



Diego Bernardini

### #ichbinalt

Das Ding da oben nennt man «Hashtag». Es vereinfacht auf sozialen Netzwerken im Internet die Verschlagwortung eines Textes und ermöglicht das automatisierte Zusammenführen von Inhalten unterschiedlichster Quellen. Wenn ich solche Sätze schreibe, dann frage ich mich zeitweise ernsthaft, ob ich mit dem Internet meinen Lebensunterhalt verdienen will. Aber wie sagt man so schön: Hättest was Gscheites gelernt, dann ...

Ja, dann wäre ich steinreich, Putin hätte die Krim in Ruhe gelassen, es würden weltweit keine Kriege wüten, im Mittelmeer keine Menschen ertrinken und im Netz keine Kreditkartennummern geklaut: #friedeaufderwelt.

Wenn Sie nun aber erwarten, dass ich schlecht über Hashtags schreibe, dann irren Sie sich. Mir gefällt das Hashtag-Konzept für eine bessere Auffindbarkeit im Netz.

Was mich aber stört, sind Einträge, die ein banales Ferienfoto mit den Etiketten #food #ferien #ichfindsgeil #miami #sogeil #wahnsinn #ichwarda #immerwiedergerne #freunde #yeah usw. verschlagworten. Da würde ich ohne Zögern alle virtuellen Doppelkreuze aus dem Bildschirm saugen, einen realen Morgenstern basteln und mit vollster Wucht in die digitale Sphäre zurückschlagen.

Während früher unter einem gewöhnlichen Sonnenuntergangsbild schlicht «Sonnenuntergang auf Madeira» stand, so liest man heute #madeira #sonnenuntergang #beautiful #geil #ichwarda #ip6photo. Dass eine solche Verhäschtigung für Maschinen und newssüchtige Menschen Sinn machen kann, bezweifle ich nicht. Gleichzeitig empfinde ich es als Zumutung. Denn im Grunde sagt mir jeder inflationäre #Häschtäger: Wichtig ist nicht, was Du (Mensch!) liest, sondern dass es gefunden wird. Die Lösung? Zuerst einen treffenden Bildtitel formulieren und dann einen oder zwei Hashtags dazu.

Oder – mir zuliebe – auch nur den Bildtitel. ;-) ■



Susanne Kuntner

sk consulting  
Unternehmensberatung  
im Personalmanagement

www.sk-consultants.ch  
www.baustellenprofi.ch  
www.meinjob.ch

## Bitte werden Sie kein Fitness-Roboter!

**Früher war klar: Wer muskulöse Männer sehen wollte, musste eine Baustelle besuchen. Mittlerweile hat sich die Situation geändert. Bauprofis sind zwar nach wie vor Supermänner – finde ich jedenfalls –, aber um durchtrainierte Körper zu sehen, reicht es heute, einer x-beliebigen gut frequentierten Strasse entlangzugehen. Denn 2015 ist fast jeder junge Mensch gut in Form.**

*«Der Mensch ist ein soziales, auf Gemeinschaft angelegtes und Gemeinschaft bildendes Lebewesen.» (Aristoteles)*

Der Fitnesstrend hat die Schweiz erreicht, und nicht nur Männer, sondern auch Frauen sind davon betroffen. Am Feierabend scheint mindestens die Hälfte aller jungen Menschen auf dem Weg ins oder auf dem Rückweg vom Fitnessstudio zu sein. Enge Shirts, Leggings sowie bunte Laufschuhe werden nicht nur beim Sport, sondern auch in der Freizeit getragen. Am See wird Hüttenkäse statt Eiscreme gegessen, beim Flanieren wird zur Banane statt zur Zigarette gegriffen, und selbst das Smartphone, das zwischenzeitlich an manch einer Hand festgeklebt schien, muss immer öfter dem Shaker weichen. Es werden Schritte und Kalorien gezählt, Herzschlag und km/h gemessen, das Körperfett reduziert und gleichzeitig die Kilos auf der Hantel erhöht.

Es ist schön mitzuerleben, wie sich immer mehr junge Menschen um ihre Gesundheit kümmern und den Sport einem uninspirierten Abend vor dem TV vorziehen. Trotzdem birgt der aktuelle Fitnesstrend meiner Meinung nach einige Gefahren: Wer nur noch mit seinem Sixpack, seinem Bizeps und seinem straffen Po beschäftigt ist, hat keine mentalen Kapazitäten mehr, Empathie für seine Mitmenschen aufzubringen.

Man richtet den Blick nur noch auf die eigene Figur statt auf Wünsche und Bedürfnisse seines Umfelds, hört nur auf seinen Körper statt auf seine Freunde und trifft sich lieber ein fünftes Mal in der Woche mit dem Ergometer statt ein Mal mit der Mutter. Am Freitagabend geht man früh ins Bett, statt mit Freunden zu feiern, ein Mithelfen beim Umzug würde der Regeneration in die Quere kommen, und Papas Schokokuchen passt leider gar nicht in den Ernährungsplan. Verstehen Sie mich nicht falsch: Ich halte Disziplin und das klare Verfolgen ambitionierter Ziele für extrem wichtig, aber nicht, wenn es in totaler Egozentrik endet. Man soll an sich arbeiten und sich hohe persönliche Ziele stecken, doch man darf dabei nicht asozial werden. Was bringt es, zu Hause mit stählernem und ästhetischem Body ganz allein auf die nächste Trainingseinheit zu warten?

Da machen es meine Helden auf den Baustellen besser: Sie bewegen täglich schwere Lasten, verbrennen Unmengen Kalorien, sind stark und muskulös. **Daneben sind sie immer wieder für ein lockeres Gespräch zu haben – bei einem hochkalorischen, vitaminarmen, dafür erfrischenden Feierabendbier.**

Ich wünsche Ihnen einen herrlichen Start in den Sommer! ■