verkauft. Das Lesen von Gedichten erfordert mehr Zeit und Engagement vom Leser, weil das Gedicht die Selbstreflexion des Lesers durch die Interpretation verschiedener Figuren, wie Symbole oder Metaphern, anregt. Die moderne Welt ist voll von Bildern und Worten, die sowohl in der realen als auch in der virtuellen Dimension ins Auge springen. Leider werden sie meistens dazu verwendet, Informationen zu vermitteln, die völlig irrelevant sind. Das dichterische Können würde eben darin bestehen, diese unbedeutenden Inhalte in etwas Ästhetisches und Außergewöhnliches zu verwandeln. Die Menschen von heute wollen sehr oft klare und transparente Informationen, die ihnen das Gefühl geben, das Gelesene oder Gesehene vollständig zu verstehen. Die moderne Welt ist jedoch alles andere als transparent und klar, was Manipulationen und Verfälschungen umso leichter macht.

Man sagt, die zeitgenössische Poesie sei schwer zu verstehen und nur einem kleinen Publikum zugänglich. Allerdings ist die Poesie, obwohl schwierig, in der Lage, der modernen Gesellschaft zu helfen, mit mehrdeutigen Informationen umzugehen, weil ein Gedicht sehr oft eine komplexe Struktur hat und mehrere Interpretationen zulässt. Der Leser hat so die Möglichkeit, den Text aus vielen verschiedenen Perspektiven zu betrachten. Es gibt zurzeit zahlreiche Organisationen, die versuchen, der Poesie wieder zu altem Glanz zu verhelfen, wie zum Beispiel das Berlin Poetry Festival. Es gibt auch Theorien, die besagen, dass das Gedicht eben aufgrund seines geringen Umfangs perfekt zur modernen Welt passt, die knappe Formen bevorzugt, weil sie ständig in Eile ist und niemals stillsteht. Außerdem können das Internet und die technologischen Fortschritte dazu beitragen, dass Gedichte ein größeres Publikum erreichen. Es gibt viele junge Autor*innen, die ihre Gedichte in verschiedenen sozialen Netzwerken veröffentlichen und ziemlich beliebt sind. Eine solche Dichterin ist Rupi Kaur, die ihre Texte auf Instagram veröffentlicht und die Autorin des Bandes *Milk and Honey* ist, der sich über zwei Millionen Mal verkauft hat. Die Poesie hat also ihren Platz im Internet gefunden.

Ich möchte meinen Artikel mit den Worten der österreichischen Schriftstellerin Ingeborg Bachmann abschließen, die Folgendes über die zeitgenössische Poesie sagte:

„Poesie wie Brot? Dieses Brot müsste zwischen den Zähnen knirschen und den Hunger wiedererwecken, ehe es ihn stillt. Und diese Poesie wird scharf von Erkenntnis und bitter von Sehnsucht sein müssen, um an den Schlaf der Menschen rühren zu können. Wir schlafen ja, sind Schläfer, aus Furcht, uns und unsere Welt wahrnehmen zu müssen.“



Martyna Wardzińska

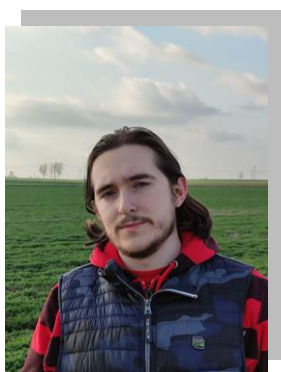
Jazz – Energie aus Amerika, made in Europa

Jazz ist eine Musikrichtung, die die Fähigkeit zur Improvisation erfordert. Er hat seine Ursprünge im späten 19. Jahrhundert, in den von Afroamerikanern gesungenen und gespielten Blues und Gospel. Die spezifische Bezeichnung dieser Musik als Jazz wird seit dem Anfang des 20. Jahrhunderts, genauer gesagt seit den 1920er Jahren, verbreitet. Es war eine Zeit, in der viele Trends aus Amerika kamen und so war es auch mit dem Jazz. Es wird angenommen, dass Jazz aus einer Kombination von Marschmusik, Gospel und Blues entstanden ist. Die 20er Jahre waren eine schwierige Zeit. Das Ende des Ersten Weltkriegs hatte unvorstellbar tragische Folgen. Das Deutsche Reich war mitschuldig am Kriegsgeschehen und es musste sich mit der Zahlung riesiger Reparationen, territorialen Verlusten und einer Wirtschaftskrise auseinandersetzen. Bis 1922 war der Import von ausländischen Produkten verboten. Trotzdem gab es auch in Deutschland Jazzbands. Die erste deutsche Jazzplatte wurde 1920 von der Original Excentric Band veröffentlicht. *Tiger Rag* ist nicht ihre Komposition, sondern sie stammt von der Original Dixieland Jazz Band, die 1917 die erste Jazzplatte der Welt hervorbrachte. Als das Verbot ausländischer Importe nach Deutschland 1922 offiziell aufgehoben wurde, blühte der Jazz auf. Die Weimarer Republik ist bekannt für ihr boomendes und ausschweifendes Nachtleben mit Tanzclubs, Bars und Cafés. Hyperinflation und der sinkende Wert des Geldes verursachten eine große Armut in der Gesellschaft, aber nach 1924 verbesserte sich die wirtschaftliche Situation des Landes, wodurch sich auch Jazz weiterverbreiten und populärer werden konnte. Es gab einen Anstieg des Verbrauchs und folglich auch einen Anstieg der Produktion von Jazzplatten.

Einer der berühmtesten Jazzmusiker war in dieser Zeit Louis Armstrong, der zu sagen pflegte: „Mann, wenn du fragen musst, was Jazz ist, dann wirst du es nie wissen.“ Er wurde berühmt für seinen einzigartigen Spielstil. Noch heute wird *What a Wonderful World* von der ganzen Welt gesungen. Freilich hat sich Jazz in den kommenden Jahren, wie jedes andere Musikgenre auch, in unterschiedliche Sparten aufgeteilt. In seinen Ursprüngen war Jazz vor allem Unterhaltungsmusik, während sich in den 50er Jahren auch avantgardistische Formen etablierten, die auf ambitionierte Improvisationen ausgerichtet waren. Einer der führenden Musiker des neuen Jazz, Keith Jarrett, stellte fest: „Jazz entsteht aus dem Risiko, sich ganz spontan selbst zu öffnen.“ Der Musiker musste sich somit von der Musik, die er spielt, mitreißen lassen. Dies bedeutete auch eine Abkehr von der klassischen europäischen Musik, die auf der Basis von strengen und spezifischen Klängen und Akkorden aufgebaut war. So brachte Jazz immer wieder neue und originelle Strömungen hervor, besonders auf seinem Höhepunkt um die Wende der 50er und 60er Jahre: den modalen Jazz, Fusion Jazz, Spiritual Jazz und Free Jazz, in dem es keine Regeln mehr gibt, sondern nur freies Improvisieren.

Nennenswerte Musiker dieser Zeit waren u.a. Miles Davis und John Coltrane. Auch heute lässt sich Jazz grundsätzlich in zwei Arten differenzieren: die avantgardistische und die populäre. Zu berühmten und sich gut verkaufenden Musikern gehören z.B. solche Stars wie Norah Jones, Diana Krall, Michael Bublé oder Jamie Cullum.

George Gershwin sagte einmal: „Jazz ist das Ergebnis der Energie, die in Amerika gespeichert ist.“ Gershwin war zwar in erster Linie Komponist symphonischer Musik, entschied sich aber, diese mit energiegeladener amerikanischer Musik zu verbinden. So ließ er sich einmal vom Jazz inspirieren und veröffentlichte 1924 seine *Rhapsody in Blue*. Es ist dabei erwähnenswert, dass Jazzmusik heutzutage nicht nur aus Amerika stammt, sondern in der ganzen Welt, in hunderten Abarten, von tausenden Bands und Solisten gespielt und von Millionen Fans gehört wird. In Europa sind viele Jazz-Labels erfolgreich, in Deutschland beispielsweise die berühmten Labels ECM oder ACT. Der europäische Jazz unterscheidet sich vom amerikanischen durch spezifische Melodien und Stimmungen. So stehen solche Musiker wie der Norweger Jan Garbarek, der Deutsche Michael Wollny oder der Pole Leszek Możdżer einerseits tief in der amerikanischen Tradition des Jazz, andererseits haben sie sich auf dieser Grundlage einen einzigartigen und unvergleichbaren Stil erarbeitet.



Aleksander Szatek

Die Musik der Zukunft – Rückkehr in die 90er?

Man hat den Eindruck, dass die Zeit immer schneller rast. Der Fortschritt in der Musiktechnologie ist überwältigend. Mit der Erfindung des Theremins hatten wir in den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts unseren ersten Kontakt mit elektronischen Instrumenten. Für viele Traditionalisten kann es schockierend sein, aber es ist heute schwer vorstellbar, dass die Musik ohne elektronische Geräte existieren kann. Wir sprechen nicht nur über die Musik, die normalerweise auf Synthesizern gespielt wird, sondern auch von verschiedenen Rockbands, die ohne E-Gitarren oder Trommelmaschinen nicht existieren könnten. Heute möchte ich mich jedoch nicht auf diese Genres konzentrieren, sondern auf die alte/neue elektronische Musik. In den letzten zehn Jahren erlebten wir eine große Renaissance der 80er Jahre, ihrer Ästhetik, Kleidermode, ihrer Liebe zu Pastellfarben und Neon, Lamborghini Diablo und Countach... Können wir angesichts des zyklischen Charakters der Zeit und der „ewigen Wiederkehr“ der Epochen die Rückkehr des nächsten Jahrzehnts, der 90er Jahre, erwarten? Womit verbinden wir diese Zeit, was bedeutet sie für uns?

Für die Deutschen bedeutete dies unter anderem die Wiedervereinigung und auch für die osteuropäischen Staaten den Systemwechsel und ein Zustrom vieler westlicher Elemente. In Polen haben wir Synthesizer und Technomusik gehört. Irgendwo in der Sammlung von Alben, die ich auf meinem Dachboden habe, kann ich noch Kopien von U96-Aufnahmen aus dem Jahre 1992 finden. Relativ bedeutende polnische Bands waren unter anderen Ventylator, Gagarin 108 und Millennium. erinnert sich noch jemand an sie? Eh, wahrscheinlich nicht mehr. Aber hier kommen wir, die neue Generation, um dies zu ändern. Nicht nur ich denke, dass die 90er Jahre eine brillante Ära waren, die zur Entwicklung vieler faszinierender Musikgenres beigetragen hat. Wie Serhii Shmaida, Mitinhaber unseres Labels Al-Trax Records, sagt: „Wir suchen nach Antworten auf die Zukunft, indem wir die Vergangenheit betrachten.“ Wir leben in einer Pandemiezeit, die Welt befindet sich in einer Krise,



ähnlich wie in der Wirtschaftskrise der 90er Jahre. Nihilistische Visionen beunruhigen fast jeden, was sich auch in der Musik widerspiegelt. Dies ist eine neue Kurve auf der Sinuswelle, die zwischen den Generationen verläuft – es gibt Perioden des Optimismus und der Hoffnung, wie die 1980er und das vergangene Jahrzehnt 2010-2019, aber es gibt auch turbulenterer Intervalle wie die 90er und die gegenwärtigen 20er Jahre. Viele Musiker versuchen diese Stimmung musikalisch wiederzugeben (ein mir gut bekanntes Beispiel ist Max Cegiełka, der bei Al-Trax ein Album namens *F**k Lockdown* veröffentlicht hat). Nicht nur hier, sondern auch in vielen anderen musikalischen Bereichen ist es ähnlich, ein Beispiel wäre auch die Erneuerung der Post-Punk-Bewegung, insbesondere in Russland, Weißrussland und der Ukraine, wo solche Bands wie Molchat Doma den Markt dominieren.

Assoziieren wir die 90er Jahre nur mit Unruhen und politischen Krisen? Nicht unbedingt. Diese Zeit hatte auch eine spezifische Mentalität, eine Vorliebe für den technologischen Fortschritt, und war optimistisch in Bezug auf die Zukunft (auch wenn das nur falsche Hoffnungen waren). Auch heute haben wir es mit sehr großen Fortschritten in elektronischen Bereichen zu tun – insbesondere in der sog. künstlichen Intelligenz. Die AI, wie es allgemein bekannt ist, wird auch in der Musik verwendet. Ich habe beim Komponieren oft künstliche Intelligenz verwendet. Die Frage ist hier – ist es dann kein Plagiat? Na ja, vielleicht bis zu einem gewissen Grad. Nach den geltenden Urheberrechtsgesetzen ist jeder, der mit AI einen Song erstellt, dessen rechtmäßiger Eigentümer, sodass er damit machen kann, was er will. Zwei Internetseiten, die ich hier besonders empfehlen möchte, sind MuseNet und Melobytes. Die erstere kann völlig neue Songs im midi-Format generieren und die vorhandenen auch erweitern. Sie erstellt auch Songs in einem bestimmten Stil, beispielsweise von Chopin oder Beethoven. Melobytes hat noch mehr Funktionen, z.B. man kann hier Musik aus einem Bild oder einer Reihe von Wörtern machen und wahrscheinlich werden im Laufe der Zeit noch weitere Optionen hinzugefügt. Ich habe die erstellten kurzen Songs neu gemischt, zum Beispiel *Staring At You*. Bei Al-Trax veröffentlicht auch der mysteriöse Agag, dessen Arbeit ausschließlich auf Musik basiert, die von Melobytes erzeugt wurde und Bilder und Texte beinhaltet, die von anderen Websites mit künstlicher Intelligenz stammen.

Was bedeuten diese Verwandlungen für den Otto Normalverbraucher? Eine These, die in sozialen Netzwerken verbreitet wird, lautet: „In Zukunft wird Unterhaltung zufällig generiert werden.“ Ich glaube, dass dies für die Situation der Konsumenten am besten geeignet ist. Persönlich hoffe ich sehr auf die Entwicklung der künstlichen Intelligenz. Wenn sie richtig gesteuert wird, kann die Menschheit sehr davon profitieren. Im Komponieren der Musik kann jeder ein paar Instrumente und eine Reihe auswählen, und die AI erledigt den Rest. Zum Beispiel klingt die auf diese Weise produzierte Musik einem Geräusch sehr ähnlich, das wir während eines Fiebertraums oder Tiefschlafs hören würden, und sie bereichert es um einen gewissen Charme. Sie ist dem Stil von Aphex Twin sehr ähnlich, einem ganz wichtigen Musiker aus den 90er Jahren. Das bestätigt nur, wie innovativ und einflussreich er damals war – schließlich kommt es nicht sehr oft vor, dass künstliche Intelligenz ohne vorheriges Training Songs in einem bereits bekannten Stil erschafft. Darüber hinaus wissen wir doch, dass die elektronische Musik der 90er Jahre sehr oft das Unterbewusstsein der Zuhörer zu beeinflussen oder unter dem Einfluss verschiedener Substanzen spezifische Emotionen in ihnen zu erzeugen versuchte (was ich mit meiner Musik natürlich nicht beabsichtige!). Derzeit kehren wir auch allmählich zu musikalischen Themen zurück, die psychologische Auswirkungen haben sollen, Melodien, die symbolisch geordnet sind, Noten, die kombiniert werden, um den gewünschten Klang zu erzielen und eine Stimmung zu kreieren.

Aber es sind immer noch vor allem Spekulationen und Fragen in Bezug auf die Musik der Zukunft. Wir wissen nicht, was die Zeit bringen wird und wie sich die Musikwelt entwickeln wird. Einige Bands wie Scooter machen immer noch klassische Sachen wie vor mehr als 20 Jahren, aber können sie neue Generationen dazu bringen, einen ähnlichen Weg zu gehen?

Hier könnt ihr meine Musik hören! <https://www.youtube.com/channel/UC-k7ELaN6UZcv-5ThWfdf3A/featured>



Marta Kopańska

Sprachtandem – meine Erfahrungen

Ich versuche immer neue Lernmethoden zu finden, um mein Deutsch zu verbessern. Deutsche Musik beim Sporttreiben, Radio und Podcasts während des Autofahrens, bekannte Filme und Bücher auf Deutsch. Auf der Suche nach Innovationen habe ich noch eine andere Methode gefunden, die ein wirklicher Volltreffer ist – nämlich das Sprachtandem.

Das Sprachtandem ist eine Lernmethode, die darin besteht, dass sich 2 Personen treffen, um miteinander zu reden. So ergänzen sich beide, weil es das jeweilige Sprachziel ist, die Muttersprache der anderen Person zu beherrschen. Auf diese Weise kann man von dieser Methode sehr profitieren, weil man vom Muttersprachler lernt. Man hört zu, wie er/sie Wörter ausspricht oder Sätze bildet. Da man ständig mit einer Person spricht, die alle Fehler korrigieren oder notieren kann, ist das Sprachtandem sehr hilfreich. Wer kennt die Sprache so gut wie die Muttersprachler?

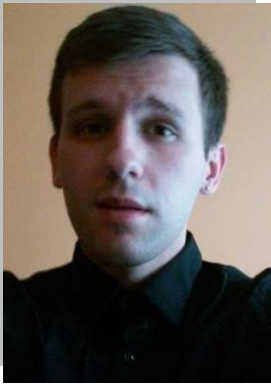
Nun bin ich im Kontakt mit einer Frau, die in Spanien lebt. Yvonne ist in Polen geboren und hier hat sie etwa 6 Jahre gewohnt. Sie versteht fast alles, was man auf Polnisch sagt, hat jedoch Probleme, in dieser Sprache zu lesen und die geschriebenen Wörter auszusprechen. Nach der Ausreise aus Polen hat sie zirka 30 Jahre in Deutschland gewohnt und danach ist sie nach Spanien gezogen. Wir finden viele gemeinsame Themen und haben ähnliche Charaktere. Deswegen reden wir so gerne miteinander.

Nach fast 2 Monaten, seit wir den Kontakt aufgenommen haben, kann ich schon sagen, dass diese Spracherfahrung einfach unschätzbar ist. Einerseits hilft die Methode, eigene Fehler zu finden und zu reduzieren, andererseits ist es ein Mittel, eine andere Kultur kennenzulernen. Aber vor allem ist das die bestmögliche Motivation, die Sprache zu lernen. Ich rede mit einer Ausländerin, die mich gut versteht und die ich auch verstehen kann. Wenn ich z.B. einen schlechten Tag habe, erinnere ich mich gerne daran, dann steigt meine Motivation wieder. Ich habe wieder Lust, etwas Produktives zu machen, was mir auch in Zukunft helfen wird, weil ich einsehe, dass ich schon einen langen Weg zurückgelegt und Fortschritte gemacht habe. Das gibt Kraft, sich weiter zu bemühen.

Es freut mich riesig, dass ich eine so nette Bekannte gefunden habe. Darüber hinaus ist das Sprachtandem nicht nur das Auf-Skype-Reden, sondern es bietet auch Reisemöglichkeiten. Yvonne und ich würden uns gerne nach der Pandemie persönlich treffen. Ich bin mir sicher, dass das etwas Einzigartiges ist, wenn man jemanden besucht, mit dem man früher nur einen digitalen Kontakt hatte.

Ein Freund von mir, der in Wolfsburg wohnt, war schon einmal bei mir und ich bin auch ein paar Mal zu ihm nach Wolfsburg gefahren. Es ist immer schön, wenn man Freunde aus dem Ausland trifft – das bedeutet, dass diese Freundschaft auch trotz der Distanz funktioniert.

Das Sprachtandem und die Suche nach Freunden, die Muttersprachler sind, kann ich allen herzlich empfehlen. Es scheint manchmal, dass wenn jemand nicht in unserer Welt lebt, würde er/sie uns nicht so gut verstehen, aber das ist Quatsch. Die Kulturbarriere ist kein unüberwindbares Hindernis. Auch wenn der Anfang schwer ist, kann man beim Tandem ganz schnell einsteigen und alles Mögliche schaffen.



Michał Ładoń

Zum ersten Mal außerhalb des Vaterlandes

Fast ein Vierteljahrhundert ohne irgendwelche Auslandsreisen

Es gab mehrere Gründe, für die ich lange nicht ins Ausland fuhr. Geldknappheit, Terroranschläge in Westeuropa und ein Übermaß an Pflichten meinerseits. Ich schaffte dies aber endlich im letzten Oktober, also mit knapp 25 Jahren.

Deutschland: das Reiseziel

Ich kam nach Deutschland, um zeitweilig zu arbeiten. Die Stelle bekam ich wohlgermerkt durch eine polnische Arbeitsvermittlungsagentur, die Leute auf ihrer Webseite rekrutiert. Ich musste jedoch auf eigene Faust aus der Heimatstadt Inowrocław nach Breslau gelangen, um von dort aus hinter die westliche Grenze vorzudringen. Die Firma bietet nämlich keinen dienstlichen Transport aus meiner Woiwodschaft ins Ausland an.

Nach Breslau fuhr ich am Samstag, dem 17. Oktober 2020, und übernachtete in einem der dortigen Hostels. Am Sonntagmorgen brachen ich und meine neuen Kollegen in einem Kleinbus nach Westen auf. Die Fahrt lief ruhig ab. Beim Überschreiten der Grenze war ich hin- und hergerissen. Ich fühlte mich einerseits frei und andererseits unwohl, denn ich befand mich somit in einem fremden Land. Das heißt fachmännisch kognitive Dissonanz.



Mühlheim, Hessen

Wir kamen am Ort, genauer gesagt in Mühlheim am Main, am Abend an, als es schon dunkel war. Man brachte uns in einem ziemlich angenehmen Hotel unter. Ich fühlte mich nach der langen und ermüdenden Reise erleichtert. Endlich Zeit, mich etwas auszuruhen. Ich bekam eine Zuweisung für ein Vierbettzimmer, deshalb lernte ich auch zusätzlich neue Leute kennen. Übrigens sorgte die Firma für unsere Übernachtung.

Am Montagmorgen fuhren wir früh zur Arbeit. Meine Aufgaben waren es, zwischen deutschen und polnischen Angestellten zu dolmetschen sowie Produkte zu zählen, weil es sich um eine Inventur handelte. Der Ort war der deutsche Baumarkt toom, genauso wie am Dienstag. Wir mussten natürlich gemäß den Anti-Corona-Maßnahmen ständig Schutzmasken am Arbeitsplatz tragen. Sogar die Nase durfte währenddessen auf keinen Fall entblößt werden, was auf längere Sicht für mich wegen beschlagener Brille sehr unbehaglich war. Wir arbeiteten ungefähr acht Stunden pro Tag.

Es gab eine Sache, die mir beim Einkaufen in den deutschen Läden auffiel – Mitarbeiter sagen zu den Kunden „Hallo!“. Ich war als Pole mir sicher gewesen, dass die richtige Begrüßungsform in offiziellen Situationen „Guten Tag!“ lautet. Nun ja, man lernt nie aus...

Leipzig, Sachsen

Wir zogen bereits am Mittwochmorgen nach Leipzig um. Dort standen uns zwei grundsätzliche Änderungen bevor, beide günstig für mich. Erstens Nacharbeit und zweitens OBI statt toom. Es fällt mir leichter, nachts zu arbeiten als tagsüber. OBI kannte ich wiederum aus Polen, wohingegen toom total neu für mich war. Noch ein Vorteil bot sich, immerhin auf den ersten Blick unmerklich – die Nähe zum Vaterland. Dies gilt vor allem psychologisch gesehen als wertvoll. Mühlheim (am Main) ist doch von Breslau weiter entfernt als von Paris.



Eine große Neuheit stellten für mich Leergutautomaten dar. Sie erfreuen sich in Deutschland enormer Beliebtheit, wohingegen man davon kaum in meinem Vaterland erfahren hat, was mir wirklich leidtut. Zum einen, weil so etwas seinen Beitrag zu allgemeiner Abfalltrennung leistet. Zum anderen in Hinblick auf in geringerem Maße mit Müll übersäte Stadtstraßen, die diese Lösung zur Folge hat. Vielleicht eines schönen Tages...

Was die hiesige Unterkunft betrifft, war sie prima. Wir verweilten bis Freitag in einem Hochstandard-Hotel. Das Zimmer wirkte groß und ich teilte es mit nur einem Mitbewohner. Als wäre es nicht schon genug, bot die Unterkunft zu bestimmten Uhrzeiten ein kostenloses Frühstück an. Auch ein Handelszentrum lag nicht weit weg. Einfach der Himmel auf Erden! Es

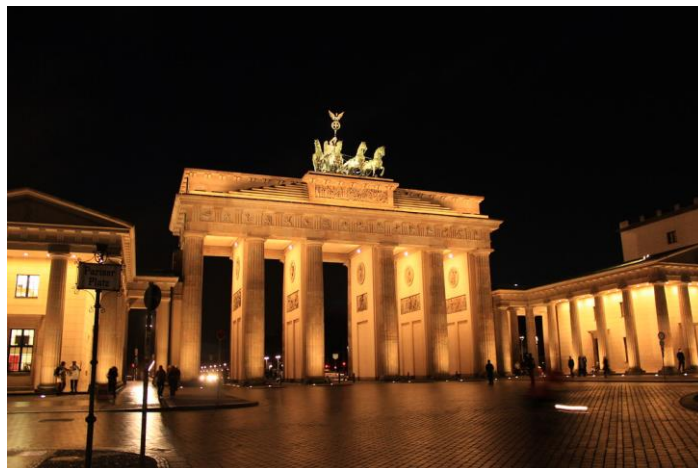
gab nur wegen der Arbeit keine Zeit, ein bisschen Leipzig zu besichtigen und das atemberaubende Völkerschlachtdenkmal aus der Nähe zu bewundern.

Berlin: das Sahnehäubchen

Wir hatten die letzte Inventur der Woche in Cottbus, wonach wir uns am Samstagmorgen, dem 24. Oktober, direkt auf den Weg nach Berlin begaben. Die deutsche Hauptstadt war der letzte Halt während der Reise. Eine echte Stadt mit Seele! Ich fühlte mich dort unglaublich, natürlich im positiven Sinne. Die Stadt weist einen überaus interessanten geschichtlichen Hintergrund auf und ist sooo kosmopolitisch. Jede Straße hat es in sich.

Unser Hotel befand sich dem Ostbahnhof und demzufolge einem ziemlich stattlichen Einkaufszentrum gegenüber. Die Zimmer erwiesen sich als extrem klein und waren jeweils von vier Personen zu besetzen. Ein kostenloses Frühstück war glücklicherweise auch hier der Fall.

Dass ich diesmal etwas Zeit für die Besichtigung fand, betrachte ich als Mehrwert. Es war sehr bezaubernd, mir den Berliner Fernsehturm aus der Ferne anzusehen – genauso wie entlang der Spree zu spazieren. Am meisten begeisterte mich aber der Anblick des Brandenburger Tores. Was für ein weiter Raum sich um diese Sehenswürdigkeit herum erstreckte... Pure Magie, die Fotos ganz und gar nicht wiedergeben. Ergänzend lässt sich sagen, dass man in der Nacht außerhalb des Hotels nicht toben durfte, weil es zwischen 23 und 6 Uhr die Sperrstunde gab. Die Aussichten aus dem Speisezimmerfenster waren nichtsdestoweniger hübsch.



Heimkehr

Wir kamen nach der letzten Inventur, also am Dienstag (dem 27.), nach Polen zurück. Der Weg gestaltete sich lange ruhig. Erst kurz vor der Grenze wurden wir unerwartet von der deutschen Polizei angehalten. Sie führte zum Glück nur eine Routinekontrolle durch, aber ich erschrak allen Ernstes. Der Rest der Reise ging ohne Komplikationen vonstatten. Ich stieg in Breslau in den Zug um, mit dem ich unmittelbar nach Inowrocław fuhr.

Rückschau

Meine erste Auslandsreise stellte sich als ein unvergessliches Abenteuer heraus. Sie war zugleich eine wertvolle Erfahrung für mich, den Germanistikabsolventen. Man eignet sich doch eine Fremdsprache am effektivsten im Ausland an. Die Sprachbarriere ist manchmal zwar groß, aber sie wird allmählich abgebaut. Bereits bekannte Kulturen lassen sich bei Gelegenheit von einer komplett neuen Seite kennenlernen. Man kann sogar sein ganzes Leben eine Zeit lang anders wahrnehmen! Eine Art Katharsis. Was die Nachteile noch betrifft, ist ermüdendes Fahren erwähnenswert. Wir legten wirklich viele Kilometer zurück...



Aleksandra Sawina

Wie kann man sich selbst besser kennenlernen?

Sich selbst kennenlernen... Wie ist das möglich? In der Welt gibt es viele Menschen, die unterschiedlich und einzigartig sind, die ihre eigenen Denkweisen und Leidenschaften haben. Heutzutage denken viele: „Ich muss wie die anderen sein“ und sie sehen nicht ein, dass sie bereits jetzt sehr interessante Personen sind und sich in einem oder mehreren Bereichen auszeichnen und von anderen unterscheiden. Es ist schlimm, wenn man sich seiner eigenen Einmaligkeit nicht bewusst ist. Einige Menschen haben ein niedriges Selbstwertgefühl und finden, dass alles, was sie machen, eine Katastrophe ist, oder verspüren den Drang, sich in schwierigen Situationen zurückzuziehen. Sie fühlen sich schlecht mit sich selbst und glauben nicht an ihre Möglichkeiten.

Warum ist es so? Wir haben Angst vor der Bewertung durch andere Menschen, dass wir z.B. etwas Dummes sagen und andere lachen. Besonders häufig kommt das vor, wenn wir schlechte Erfahrungen machen, z.B. zu Hause oder in der Schule. So bilden wir negative Überzeugungen über uns selbst aus und fühlen uns schlecht und unterbewertet. Dann kommen neue Situationen und Herausforderungen und wir sagen: „Nein, ich schaffe es nicht.“ Danach sind wir gestresst und entfalten dunkle Szenarien für die Zukunft. Man muss etwas dagegen machen. Wie kann man sich selbst besser kennenlernen?

Man kann andere Menschen bitten, die uns kennen, etwas über uns zu sagen, z.B. welche Eigenschaften wir haben. Selbstverständlich soll man sowohl nach den Vorteilen als auch den Nachteilen fragen. Man braucht andere Menschen, um sich selbst kennenzulernen, weil wir uns nur aus unserer Sicht betrachten und nicht im Stande sind, alles über uns zu wissen. Dann kann man diese Eigenschaften sammeln und aufschreiben. Wenn etwas sich wiederholt, ist es wahrscheinlich mehr oder weniger das, was uns charakterisiert.

Der nächste Schritt ist die Beobachtung, wie wir in verschiedenen Situationen reagieren. Hier haben wir die Möglichkeit, unsere Eigenschaften unter Beweis zu stellen. Vielleicht war etwas doch nicht wahr und man sollte das revidieren? Wenn wir nicht sicher sind, ob eine Eigenschaft uns bestimmt, kann man sich an vergangene Situationen und unser Verhalten dabei erinnern.

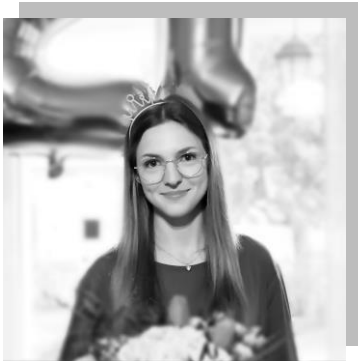
Man soll sich auch die richtigen Fragen zur Selbsterkenntnis stellen. Hier ein paar Beispiele:

1. Was mache ich gerne in meiner Freizeit?
2. Was hilft mir, wenn ich einen schlechten Tag habe?
3. Gibt es etwas Neues, was ich machen möchte?
4. Bin ich introvertiert oder extravertiert?
5. Was freut mich und was ärgert mich?
6. Was ist mein großer Erfolg?
7. Was ist mir nicht gelungen?
8. Wovor habe ich Angst?
9. Wie kümmere ich mich um mich selbst?
10. Wo fühle ich mich am besten?

Wenn wir feststellen, dass wir schon viel wissen, dann können wir etwas damit machen. Dann kommt die Zeit der Herausforderungen. Man kann in dieser Zeit etwas Neues ausprobieren und auch sich selbst beobachten. Zum Beispiel einen neuen Tanz, ein Musikinstrument spielen oder eine Sprache lernen. Man kann auch eine Arbeit oder einen Nebenjob finden. Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten und jeder kann etwas für sich selbst wählen.

Im Film mit dem Titel *Der Ja-Sager* (*Yes Man*, 2008, Regie Peyton Reed, Jim Carrey in der Hauptrolle) kann man sehr gut sehen, wie man sein Leben verändern kann. Carl arbeitet als Kreditberater und meidet soziale Kontakte. Er trifft seinen Kollegen Nick und dieser empfiehlt ihm ein Motivationsseminar. Demzufolge darf er nicht mehr nein sagen, sondern immer ja. Von diesem Moment an macht er neue Dinge und erlebt verschiedene Abenteuer. Das ist eine tolle Komödie, die viele lustige Situationen enthält.

Die Selbsterkenntnis ist ein langer Prozess, in dem man viele Fragen stellen, sich beobachten und neue Sachen machen sollte. Jedoch können die Effekte uns überraschen und unser Leben verbessern. Dann fühlen wir uns nicht nur besser, sondern haben auch die Kraft für alles andere. Vielleicht werden wir in uns ein neues Talent entdecken oder die Antwort auf die Frage finden, was wir in Zukunft machen oder werden möchten.



Natalia Babecka

Morgenstund hat Gold im Mund

Im Winter um 4.30 Uhr aufzustehen – das klingt nicht verlockend. Schließlich ist es im Bett so warm und draußen kalt. Braucht das überhaupt jemand? Ist es überhaupt möglich, den Tag so früh zu beginnen?

Meiner Meinung nach ist es wirklich schwer, früh aufzustehen, wenn man kein vorgegebenes Ziel dafür hat. Früh aufstehen, nur um es zu tun, muss erfolglos sein.

Schon in der traditionellen chinesischen Medizin galt es jedoch als angebracht, früh aufzustehen, laut dem chinesischen Arzt Ge Hong (der zwischen 283 und 343 n. Chr. lebte) am besten zwischen 3:00 Uhr und 5:00 Uhr morgens, und zwischen 21:00 Uhr und 23:00 Uhr ins Bett zu gehen. Nach Ge Hong sollte ein Mensch diese Empfehlungen befolgen, um in Harmonie mit seiner eigenen Natur zu sein und so verschiedene Körper- und Geisteskrankheiten zu vermeiden.

Morgens, wenn alle noch schlafen, kann man sich besser konzentrieren, Versäumtes im Studium nachholen und früher mit der Arbeit beginnen. In den meisten Fällen kann man diese Zeit nutzen, um das zu tun, was man tagsüber nicht mehr schafft. Man kann auch etwas für sich selbst tun, zum Beispiel ein Buch lesen, das schon lange im Regal steht, eine Fremdsprache lernen, laufen gehen, Sport treiben oder sich einfach die Zeit nehmen, ein gesundes und leckeres Frühstück zu machen oder frisch gemahlene Kaffee zu brühen. Forschungen zufolge erreicht das Gehirn den Höhepunkt seiner Produktivität unmittelbar nach dem Aufstehen. Wenn man also eine Fremdsprache lernen möchte, sollte man dies tun, sobald man aufgewacht oder aufgestanden ist, denn der Morgen ist gerade die Tageszeit, in der neue Fähigkeiten am besten erlernt werden.

Viele wissenschaftliche Studien belegen auch die positiven Auswirkungen des frühen Aufstehens. In einer von ihnen wiesen 824 Studenten, die früh aufgestanden waren, eine Steigerung von Kraft und Energie auf, was zu einer erhöhten Kreativität und Konzentration beitrug. Es ist auch erwiesen, dass frühes Aufstehen eine gute Grundlage dafür ist, sich zufriedener zu fühlen oder einfach weniger anfällig für Stress zu sein.

Zu beachten ist auch, dass sich das frühe Aufstehen positiv auf die Gesundheit auswirkt. Menschen, die früh aufstehen, haben nicht nur gute Laune während des Tages, sondern auch ein geringeres Risiko, an Depressionen zu erkranken. Frühaufsteher erledigen in der Regel die wichtigsten Sachen als erstes am Morgen und unterscheiden sich von Nachteulern dadurch, dass sie oft weniger nervös sind und

nicht unter einem ständigen Druck leben. Ein Leben unter Stress hingegen kann zu ungesunden Gewohnheiten führen oder den unregelmäßigen Lebensstil noch komplizierter machen. Frühes Aufstehen hat also viele Vorteile für unsere körperliche und geistige Gesundheit. Es ist sehr wichtig, Regelmäßigkeit in den Tagesablauf zu bringen. Ausreichender Schlaf, konsequente Zeiten zum Einschlafen und Aufstehen und eine ausgewogene Ernährung können uns helfen, unsere Lebensqualität zu verbessern.

Quelle: <https://www.betten.de/magazin/frueh-aufstehen-lernen.html>



Aleksandra Mindikowska

Leben ohne Müll – ist es möglich?

Wie viel Müll produzieren die Menschen?

Auf der ganzen Welt leben circa 7,8 Milliarden Menschen. Je nach dem Wohnort produziert jeder Mensch mehr oder weniger Müll. Das ist selbstverständlich ein großes Problem. Hier einige Daten, die zu denken geben:

Im Jahre 2019 hat Europa **225 Millionen Tonnen** Müll produziert.

Der durchschnittliche **Europäer** hat **502 Kilo** Müll produziert.

Der durchschnittliche **Pole** hat **336 Kilo** Müll produziert.

Der durchschnittliche **Deutsche** hat **609 Kilo** Müll produziert.

Diese Zahlenangaben scheinen wirklich erschreckend zu sein. Es stellt sich dabei die einfache Frage: **Warum produzieren die Menschen so viel Müll?**

Die möglichen Antworten sind: Wir leben im Wohlstand und können uns sehr viel leisten. Wir leben zu schnell und wollen verschiedene Eindrücke sammeln und immer die Wahl haben. Wir gehen einkaufen und wählen, was wir wollen, ohne nachzudenken, welche Kosten für die Umwelt das generiert. Darüber hinaus sind die meisten Produkte gut zugänglich. Wir kaufen zu viel Essen und verschwenden es. Wir unterschätzen, was wir haben. Fazit: wir müssen unser Denken ändern. Eine der möglichen Denkweisen und somit auch ein Lebensstil der Zukunft ist das sog. Zero Waste.

Was ist Zero Waste?

Zero Waste (Less Waste) ist ein Lebensstil, dessen Voraussetzung es ist, weniger Müll zu produzieren und weniger Lebensmittel zu verschwenden. Die Zero Waste International Alliance definiert den Lebensstil folgendermaßen:

“Zero Waste: The conservation of all resources by means of responsible production, consumption, reuse, and recovery of



products, packaging, and materials without burning and with no discharges to land, water, or air that threaten the environment or human health.”

„Zero Waste: Die Bewahrung aller Ressourcen mittels verantwortungsvoller Produktion, Konsum, Wiederverwendung und Rückgewinnung von Produkten, Verpackungen und Materialien ohne Verbrennung und ohne Absonderungen zu Land, zu Wasser oder in der Luft, welche die Umwelt oder die menschliche Gesundheit bedrohen.“

Zero Waste hat 6 wichtige Regeln (die sog. 6R-Regeln)

- **Refuse** (ablehnen)
- **Reduce** (reduzieren)
- **Reuse** (wiederverwenden)
- **Repair** (reparieren)
- **Recycle** (recyclen)
- **Rot** (kompostieren)



Unter Beachtung dieser Regeln können Lebensmittel und andere Konsumprodukte wiederverwertet oder nicht so schnell verschwendet werden.

Darüber hinaus ist es gut, die folgenden Tipps zu befolgen:

14 Tipps, umweltfreundlich zu leben:

1. Trenne Müll! Und zwar richtig: Glas, Papier, Plastik, Bioabfall und Restmüll.
2. Spare Wasser und Energie! Es ist sehr wichtig. Warum? Erstens, weil Wasser und Strom Geld kosten. Zweitens, weil unsere Wasservorräte begrenzt sind.
3. Benutze Mehrwegverpackung! Jeder von uns hat mindestens eine Stofftasche zu Hause. Man kann sie doch wieder benutzen, so wie auch Trinkflaschen mit Filter.
4. Reduziere den Plastikverbrauch! Ja, klar, Plastik ist billig und überall erhältlich, aber Papier und Glas sind richtig umweltfreundlich. Diese Produkte sind auch viel gesünder als Plastik.
5. Mach eine Einkaufsliste und kauf nur das, was du brauchst.
6. Iss alles auf! Verschwende kein Essen! Man muss nur den Kühlschrank oder Küchenschrank öffnen, um zu sehen, was man hat und wie lange das noch hält. In der Küche kann man doch auch kreativ sein.
7. Beachte das Verfallsdatum von Lebensmitteln und Medikamenten!
8. Kauf lokale Produkte!
9. Iss weniger Fleisch!
10. Benutze feste Kosmetika, z.B. Seifenwürfel!
11. Anstatt Auto zu fahren, fahr lieber Rad, geh spazieren und benutze öffentliche Verkehrsmittel!
12. Repariere Kleider und Geräte! Ein Loch in der Socke lässt sich leicht flicken. Klamotten kann man auch umarbeiten. Lokale Schneider und Schuster arbeiten oft besser als die großen, weltweit bekannten Hersteller.



13. Trage/Benutze deine Kleider länger! Die Mode ist wechselhaft, aber wir können unsere Sachen mit Freunden oder Familie austauschen oder verleihen. Alte Klamotten wünschen sich oft ein zweites Leben! Es gibt auch verschiedene Sammelstellen, die Kleidung sammeln und wieder verwenden.
14. Kaufe und wähle umweltfreundliche und natürliche Produkte – Lebensmittel, Kosmetika und Reinigungsmittel!

Leben ohne Müll – ist es möglich?

Wenn wir die obigen Regeln beachten, können wir die tägliche Menge an Müll reduzieren, aber wir brauchen auch globale Änderungen. Sie sollen alle Aspekte des Lebens betreffen. Wir sollen und müssen Änderungen in unserem privaten Leben einführen, das ist klar, aber eines soll man dabei nicht vergessen – die Veränderung kann nicht nur „von unten“ kommen, sondern auch „von oben“, von den Politikern, die Macht haben und globale Entscheidungen treffen können. Der Umweltschutz beginnt bereits an der Wahlurne!





Ewelina Kopeć

Skispringen: Springen, sprang, gesprungen während der Coronapandemie

Wie jemand einmal sagte, Skispringen sei eine Sportart, die jeder mag, aber niemand treibt. Wie es statistisch in Wirklichkeit aussieht, weiß ich nicht, aber bei mir stimmt das: ich schaue es gern, aber treibe es nicht. Die Weltcup-Saison 2020/2021 beobachtete ich ganz gespannt und regelmäßig. Meine Lieblingsskispringer gewannen, oder gewannen fast, liefen ihre Bestleistungen, waren irgendwo am Ende oder wurden leider wegen des Coronavirus eliminiert – echten Skispringerfun gibt es in guten und in schlechten Zeiten. Wann diese guten und schlechten Zeiten waren, beschreibe ich in diesem Text.

Mein Herz raste, als ich das Springen unserer „polnischen Adler“ sah und auf Polnisch schrie: Flieeeeeg! Je lauter ich schrie, desto länger flogen sie (aber ich bin nicht sicher, ob sie mich hören konnten). Auf jeden Fall hatte ich immer viel Spaß und konnte selbst vor Freude springen.

Die Zeit vor der 69. Vierschanzentournee war besonders unruhig für das polnische Team. Nach dem positiven Corona-Test von Klemens Murańka wurde unsere komplette Mannschaft vom Auftaktsspringen der Vierschanzentournee ausgeschlossen. Zum Glück war der nächste Test von Murańka negativ und die Gruppe aus Polen durfte am Wettkampf teilnehmen. Erstaunlich war, dass wieder ein Pole gewann. Dawid Kubacki war zwar der Titelverteidiger, aber in diesem Jahr wurde Kamil Stoch der Sieger.

Der Meister der Vierschanzentournee beendete diese Saison mit dem dritten Platz des Gesamtweltcups. Piotr Źyła wurde am 27. Februar 2021 Normalschanzen-Weltmeister in Oberstdorf und landete letztlich auf dem siebten Platz des Gesamtweltcups. Dawid Kubacki belegte den achten Platz und während eines Wettbewerbs in dieser Saison wurde er zum ersten Mal Vater. Andrzej Stękała landete auf dem sechzehnten Platz. Das war die beste Saison in seiner Karriere – das erste Mal, dass er auf dem Siegerpodest stand. Er gewann seine erste individuelle Silbermedaille in Zakopane.

Diese Weltcup-Saison bestand auch aus 4 Teamwettkämpfen. Im ersten belegte das polnische Team mit Stoch, Źyła, Kubacki und Murańka den dritten Platz. In den beiden nächsten löste Stękała seinen Kollegen Murańka ab und die polnische Mannschaft gewann die Silbermedaille. Der letzte Teamwettkampf in Planica war nicht so erfolgreich – die Herren Piotr Źyła, Dawid Kubacki, Andrzej Stękała und Jakub Wolny belegten den sechsten Platz.

In der sogenannten Nationencup-Gesamtwertung, in die die Ergebnisse aller Weltcup-Wettbewerbe einfließen (dazu zählen auch die Ergebnisse der Team-Weltcups), befindet sich das polnische Team nun auf dem zweiten Platz. Besser sind nur Norweger.

Der Norweger Halvor Egner Granerud war in dieser Saison der dominierende Mann, der folgerichtig zum Gesamtweltcup-Sieger gekrönt wurde und die Kristallkugel gewann. Anfang März informierte der Favorit über seinen positiven Corona-Test. Es ist



Halvor Egner Granerud

kaum zu glauben, dass er trotz der Krankheit den ersten Platz behielt. Nach der Quarantäne nahm er am letzten Wettbewerb in Planica teil. Hier ist auch ein anderer Norweger zu erwähnen. Daniel-André Tande hatte am letzten Wochenende der Weltcup-Saison in Slowenien einen schweren Sturz. Der Norweger verlor kurz nach dem Absprung das Gleichgewicht, prallte mit voller Wucht gegen den Aufsprunghang und blieb regungslos im Schanzenauslauf liegen. Er wurde sofort per Helikopter ins Krankenhaus nach Ljubljana geflogen. Man musste ihn ins künstliche Koma versetzen. In der Nacht zum 29. März wurde er wieder geweckt. Skifliegen ist eine spannende, aber auch lebensgefährliche Sportart. Gute Besserung, Daniel-André!



Skisprungschancen im bayrischen Oberstdorf

der Normalschanze. Er gewann eine Goldmedaille im Mixed-Team-Wettbewerb (zusammen mit Katharina Althaus, Markus Eisenbichler und Anna Rupprecht) und eine Bronzemedaille auf der Großschanze. Hier errang Geiger auch den dritten Platz allein und wurde zusammen mit Markus Eisenbichler, Pius Paschke und Severin Freund Weltmeister im Team. Natürlich nenne ich nur die wichtigsten Erfolge dieses Skispringers.

Man sagt, dass der größte Pechvogel dieser Saison der Österreicher Stefan Kraft war. Letztes Jahr gewann er alles, aber in dieser Saison hatte der Verteidiger der Kristallkugel viele Probleme. Kraft musste zwei Wettkampfpausen machen. Er verzichtete auf die Teilnahme wegen Corona und Schmerzen im Rücken – eine Verletzung, die er sich während des Skisprung-Grand-Prix 2020 zuzog. Trotz dieser Schwierigkeiten gewann er dieses Jahr bei den Nordischen Skiweltmeisterschaften 2021 auf der Großschanze in Oberstdorf die Goldmedaille. Dort war er auch zusammen mit seinem besten Freund Michael Hayböck, Daniela Iraschko-Stolz und Marita Kramer der Dritte im Mixed-Teamwettbewerb. Im Mannschaftswettbewerb gewann er zusammen mit Philipp Aschenwald, Jan Hörl und Daniel Huber die Silbermedaille.

Skispringen in der Zeit der Coronakrise war nicht leicht, aber auch nicht unmöglich. Nicht nur das Wetter, sondern auch die Corona-Verschärfungen diktierten in diesem Jahr die Bedingungen der Wettbewerbe, aber die Skispringer und Veranstalter bewältigten die meisten Schwierigkeiten perfekt.

In diesem Text schreibe ich nur über ein paar Skispringer, die ich sehr mag. Aber ich wünsche allen einen guten und ungefährdeten Telemark und viel Gesundheit. Während des Schauens der Weltcup-Saison 2020/2021 entdeckte ich, dass ich einen neuen Traum habe – im nächsten Jahr auf der Tribüne sitzen zu können.

Um meine Sprachkenntnisse zu verbessern, schaue ich oft deutschsprachige Interviews. Mein Lieblingsskispringer aus Deutschland ist Karl Geiger. In dieser Saison hatte er oft Probleme – wegen Corona konnte er nicht an einigen Wettbewerben teilnehmen und nach seiner Heilung hatte er ein Problem, wieder fit zu werden. Trotzdem ist ihm viel gelungen. Anfang Dezember krönte er sich in Planica zum Skiflug-Weltmeister. Bei den Nordischen Skiweltmeisterschaften 2021 in seiner Heimatstadt Oberstdorf, die Piotr Żyła gewann, belegte er den zweiten Platz auf