

## DEFACTO

## Digitale Entgiftung

Digital Detox, die sogenannte digitale Entgiftung, steht für eine Auszeit von digitalen Medien aller Art. Digital Detox kann eine Stunde, einen Tag, eine Woche oder gar Monate dauern. Je nachdem welche Absicht dahinter steckt.

Die ständige, digitale Erreichbarkeit, die Push-News-Nachrichten, das «always on» auf Instagram, Twitter, Snapchat oder getrackte Joggingrunden, Twint, Messenger-Dienste, sind ein Fluch und Segen zu gleich. Nach der Pandemie, in der wir so oft in virtuellen Räumen sasssen, ist eine digitale Entgiftung nun weit oben auf der To-do-Liste. Aber wie und wo gelingt Digital Detox am besten? Das fragte ich mich und brachte mich zum Nachdenken, als mir wieder einmal die durchschnittlich tägliche Nutzungsdauer meines Smartphones mitgeteilt wurde...

Wo finden wir sie, diese wirkliche Auszeit vom Netz und dem Handy, wo entfliehen wir aus dem digital gestalteten Alltagstrott? Wo können wir einfach mal abschalten? Allenfalls beim Spaziergang in unberührter Natur, im Yogastudio, dem Verschreib eines screening-freien Schlafzimmers oder in einer abgelegenen Berghütte. Dies ist sicher sehr individuell.

Als ich letzthin in der hiesigen Bibliothek zu Gast war, kam es mir in den Sinn: Mit so viel gedruckten Wörtern und Sätzen in unzähligen Büchern, raschelnden Zeitungen, frisch duftenden Zeitschriften, spannenden Magazinen, zeigen Bibliotheken einen ziemlichen Kontrast zum World Wide Web. Doch der Zweck ist derselbe. Beide Orte dienen der Unterhaltung, der Information, der Dokumentation, der Recherche und dem Wissen. Und doch zeigen die beiden Welten grosse Gegensätze: Was im Internet schrill und flätzig sein kann, flüchtig und ungeordnet, ist in der Bibliothek bedacht, ausgewählt und von längerer Dauer. Und durchdrungen von einer (meist) wundervollen Ruhe.

Anders als Yogaferien oder ein Hotelaufenthalt mit Detox Wellnesspaket ohne Wifi und Fernseher hat sich die Bibliothek ganz und gar nicht der Abwendung von der Welt verschrieben. Aber sie ermöglicht einen bedeutend entschleunigenden und behaglichen Zugang zu ihr. Im Grunde ist sie das Ur-Internet, wenn man so will, zumindest für mich, und gehörte in meiner Kindheit zu den besten Ausflügen. Schliesslich hatte man damals noch kein Wifi zu Hause.

Ich denke ein bisschen Achtsamkeit mit digitalen Medien tut allen Gut, sei es beim Lesen von Printmedien oder Büchern, der Verbannung des Fernsehers aus dem Schlafzimmer oder einer Joggingrunde auf dem Huttuberg ohne Tracking. Geniessen wir die Welt der direkten Begegnungen, die Natur, eine Mahlzeit ohne das Handy neben dem Teller zu haben. Es ist Zeit, die Bildschirmzeit zu reduzieren, einfach mal zur Ruhe zu kommen und die Sinne wieder für anderes zu öffnen. Ein Wechsel von der digitalen zur analogen Welt.

Stefanie Luginbühl  
Mitglied  
FDP Huttwil



## Neue Rubrik DeFacto

Bei den letzten Gemeindevahlen hat der «Unter-Emmentaler» Porträts der Huttwiler Parteien und ihren Kandidierenden veröffentlicht. Dabei entstand die Idee, den Parteien eine regelmässige Standpunkte-Plattform zu selbstgewählten Themen zu ermöglichen, um so mehr Nähe und Transparenz zur Bevölkerung zu schaffen. Die Rubrik heisst DeFacto (nach Lage der Dinge). Von den Parteien nutzen die FDP und die EDU diese Plattform regelmässig, die SP vereinzelt. Die anderen Huttwiler Parteien zeigten kein Interesse.

## ZUR WOCHE

## Früher war alles besser oder etwa nicht



Heini Erbini  
ehemaliger Lehrer,  
wohnhaft in Luthern.

Als ich mich vor einiger Zeit wieder einmal mit meinen ehemaligen Lehrerseminar-kollegen traf, waren fast alle der Meinung, dass wir doch froh sein könnten, dass wir jetzt alle pensioniert sind. So müssten wir uns nicht mehr mit dem neuen von schulfernen Fachpersonen geschaffenen Lehrplan 21, übereifrigen Schulleitern, schulkritischen Helikoptereltern, dem langsam überbordenden Papierkrieg und den vielen Teamsitzungen beschäftigen.

Bald wurde in Erinnerungen an früher geschwelgt, damals als, wie einige meinten, alles noch besser gewesen sei. Wir erinnerten uns an Klassen mit teils über vierzig Schülern, fehlender Turnhallen an Aussenschulen, wo bei Regenwetter das Turnen halt ausfiel, an Beigen von Aufsatz-, Diktat- und Rechenheften auf dem Pult. Vor allem beim Korrigieren der Aufsatzentwürfe sass man dann als Junglehrer oft bis tief in die Nacht. Fotokopierer waren unbekannt und der grösste Fortschritt waren da und dort die Spritkopierer. Leider gingen aber ab und zu die in mühsamer Arbeit gezeichneten und beschrifteten Matrizen schon bei der ersten Umdrehung kaputt. Und wer sogar mit Wachsmatrizen arbeiten musste, hatte dann oft noch tagelang Druckerschwärze an den Händen.

Sitzungen gab es einmal pro Jahr, wenn sich die Dorflehrer zusammen

mit den Lehrern der Aussenschulen im Dorfschulhaus trafen, um die Belegung der Turnhalle zu organisieren. Vor allem die Lehrer der Aussenschulen mussten dafür fast kämpfen, dass sie im Jahr auch ein paar Mal mit ihren Schülern die Halle benutzen durften. Schulbusse gab es noch keine, und so fuhr man als Lehrer halt ein paar Mal mit einem mit Schülern vollgestopften Auto den Weg ins Dorf und nach dem Turnen wieder genau so zurück.

Zum Glück hat mich damals nie ein Polizist gesehen, als ich mit meinem total mit Schülern überladenen Auto gefahren bin. Eine Schulbibliothek gab es noch nicht. Stattdessen kam mit der Spedition jeweils im Winterhalbjahr leihweise eine Kiste mit Büchern zum Ausleihen, um die Leserratten mit Lesestoff zu versorgen. Und wenn es schneite, musste Schulsuppe gekocht und serviert werden. Das war sogar für viele Kinder fast ein Fest, und nicht nur die mit den langen Schulwegen blieben über den Mittag im Schulhaus, sogar die mit den kurzen waren dann oft dabei. Schliesslich konnten sie nachher in der Mittagspause gemeinsam spielen oder Ski und Schlitten fahren am Hang hinter dem Schulhaus.

Und wenn dann im Sommer die Heuwiesen abgemäht waren, hat man dann endlich die Turnstunden nachholen können, die wegen schlechtem Wetter ausgefallen waren, sehr zum Ärger eines Schulpflegers, der meinte, dies würde doch nichts bringen, das Schreiben und Rechnen sei wichtiger.

Höhepunkt des Jahres war dann immer die Schulreise. Zuerst musste dafür gesorgt werden, dass genügend Autofahrer gefunden wurden, um die Kinder bis zur Bahnstation zu chauffieren, denn es gab noch keinen Busbetrieb bis zum Dörfchen. Da die meisten Kinder noch nie weiter aus dem Tal gekommen sind, war dann die Reise für sie mit dem Zug, dem Schiff und der Bergbahn ein

einmaliges Erlebnis samt der mehrstündigen Bergwanderung, die alle bestens gelaunt meisterten.

Natürlich wurde immer viel gesungen, nicht nur auf der Reise, sondern auch während des ganzen Schuljahres. Jedes Jahr kam einmal der Kantonschulinspektor vorbei und schaute nicht nur die Schulhefte und Vorbereitungen des Lehrers an, sondern setzte sich auch oft bei den zuständigen Stellen sehr zu deren Ärger dafür ein, damit es endlich Verbesserungen in der Ausstattung des Schulhauses gab.

Fast jede Woche wurde man von Eltern angefragt, ob man an den schulfreien Tagen nicht zum Arzt oder ins Kinderspital fahren könne, was man natürlich selbstverständlich tat. Die meisten wussten von solchen Sachen zu erzählen, aus einer, wie es scheint, längst vergangenen Zeit, die aber erst wenige Jahrzehnte zurückliegt.

Sicher war sie trotz aller Unzulänglichkeiten und Mühen weniger stressig als heute. Die Lehrer waren freier, es mussten nicht am Laufmeter immer wieder neue Vorgaben und Reformen erfüllt werden, nicht jeder Test musste den Eltern zur Unterschrift vorgelegt werden. Einer meiner Kollegen meinte, dass doch alle damals im Vollpensum gearbeitet und niemand das Gefühl gehabt hätte, überlastet gewesen zu sein. Doch sofort gab es Einspruch, und es wurde an mehrere Kollegen erinnert, die aus nervlichen und gesundheitlichen Gründen schon lange vor dem ordentlichen Pensionsalter, einige sogar schon nach wenigen Jahren, mit dem Schuldienst aufhören mussten.

Aber wie es halt so ist, im Rückblick sieht halt vieles verklärt aus, das Unangenehme und Belastende wurde im Laufe der Jahre verdrängt und die schöneren Momente sind in Erinnerung geblieben.

## GRATULATIONEN

## TRACHSELWALD

## Alfred Kobel-Zürcher, 75 Jahre

Heute Dienstag, 31. Mai, darf Alfred Kobel-Zürcher, Under Rotebüel 109 im Heimisbach, seinen 75. Geburtstag feiern. Wir gratulieren dem Jubilaren ganz herzlich zu seinem Geburtstag und wünschen ihm für das neue Lebensjahr alles Gute, viel Gesundheit und jeden Tag schöne Momente. **aft**

In der Rubrik «Gratulationen» veröffentlichen wir Glückwünsche ab dem 70. Geburtstag, Hochzeitsjubiläen sowie Berufserfolge.

## HUTTWIL/ERISWIL

## Belagsarbeiten auf der Kantonsstrasse

Auf der Kantonsstrasse Huttwil-Eriswil wird vom 7. Juni bis 29. Juli der Belag erneuert und eine Bushaltestelle behindertengerecht umgebaut. Betroffen ist der Abschnitt Bushaltestelle Tschäppel bis zur Bushaltestelle Thanweg in Eriswil. Der Verkehr wird einspurig geführt und mit einer Signalanlage geregelt. Für den Busbetrieb werden provisorische Haltestellen eingerichtet. Für den Belageinbau wird die Strasse vom 13. bis 15. Juli einseitig gesperrt und die Umfahrung signalisiert. Witterungsbedingt kann sich der Belageinbau verschieben. **ID**



## OCHLENBERG

## «Zmorge-Zmittag» der Trachtengruppe

Am Pfingstsonntag, 5. Juni, führt die Trachtengruppe Ochlenberg ab 9.30 Uhr erstmals wieder nach der Corona-Zeit ihr traditionelles «Zmorge-Zmittag» durch.

Die Mitglieder der Trachtengruppe mit ihren vielen Helfern freuen sich jetzt schon auf ein Wiedersehen. Auch die Tortenbäckerinnen werden in diesem Jahr wieder aktiv werden, um ihren Gästen das gewohnt grosse und auch äusserst leckere Angebot bieten zu können.

Der Anlass findet in Spych statt. Da die grossen Hallen benutzt werden können, stehen genügend Plätze zur Verfügung, auch wenn das Wetter nicht mitspielen sollte. Es wird auch für Unterhaltung gesorgt sein. **PR**

## IMPRESSUM

Druck, Verlag, Inserate:  
Schürch-Druck & Medien  
Bahnhofstrasse 9, 4950 Huttwil  
Tel. 062 959 80 70, Fax 062 959 80 74  
www.schuerch-druck.ch  
info@schuerch-druck.ch

Herausgeber: Markus Siegenthaler

Redaktion: Thomas Peter (Leitung),  
(Tel. 062 959 80 77); Marion Heiniger  
(Tel. 062 959 80 75); Stefan Leuenberger  
(Sport, Tel. 062 959 80 76) Marianne Ruch  
(Tel. 062 959 80 77).

Verlagsleiter Medien: Walter Ryser

Ständige Mitarbeiter/innen:  
Rolf Bleisch, Zell (rolfbleisch@bluewin.ch);  
Barbara Heiniger, Huttwil (barbara.heiniger@bluewin.ch); Ulrich Steiner, Sumiswald  
(uss@pucky.ch); Yanick Kurth, Huttwil  
(mail@yanickkurth.ch).  
ue@schuerch-druck.ch  
www.unter-ementaler.ch

Redaktion Langenthal:  
Walter Ryser, Mobile 079 668 95 30

Abonnementspreise: Inland halbjährlich  
Fr. 84.-, jährlich Fr. 153.- (inkl. MWST);  
Ausland und Luftpost jährlich Fr. 214.-.  
Automatische Verlängerung ohne rechtzeitigen  
Widerruf.

Inseratpreise: Millimeterpreis Abonnentenauf-  
lage 49 Rappen, Grossauflage 72 Rappen,  
Reklame Fr. 1.20, Grossauflage Reklame  
Fr. 1.50. Feste Aufträge mit Wiederholungs-  
rabatt: 3-mal 5%, 6-mal 10%, 13-mal 15%,  
26-mal 20%, 52-mal 25%. Farbzuschlag  
Fr. 100.-. Alle Preise inkl. MWST.

Annoncenabschlüsse: Fr. 2500.- im Jahr 5%,  
Fr. 4990.- im Jahr 10%, Fr. 7490.- im Jahr 15%,  
Fr. 9990.- im Jahr 20%.  
Chiffre-Gebühr 10 Franken.

Zustelltage: Dienstag, und Freitag (jeweils mit  
der Morgenpost). Jeden zweiten Freitag  
Grossauflage.

Abonnierte Auflage: 4672 Expl.  
Grossauflage: 19285 Expl.  
(WEMF/SRV-beglaubigt; Oktober 2021).

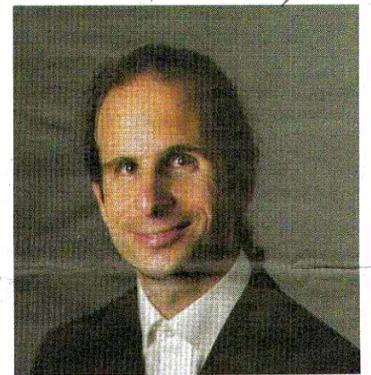


Kirchenmusikerin Christina Oehen.

## ZELL

## Singtreff findet neu in Zell statt

Der Singtreff mit Kirchenmusikerin Christina Oehen und Pfarrer Thomas Heim findet in diesem Monat am 2. und 23. Juni, 14 Uhr, in der Kapelle des Wohn- und Begegnungsortes Violino in Zell statt. Im lockeren Rahmen werden bekannte Kirchenlieder auf Hochdeutsch und Mundart gesungen. Zwischendurch gibt es Anekdoten und Hintergründe zu den Liedern zu hören. Das Angebot ist offen für alle und kostenlos. Es wird von der Reformierten Kirche Willisau-Hüswil getragen und fand bisher in Hüswil statt. **Eing.**



Pfarrer Thomas Heim.

Bilder: zvg

## DEM NÄCHST

## Huttwil

Bibliothek: Öffnungszeiten am Montag, Dienstag und Mittwoch, jeweils 15.30 bis 18.00 Uhr, Freitag, 15.30 bis 20 Uhr, Samstag, 9.30 bis 11.30 und 13.30 bis 16 Uhr, Marktgasse 3.

Heilsarmee: Seniorentreff, heute Dienstag, 14 Uhr.

Museum Salzbütte: Modelleisenbahn (Spur 0) - Sonderausstellung «Huttwiler Bahnen», morgen Mittwoch, 19 bis 21 Uhr, Kulturzentrum Salze, Spitalstrasse 14.

Landfrauen: Gemüseverkauf und Milchprodukte, morgen Mittwoch, 8.30 bis 11 Uhr, Brunnenplatz.

Pro Senectute: Seniorenturnen FitGym, morgen Mittwoch, 14 Uhr, Kirchgemeindehaus, Saal.

Musikschule: Musizieren gemischt Donnerstag, 2. Juni, 19 Uhr, Kath. Kirche Huttwil. Es spielen Schülerinnen und Schüler.

Ludothek Bumerang: Lokal geöffnet jeweils Mittwoch und Freitag, 15.30 bis 18 Uhr, sowie Samstag, 9.30 bis 11.30 Uhr, Stadthausstr. 2.

Sportschützen: Donnerstag-Übung/EMM 2. Runde, nächsten Donnerstag, 18 bis 20 Uhr.

Feldschützen: Freie Übung, Freitag, 3. Juni, 18 bis 20 Uhr.

## Affoltern

Bibliothek: Öffnungszeiten am Montag, 18 bis 19 Uhr, Donnerstag, 15 bis 17 Uhr, sowie jeden ersten Samstag im Monat, 10 bis 11 Uhr, Schulhaus.

## Eriswil

Aktivgruppe Silberdistel: Jassen, heute Dienstag, 13.30 Uhr, Gasthof Alpen.

## Sumiswald

Bibliothek: Öffnungszeiten am Montag, 15 bis 17 Uhr, Mittwoch, 9 bis 10 Uhr, Freitag, 16 bis 19 Uhr, Samstag, 10 bis 11.30 Uhr, Kirchgemeindehaus.

## Wasen

Bibliothek: Öffnungszeiten am Montag, 15 bis 16 und 19 bis 20.30 Uhr, Dienstag, 15 bis 16 Uhr, Donnerstag, 15 bis 16 und 19 bis 20.30 Uhr, Samstag, 10 bis 11.30 Uhr, Primarschulhaus.