

PRESSEMITTEILUNG

Tschagguns, 10.Februar.2026

Anmerkung: Eine Langversion ist weiter unten anzufinden.

Das Offline Dorf. Ein Ort, der unserer Zeit fehlt

Im Juni 2026 startet in Tirol das nächste Offline Dorf des Offline Institute: 25 Menschen verbringen fünf Nächte im Holzgauer Haus auf 1.500 Metern Höhe. Umgeben von Wäldern und Weite. Ohne ihr Smartphone.

Es gibt Dinge, die verschwinden nicht abrupt, sondern leise: ungestörte Gespräche, Zeit, die sich nicht in Minuten misst, Aufmerksamkeit, die nicht geteilt wird und Präsenz. Während unsere Welt immer schneller, vernetzter und intelligenter wird, werden die Räume genau dafür seltener. Gleichzeitig rücken Einsamkeit, Erschöpfung und Konzentrationsverlust zunehmend in den Fokus von Politik, Wissenschaft und Öffentlichkeit.

Disconnect to connect: Das Offline Dorf ist kein Ort des Verzichts. Mit bedachten Aktivitäten und ausgewählten Experten: innen bietet es einen kontrollierten Kontrast zum Alltag, der durchschnittlich sieben Stunden Bildschirmzeit pro Tag fordert: Bewegung, Natur, Gemeinschaft, Kreativität, Stille und Gespräche am Feuer. Eine klare Struktur ersetzt die permanente Ablenkung. Die Vorbereitung beginnt bereits vor der Anreise, damit die Abwesenheit des Smartphones nicht als Bruch, sondern als Übergang erlebt wird.

Hinter dem Projekt steht Linda Meixner, Gründerin des Offline Institute. Sie kommt aus der digitalen Welt und kennt ihre Mechanismen. „Es ist nicht das Ziel, wieder in die Welt ohne Smartphones zu kommen“, sagt Meixner. „Es wird nie mehr so sein, wir werden weiterhin mit der Technik leben. Es geht viel mehr darum eine gesunde Balance zwischen Technikkonsum und Menschsein zu erreichen.“

Die Nachfrage nach dem Offline Dorf ist seit dem ersten Pilotprojekt im Jahr 2023 ungebrochen. Wartelisten und neue Projekte entstanden, das Interesse und die Berichterstattung wuchs. Seither wurde im Hintergrund an einem Rahmen und an Partnerschaften gearbeitet, die es ermöglichen, diese Offline Erfahrung nun mehr Menschen zugänglich zu machen. Doch das Offline Dorf ist dabei nur der Anfang.

Aktuell arbeitet das Offline Institute an der Gründung eines Vereins, weil sich immer mehr Menschen melden und bewerben, die mitwirken wollen. Ziel des Vereins soll es sein, für einen bewussteren Umgang mit Technologie zu sensibilisieren, konkrete Lösungen für einen gesünderen Technikkonsum zu entwickeln und Ansätze in der Gesundheitsförderung zu stärken. Darüber hinaus arbeitet das Institut an weiteren Forschungspartnerschaften und an Formaten für Unternehmen, die Präsenz, soziale Kompetenz und menschliche Verbindung wieder stärker in ihren Teams verankern wollen. Weitere Offline-Dorf-Termine sind für den Spätsommer 2026 und für 2027 geplant.

Was hier entsteht, ist kein Gegenentwurf zur modernen Welt. Es ist eine Erinnerung an etwas Wesentliches. Ein Ort, der zeigt, wie sich Zeit anfühlen kann, wenn sie nicht permanent unterbrochen wird und warum genau solche Orte in Zukunft nicht weniger, sondern mehr gebraucht werden. „Ich glaube, dass die Räume, in denen wir wirklich offline und präsent sein können, in Zukunft immer weniger werden“, sagt Meixner. „Wir müssen diese Räume wieder schaffen. Das Offline Dorf ist ein solcher Raum: bewusst gestaltet und bewusst geschützt. Ein Ort, an dem Menschen erfahren können, was verloren geht, wenn wir es nicht aktiv bewahren.“

Die Welt wird nicht langsamer, aber wir können lernen, uns anders in ihr zu bewegen. Vielleicht ist genau das der wichtige Moment, in dem sich entscheidet, ob wir die Technologie gestalten oder aber von ihr gestaltet werden.

PRESSEMITTEILUNG – LANGFASSUNG

Die Räume, in denen wir offline sein können, schwinden und wir müssen sie zurückerobern

Im Juni 2026 öffnet das Offline Dorf des Offline Institute im Holzgauer Haus seine Türen: 5 Nächte ohne Smartphone für 25 Teilnehmende als Antwort auf eine digitale Erschöpfung, die gerade gleichzeitig erstmals politisch, wissenschaftlich und gesellschaftlich diskutiert wird.

Es gibt diesen Moment am Abend, wenn man aufs Display schaut und merkt: wieder 7 Stunden vorbei. Man weiß nicht genau, wofür. Das Gefühl ist diffus, eine Mischung aus Erschöpfung und Unruhe. Die Hand wandert automatisch zum Gerät, obwohl dort nichts wartet. Man scrollt durch Feeds, die man bereits kennt, immer wieder. Es erschöpft, aber man tut es trotzdem.

Wir befinden uns an einem Wendepunkt: Australien hat Social Media für Kinder unter 16 Jahren verboten. In Großbritannien mobilisiert die Bewegung „Smartphone Free Childhood“ Zehntausende Eltern. Beim Weltwirtschaftsforum in Davos wurde Anfang 2026 das „Human Change House“ eröffnet, ein Raum für eine einzige dringende Frage: Wie bleiben wir Mensch in einer Welt, die immer schneller und ungreifbarer wird? Wissenschaftliche Studien sprechen von einer Epidemie der Einsamkeit. Schulen diskutieren Handyverbote. Künstliche Intelligenz definiert neu, was Bewusstsein bedeutet.

Die Technologie wird intelligenter. Wir verlernen, präsent zu sein. Das ist keine Zukunftsvision, sondern Gegenwart, messbar in durchschnittlich 7 Stunden Bildschirmzeit täglich. Hochgerechnet sind das zwei Monate Lebenszeit pro Jahr. Gleichzeitig wächst ein Bedürfnis nach Authentizität, nach Begegnungen ohne Unterbrechung, nach Zeit, die sich in Momenten misst statt in Minuten. Das Problem ist strukturell, systemisch. Es liegt in der Art, wie wir leben und arbeiten.

Ein Raum zum Abschalten

Genau hier setzt das Offline Dorf an. Vom 28. Juni bis 3. Juli 2026 verbringen 25 Menschen im Holzgauer Haus in Lechleiten, Tirol, fünf Nächte ohne Smartphones: keine digitalen Ersatzgeräte, keine Ausreden, stattdessen Struktur, Gemeinschaft, Natur und bewusste Reduktion.

Das Holzgauer Haus liegt auf 1.500 Metern, eingebettet in Bergblumenwiesen, umgeben von Wäldern und Weite. Die erhöhte, ruhige Lage macht es leicht abzuschalten, ohne sich abgeschnitten zu fühlen. Seit über hundert Jahren ist das Haus ein Ort des Ankommens. Jede Generation hinterließ ihre Spuren, veränderte es, ließ es wachsen. Die Inhaberin Christine Bechter vereint die traditionsreiche Geschichte mit dem Jetzt. Der alte Herd im Stüble ist der Innbegriff, der Seele des Hauses, große Fenster öffnen den Blick auf das Lechtal, den Tannberg, den Arlberg.

Das Programm beginnt zehn Tage vor Anreise mit einer begleiteten Vorbereitungsphase: Handlungsempfehlungen zu Geräteeinstellungen, zum Umgang mit Erreichbarkeit, zum Abmelden bei Familie und Freunden. Erste Verhaltensänderungen werden bereits im Vorfeld eingeführt, damit die Angst, etwas zu verpassen, gemindert wird. Vor Ort wechseln sich eine alpine Yogastunde, eine geführte Wanderung und ein Kräuterspaziergang mit Atemtechnik, Meditation und einem Eisbaden-Workshop ab. Es gibt Impulse zu Stressmanagement und Resilienz, gemeinsame Outdoor-Feldküche,

Reflexionsgespräche am Feuer. Für Notfälle steht ein einfaches Dumbphone zur Verfügung. Ein bewusst geschaffener Raum, in dem Menschen überhaupt erst wieder spüren können, wie es sich anfühlt ohne ständige digitale Präsenz. Jede Aktivität ist bewusst gewählt, zeitlich abgestimmt und aufeinander aufbauend. Das Programm basiert auf fünf Grundpfeilern: Bewegung, Kreativität, Gemeinschaft, Entspannung und Impulse zur Reflexion. Der Digital Detox selbst ist nicht das Ziel, sondern soll eine Initialzündung setzen.

Aus persönlicher Erfahrung

Die Idee zum Offline Dorf entstand nicht aus einer Marketingstrategie, sondern aus persönlicher Erfahrung. Linda Meixner, 36, Gründerin des Offline Institute, verzichtete 2020 für 66 Tage auf ihr Smartphone, begleitet von systemischer Psychotherapie und Expertengesprächen.

Diese Biografie ist kein Widerspruch, sondern der Kern der Geschichte. Meixner kommt aus der digitalen Welt, arbeitet täglich mit Social Media, kennt die Mechanismen von innen. Sie weiß, wie Aufmerksamkeit gebunden wird, wie schwer es ist, sich zu entziehen. Ihre Beobachtungen während des Selbstversuchs: intensivere Wahrnehmung, echtere Begegnungen, ein anderes Zeitgefühl, längere Tiefschlafphasen, besseres Zuhören, Kreativität, die sich nicht in Apps erschöpft. Das bedeutsamste Ergebnis war die Entwicklung der Fähigkeit, die eigenen Bedürfnisse überhaupt wieder wahrzunehmen. Aus diesem Selbstversuch schrieb sie das Offline Manifest und gründete später das Offline Institute. „Es ist nicht das Ziel, wieder in die Welt ohne Smartphones zu kommen“, sagt Meixner. „Es wird nie mehr so sein, wir werden weiterhin mit der Technik leben. Es geht vielmehr darum, eine gesunde Balance zwischen Technikkonsum und Menschsein zu erreichen.“

Ihre Haltung zu den aktuellen Debatten ist klar: „Verbote von Social Media und der reine Verzicht darauf reichen nicht aus. Wir müssen viel früher ansetzen, jetzt schon das gesellschaftlich fördern, was in Zukunft noch mehr verloren geht: sozialer Austausch und soziale Kompetenz, Kreativität, selbstständiges Denken. Wir müssen wieder lernen, weniger zu konsumieren und dafür wieder mit eigener Kraft anzupacken und mit unseren Händen schöpferisch tätig zu werden. Bewegung ist dann nicht nur eine reine körperliche Aktivität, sondern auch ein Mittel gegen übermäßigen Smartphone Konsum. Grundvoraussetzung ist das stärken der eigenen Werte und des Selbstbewusstsein.“

Die Balance zwischen Technik und Menschsein ist keine individuelle Leistung, die man sich erarbeitet. Sie ist eine gesellschaftliche Notwendigkeit, die kollektiv erlernt werden muss. Deshalb versteht sich das Offline Dorf nicht als Lösung, sondern als Initialzündung und als Raum, in dem Menschen erfahren können, wie es sich anfühlt, wenn der Bildschirm schweigt, um dann mit dieser Erfahrung in den Alltag zurückzukehren.

Eine Bewegung entsteht

Die Nachfrage hat seit dem ersten Pilotprojekt 2023 nie nachgelassen. Menschen merkten sich vor für das nächste Offline Dorf, die Presse blieb interessiert. Parallel wuchsen weltweit Bewegungen: „Made by Humans“ als Gegenbewegung zur KI-Ära, „Newtro“ als neuer Retro-Trend, „Analog Bags“ auf Social Media, gefüllt mit Offline-Beschäftigungen.

Meixner plant jetzt die Gründung eines Vereins (NGOs), weil sich immer mehr Menschen melden, die mitwirken wollen. Ziel des Vereins soll es sein, für einen bewussteren Umgang mit Technologie zu sensibilisieren, konkrete Lösungen für einen gesünderen Technikkonsum zu entwickeln und hierfür Ansätze in der Gesundheitsförderung zu stärken. Offensichtlich entsteht ein Bewusstsein, das über ein einzelnes Projekt hinausgeht. Aktuell sind wir auf der Suche nach langfristigen Forschungspartnern, erste Gespräche laufen bereits. Corporate-Retreat-Formate sind angedacht, bei denen Unternehmen ein Offline

Dorf für ihre Mitarbeiter: innen anbieten können, um das Thema in einen größeren gesellschaftlichen Kontext zu tragen. Weitere Offline-Dorf-Termine sind für den Spätsommer 2026 und für 2027 geplant.

„Ich glaube, dass die Räume, in denen wir wirklich offline und präsent sein können, in Zukunft immer weniger werden“, sagt Meixner. „Wir müssen diese Räume wieder schaffen. Das Offline Dorf ist ein solcher Raum: bewusst gestaltet und bewusst geschützt. Ein Ort, an dem Menschen erfahren können, was verloren geht, wenn wir es nicht aktiv bewahren.“

Das Momentum

In Klassenzimmern, in Parlamenten und in Unternehmen wird derzeit ausgiebig über den übermäßigen Smartphone- und Social Media Konsum diskutiert. Menschen wenden sich ab von Systemen, die Nähe versprechen, stattdessen aber nur Aufmerksamkeit entziehen. Sie sehnen sich zurück nach echter menschlicher Bindung, nach Beziehungen ohne Unterbrechung, nach Tiefe statt schnellem Dopamin und nach echten Momenten statt kuratierten Feeds.

Das Offline Dorf ist keine Lösung für alles. Es ist ein Anfang und ein Versuch, dem übermäßigen Technikkonsum entgegenzuwirken. Die Welt wird nicht langsamer, aber wir können lernen, uns anders in ihr zu bewegen. Vielleicht ist genau das der wichtige Moment, in dem sich entscheidet, ob wir die Technologie gestalten oder aber von ihr gestaltet werden.

Fakten

Ort: Holzgauer Haus, Lechleiten, Tirol, Österreich

Datum: 28. Juni - 3. Juli 2026 (5 Nächte)

Teilnehmende: 25 limitierte Plätze

Inkludiert: Vorbereitung, Programm, persönliche Begleitung

Website: www.offline-institute.com/offline-dorf

Bildmaterial: <https://we.tl/t-flZF5W5y7m>

Quellen Artikel:

Smartphone Free Childhood

<https://www.smartphonefreechildhood.org>

Human Change House

<https://davos2026.humanchange.com>

Studie Einsamkeit

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9817115/>

Australien Social Media Verbot

<https://www.esafety.gov.au/about-us/industry-regulation/social-media-age-restrictions>

Durchschnittliche Smartphone Bildschirmzeit

<https://medienbildung.at/aktuelles/aktueller-uberblick-uber-studien-zur-screentime-nutzung/>

Pressekontakt

Linda Meixner

Gründerin, Offline Institute

+43(6644)9724230

hi@offline-institute.com