

MÄRZ 2021
N° 20

HAPPINESS

PREIS
3,- €Art by Feromontana
www.feromontana.art

07-09

BRENNSTOFFZELLE

Hoffnungsträger für eine saubere Mobilität: Beim Grazer Entwicklungs-, Prüf- und Simulationsspezialisten AVL forschen Experten an den Antriebsalternativen der Zukunft.

13-16

WUNDER MENSCH

(Anzeige)

Mit einem runderneuten Markenauftritt setzt die international erfolgreiche Merkur Versicherung ein starkes Statement und bringt ihre knapp 223-jährige Identität auf den Punkt.

17-19

URBANE LEUCHTTÜRME

Boomender Immobilienmarkt: Markus Lampesberger, Mastermind des Grazer Immobilien- und Projektentwicklers Immola, über urbane Architekturvisionen und Dächer als Erholungsasen.

24-25

GRENZENLOS GOLF

Alpe-Adria-Abschläge: Zwölf der attraktivsten Golfplätze Österreichs strahlen unter Kärntens südlicher Sonne – und auch grenzüberschreitende 3-Länder-Golferlebnisse locken.

29-31

GLÜCKSREZEPTE

Ist das Glück ein Vogerl oder können wir ihm auf die Sprünge helfen? Die besten Rezepte für hausgemachte Glücksgefühle: So werden wir happy und zufrieden!

Just Happy



Den März-Erscheinungstermin haben wir bisher gerne dem Thema Gesundheit gewidmet. Dies hing damit zusammen, dass zu diesem Zeitpunkt die meisten guten Neujahrsvorsätze schon längst vorsätzlich ignoriert worden sind, jedoch der nahende Sommerlook bald die Missachtungen des Body-Mass-Index preisgeben würde und es somit eine gute Gelegenheit war, wieder das Körperbewusstsein in den Fokus zu setzen. Die letzten Monate waren jedoch geprägt von monothematischer Berichterstattung und da kam die Befürchtung auf, dass ein Gesundheitsschwerpunkt beim Leser eher den Wunsch nach einer rituellen Verbrennung der Zeitung hochkommen lässt, anstatt positiv zu motivieren.

Wir haben uns daher entschlossen, dass diese Tage etwas mehr Freude brauchen und unsere 20. Ausgabe somit dem Thema Happiness gewidmet. Als Leitgedanke dient uns dabei John Lennons Aphorismus:

„When I was 5 years old, my mother always told me, that happiness was the key to life. When I went to school, they asked me, what I wanted to be, when I grew up. I wrote down ‚happy‘. They told me, I didn't understand the assignment, and I told them, they didn't understand life.“

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Lesevergnügen. Ihr Sirius Alexander Pansi

HERAUSGEBER

Foto: René Strasser

308 STILL IN THE CAN



Acryl und spray paint auf Leinwand (80 x 120 cm)

Cover-Artwork:

FEROMONTANA

Geboren 1964 in Graz, Univ.-Prof. für Öffentliches Recht, Partner bei Eisenberger Rechtsanwälte
Ausstellungen 2019/20 in New York, Madrid, Brüssel, Dubai, Frankfurt, Salzburg
In Österreich vertreten durch Bakerhouse Gallery

„Gerade in Zeiten einer weltweiten Krise sehe ich es als wichtige Aufgabe der Kunst, positive und optimistische Stimmung zu vermitteln. Was gibt uns dieses Gefühl mehr als Smileys? Ich sehe meine Smileyserie als Botschaft der Hoffnung in einer Welt, in der gerade negative Nachrichten dominieren.“ Dem aufmerksamen Betrachter von Kunstwerk und Titel entgeht nicht, dass nur ein Teil der in der Dose vorhandenen Smileys, nämlich 92 Stück, ihren Weg in die Welt gefunden hat. Der Künstler will damit zum Ausdruck bringen, dass es nicht nur in der Gegenwart eine positive Grundstimmung braucht, sondern auch in Zukunft noch Platz für Optimismus sein muss.

IMPRESSUM

Medieninhaber & Herausgeber: JUST Verlags GmbH, Hans-Sachs-Gasse 5, 8010 Graz, office@111media.at Konzept: Sirius Alexander Pansi Redaktion: Elke Jauk-Offner, Klaus Höfler, Andreas Kolb, Josef Puschtitz, Melanie Reinisch, Susanna Sklenar, Wolfgang Wildner Grafik & Art Direction: Bureau A/O Piktogramme: Flaticon Cover-Artwork: Feromontana Hersteller: Druck Styria GmbH & Co KG Die Meinung der Kolumnisten muss nicht der Meinung der Redaktion entsprechen. Auf weibliche und männliche Bezeichnung wird verzichtet. Just ist geschlechtsneutral. Offenlegung: www.just-magazin.com/impresum

02



Die Vermessung des Glücks

Text: ELKE JAUK-OFFNER & KLAUS HÖFLER

Illustration: ERICH TIEFENBACH

Jeder ist es gerne. Alle streben es an: glücklich sein. Aber wie bekommt man das mit dem Glück bloß bestmöglich hin? Man könnte die Finnen fragen. Oder Glücksforscher, die sich an der Messbarkeit des Wohlbefindens abarbeiten. Oder stimmt es und Glück ist tatsächlich nur ein scheues Vogel? Eine Spurensuche.

Herr Rossi sucht das Glück. Herr Ruckriegel aber auch. Herr Höfer detto. Und Herr Deaton sowie so. Im Grunde genommen tun wir es ja alle. Aber ist auch genug für alle da? Wo findet man es? Was muss man dafür tun, um es zu bekommen? Lässt es sich erzwingen? Erkaufen? Eintauschen?

Lohnen würde es sich. Denn Glück fühlt sich nicht nur gut an, es macht – das zeigen viele Studien – Menschen kreativer, leistungsfähiger, ja sogar gesünder. Nicht zuletzt deshalb ist das Thema auch zunehmend für Politik, Gesellschaft und Wirtschaft interessant geworden. Denn nicht Wohlstand und Wirtschaftswachstum allein schaffen die Voraussetzungen für ein gelingendes, glückliches Leben. Da ist noch etwas, das unser Leben reicher macht: Glück.

Aber was ist das eigentlich – Glück? Ein Gefühl? Eine Spielart des Schicksals? Mentale Einstellungssache oder messbares Hormonspiegelresultat? Oder ein Mix aus allem? Was Glück jedenfalls ist: ein Forschungsgegenstand.

Im interdisziplinären Fachgebiet Glücksforschung setzen sich vor allem Psychologen, Soziologen, Ökonomen, Neurobiologen und Mediziner mit dem subjektivem Wohlbefinden

Ungebrochen Freude am Gestalten

Andreas Herz, Unternehmer und Vizepräsident der Wirtschaftskammer Steiermark, über die Grundfesten des Unternehmertums in Zeiten der Krise.

Was macht in Ihren Augen geglücktes Unternehmertum aus?

ANDREAS HERZ: Es gibt so viele verschiedene Arten, Größenordnungen und Motive von Unternehmertum – es fällt schwer, dafür ein allgemeines Rezept abzuleiten, so nach der Devise: „Das ist es.“ Oder: „So funktioniert es.“

Ein paar Begriffe vielleicht, die sich am ehesten verallgemeinern lassen.

HERZ: Unternehmertum braucht sicher den Willen, sich Ziele zu setzen und diese konsequent und beharrlich, aber auch mit entsprechender Anpassungsfähigkeit zu verfolgen. Grundvoraussetzung für gelingendes Unternehmertum ist die Leidenschaft, Ideen zu entwickeln und nach Möglichkeiten zu suchen, diese umzusetzen und dafür Märkte zu finden. Unternehmertum erfordert Mut – braucht Menschen, die auf Entscheidungen zugehen und bereit sind, Verantwortung für sich, ihr Unternehmen und alle, die davon ihren Unterhalt bestreiten, zu übernehmen. Und schließlich bedarf es wohl auch einer gewissen Frustrationstoleranz; einer Fähigkeit mit Rückschlägen umzugehen und daraus im Optimalfall vielleicht sogar noch zusätzliche Energie zu gewinnen.

Was waren Ihre Motive, sich für eine unternehmerische Laufbahn zu entscheiden?

HERZ: Ich habe schon während meiner Lehrzeit als Kfz-Mechaniker in der Weststeiermark bemerkt, dass ich ein starkes Bedürfnis danach hatte, mir meine Zeit selbst einzuteilen, mir meine eigenen Herausforderungen zu suchen und mich auch immer wieder auf Neues, Unbekanntes einzulassen. Ich wollte gestalten. Und mir wurde bald klar, dass mich diese Freude am eigenverantwortlichen Gestalten ins Unternehmertum mit seiner viel zitierten unternehmerischen Freiheit führen würde. Und so entschloss ich mich, mein eigenes Unternehmen in der Gesundheitsbranche zu gründen.

Mit Erfolg, bis Ihnen eine dramatische Diagnose gestellt wurde.

HERZ: Darmkrebs – ich war noch keine 40. Von einem Tag auf den anderen veränderte sich alles. Es war, als wäre die Zeit stehen geblieben. Da tauchen viele Fragen auf: Wie geht es weiter? Werde ich das überhaupt überleben? Werde ich mein Unternehmen weiterführen können?

Es war ein Kampf auf Leben und Tod über mehrere Jahre. Sie hatten mehrere schwere Operationen, erhielten dann eine weitere Krebsdiagnose.

HERZ: Am Anfang sieht man nur, was nicht mehr geht, was man nicht mehr hat und nicht mehr kann; was alles den Bach hinuntergeht. Doch irgendwann gelingt es einem, sich wieder aus diesem finsternen Loch zu befreien, und man beginnt sich zu fragen: Was ist noch da, woran kann ich anknüpfen, womit weitermachen?

Das, was man landläufig als positives Denken bezeichnet?

HERZ: Nein, genau das meine ich nicht. Hätte damals in der Klinik jemand zu mir gesagt: „Das wird schon wieder, du musst einfach nur positiv denken“ – ich hätte ihn aus dem Zimmer geworfen. Nichts für ungut, aber ich hatte Darmkrebs im fortgeschrittenen Stadium und mit positivem Denken

lässt sich diese Krankheit nicht besiegen.

Kann man da eine Parallele zur aktuellen Situation ziehen?

HERZ: Ja. Sätze wie „Das wird schon wieder“ braucht jetzt niemand. Es geht darum, möglichst vielen Unternehmen einen Weg durch die Krise zu ermöglichen und dafür setzen wir uns als WKO Steiermark mit voller Kraft ein.

Sie haben sich in der Folge der Krankheit intensiv mit dem Konzept der Resilienz beschäftigt und sich zu einem Experten auf diesem Gebiet entwickelt. Im Zuge der Corona-Krise scheint die Resilienz nun in aller Munde zu sein. Ist Resilienz als Instrument der Krisenbewältigung geeignet?

HERZ: Dass die Resilienz derzeit in der öffentlichen Diskussion so prominent vertreten ist, entspricht ihrer Bedeutung. Sich für die Bewältigung von Krisen zu wappnen ist für Individuen wie auch Organisationen wie etwa Unternehmen oder Staaten absolut sinnvoll. Doch irgendwann ist angesichts einer Krise wie dieser oder einer Krankheit auch das Ende der Fahnenstange erreicht. Dann hat auch ein resilienter Mensch, ein resilientes Unternehmen der Krise nichts mehr entgegenzusetzen. Dann müssen andere Mechanismen der Krisenbewältigung einsetzen.

Denken Sie, dass der Geist des Unternehmertums aus dieser Krise ungebrochen hervorgehen wird?

HERZ: Es ist eine dramatische und komplexe Situation. Für viele geht es ums unternehmerische Überleben. Verantwortliche tun ihr Möglichstes und geben ihr Bestes. Davon bin ich überzeugt. Ich sehe mich hier nicht zur Bewertung berufen. Und ich kann auch nichts versprechen. Aber die Frage ist – und das entspricht auch meiner Art zu denken: Wie kann man sich jetzt so aufstellen, dass man den frischen Wind und den Aufschwung wieder spürt? Und genau das macht den Geist des Unternehmertums aus. Die Gründungszahlen etwa gehen auch in der Krise nicht zurück. Dieser unternehmerische Wille, etwas anzupacken und voranzutreiben, besteht ungebrochen weiter. Wir werden diesen Willen auch brauchen. Und deshalb benötigen wir auch eine Kultur des Ermöglichens. Denn es wird wieder bergauf gehen. Das ist für mich gar keine Frage.



Mehr Informationen:
<https://wko.at/stmk>

auseinander. Es sind Wissenschaftler wie Karlheinz Ruckriegel. Der Professor für Makroökonomie, insbesondere Geld- und Währungspolitik, Psychologische Ökonomie und interdisziplinäre Glücksforschung an der Technischen Hochschule in Nürnberg hat sich ganz dem Thema verschrieben. Genauso wie Stefan Höfer, Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe an der Medizinischen Universität Innsbruck.

Revolutionär ist deren akademisches Faible für das Fachgebiet nicht. Die Auseinandersetzung mit dem Streben nach Glück ist wohl so alt wie die Menschheitsgeschichte selbst. Seit der Antike ist es wiederkehrendes Thema in der Philosophie. Ab den 1980er-Jahren nimmt die interdisziplinäre Glücksforschung verstärkt Fahrt auf. So thematisieren die Konzepte der Positiven Psychologie, von Martin Seligmann in den 1990er-Jahren wiederbelebt, Aspekte eines gelingenden Lebens.

Wie Gesundheit mehr als die Abwesenheit von Krankheit, „ja neuerdings von einem positiven PCR-Test ist“, konstatiert Höfer, ist auch Glück mehr als die Abwesenheit von Unglück. Allein stand das Modell des rein rationalen, egoistischen Homo oeconomicus in der Volkswirtschaftslehre diesem Denken lange gegenüber. „Man ging davon aus, dass Materielles glücklich machen muss“, so Ruckriegel, der sich vor 15 Jahren der interdisziplinären Glücksforschung verschrieben hat. Es war die Zeit der plumpen, aber eindringlichen Bausparer-Parole „Geld macht glücklich ...“ Jeder werbungsgeschädigte TV-Benutzer der 1980er-Jahre kann die untiefe Lebensweisheit bis heute ansatzlos mit „... wenn man rechtzeitig drauf schaut, dass man's hat, wenn man's braucht“ fertigt odeln. So etwas prägt. Egal, ob es stimmt.

Weil das tut es natürlich nicht. Oder nur bis zu einem gewissen Grad. Verdoppelt man beispielsweise sein Jahreseinkommen von 15.000 auf 30.000 Euro explodiert das individuelle Glücksgefühl. Verdoppelt sich das Salär auf 60.000 Euro, steigt auch der „Mir geht es gut“-Pegel. Aber dieser drogenhafte Glücksrausch lässt sich nicht ins Unendliche aufblasen. Irgendwann ist Schluss. Irgendwann stößt das Glücksgefühl an eine gläserne Decke und wächst nicht mehr – egal, ob der Kontostand in noch lichtere Höhen entschwindet.

„Wir wissen aus der Glücksforschung, dass – vorausgesetzt die materiellen Grundbedürfnisse sind abgedeckt und eine soziale Teilhabe ist möglich – mehr Geld, Einkommen und Wohlstand das subjektive Wohlbefinden kaum mehr erhöhen“, sagt Ruckriegel. Im Gegenteil: Stetig steigende Ansprüche und der Vergleich mit anderen wirkt dem Glücksgefühl eher entgegen.

Daniel Kahneman und Angus Deaton von der Princeton University haben für diese „Spaßbremsen“-Modellrechnung über den Zusammenhang von Konsum, Armut und Wohlfahrt 2015 den Nobelpreis für Wirtschaftswissenschaften zugesprochen bekommen. Man darf sich die beiden in diesem Moment als glückliche Menschen vorstellen.

Aber wie kann das mit dem Glück abseits der großen Bühne des Erfolgs und der Anerkennung, nämlich an den kleinen

Schauplätzen des Alltags gelingen? So banal ist das nicht – schon allein deshalb, weil jeder in seinem Dasein seinen eigenen Definitionsrahmen von Glück aufgespannt hat. Für die einen bedeutet Glück ein frisches Stück Schokotorte, für andere behübscht ein glitzernder Theaterbesuch oder ein spannendes Buch die Alltagsroutine mit Glück. Dritte macht Kinderlachen glücklich, vierte ein weißer Sandstrand. Für Hungernde ist Glück ein Stück Brot, für Diätinhalter sind es purzelnde Kilos.

Das führt geradewegs ins Messbare. Ins Vergleichende. In Hitparaden. Wie man Glück in Zufriedenheitsgraden ausdrückt, zeigt beispielsweise der Better Life Index der OECD. Um die Lebensqualität zwischen einzelnen Ländern zu vergleichen, wurde er 2011 als Indikator zur Messung des gesellschaftlichen Wohlergehens ins Leben gerufen. Österreichs Werte liegen in den Themenbereichen Einkommen und Vermögen, Gesundheit, Wohnen, Beschäftigung, subjektives Wohlbefinden, Sicherheit, soziale Beziehungen, Umwelt und Bildung über dem Durchschnitt. Unterdurchschnittlich schneidet Österreich in den Bereichen Work-Life-Balance und Zivilengagement ab.

Alljährlich zum Weltglückstag am 20. März wird der World Happiness Report der Vereinten Nationen veröffentlicht. Der Bericht enthält Ranglisten zur Lebenszufriedenheit. Bewohner in über 150 Ländern werden dafür seit 2012 regelmäßig zu ihrem subjektiven Glücksgefühl befragt. 2021 landete Finnland zum vierten Mal in Folge auf dem ersten Platz. Die Finnen! Besser lässt sich nicht beweisen, dass Glück auch auf viel Schweigen und wenig Lachen wuchern kann. Bei der Bewertung werden nämlich Parameter wie das Bruttoinlandsprodukt pro Kopf, soziale Unterstützungen, die Erwartung an gesunden Lebensjahren oder die Möglichkeit zu freien Entscheidungen berücksichtigt. Entsprechend finden sich am anderen Ende Länder wie Afghanistan, Südsudan, Zimbabwe, Ruanda und die Zentralafrikanische Republik.

„Staaten wie Neuseeland richten ihr Staatsbudget bereits an diesen Indikatoren aus“, sagt Ruckriegel. Dass die Musterländer in Europa wieder einmal aus Skandinavien kommen, liegt daran, „dass sich diese Länder durch ein höheres Maß an Vertrauen in die Gesellschaft, ein geringeres Maß an Ungleichheit und eine Dichte an staatlichen Dienstleistungen in den Bereichen Gesundheit und Bildung auszeichnen“. „Man sollte jedoch nicht außer Acht lassen, dass es natürlich auch dort unglückliche und unzufriedene Menschen gibt. „Glücklich und unglücklich sein können durchaus zwei separate Kontinua darstellen“, so Höfer.

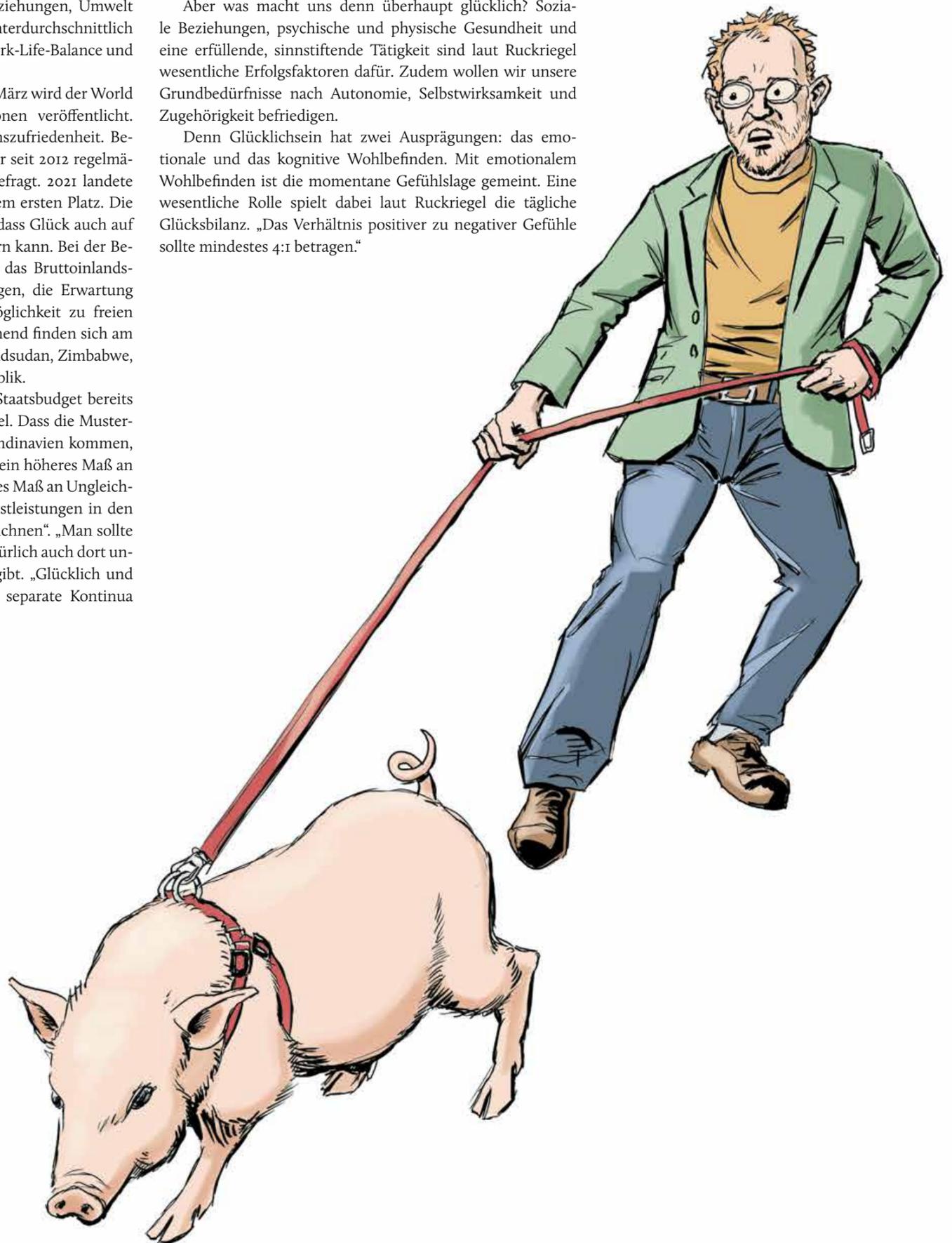
GLÜCK KANN DEMNACH ...

... vieles sein. Auch das genaue Gegenteil. Glück kann der Zufall sein, der einen überrascht. Aber auch das Ergebnis von gezielter Empathie. Glück kann ein flüchtiger Gedanke ein. Aber auch ein bewusstes Verhalten. Insofern lässt sich Glück auch erlernen. Weil es auf einer Grundeinstellung basiert, deren Säulen man selbst gestalten kann. Wie? Indem man Dankbarkeit in sein Leben bringt – sie trainiert den Glücksgefühlsmuskel der Seele.

Gut, das klingt möglicherweise esoterisch, abstrakt, unscharf. Aber auch die deutsche Sprache, sonst bekannt für ihre Präzision, leistet sich zum Thema Glück eine gewisse Unge nauigkeit. Denn das Wort Glück meint – anders als etwa in der englischen Unterscheidung von „luck“ und „happiness – sowohl das Zufallsglück in Form eines Lottogewinns als auch den Zustand subjektiven Wohlbefindens.

Aber was macht uns denn überhaupt glücklich? Soziale Beziehungen, psychische und physische Gesundheit und eine erfüllende, sinnstiftende Tätigkeit sind laut Ruckriegel wesentliche Erfolgsfaktoren dafür. Zudem wollen wir unsere Grundbedürfnisse nach Autonomie, Selbstwirksamkeit und Zugehörigkeit befriedigen.

Denn Glücklichein hat zwei Ausprägungen: das emotionale und das kognitive Wohlbefinden. Mit emotionalem Wohlbefinden ist die momentane Gefühlslage gemeint. Eine wesentliche Rolle spielt dabei laut Ruckriegel die tägliche Glücksbilanz. „Das Verhältnis positiver zu negativer Gefühle sollte mindestes 4:1 betragen.“





Kognitives Wohlbefinden meint wiederum die Bewertung, den Grad der Zufriedenheit mit dem eigenen Leben. Gesteckte Ziele dürfen durchaus ambitioniert sein. Sind sie aber unrealistisch, sorgt das für Frustration. Ist die emotionale und kognitive Bilanz ausgeglichen, muss das Immunsystem nicht ständig auf Höchstleistung laufen, „das schraubt die Lebenserwartung gut fünf bis zehn Jahre nach oben“.

Bei allen Hebeln, an denen am persönlichen Glücksrad angesetzt werden kann, ist ein Faktor aber nicht beliebig vervielfältigbar: die Zeit. „Um Glück bewusst wahrzunehmen muss man die Achtsamkeit dafür schärfen und stärken, das steigert die Zufriedenheit langfristig“, betont Höfer. Das erste Eis im Frühling, der erste Schnee im Winter hat einen anderen Effekt wie als x-te Wiederholung. „Ein bloßes Aneinanderreihen von Glücksmomenten macht nicht glücklich“, gibt Höfer zu bedenken.

Das unterscheidet Glück von Geld: Es lässt sich nämlich nicht summieren, aufsparen und irgendwann ausgeben. Glück hat keine Mindesthaltbarkeit. Es will genossen werden. Sofort. Unverdünnt.

Die Kunst des Optimismus:

START-UPS UND DER POSITIVE ZUGANG



Unerwartete Herausforderungen anzunehmen, bedarf Disziplin und Durchhaltevermögens. Dies auch noch mit Kraft und Optimismus zu meistern, ist ein Attribut, das insbesondere Start-ups ihr Eigen nennen können. Im Science Park Graz, der Gründerschmiede für Start-ups mit Hightech- oder Space-Bezug, werden tagtäglich eben solche Unternehmen auf ihrem Weg zu internationalem Erfolg begleitet. So auch Leonardo Alese, Co-Founder und Projektmanager von Tablescope. „Noch nie war es so wichtig, den Blick auf das große Ganze zu behalten. Zu akzeptieren, dass Veränderungen Teil des Spiels sind, ist der Schlüssel zur Maximierung von Motivation und Erfolgchancen“, erklärt Alese. Auch Markus Skergeth, Co-Founder & CEO von Skilltree weiß, Entrepreneurship für sich zu nützen: „Was mich glücklich macht? Mein motiviertes Team, unsere Freude an der Arbeit und die Freiheit, dann und dort zu arbeiten, wo wir gerade möchten. Insbesondere aber auch, die Herausforderungen, durch die wir nie aufhören zu lernen.“ Etwai-ge Hürden mit einem Lächeln im Gesicht in eine positive Herausfor-

derung und ein Privileg zu verwandeln, ist folglich eine Einstellung, die so mancher von einem Start-up lernen kann. Das betont auch Martin Mössler, Geschäftsführer des Science Parks Graz: „Optimismus, eine klare Vision und die Fähigkeit, ein Team zielorientiert gemeinsam in eine Richtung wirken zu lassen und das alles mit Spaß an der Sache zu meistern, sind die Grundpfeiler erfolgreicher und skalierbarer Unternehmen. Was könnte uns als Gründerzentrum mehr Freude bereiten, als genau solche inspirierten Entrepreneurere tagtäglich unterstützend begleiten zu dürfen?“



MARTIN MÖSSLER,
Geschäftsführer Science Park Graz
ESA BIC Austria General Manager

Mehr Informationen:
sciencepark.at
esa-bic.at

Fotos: Christian Jungwirth, fotoCrafter; Engeltliche Medienkooperation



Zusammen wachsen.

Starke Regionen. Ein Herz.

Von den Schibergen über die Kulturhauptstadt bis in die steirischen Thermen - kaum eine Gegend ist so vielfältig wie unsere Steiermark. Mit der Tourismusstruktur-Reform stellt sich unser Land neu auf und startet mit neuen Erlebnisregionen in die touristische Zukunft.

zukunftsressort.steiermark.at



10 Jahre City of Design

Graz begeht heuer das 10-Jahre-Jubiläum der Mitgliedschaft im Creative City Network der UNESCO als Designcity. Wir haben Wolfgang Skerget, Leiter der City-of-Design-Koordination im Bürgermeisteramt, zum Interview gebeten.

Was ist seitens der Koordinationsstelle City of Design zum Jubiläum geplant?

WOLFGANG SKERGET: Wir werden keine pompösen Jubiläumsfeierlichkeiten veranstalten. Ich hielte das auch nicht für angebracht in einer Gesundheits- und Wirtschaftskrise, wie wir sie derzeit erleben. Wir werden rund um das Jubiläumsdatum Mitte März mit einer Plakataktion an den Öffi-Haltestellen auf 10 Jahre City of Design aufmerksam machen. Dafür konnten wir knapp 30 Persönlichkeiten, die im weiteren Sinn mit Kreativität zu tun haben, für Statements gewinnen. Wir haben diese Aktion gemeinsam mit der städtischen Agentur 8010 und dem Ankünder konzipiert, fotografiert hat die Porträts Lex Karelly. Ich finde, da ist uns allen gemeinsam ein sympathisches, nicht aufdringliches, aber ästhetisch ansprechendes Projekt gelungen. Ich hoffe, dass es die Grazerinnen und Grazer auch so sehen.

Welche weiteren Projekte sind für 2021 geplant, anlässlich des Jubiläums?

SKERGET: Wie bereits gesagt, sind von uns keine großen Events geplant. Wir sind ja als Koordinationsstelle in unserem Selbstverständnis eine Netzwerkstelle, das heißt, wir arbeiten bewusst eher im Hintergrund. Wir wollen uns nicht selbst in die Auslage stellen, sondern eine langfristig wirkende Verankerung der Themen Kreativität und Design unterstützen. In diesem Sinne

werden wir übers Jahr verteilt immer wieder kleinere Aktionen setzen, um das Thema ins Bewusstsein zu rücken. Wir haben dafür schon eine ganze Palette an Aktivitäten geplant von Auslagenausstellungen über Filmabende bis zu Führungen und Gesprächsrunden. Was wir dann im Detail wie umsetzen, wird auch von den zulässigen Veran-



staltungsformaten abhängen, die uns in der Corona-Krise möglich sind.

Wie kam es eigentlich dazu, dass Graz eine eigene Koordinationsstelle für die „City of Design“ ins Leben gerufen hat?

SKERGET: Bürgermeister Siegfried Nagl wollte mit unserer Stelle dem Thema UNESCO-Creative-City-Netzwerk zu mehr Schwung und Akzep-

tanz verhelfen. Dementsprechend liegt unsere Hauptaufgabe darin, für die Bereiche Design und Kreativität auf allen städtischen Ebenen zu sensibilisieren. Dabei geht es vor allem um die gelebte Haltung, Problemen und Herausforderungen mit kreativen Lösungsansätzen zu begegnen. Da versuchen wir in der täglichen Arbeit – quasi hinter den

Kulissen – unseren Beitrag zu leisten.

Wie präsent ist das Thema Design heute im öffentlichen Leben der Stadt?

SKERGET: Das hängt natürlich auch vom Blickwinkel ab. Obwohl es natürlich mehr sein könnte, sind wir insgesamt aber auf einem ganz guten Weg. Ich glaube, dass das entsprechende Bewusstsein kontinuierlich zunimmt. Da bemühen sich auch viele Beteiligte darum, von den Stadtplanern, der Grünraumplanung, privaten Bauherren bis zur Creative Industries Styria, um nur einige zu nennen. Ich bin aber nicht so vermessen zu glauben, dass unser Thema das einzig wichtige der Stadt ist, man sollte immer auch das Ganze im Auge behalten.

Es scheint, die City of Design sucht bewusst das Nahverhältnis zu Kunst und Kultur. Wie nahe sind sich Design und Kunst?

SKERGET: Der Schein trügt: Wir werfen uns keiner Szene an die Brust. Wie bereits gesagt, verstehen wir uns als Netzwerkeinrichtung und als solche bemühen wir uns, möglichst alle Player der unterschiedlichsten Krea-



KREATIVE SCHAUFENSTER AM JOANNEUMRING.

In den von uns zur Verfügung gestellten vier Ausstellungsflächen werden 2021 abwechselnd Produkte von Kreativschaffenden aus Graz und dem Umland präsentiert.

Die **GRAZER MURINSEL** ist DAS Design-Icon der Stadt und bietet während der Sommerferien ein Outdoor-Kinoerlebnis der besonderen Art.

tivszene zu unterstützen und zu vernetzen, um den Wert des Themas an sich zu heben.

Als Synonym für die Nähe von Design und Kunst gilt die Grazer Murinsel. Sie ist ein absolutes Design-Icon und wurde als Kulturort unter Ihnen neu positioniert. Wie gut wird die Insel von der Kulturszene angenommen?

SKERGET: Ich sehe die Murinsel neben dem Kunsthaus als DAS Design-Icon von Graz. Um dem Anspruch ihres Erfinders, Vito Acconci, der die Insel als eine Art Plaza des 21. Jahrhunderts konzipierte, näherzukommen, versuchen wir sie seit nunmehr drei Jahren mit einem möglichst stringenten und breit gefächerten Programm von Music-Nights bis zum Sommerkino zu beleben und ein positives Image der Insel jenseits des reinen Fotomotivs für TouristInnen aufzubauen.

Was werden die Highlights im Programm der Murinsel 2021?

SKERGET: Da ist vieles durch die noch unklaren Bedingungen, die uns von Corona diktiert werden, in der Schwebe. Wir haben aber wieder viele spannende Projekte in der Pipeline; so wird es sicher wieder ein Sommerkino und auch (wie erstmals im vorigen Sommer) ein Outdoor-Sommertheater geben. Übrigens hatten wir im Vorjahr – trotz der zwei Lockdowns und der coronabedingten Zugangsbeschränkungen – gut 100 Veranstaltungen, darauf sind wir (das gesamte Inselteam; wir betreiben ja auch das Café seit 2018 selber) schon ziemlich stolz. Wir hoffen, dass wir das heuer toppen können.



TEAM DER CITY-OF-DESIGN-KOORDINATION von links:

Rosemarie Crepnik, Thomas Grosz-Rauchenberger, Wolfgang Skerget, Eva Summer, Angelika Meister.

GRAZ

Kontakt

T. +43 316872 2170
wolfgang.skerget@stadt.graz.at
www.cityofdesign.graz.at

08-09

GRÜNE MOTOREN

E-Fuels als Wasserstoffalternative für Großmotoren: Auf den Prüfständen des Large Engine Competence Centers (LEC) an der TU Graz laufen die Modelle von morgen.

10-11

BEGLEITENDE METALLE

Montanuniversität Leoben: Zukunftsweisende Recycling-Perspektiven eröffnen sich mit der Rückgewinnung von wertvollen Spezialmetallen aus industriellen Stoffströmen.

11

WISSENSTRANSFER

Zum Beispiel Schädlingsbekämpfung: Forschung in die unternehmerische Praxis zu bringen ist Ziel des Zentrums für Wissens- und Innovationstransfer (ZWI) der Uni Graz.

Wir stehen bei der Brennstoffzellen-Technologie vor einer Trendwende“, ist der Leiter des weltweiten Fuel-Cell-Competence-Teams bei AVL, Jürgen Rechberger, sicher. Bis vor Kurzem habe man vor allem an den Einsatz der Technologie, bei der Wasserstoff und der Sauerstoff in der Luft an zwei von einer Membran getrennten Elektroden zu Wasser reagieren und dabei Strom erzeugen, im Pkw gedacht. „Da hat die durchschnittliche Lebensdauer einer Zelle, die bei 5.000 bis 6.000 Stunden liegt, ausgereicht.“ Jetzt fasse man aber auch andere Anwendungen ins Auge, bei denen die notwendige Lebensdauer fünf- bis sechsmal so hoch liege.

Die Lebensdauer einer Brennstoffzelle wird unter anderem vom Katalysator begrenzt, mit dem die Elektroden beschichtet sind. Meist verwendet man dafür Platin. Das Edelmetall Platin ist relativ teuer, so kostet ein Gramm Platin auf dem Weltmarkt derzeit rund 40 €. Allerdings ist Platin gut recycelbar – mehr als 90 Prozent des Edelmetalls können aus gebrauchten Brennstoffzellen zurückgewonnen werden.

Kernforschungsthema bei AVL sind im Moment langlebige Brennstoffzellen, die im Lkw zum Einsatz kommen können. „Es geht dabei vor allem darum, den Konflikt zwischen hoher Leistungsdichte und hoher Lebensdauer zu lösen. Dazu glauben wir, mit unserer Gen 0 Stacktechnologie einen entscheidenden Durchbruch erzielt zu haben“, ist Rechberger stolz.

Der Leiter des Fuel-Cell-Teams sieht in der Brennstoffzellentechnologie eine kosteneffiziente Möglichkeit, E-Autos langstreckentauglich zu machen. „Das ist für den Transportsektor unabdingbar. Ich bin sicher, dass sich das Prinzip bei

AVL sieht Potenzial in Brennstoffzellen



JÜRGEN RECHBERGER,
Leiter des Fuel-Cell-Teams von AVL

Foto: JRF Konstantinov

Die Brennstoffzelle ist einer der Hoffnungsträger bei der Energieversorgung umweltfreundlicher Elektroautos. Bisher konzentrierte sich die entsprechende Entwicklung auf Pkw. Beim Grazer Entwicklungs-, Prüf- und Simulationspezialisten AVL sieht man aber eine breitere Anwendungspalette: Auch Lkw, Schiffe, Lokomotiven und Flugzeuge könnten mit Brennstoffzellen betrieben werden. Großes Potenzial liegt auch in dezentralen Kleinkraftwerken, die ganze Siedlungen mit Strom versorgen.

Text: ANDREAS KOLB

JÜRGEN RECHBERGER

hat an der Technischen Universität Wien Maschinenbau-Wirtschaftsingenieurwesen studiert. Seine Diplomarbeit hat der 43-Jährige zum Thema Brennstoffzelle verfasst. Über seine Abschlussarbeit ist Rechberger auch zu AVL gekommen. Hier beschäftigt er sich seit 2003 mit dem Thema Wasserstoff, er hat den gesamten Forschungsbereich mit aufgebaut. Seit 2012 ist Rechberger in führender Position bei AVL tätig.

Langstrecken-Lkw durchsetzen wird. Und mit den Brennstoffzellen-Elektro-Lkw wird das Wasserstoff-Tankstellennetz kommen, das dann auch für Pkw zur Verfügung stehen wird.“

Zwar werde der Akku bei den Pkw den Markt dominieren, so Rechberger, aber man werde wohl alle Alternativen ebenso nutzen. Die Brennstoffzelle werde bei hoher Nutzungsfrequenz, dem Fehlen von Ladeinfrastruktur oder häufigen Langstreckenfahrten zum Einsatz kommen. „Elektrofahrzeuge werden für viele Konsumenten eine ideale Lösung sein. Um der Elektromobilität zum kompletten Durchbruch zu verhelfen, wird es aber eine zweite Technologieoption brauchen“, sagt Rechberger. „Schnellladen ist inzwischen rein technisch gut möglich, nur die nötige Infrastruktur fehlt. Und das werde wohl auch langfristig so bleiben, denn: „Wenn man in Österreich alle Privatfahrzeuge elektrisch betreibt und nur jeweils ein Prozent davon gleichzeitig an einen Schnelllader hängt, bräuchte man dreimal so viel Strom, wie derzeit hierzulande im Schnitt erzeugt wird.“

Zukunftskonferenz zum Thema Produktion

Am 10. März ging die zehnte Zukunftskonferenz über die Bildschirme. Im Vorjahr musste die Veranstaltung aufgrund der Pandemie kurzfristig abgesagt werden, heuer präsentiert sie sich in einem völlig neuen Format. Der Themenschwerpunkt drehte sich dieses Jahr um „Produktion“, präsentiert wurden Forschungsleistungen, die Produktion zukunftsfähig machen.

Der virtuelle Kongress bot den rund 800 BesucherInnen nicht nur einen Überblick über das Forschungsportfolio des Unternehmens, sondern präsentierte auch innovative Lösungen, die gemeinsam mit Kunden und Partnern weiterentwickelt und zur Marktreife gebracht wurden. Gastgeber und JOANNEUM-RESEARCH-Geschäftsführer Wolfgang Pribyl: „Auch in diesem Jahr wollen wir nicht darauf verzichten und unsere Forschungsleistungen vor den Vorhang ho-

len. Dafür nutzen wir die neuen digitalen Möglichkeiten, um unsere Konferenz erlebnisorientiert weiterzuführen und einem noch breiteren Publikum zugänglich zu machen. Gerade jetzt ist es wichtig, mit unseren Partnern im Gespräch zu bleiben und die Diskussionsergebnisse für beide Seiten gewinnbringend zu verwerten. Wir sind uns bewusst, dass der persönliche Kontakt nicht ersetzbar ist, aber wir freuen uns sehr, dass viele unserer Kunden und Partner die Einladung zum virtuellen Wissensaustausch angenommen haben.“

Als Hauptvortragende konnten Georg Knill, Präsident der Industriellenvereinigung, sowie Thomas Krautzer vom Institut für Wirtschafts-, Sozial- und Unternehmensgeschichte der Universität Graz gewonnen werden. Beide Wirtschafts- und Industrieexperten gaben einen spannenden Ausblick in die Zukunft des In-

dustriestandorts Österreich insbesondere auch vor dem Hintergrund der digitalen Transformation. Die Forschungseinheiten der JOANNEUM RESEARCH luden zu acht interdisziplinären Sessions mit hochkarätigen Vortragenden und DiskutantInnen. Eines der Highlights der Konferenz ist jedes Jahr die Präsentation der „besten Projekte“ durch die ForscherInnen des Unternehmens im Rahmen der Verleihung des „Best Performance Award“. Gewonnen haben Gerhard Paar (DIGITAL), Anja Haase (MATERIALS), Bernhard Dieber (ROBOTICS), Marlies Schellnegger (COREMED), Maria Ratzner (HEALTH), Sabrina Dreisiebner-Lanz (LIFE) sowie Ulrike Kleb (POLICIES).

Kontakt

www.joanneum.at



Wirtschafts- und Forschungslandesrätin Barbara Eibinger-Miedl mit JR-Geschäftsführer Wolfgang Pribyl vor der Zentrale der JOANNEUM RESEARCH in Graz.

Weiß-grüner Wasserstoff

Wasserstoff ist eine Zukunftstechnologie mit zahlreichen vielversprechenden Einsatzmöglichkeiten. In der Steiermark arbeiten Unternehmen und Forschungseinrichtungen intensiv an der Weiterentwicklung der Nutzung in unterschiedlichen Bereichen.

Der Klimawandel und seine Auswirkungen bringen nicht nur große Herausforderungen mit sich, sie befeuern gleichzeitig die Suche nach wirksamen Lösungen und Maßnahmen, um das Klima zu schützen. In vielen Ländern gewinnt der Ausbau grüner Technologien daher immer stärker an Bedeutung. Die Nutzung von Energie, Verbesserungen beim Energieverbrauch oder die Steigerung der Energieeffizienz sind nur einige der Themen, die dabei im Fokus stehen. Um die ambitionierten Klimaziele erreichen und einen wirksamen Beitrag zum Klimaschutz leisten zu können, braucht es neben einem geänderten Mobilitäts- und Konsumverhalten vor allem zwei Dinge: Forschung und neue, innovative Technologien.

Und genau hier kann auch die Steiermark eine bedeutende Rolle spielen. Unser Bundesland ist zu klein, um die weltweite Klimakrise zu lösen. Als Innovations- und Forschungsland können wir aber genau jene Technologien entwickeln und in weiterer Folge liefern, die es dafür braucht. Heimische Unternehmen und Forschungseinrichtungen sind dabei schon sehr erfolgreich. Etwa bei einer Technologie, die eine Vielzahl an Chancen verspricht: Wasserstoff. Neben der Nutzung als Treibstoff für Motoren aller Art ermöglicht eine steirische Entwicklung beispielsweise bereits die



Speicherung von Wasserstoff als Energieträger. Hochschulen wie die TU Graz, Forschungszentren wie das Hydrogen Center Austria und das LEC in Graz sowie Betriebe aus den Bereichen Mobilität und Green Tech beschäftigen sich in zahlreichen Projekten damit, die Nutzungsmöglichkeiten von Wasserstoff laufend zu verbessern und auszuweiten.

Die Aktivitäten in diesem Bereich zeigen einmal mehr den herausragenden Erfindergeist, der in der Steiermark herrscht. Wir können damit auch aufzeigen, dass sich Wirtschaft, Wissenschaft und Klimaschutz nicht ausschließen. Gemeinsam eröffnen sie viele neue Chancen, die zu wirtschaftlichem Wachstum führen und dem Klimawandel entgegenwirken. Beides ist das Gebot der Stunde!

BARBARA EIBINGER-MIEDL
Wirtschafts- und Forschungslandesrätin

Mehr Informationen:

www.zukunftsressort.steiermark.at

Foto: Lughammer

Enormes Potenzial sieht der AVL-Teamleiter in der Festoxid-Brennstoffzelle (SOFC). Diese sei beim Kraftstoff flexibel, Wasserstoff könne ebenso verströmt werden wie Erdgas oder jegliches Gemisch der beiden. Auch ein Betrieb mit Methanol oder Äthanol – also Alkohol – sei möglich. „Dieser Typ ist ideal für die dezentrale Energieversorgung. Wir entwickeln bei AVL gerade Geräte mit einer Leistung von 250 Kilowatt, die natürlich auch in Gruppen bis in den Megawattbereich skaliert werden können. Weil die SOFC mit sehr hohen Temperaturen zwischen 500 und 800 Grad Celsius arbeitet, kann die Wärme ausgekoppelt und zum Heizen verwendet werden.“

Bei der Mobilität eignen sich Brennstoffzellen nicht nur für die Straße, sondern auch für die Schiene und vor allem für Schiffe. Lokomotiven mit Brennstoffzellen würden wahrscheinlich mittelfristig eher im Personenverkehr Anwendung finden, glaubt Rechberger. Dort seien die Nutzlasten nicht so groß und Lokomotivleistungen von bis zu 400 Kilowatt ausreichend. Im Marine-sektor würden wohl Kreuzfahrtschiffe die ersten Anwender sein. Aber auch der Frachtverkehr zu Wasser sei ein Thema. So entwickelt der Verbund mit zahlreichen europäischen Partnern ein Projekt, bei dem in Rumänien erzeugter Wasserstoff über die Donau verschifft werde. „Wir als AVL arbeiten an dem Schiffsantrieb, der auf Brennstoffzel-

len basiert. Wenn grüner Wasserstoff quer durch Europa transportiert wird, kann das ja nicht mit konventionellen Dieselantrieben gemacht werden.“ Die nötige Leistung von Schiffsmotoren, die zwischen einem und 60 Megawatt liegt, sei für Brennstoffzellen kein Problem, schildert Rechberger: „Man schaltet einfach genug Module zusammen.“

Knackpunkt beim Thema Brennstoffzelle ist für Rechberger die Erzeugung des nötigen Wasserstoffs. Der wird derzeit hauptsächlich aus Erdgas gewonnen. „Wir müssen da aber komplett auf ‚grünen‘ Wasserstoff setzen, sonst macht das Ganze keinen Sinn und wäre auch nicht glaubwürdig.“ Interessanterweise ist hier die Umkehrreaktion der Brennstoffzelle auch die entscheidende Lösung.

„Wenn man das System umdreht, also Wasser oder Wasserdampf in eine Brennstoffzelle (heißt dann Elektrolyse) leitet und Strom an die Elektroden anlegt, kommen Wasserstoff und Sauerstoff heraus. Den Strom für den Betrieb gewinnt man aus erneuerbaren Energiequellen, am besten aus der zeitweiligen Überschusserzeugung von Solarzellen und Windrädern.“ Besonders vorteilhaft verläuft diese Reaktion in einer von AVL entwickelten Hochtemperaturelektrolyse, bei der noch zusätzlich Abwärme für die Verdampfung des Wassers herangezogen werden kann. Mit dieser Technologie kann Wasserstoff mit einem Wirkungsgrad von bis zu 90 Prozent erzeugt werden.

EINES DER WELTWEIT größten Wasserstoff-Testcenter steht bei AVL in Graz. Brennstoffzellensysteme bis zwei Megawatt Leistung können geprüft werden.



Foto: Peter Riedler

Ammoniak hätte einen besonderen Charme, weil er keinen Kohlenstoff enthält. Bei der Verbrennung würde also kein klimaschädliches CO₂ frei“, schildert Wimmer. Das Hauptproblem sei jedoch der Umstand, dass es sich „um einen trägen Kraftstoff handelt und dadurch die Umsetzung im Motor technisch sehr herausfordernd ist“, betont der LEC-Chef. Bei Ammoniakmotoren



LEC entwickelt grüne Motoren für Wasserstoff und E-Fuels

Die Anwendung von Wasserstoff und wasserstoffbasierten Kraftstoffen in Großmotoren wird schon seit einiger Zeit am Large Engine Competence Center LEC an der TU Graz untersucht. LEC-Geschäftsführer Andreas Wimmer schätzt zwar die durchgängige Anwendung von reinem Wasserstoff als erstrebenswert ein, sieht aber im Großmotorenbereich aufgrund der besseren Speicher- und Verteilmöglichkeit die Kraftstoffe Methanol, Synthesegas und sogar Ammoniak, sogenannte E-Fuels, im Vormarsch.

LEC-GESCHÄFTS-FÜHRER Andreas Wimmer sieht ein großes Potenzial beim Einsatz von Wasserstoff-Großmotoren zur Stromerzeugung.

für den Marine- und Kraftwerksbereich stehe man in der Entwicklung weltweit erst ganz am Anfang. „Das war bisher kein Thema, weil der Druck, CO₂ einzusparen, nicht groß genug war.“ Eines der Hauptanwendungsgebiete für Groß-

motoren ist der Energiesektor. Das LEC ist hier federführend an der Entwicklung des sogenannten „Kraftwerks der Zukunft“ beteiligt. Hier geht es darum, dass mit sehr kurzen Reaktionszeiten sowohl Energie gespeichert und bereit-

gestellt werden kann. E-Fuels spielen dabei eine zentrale Rolle. „Man kann bei Stromüberschüssen aus erneuerbaren Energien Wasserstoff gewinnen und diesen dann bei Bedarf wieder rückverstromen. Der Vorteil dieser Kraftwerke wäre, dass sie schnell am Netz sind und Schwankungen ausgleichen können. Wir haben in Österreich für schnelle Lastabdeckungen zwar Pumpspeicher, aber der Bedarf für den Ausgleich von Lastschwankungen wird mit dem geplanten Ausbau der Wind- und Solarenergie zunehmend steigen“, weiß Wimmer.

Für den Standort Mellach bei Graz entwickelt das LEC gemeinsam mit dem Verbund und INNIO Jenbacher eine Pilotanlage mit einigen Megawatt

BRENNSTOFFZELLE

Das Prinzip der Brennstoffzelle wurde bereits 1838 von dem Schweizer Physiker und Chemiker Christian Friedrich Schönbein entdeckt. Jules Verne war von der Brennstoffzelle begeistert und nannte sie „die Energieversorgung von morgen“. Mit der Erfindung des Dynamos geriet das Prinzip, bei dem Wasserstoff und Sauerstoff zwei Elektroden umspülen, zu Wasser reagieren und dabei elektrischen Strom erzeugen, in Vergessenheit. Erst im Zuge der Raumfahrt wurde die Technologie quasi wiederentdeckt. Theoretisch können eine Menge Brennstoffe in den Zellen verstromt werden: Neben Wasserstoff sind das unter anderem Erdgas, verschiedene Alkohole oder Glycerin. Sogar Blutzucker kann in speziellen Brennstoffzellen zur Stromgewinnung verwendet werden, mit dem etwa medizinische Implantate angetrieben werden könnten.

Der Wasserstoff aus Elektrolyse kann auch bei einem anderen großen Entwicklungsgebiet von AVL verwendet werden: der Erzeugung von synthetischem Treibstoff in Power-to-Liquid-Anlagen. In diesen wird der Wasserstoff mit Kohlenmonoxid zu Benzin verschmolzen. Weil es sich nicht um einen fossilen Brennstoff handelt, ist der synthetische Treibstoff bei der Verbrennung CO₂-neutral.

AVL, so Rechberger, habe in Graz eines der weltweit größten Wasserstoff-Testcenter in Betrieb genommen. Bis zu zwei Megawatt Kapazität seien auf den Prüfständen testbar. „Wir können in beide Richtungen untersuchen – sowohl die Energieerzeugung als auch die Wasserstoffgewinnung.“

Insgesamt, so der AVL-Fuel-Cell-Teamchef, ist der Bereich Brennstoffzelle in der Forschung und Entwicklung stark wachsend. Sein Team umfasst derzeit rund 100 Mitarbeiter an drei Standorten: Graz, wo mit 50 Mitarbeitern der Löwenanteil der Forschung stattfindet, dem ungarischen Kecskemet und dem kanadischen Vancouver. „Wir sind dabei nur ein Teil der gesamten Wasserstoff-Mannschaft von AVL, die rund 350 Mitarbeiter umfasst.“

Auch in der Corona-Krise wächst das Brennstoffzellenteam bei AVL. Auch heuer erwarten wir einen weiteren Bedarf an Fachexperten im Brennstoffzellenbereich.“

Kontakt
Jürgen Rechberger
Manager Global Fuel Cell Competence Team
AVL List GmbH



Leistung nach diesem Prinzip. „Die Motoren sind leicht skalierbar“, erklärt der LEC-Geschäftsführer: „Deshalb sind Wasserstoffmotoren für die Erzeugung von einigen 100 Megawatt künftig durchaus denkbar.“

AUF DEM HOCH-FLEXIBLEN LEC-PRÜFSTAND werden grüne Kraftstoffe für unterschiedliche Anwendungen getestet.

Mehr Informationen:
www.lec.at

Elektrifizierende Fahrfreude

Christian Purrer, Vorstandssprecher der Energie Steiermark, testet den neuen elektrischen Fiat 500e, zur Verfügung gestellt von VOGL + CO.

Wenn es um Elektromobilität geht, ist Christian Purrer in seinem Element. Selbst bekennender E-Mobilist, lässt er es sich nicht nehmen, mit der smarten E-Ausgabe des legendären italienischen Flitzers eine Runde durch Graz zu drehen. Einige routinierte Handgriffe, ein Blick über die Armaturen, ein Druck auf den Startbutton – und schon rollt das elegante Cabrio mit dem typischen elektrischen Summen eines umweltfreundlichen E-Motors von der Rampe, um sich von Purrer in den Grazer Verkehr einspeisen zu lassen.

„Die ansatzlose Dynamik des E-Motors – und zwar in jedem Drehzahlbereich – bei zugleich höchst komfortabler Laufruhe lässt dieses ganz spezielle E-Fahrgefühl aufkommen“, plaudert Purrer aus der Schule. Cool sei auch, dass man mit einem E-Auto nach wie vor die Aufmerksamkeit der Passanten genieße. „Man spürt, dass viele Leute interessiert sind und sich mit dem Gedanken tragen, umzusteigen.“

Ein dezenter Druck aufs Gaspedal und schon lässt der 500e erahnen, was getriebelose Beschleunigung in dieser „E-Klasse“ bedeutet. Im Range-Modus heißt das: kein Bremspedal, sondern das komplette Beschleunigungs- und Bremsmanagement via Gaspedal. Beim „Entschleunigen“ (vulgo Bremsen) wird Energie wieder in die Batterien zurückgeführt, was diese Fortbewegungsart besonders sparsam, effizient und umweltfreundlich macht. Über 300 Kilometer Reichweite stehen beim Fiat 500e laut WLTP* zu Buche, im Stadtverkehr schafft der geübte Fahrer sogar bis zu 460 km – reichlich fürs tägliche operative Geschäft.

„Für mich als E-Wirtschaftler war rasch klar, dass ich nicht nur von E-Mobility sprechen, sondern auch selbst umsteigen wollte“, betont der passionierte Elektrofahrer. So erledigte er mittlerweile alle, auch längere berufliche Fahrten elektrisch. „Kein Problem, da plane ich bei sehr weiten Distanzen eben eine strategische Ladepause ein und vertrete mir die Füße oder nehme eine Mahlzeit ein.“ Ein Netz von knapp 1000 Ladestationen



ENERGIE-STEIERMARK-VORSTANDSSPRECHER Christian Purrer pilotierte einen Fiat 500 Elektro Cabrio, zur Verfügung gestellt vom Autohaus VOGL + CO, erhältlich ab 31.390 Euro. Der Einstiegspreis fürs 500e Coupé liegt bei 19.590 Euro. Ausstattung des getesteten Modells: La Prima, Leistung: 87 kW/118 PS, Batteriekapazität 42 kWh, Reichweite WLTP bis 321 km, autonomes Fahren Level 2, 3 Fahrmodi: Normal, Range, Sherpa; hochwertige Ausstattungskomponenten bei Sicherheit, Assistenz, Komfort und Design.

habe allein die Energie Steiermark über das Land gespannt – „und wir bauen es laufend weiter aus“. Die E-Mobilitätskarte der Energie Steiermark ermöglicht bargeldloses Laden über Österreichs Grenzen hinaus. Bei etwaigen längeren Urlaubsreisen könne man für den benötigten Zeitraum ein Fahrzeug mit anderer Antriebsvariante bei „Miete dein Auto“ von VOGL + CO buchen.

Der etwas höhere Neupreis der Elektrofahrzeuge werde, erläutert der Energie-Steiermark-Chef, nicht nur durch Förderungen abgedeckt, sondern amortisiere sich auch rasch durch den extrem niedrigen Wartungs- und Reparaturaufwand. Zudem seien E-Motoren auf eine wesentlich höhere Lebensdauer ausgelegt als Verbrenner. Dass vor diesem Horizont auch die Klima- und Umweltbilanz der Elektromobilität rundum positiv ausfällt, daran lässt Purrer keinen Zweifel. „Und der beste Garant

für eine emissionsfreie klima- und umweltfreundliche Elektromobilität in der Steiermark ist ohnedies der Strom aus erneuerbaren Energiequellen wie Wasser, Wind oder Sonne, den wir hier erzeugen“, schließt der Energie-Steiermark-Vorstandssprecher.



Infos & Testmöglichkeiten
an 6 Standorten von VOGL + CO in der Steiermark und im Burgenland. VOGL + CO bietet neben Kauf und Leasing auch attraktive All-inclusive-Autoabos sowie ein E-Mobilitätspaket mit Ladekarte, Versicherung, Wartung, Reifenwechsel und vielen anderen Serviceleistungen an. www.vogl-auto.at

* Worldwide Harmonized Light-Duty Vehicles Test Procedure; EU-weit verpflichtendes Messverfahren für realistische Verbrauchsangaben von Pkw und leichten Nutzfahrzeugen.

WELCOME BACK Future

FIAT

DER NEUE, VOLLELEKTRISCHE FIAT 500 BEREITS AB € 19.590,-*

Stromverbrauch 13,0–14,9 kWh/100 km, CO₂-Emission 0 g/km (WLTP kombiniert). Symbolbilder. * Angebotspreis neuer Fiat 500 Action inkl. USt nach Förderungen für Privatkunden gültig bei Kaufvertragsabschluss bis 31.03.2021 (bzw. solange Bundesbudget 2021 verfügbar ist). Enthalten ist der E-Mobilitätsbonus gemäß der Förderrichtlinie „Klimaaktiv mobil“ bestehend aus Importeursanteil € 2.400,- brutto und Bundesförderung € 3.000,- (genaue Informationen unter www.umweltfoerderung.at). Angebot freibleibend. Stand 01/2021. Details auf fiat.at.

VOGL+co Mobil, wie du willst	Vogl + Co Graz Zentrum Vogl + Co Kapfenberg Vogl + Co Liezen	Vogl + Co Weiz Vogl + Co Feldbach Vogl + Co Oberwart
	Autohaus Trummer Graz, www.fiatgraz.at Autohaus Scheer Voitsberg, www.sch-eerat www.vogl-auto.at	

MCL macht Materialien

FIT FÜR WASSERSTOFF

Die Entwicklung von hochfesten Legierungen, die widerstandsfähig gegen die sogenannte Wasserstoff-Versprödung sind, ist das Ziel eines Forschungsprojektes der Materials Center Leoben (MCL).

Der Wissenschaftler Vsevolod Razumovskiy setzt dabei auf Simulationen, die das Verhalten von Materialien voraussagen, die Wasserstoff ausgesetzt sind.

„Ich habe 2016 mit der entsprechenden Forschung begonnen“, erzählt Razumovskiy. Hintergrund sei die Absicht des norwegischen Öl- und Gaskonzerns Equinor (früher Statoil) seine bestehenden Speicher- und Transportanlagen wasserstofftauglich zu machen. „Dabei hat sich leider schnell gezeigt, dass manche der verwendeten Materialien nicht dafür geeignet sind“, sagt der Wissenschaftler. Sie würden durch das Gas spröde und undicht werden.

Um das Verhalten bestimmter Legierungen vorauszusagen, werden in Leoben neben experimentellen Methoden auch mathematisch-physikalische Modelle angewandt. „Wasserstoff ist das kleinste Atom im Universum, man muss daher auf einer entsprechend kleinen Skala arbeiten“, schildert Razumovskiy. Die chemische Widerstandsfähigkeit vorauszuberechnen gelinge mithilfe der Schrödingergleichung, der Basis für die atomistische Materialsimulation.

Erfolge gibt es bereits. So wurden in Kooperation mit voestalpine Böhler Edelstahl in Kapfenberg gleich zwei neue hochfeste Legierungen entwickelt, die bedeutend widerstandsfähiger gegen Wasserstoff-Versprödung sind. Sie werden derzeit in Norwegen in der Praxis getestet.

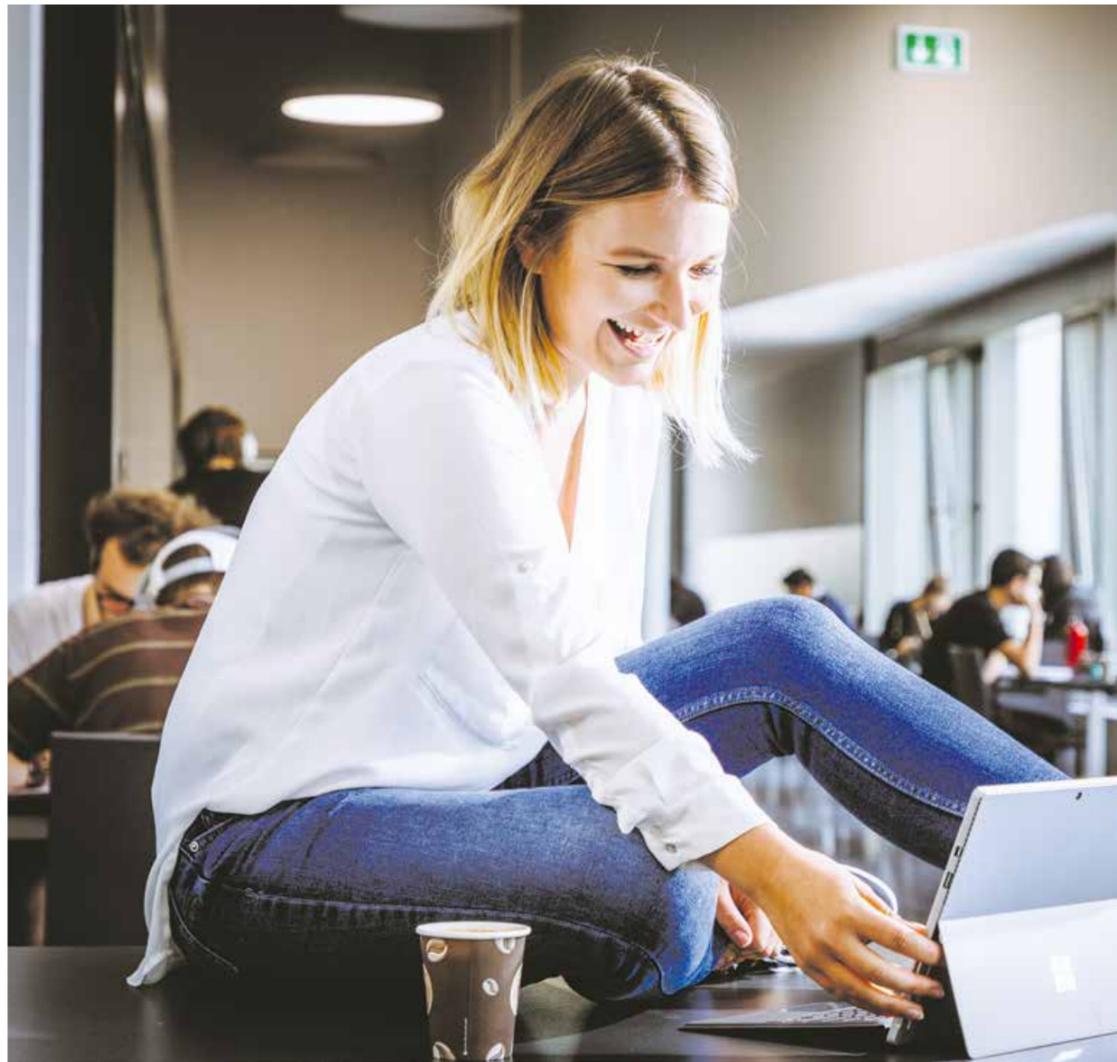


VSEVOLOD RAZUMOVSKIY forscht an wasserstoff-resistenten Materialien.

MCL als Träger des Kompetenzzentrums IC-MP-PE – Integrated Computational Materials, Processes and Product Engineering – wird von den Bundesministerien BMK und BMDW sowie von den Bundesländern Steiermark, Oberösterreich und Tirol im Rahmen von COMET (Competence Centers for Excellent Technologies) gefördert.

Mehr Informationen:
www.mcl.at

Foto: Freisinger



Montanuni sucht nach Begleitmetallen

Mit der Rückgewinnung sogenannter Begleitmetalle aus industriellen Stoffströmen befasst sich das neue Christian Doppler Labor an der Montanuniversität Leoben. Spezialmetalle wie Indium, Vanadium, Molybdän, aber auch Silber können nicht nur aus ausrangierter Elektronik recycelt werden, sondern auch aus Zwischen- und Nebenprodukten der Industrie. Genau hier setzt man in Leoben an.

Wir reden von Begleitmetallen, die nicht die Masse der Stoffströme ausmachen, sondern nur in geringer Menge darin vorkommen“, erläutert der Leiter des Christian Doppler Labors, Stefan Steinlechner. „Wir wollen sie abtrennen, weil sie entweder wertvoll sind oder weil sie bei der Deponierung oder der Wiederverwertung stören.“

Text:
ANDREAS
KOLB

Als Beispiel nennt Steinlechner das Element Indium: „Indium ist zu fast 100 Prozent ein Nebenprodukt der Zinkgewinnung. Es kommt in geringen Mengen im Zinkerz vor. Nur wegen des Indiums wird aber nicht mehr Zink erzeugt, die Menge an neu gewonnenem Indium ist also begrenzt.“

Dabei wird das Element dringend gebraucht. Touchscreens werden nämlich meist mit Indiumverbindungen beschichtet. An der Montanuni forscht man allerdings nicht am Recycling des

BusBahnBim-Auskunft für alle Öffis

- Gratis als App für Smartphones (Android, iOS)
- auch am Desktop auf www.verbundlinie.at
- aktuelle Fahrplaninformationen von Adresse zu Adresse



VERBUND LINIE



**CHRISTIAN DOPPLER
LABORE**

In den Christian Doppler Laboren wird anwendungsorientierte Grundlagenforschung auf hohem Niveau betrieben, hervorragende Wissenschaftler kooperieren dazu mit innovativen Unternehmen. Für die Förderung dieser Zusammenarbeit gilt die Christian Doppler Forschungsgesellschaft international als Best-Practice-Beispiel. Christian Doppler Labore werden von der öffentlichen Hand und den beteiligten Unternehmen gemeinsam finanziert. Wichtigster öffentlicher Fördergeber ist das Bundesministerium für Digitalisierung und Wirtschaftsstandort. Die Firmenpartner finanzieren bis zu 50 Prozent der Kosten.

Gegründet wurde das erste dieser technisch-wissenschaftlichen Forschungsinstitute an den österreichischen Hochschulen im Jahr 1989. Die Labore dienen drei Zwecken: Neben der Grundlagenforschung sind das die Zusammenarbeit zwischen Wirtschaft und Forschung und dem allgemeinen Technologietransfer. Im Vorjahr gab es 108 Forschungseinheiten an 17 Universitäten und Forschungseinrichtungen.

EGAL, OB TABLET ODER HANDY: Touchscreens werden meist mit dem seltenen Metall Indium hergestellt.

Metalls aus alten Bildschirmen, sondern setzt an der Quelle an. „Wir versuchen, Indium aus Reststoffen der Zinkgewinnung zu extrahieren“, sagt Steinlechner.

Die Anforderungen an die Rückgewinnungstechnik seien, so der Wissen-

schaftler, bei jedem Stoffstrom anders. Einmal lägen die Stoffe, die man abtrennen möchte, in Form einer Metalllegierung vor, ein anderes Mal seien sie in Schlacken als Oxide zu finden oder befänden sich in einer Lösung. „Das beeinflusst natürlich das Verhalten, wenn ich sie extrahieren möchte.“ Ziel sei immer, so Steinlechner, „ein Produkt zu gewinnen, das irgendjemand anderer braucht“. Das müsse nicht unbedingt ein reines Metall sein.

Konkrete Forschungsprojekte gibt es derzeit mit der voestalpine Stahl GmbH, der Andritz AG und der Leobener Firma ARP Aufbereitungs, Recycling und Prüftechnik GmbH. Gemeinsam mit der voestalpine untersucht das Christian Doppler Labor Begleitmetalle in den Schlacken, die bei der Stahlerzeugung anfallen. Entwickelt werden sollen Verfahren für die Nutzung dieser Metalle, die wertvolle Rohstoffe für andere Industrien darstellen können.

Bei der Andritz AG beschäftigt sich das Team des Christian Doppler Labors mit der Methodenentwicklung, um Störstoffe aus einem metallurgischen Prozess zu entfernen. Und bei ARP sollen Spuren bestimmter Wertmetalle aus einem Rückstand der Edelmetallindustrie gewonnen werden, weil sie bei der Deponierung zu hohen Auflagen und Kosten führen. Die so gewonnenen Elemente könnten dann neu verwendet werden.

„Die Prozesstechnologie ist bei jedem Stoffstrom anders“, schildert Stefan Steinlechner. „Unsere Aufgabe ist es, das Verhalten der Begleitmetalle im jeweiligen Strom zu beschreiben, zum Beispiel in welchen Phasen die Metalle

vorliegen und wie sie sich im konkreten Prozess verhalten.“

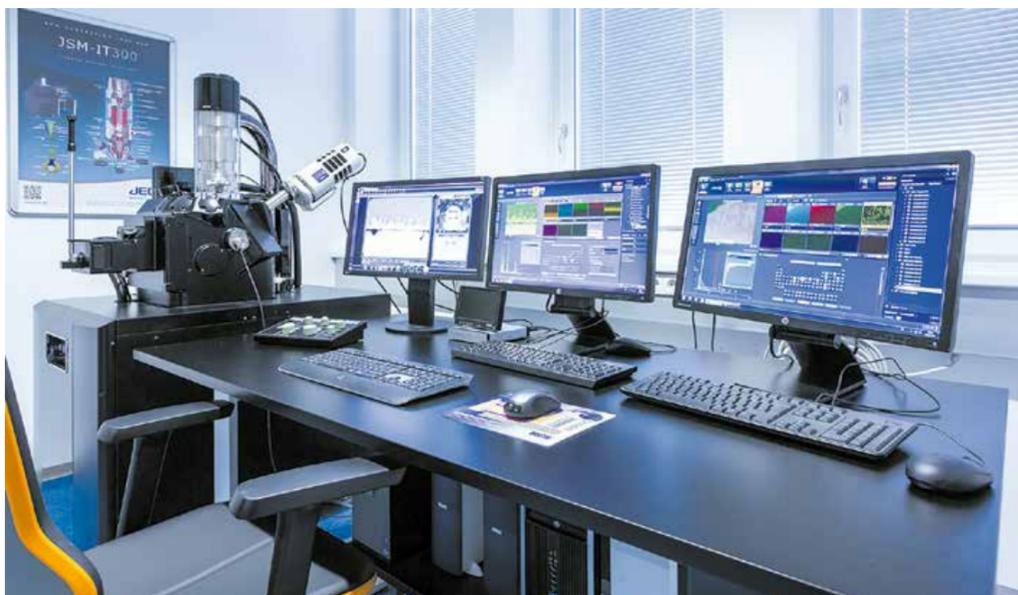
Die industriellen Partner, so der Laborchef, verfügen über die notwendigen Pilotanlagen. „Aber es fehlt ihnen der erste Schritt, eben die Voraussage, wie die Elemente im Stoffstrom reagieren und wie das Verhalten beeinflusst werden kann, um die Rückgewinnung zu ermöglichen.“ Den liefere das Christian Doppler Labor. „Wir suchen im Labormaßstab nach neuen Erkenntnissen, die werden dann in den Pilotanlagen umgesetzt. Das ist eine hervorragende Synergie.“

Letzteres gelte auch für die Einbettung des Labors mit seinen momentan acht Mitarbeitern in den Lehrstuhl für Nichteisenmetallurgie an der Montanuniversität. „Es ist der größte Lehrstuhl hier in Leoben, er hat rund 70 Mitarbeiter und die bestehende Infrastruktur ist perfekt“, freut sich Steinlechner.

Mehr Informationen:
www.cdl-special-metals.at

STEFAN STEINLECHNER

Stefan Steinlechner studierte Metallurgie an der Montanuniversität Leoben und verteidigte seine Dissertation im Jahr 2013. Danach arbeitete er als Postdoktorand am Lehrstuhl für Nichteisenmetallurgie. Von 2014 bis 2018 war er verantwortlich für ein Research-Studio Austria, welches sich mit der Energie- und Ressourceneffizienz beim Metallrecycling aus Industrierückständen beschäftigte. Steinlechner habilitierte 2018 und leitet seit 2020 das Christian Doppler Labor für selektive Rückgewinnung von Spezialmetallen mittels innovativer Prozesskonzepte.



IM CHRISTIAN DOPPLER LABOR an der Montanuni Leoben werden Stoffströme simuliert, um Methoden zur Rückgewinnung bestimmter Metalle zu finden.

**Vom Forschungsergebnis zur Anwendung:
Science meets Business**

Forschungsergebnisse erfolgreich in die unternehmerische Anwendung zu überführen, daran arbeitet das Zentrum für Wissens- und Innovationstransfer (ZWI) der Universität Graz gemeinsam mit Forscher*innen.

Die Forschungsgruppe rund um Manfred Hartbauer am Institut für Biologie beschäftigt sich intensiv mit der Entwicklung und Etablierung neuer Lösungswege zur Schädlingsbekämpfung. Daraus ist ein biologisches Pflanzenschutzmittel entstanden. Dabei setzt man in erster Linie auf die Anwendung pflanzlicher Öle, die für Menschen und

Wirbeltiere in der Regel unbedenklich sind. Auch essenzielle Öle aus Pflanzen können hier eine hohe Wirksamkeit aufweisen. Das Interessante dabei ist: Neben dem wissenschaftlichen Aspekt verfolgt die Universität gezielt den Verwertungsweg über ein zukünftiges Spin-off, also eine Unternehmensgründung aus der Universität heraus.

Die Erkenntnisse aus experimentellen Versuchen werden dabei vom Labor kommend im größeren Maßstab in Feldversuchen getestet. So geschehen mit dem LinoEx getauften biologischen Pestizid, mit dem zukünftig Heuschreckenplagen in Afrika bekämpft werden könnten. Derzeit stehen mit Obst- und Weinbau zwei weitere Anwendungsbereiche im Fokus, die sehr stark auf den europäischen Markt abzielen. Neue Schädlinge wie z.B. die aus Japan eingeschleppte Kirschessigfliege bereiten den heimischen Wein- und Holunderbauern große Sorgen. Mit dem ZWI werden die Anstrengungen in Richtung Spin-off und Innovation deutlich verstärkt. So kann mit dem neuen Gebäude schon ab

April direkt am Campus der Universität Graz die perfekte Infrastruktur für Start-up und Spin-off angeboten werden.



V.l.: Michael Freidl (ZWI), Konstantinos Kostarakos und Manfred Hartbauer (Institut für Biologie).

Mehr Informationen:
www.zwi-graz.at
Für Fragen zu LinoEx: michael.freidl@uni-graz.at

sedus

seit 1871



Office Furniture Solutions  se:lab hopper  se:lab high desk



se:lab
hopper



se:lab
high desk



se:lab
e-desk A



se:lab
rack



se:lab
board

Das Möbelsystem se:lab jetzt bei Ihrem Sedus Fachhändler! Weitere Produkte online kaufen unter www.homeoffice-shop.at

Sedus Stoll Ges.m.b.H · Showroom Wien · Herklotzgasse 26/H1 · 1060 Wien

JU

MERKUR VERSICHERUNG

ST

14

FROHE BOTSCHAFT

Die Merkur Versicherung präsentiert ihren überarbeiteten Markenauftritt und macht ihre Wurzeln sichtbar. Das neue Logo „Happy“ holt den Menschen in die Marke.

15

GANZHEITLICH AKTIV

Starker Partner in Sachen Gesundheit: Freiheit und Selbstbestimmung, Solidarität und Empathie sind Grundwerte, die das Wesen der Merkur ausmachen.

16

HAPPY PLACE TO WORK

Das Team im O-Ton: Wie das seit knapp 223 Jahren bestehende Versicherungsunternehmen New Work, Agilität und offene Kommunikation in allen Geschäftsstellen lebt.



Art by Feromontana
www.feromontana.art



DIE MERKUR VERSICHERUNG,
gegründet bereits im Jahr 1798,
hat die Weichen für die Zukunft
gestellt.

Es ist die DNA, die seit 1798 das Wesen der Merkur ausmacht: das Wunder Mensch. Passend zur Unternehmenskultur, die darauf abzielt, im Team zu denken, agil zu arbeiten, bereichsübergreifend transparent zu kommunizieren, wurde der Markenauftritt zeitgemäß weiterentwickelt. Mit dem neu akzentuierten Logo, klaren Farben und einem Menschen, der sich dynamisch auf die Wort-Bild-Marke zubewegt, betont die Merkur Versicherung ihre eigenen Stärken.

Die Farbenwelt der Merkur setzt sich künftig aus drei Grundtönen zusammen: einem neutralen Weiß, einem sattem Grün sowie einem modernen Grau. Auch das Schriftbild fügt sich in die Erzählung: mit einer Typografie, die für schlichte Eleganz und zeitgemäße Prägnanz steht. Die Haltung zum Wunder Mensch, die in der solidarischen Grund-

Der Mensch in der Marke

Mit einem neuen Markenauftritt setzt die Merkur Versicherung ein starkes Statement zum Wunder Mensch, unterstreicht ihre Grundwerte und betont die knapp 223-jährige Identität. Das Vorstandstrio Ingo Hofmann, Christian Kladiva und Helmut Schleich spricht im Interview über die Hintergründe.

Es war für uns wichtig, den Menschen ins Zentrum zu stellen, nicht das Unternehmen.

HELMUT SCHLEICH,
CSO DER MERKUR
VERSICHERUNG

einstellung der Versicherung begründet ist, zieht sich wie ein roter Faden durch den gesamten Marktauftritt. Dafür wechselt die Merkur die Perspektive,

dafür wird der Markenclaim so vielfältig wie das Leben selbst: „Weil ich das Wunder Mensch bin.“

Die erste Werbekampagne der Merkur Versicherung im neuen Kleid läuft. Wie fühlt sich dieser Moment für Sie persönlich an?

HELMUT SCHLEICH: Wir haben unsere Leidenschaft, die seit knapp 223 Jahren für eines brennt, das Wunder Mensch, und unsere Unternehmenswerte in einen Markenkern zusammengefasst, der wirkungsvoll nach außen strahlt. Kurz gesagt, wir setzen ein Statement für das Wunder Mensch. Wir schreiben eine Geschichte weiter, die seit unserer Gründung 1798 existiert.

Wir machen sichtbarer, was uns als Merkur, als Gesundheitspartner antreibt, motiviert, auch in herausfordernden Zeiten. Deshalb war es für uns wichtig, den Menschen ins Zentrum zu stellen, nicht das Unternehmen. Dieser Zugang spiegelt sich in unserem neuen Corporate Design wider und das begeistert uns.

INGO HOFMANN: Für uns, und damit spreche ich auch im Namen aller Mitarbeiter und Partner, die uns diesen Weg gebnet haben, ist dies ein entscheidender Moment. Als wir Anfang des Jahres 2020 als neues Vorstandsteam zusammengetreten sind, haben wir sehr schnell einen sehr ähnlichen Zugang gefunden, die Merkur Versicherung für das zu sehen, was sie wirklich

ausmacht: der Mensch im Mittelpunkt. Wir erfinden uns nicht neu, wir machen jetzt sichtbar, was unsere Wurzeln sind. Diesem Markenkern nun auch visuell Ausdruck zu verleihen, macht uns alle stolz. Nachhaltig erfolgreich und glaubwürdig zu sein, bedeutet, sich nicht nur auf eine bunte Kampagne mit möglichst vielen TV-Spots zu konzentrieren, sondern an einer ganzheitlichen Positionierung zu arbeiten.

CHRISTIAN KLADIVA: Es freut uns zu sehen, wie sich jetzt in der Praxis das zusammenfügt, was die Merkur Versicherung ohnehin in sich trägt. Wir entfalten visuell, was wir in unseren Werten ausdrücken, was wir unseren Kunden wie auch Mitarbeitern

in die Hände legen: Freiheit und Selbstbestimmung. Ich darf es noch einmal hervorheben: Mit dem neuen Auftritt betonen wir unsere rund 223-jährige Identität und setzen ein starkes Zeichen für die Zukunft, das ohne unsere Traditionsgeschichte nicht denkbar wäre.

Welche Strategie steckt hinter dem neuen Erscheinungsbild? Was ist Ihre Zukunftsvision?

SCHLEICH: Wir sind an das Thema evolutionär herangegangen. Die Anpassungen, die wir vorgenommen haben, sind eine behutsame, zeitgemäße Weiterentwicklung. Dabei war es unser Ziel, unsere Stärken zu stärken. Die klaren Farben, die Dynamik in der Wort-Bild-Marke, die akzentuierte Typografie sollen das hervorheben.

KLADIVA: Wir betrachten den Menschen und seine Bedürfnisse als Ganzes, wir kümmern uns um dessen Absicherung. Dieses Selbstverständnis auch in der Wort-Bild-Marke unterzubringen, war uns wesentlich. Wir wollten eine Brand Experience schaffen, die es auch ermöglicht, Kunden mit einer zentralen, simplen Botschaft abzuholen, die noch dazu selbsterklärend ist. Das hat auch mit Empathie gegenüber unseren Kunden zu tun.

Wir betrachten den Menschen und seine Bedürfnisse als Ganzes, wir kümmern uns um dessen Absicherung.

CHRISTIAN KLADIVA,
CFO DER MERKUR
VERSICHERUNG

HOFMANN: Wir holen den Menschen damit direkt in die Marke und um dem Ausdruck zu verleihen, braucht es die Bereitschaft, innovative Wege zu gehen, Offenheit und den Willen zu permanenter Weiterentwicklung. Unsere Vision ist klar: Wir möchten in Österreich die erste Wahl bei der Absicherung des Wunders Mensch werden. Das hat nichts mit Größe zu tun, sondern mit Mindset. Und einer Botschaft, die ankommt.

Worauf haben Sie konzeptionell und in der kreativen Umsetzung besonderen Wert gelegt?

KLADIVA: Passend zu unserer Unternehmenskultur, die sehr stark darauf abzielt, im Team zu denken, agil zu arbeiten, bereichsübergreifend noch transparenter zu werden, haben wir unseren Markenauftritt auch in diesem Sinne weiterentwickelt. Das neue Logo hat einen höheren Wiedererkennungswert: Die Schrift ist prägnant und zeitgemäß, die Merkur als Versicherung war und ist für uns immer das Fundament, aber der Mensch in seiner Vielfalt macht uns aus.

Die Einführung des neuen Markenauftritts erfolgt dabei schrittweise.

HOFMANN: Das ist richtig. Zwar wäre es für den Markenauftritt

Wir erfinden uns nicht neu, vielmehr machen wir jetzt sichtbar, was unsere Wurzeln sind.

INGO HOFMANN,
CEO DER MERKUR
VERSICHERUNG

und die Bekanntheit der Marke zielführend gewesen, einen Big Bang durchzuführen. Wir wollen die Kosten und Ressourcen dafür schonen und haben uns bewusst für eine wirtschaftliche Lösung entschieden, die auch ökologisch wertvoller ist. Durch die schrittweise Umsetzung können wir an vielen Stellen vermeiden, dass Drucksachen oder andere Materialien vernichtet werden müssen und unnötige Kosten entstehen.

SCHLEICH: Die Einführung, alle Regionaldirektionen, Geschäftsstellen österreichweit inkludiert, von der Leuchtreklame und Beschilderung bis hin zu Broschüren und der Geschäftsausstattung, wird sukzessive passieren. Das wird ein Prozess, den wir Schritt für Schritt in Umsetzung bringen.

Abschließend: Was ist Ihre Kernbotschaft?

KLADIVA: Der neue Markenauftritt und die damit verbundenen Veränderungen stellen unsere Kunden ausdrucksstark in den Mittelpunkt. Es braucht nicht mehr Worte, um dies zu betonen. Unser Corporate Design in allen Ausprägungen bringt dies auf den Punkt.

HOFMANN: Nichts ist glaubhafter und authentischer für uns als ein solcher Schritt. Wollen wir beim Kunden ankommen, wollen wir der unverzichtbare Partner in Sachen Gesundheit und bei einem selbstbestimmten Leben werden, dann müssen wir diese Botschaft in aller Klarheit senden. Und das tun wir jetzt.

SCHLEICH: Es ist und es wird auch künftig wichtig sein, Kundenbedürfnisse ganzheitlich anzusprechen und abzudecken. Dazu braucht es aber eine klare Aussage und unternehmerische Grundwerte, die dies belegen. Sonst wird aus deinem Markenclaim eine leere Worthülse. Unser Markenauftritt mit neuer Farbakkordierung und einem stilisierten Menschen, der sich dynamisch in die Wort-Bild-Marke bewegt, dient als Leitbild, wie unsere Kunden, aber auch unsere Mitarbeiter uns wahrnehmen und erleben.

**DIE MERKUR
VERSICHERUNG AG**

Die Merkur Versicherung AG ist eine österreichische Versicherungsgesellschaft mit Hauptsitz in Graz. Ihre Kernkompetenz liegt im Bereich der privaten Gesundheitsversicherung. Mit der Erfahrung aus knapp 223 Jahren Unternehmensgeschichte stellt die älteste Versicherung Österreichs das Wunder Mensch und dessen Absicherung in den Mittelpunkt. Die Merkur Versicherung ist in Österreich und Südosteuropa mit insgesamt 1442 Mitarbeitern und einem Gesamtprämienvolumen von 610,8 Millionen Euro im Geschäftsjahr 2019 aktiv. Seit 2020 befindet sich der Konzernsitz im neuen Merkur Campus in Graz.

Für die kreative Umsetzung der Leitidee und des neuen Markenauftritts zeichnet die Wiener Agentur Arts & Crafts rund um die Geschäftsführer Tom Krutt und Gerd Haselsteiner verantwortlich.

www.merkur.at

Kontakt

Jürgen Pock

T. +43 316 8034-2429, Mobil: +43 664 4500936

juergen.pock@merkur.at

Conrad-von-Hötzendorf-Straße 84, 8010 Graz



DAS VORSTANDSTRIO der Merkur Versicherung Christian Kladiva, Ingo Hofmann und Helmut Schleich mit dem neuen Logo „Happy“ am Merkur Campus in Graz.

A happy Place to work



Für mich zählen in einem Unternehmen die inneren Werte: offene Kommunikation, eigenverantwortliches Arbeiten, die Möglichkeit, eigene Ideen nicht nur einzubringen, sondern auch umzusetzen. So habe ich die Merkur Versicherung kennen und schätzen gelernt.

MELISA SALDIC,
FIRMENKUNDENMANAGERIN
KÄRNTEN



Die Merkur als Employer of Choice ist für mich der Inbegriff von New Work, Agilität und auch Innovation – ich darf in meinem Job als HR-Recruiterin nach neuen Talenten suchen und ihnen ein Arbeits-erlebnis näherbringen, das die eigene Meinung fordert und fördert.

TINA HARTER,
MERKUR CAMPUS GRAZ,
STEIERMARCK

Den Pulsschlag der Merkur Versicherung spürt man auf allen Unternehmensebenen – österreichweit: Das gelebte Konzept von New Work, ein hohes Maß an Agilität und eine offene Kommunikationskultur machen die Merkur Versicherung zu einem attraktiven Arbeitgeber – vom Headquarter bis zur regionalen Geschäftsstelle.

Die Arbeitswelt erfährt seit einigen Jahren einen grundlegenden und strukturellen Wandel. Die neue Kultur besteht darin, Leben und Arbeiten zu verbinden. New Work ist auch in der Merkur Versicherung gelebte Realität. Die Unternehmenskultur fordert und fördert eine offene Kommunikation und bereichsübergreifendes Arbeiten. Wer in Zukunft reüssieren will, braucht auch einen konstruktiven Umgang mit Fehlern. Eine Atmosphäre positiver Irrtumskultur ermöglicht zudem proaktives, flexibles und initiatives Handeln, um Veränderungen herbeizuführen. All das ist nicht nur im Headquarter am neuen Merkur Campus in Graz spürbar, sondern auch in den Geschäftsstellen und Regionaldirektionen, die jetzt nach und nach mit dem neuen Markenauftritt strahlen, dieselben Werte und das Wunder Mensch im Mittelpunkt tragen. Kurzum: Die Merkur Versicherung ist ein „happy place to work“.



DANIEL BÖHM UND VIVIANE HÜTTEL in der Geschäftsstelle Steyr



Meine Erfahrungen innerhalb der Merkur Versicherung haben gezeigt, dass hier Menschen für Menschen arbeiten, mit einem gemeinsamen Ziel und einem Spirit, der mich täglich aufs Neue inspiriert und neue Wege eröffnet.

CLAUDIA KROSKE,
GESCHÄFTSSTELLE
SALZBURG STADT



Familiäre Stimmung, ein engagiertes Miteinander und ein Team, auf das man sich verlassen kann: Das zeichnet die Merkur für mich aus. Ich kann meine Ideen verwirklichen und selbstständig arbeiten, aktiv die Zukunft mitgestalten.

DENNIS GABRIEL,
GESCHÄFTSSTELLE
GÖTZIS, VORARLBERG



In so herausfordernden Zeiten sollten wir noch mehr auf uns achten. Wenn wir als Merkur einen Beitrag zum Wohlbefinden unserer Kunden leisten können, haben wir aus meiner Sicht schon gewonnen. Dafür leiste ich gerne und aus Überzeugung meinen Einsatz.

JUDITH HAMERSCHMID,
REGIONALDIREKTION
WIEN



Was mich wirklich motiviert, im Team Merkur mitzuwirken? Der tägliche Umgang mit Menschen und die Möglichkeit, ihnen bei der Erfüllung ihrer Bedürfnisse zu helfen. Das Wunder Mensch ist hier nicht nur ein Claim, sondern gelebte Praxis.

MATHIAS
STEINLECHNER,
GESCHÄFTSSTELLE
SCHWAZ, TIROL

ATTRAKTIVITÄTSGARANTIE

Gute Frage: Bleiben Immobilien auch in pandemiebedingten Krisenzeiten attraktive Anlagemöglichkeiten? Die Diagnose der Expertinnen und Experten von Deloitte Styria.

FINANZIERUNGSFEINHEITEN

Ein perfektes Marktumfeld für attraktive Immobilieninvestments sehen die Finanzierungsspezialisten von Bogen & Partner und unterstützen Interessenten beim Kauf.

ENTSCHEIDENDE UNTERSCHIEDE

Gut gerüstet mit den steirischen Rechtsanwältinnen und Rechtsanwälten: Wo liegen die Unterschiede zwischen einem „normalen“ Kaufvertrag und einem Bauträgervertrag?

Interview: ELKE JAUKE-OFFNER

Wie haben Sie die letzten Monate in Ihrem Arbeitsfeld erlebt?

MARKUS LAMPESBERGER: Durch die Pandemie sind viele Branchen in eine herausfordernde wirtschaftliche Lage geraten. Die Immobilienbranche ist zum Glück mit einem blauen Auge davongekommen. Unsere Baustellen konnten weiterlaufen, die Bauwirtschaft hatte nicht mit derart massiven Beschränkungen zu kämpfen, wir konnten alle unsere Projekte umsetzen. Auch die starke Nachfrage war da, Immobilien waren für viele ein regelrechter Anker. Gerade jene, die im Berufsleben stark involviert sind, haben sich die Zeit genommen, um Wohnungen für sich oder für ihre Kinder zu kaufen, um das Geld anzulegen. Auch Großinvestoren haben umfassend in Projekte investiert. Unsere Kunden sind zu 60 bis 70 Prozent Großinvestoren, die restlichen 30 Prozent Einzelinvestoren. Wir haben mit zwei Mannschaften – im Wechsel mit dem Homeoffice – das ganze Jahr durchgearbeitet.

Wie haben sich die Preisstrukturen in jüngster Zeit entwickelt?

LAMPESBERGER: Die Preise haben den Zenit in Graz noch nicht erreicht, sie sind nach wie vor im Steigen begriffen. Die Lage ist absolut ausschlaggebend für den Wert der Immobilie. Beliebte Bezirke wie Geidorf, St. Leonhard, Andritz oder Waltendorf konnten einen weiteren Anstieg verzeichnen – im Ver-



Höher hinaus

Immola-Mastermind Markus Lampesberger über die Leidenschaft für das Urbane, das Dach als neue Erholungszone in der Stadt, die Kunst, sich architektonisch möglichst nicht zu wiederholen, den noch unerreichten Zenit in Graz und den Mut, den es als Immobilien- und Projektentwickler braucht.

lauf der letzten drei, vier Jahre haben sich die Kosten um fast 1000 Euro pro Quadratmeter erhöht.

Wie entwickelt sich das Potenzial der Stadt, wo orten Sie aber auch Schwachstellen?

LAMPESBERGER: Graz ist grün und sicher, eine Studentenstadt mit viel Lebensqualität und einem reizvollen Flair. Die Größe ist überschaubar, die Wege sind kurz und auch gut mit dem Fahrrad oder zu Fuß zu bewältigen. Man ist darüber hinaus schnell im Grünen, am See oder in den Weinbergen. Auf der rechten Seite der Mur wächst die Stadt mit den neuen Vierteln Reininghaus und Smart City sehr stark. Dort muss infrastrukturell auf alle Fälle noch nachgebessert werden. Durch den großen Zuwachs braucht es auch unbedingt eine Lösung für den Verkehr, sein öffentlicher Ausbau ist unumgänglich. Ob es die U-Bahn geben wird, steht noch in den Sternen, aber sie hätte auf alle Fälle einen Wert für die Stadt und ihre Attraktivität.

Was ist noch alles möglich?

LAMPESBERGER: Im Norden ist der Raum naturgemäß begrenzt, Graz wächst sich nach Süden in Richtung Seiersberg, Feldkirchen, Kalsdorf und Hausmannstätten aus. Eine Umlandflucht aufgrund der Preisstrukturen sehen wir aber nur bedingt. Attraktive Wohnungen in den städtischen Lagen

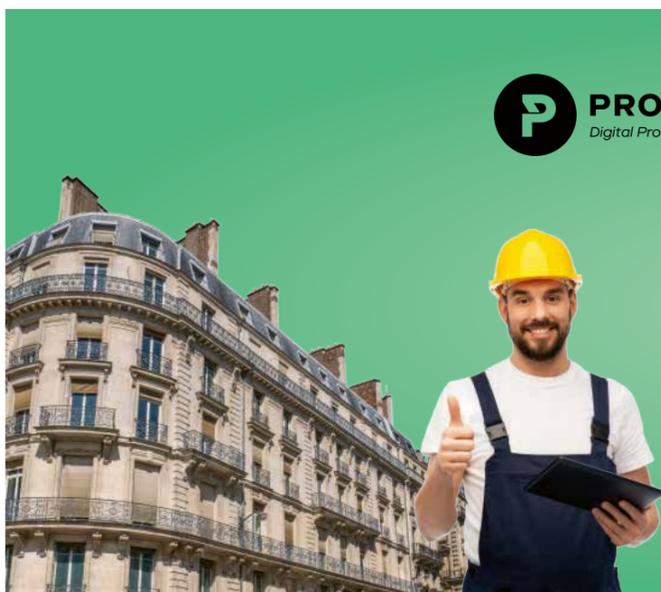


Digitales Obektsicherheitsprotokoll und Brandschutzbuch

Digitale Verwaltung für Ihre Gebäude
Einfachste Bedienung und mobile Apps
Rechtssicheres ÖNORM B1300/1301 Protokoll
Automatische Auftragsverteilung
Ressourcenverwaltung und Mangelmanagement

smart, sicher, sorglos...

Mehr Informationen unter
www.proventor.at



bleiben weiterhin begehrt, weil die kurzen Wege, eine grüne Zunge im Innenhof und die gesicherte Nahversorgung starke Argumente sind. Die Bezirke Lend und Gries bleiben deutlich im Aufschwung, das zeigen auch unsere Projekte. Lend erlebt einen Kulturhype und ist gewissermaßen das neue Geidorf. Gries ist mit seinem multikulturellen Leben und den Möglichkeiten, an der Mur in unmittelbarer Nähe zur Innenstadt zu wohnen, bereits nachgezogen.

Welche Kriterien sind für Wohnraumsuchende ausschlaggebend?

LAMPESBERGER: Der Freiraum ist für alle von großer Bedeutung – ob Terrasse, Balkon oder Garten, der Lebensraum hat sich längst von der Wohnfläche nach draußen weiterentwickelt. Neue Wohnungen ohne Freiraum sind eigentlich schon Substandard. Auch sonst ändert sich einiges: Gerade viele junge Menschen haben gar kein Auto mehr. Sie nutzen Modelle wie Car-sharing. Es gibt mehr und mehr leerstehende Plätze in Tiefgaragen, autofreie Zonen werden immer wichtiger. Parkplätze, die keiner braucht, sind nicht mehr zeitgemäß.

Was muss man als Immobilienentwickler mitbringen, um zu reüssieren?

LAMPESBERGER: Wir haben uns bereits etliche Flecken zugetraut, deren Potenzial kein anderer gesehen hat. Es sind wirkliche Eyecatcher wie das Hochhaus auf minimaler Grundfläche in der Elisabethnergasse oder das Projekt Golden Skin in St. Peter entstanden, wir haben auch einen Teil des Brauquartiers in Puntigam gebaut. Immola steht für urbanes Wohnen. Wir sind Architekten, die Städte lieben, und setzen als Stadtentwickler hauptsächlich Projekte in Graz, Klagenfurt und Linz um. Reine Nutzungsarchitektur machen wir nicht, jede Immobilie muss einen USP haben. Wir wollen städtische Räume mit unseren Projekten aufwerten.

Welchen Weg sind Sie dafür gegangen?

LAMPESBERGER: Ich habe Architektur studiert, das reine Planen war reizvoll, aber dennoch nicht die

STADTENTWICKLUNG AUS LEIDENSCHAFT: Architekt Markus Lampesberger leitet mit Immola ein Unternehmen, das urbane Lebensräume von der Planung bis zur Verwertung und Nutzung erschafft und begleitet.



ES GRÜNT SO GRÜN: Bepflanzte Innenhöfe als reizvolle Erholungs-zonen im Projekt „Home Lend“ (oben), zukunftsweisende Dachgärten als gemeinschaftlich nutzbare Oasen im Projekt „Keplers Spaces“ (unten).

Erfüllung für mich. Ich wollte lieber den gesamten Prozess der Immobilienentwicklung umsetzen. Wir haben vor zwölf Jahren zu zweit mit dem ersten kleinen Projekt mit acht Wohnungen in Liebenau begonnen. Das erste große Projekt war gemeinsam mit Architekt Volker Giencke der gläserne Dachaufbau des Eckgebäudes in der Jakoministraße Ecke Grazbachgasse. Heute sind wir 23 Vollprofis im Team, die alles von der Pike auf gelernt haben. Wir decken den gesamten Planungs-, Errichtungs- und Nutzungszyklus ab und bieten Kunden ein komplettes Rundumservice zur sorgenfreien Abwicklung von Kauf, Vermietung und Verwaltung. Immobilien, die die Immola entwickelt, sind nachhaltig und mit hohem architektonischen Anspruch. Das hat uns viel Erfolg gebracht.

Wie drückt sich das in der architektonischen Sprache aus?

LAMPESBERGER: Wir legen Wert auf hochwertige Architektur außerhalb der Norm. Wir spielen mit Fassadenelementen, wir sehen andere Öffnungen in den Gebäuden vor, die Balkone erhalten unterschiedliche Ausrichtungen, Höhen, Größen oder Farben. Wir wollen da Akzente setzen, das macht auch den Reiz aus. Wir probieren immer etwas Neues. Darauf kommt es an. Aktuell setzen wir bei allen unseren Projekten gerade Dachgärten als gemeinschaftlich genutzten Raum um. So entsteht eine neue Erholungszone mit Aussicht, mit Pflanzen und Wasserflächen. Wenn man im Sommer am Dach des Hauses mit Blick auf den Schloßberg ein Buch lesen kann, hat das schon eine andere Lebensqualität. So können Flachdächer als Gärten genutzt werden.

... und es bringt Grünraum ...

LAMPESBERGER: Ja, denn in den Städten wird es schließlich immer wärmer. Wir müssen noch weit mehr Grün in die Immobilien holen – grüne Fassaden, grüne Innenhöfe, grüne Dächer. Das schafft ein besseres Mikroklima in Zeiten des Klimawandels. Wir achten auch auf zertifizierte, nachhalti-



„Leidenschaft für innerstädtische Lagen: Immola entwickelt urbane Wohnräume.“



gere Baustoffe und setzen auf Solar- und Photovoltaikflächen sowie hinterlüftete Fassaden. Nachhaltigkeit kostet natürlich mehr als der Standard.

Was sind wesentliche Treiber für die Zukunft?

LAMPESBERGER: Die Stadt muss weiterhin leistbaren Wohnraum bieten, vor allem auch für junge Menschen. Das heißt, die Einheiten in urbanen Lagen werden daher in Dimensionen von zwei bis drei Zimmern bleiben. In dieser Größenordnung sind sie leistungsgut vermietbar. Wohnungen mit weit mehr Wohnraum sind eher in den grünen Zonen, im Umland zu finden. Es ist nicht zuletzt eine Frage der individuellen Bedürfnisse, aber auch der persönlichen Entscheidungen, wie kurz die täglichen Wege sein sollen.

Welche Projekte werden derzeit verwirklicht?

LAMPESBERGER: In der Grazer Innenstadt laufen derzeit drei große Projekte: Home Lend ist mit 265 Wohnungen samt Gewerbeeinheiten ein großer städtebaulicher Eingriff im Bezirk Lend mit begrünten Fassaden und

grünen Innenhöfen. Einziehen kann man ab Sommer 2022. In der Karlauer Straße entstehen 73 Wohnungen und auf dem ehemaligen Buchbinder-Grundstück in der Babenbergerstraße bauen wir ein Geschäfts- und Wohnhaus. Projekte mit begrünten Fassaden und Dachgärten setzen wir derzeit auch in der Klagenfurter und der Linzer Innenstadt um. Wir sind immer auf der Suche nach bestehenden Gebäuden oder brachliegenden Liegenschaften mit Potenzial, um Lücken zu schließen. Verdichtung ist ein großes Thema. Man muss einfach Visionen haben und sich spezielle Ecken auch angreifen trauen – im Vertrauen, dass etwas Größeres daraus entstehen kann. Das macht einen guten Projektentwickler aus: Er ist immer auch Visionär. In Graz gibt es noch viel gute Grundstücke und wir haben viele gute Ideen.

STADTTEIL MIT HOHER ANZIEHUNGSKRAFT: Mit dem Projekt „Home Lend“ werden bis zum Jahr 2022 insgesamt 265 neuen Wohnungen samt Gewerbeeinheiten in der Neubaugasse geschaffen, der Bezirk boomt weiterhin stark.

Fotos: Fiecher; IMMOLA KEPLERS SPACES/DI HELMUT ZIESERITSCH; IMMOLA HOME LEND/WIZIBLE

Kontakt
IMMOLA Liegenschaftsverwertung und Projektentwicklungs GMBH
Gleispachgasse 1, 8045 Graz
T. +43 316 26 92 60 10
office@immola.at
www.immola.at

Und plötzlich wird das Dach zur Geschäftsfläche

Ein enormes Potenzial bei der Nachrüstung bestehender Bauten mit Photovoltaikanlagen sehen die beiden steirischen Energie-Ingenieure Ludwig Ems und Werner Erhart: Allein 50 Prozent der sinnvoll für PV nutzbaren Dachflächen der Wiener Büro- und Geschäftsgebäude würden mit 120 Megawatt Leistung so viel Strom erzeugen können wie das Kraftwerk Freudenu.

Den Eigentümern der Funktionsbauten würden die Vorteile von Photovoltaik auch zunehmend bewusst, so Ems und Erhart: „Das Dach bringt zusätzliche Einnahmen. Die PV-Anlage kann bedeutende Mengen des gesamten Stromverbrauchs des Gebäudes abdecken und das tagsüber, also wenn dort gearbeitet wird.“ Den Mietern bringe die PV einen Mehrwert sowie finanzielle Entlastung und schließlich würden die durch die Kühlung bedingten besonders teuren Leistungsspitzen von März bis Oktober durch die eigene Stromerzeugung abgedeckt.

Bei Neubauten sind den Energie-Ingenieuren die „Alibi-PV-Anlagen“ ein Dorn im Auge. „Es ist lächerlich, wenn ich ein Drei-Millionen-€-Projekt hinstelle und dann für Photovoltaik 10.000 € ausbebe. Da wäre es ehrlicher, gleich gar nichts mit Solarstrom zu machen.“

Die Nachfrage nach PV-Anlagen ist derzeit sehr hoch, konstatieren Ems und Erhart. 90 Prozent der Projekte betreffen bereits bestehende Gebäude. „Immer mehr Eigentümer kommen dahinter, dass sie über leere Dächer verfügen, die ihnen nichts bringen. Wenn sie eine PV-Anlage draufsetzen, wird das Dach mit einem Schlag zur Geschäftsfläche.“

Die Energie-Ingenieure sehen sich dabei als Zulieferer von Know-how bei der Analyse, der Planung und Umsetzung von Photovoltaik. Es kann aber auch die gesamte Projektabwicklung inklusive der Baumaßnahmen im Rahmen eines Outsourcing übernommen werden. „Wir bieten in beiden Fällen eine partnerschaftliche Zusammenarbeit an“, garantieren Ems und Erhart.



DIE ENERGIE-INGENIEURE Werner Erhart (links) und Ludwig Ems sehen eine sehr hohe Nachfrage nach PV-Anlagen.

Foto: Energie-Ingenieure; Bezahlte Anzeige

Kontakt
EMS Beratungs- und Beteiligungs GmbH
Buchwaldstraße 27, 8280 Fürstenfeld
T. +43 3382 545270
www.ems.co.at

Vor einigen Jahren war nachhaltige Finanzierung noch ein Nischenthema. Mittlerweile entwickeln sich nachhaltige Kredite, bei größeren Unternehmen auch nachhaltige Anleihen immer mehr zu einem festen Bestandteil einer modernen Unternehmensfinanzierung. Und viele mittelständische Unternehmen setzen längst aus Überzeugung auf ressourcenschonende Produktion oder erneuerbare Energien. Oft allerdings, ohne dies an die große Glocke zu hängen. Große Vorteile werden nach der Krise jetzt darauf vorbereitet, Entwicklungschancen zu nutzen – gerade auch mit Investitionen in Digitalisierung, Klimaschutz und Nachhaltigkeit.

Nachhaltige Investitionen günstig finanzieren

So unterstützt die UniCredit Bank Austria Unternehmen und Privatkunden dabei, etwas für Umwelt und Klimaschutz zu tun.

Als führende Unternehmerbank des Landes bietet die UniCredit Bank Austria ihren Firmenkunden exzellente Beratung und Betreuung, wenn sie den Weg von der klassischen hin zur nachhaltigen Finanzierung einschlagen wollen. Ein Beispiel: „Exportinvest Green“ von der Oesterreichischen Kontrollbank (OeKB) ist eine besonders attraktive Möglichkeit für exportorientierte Unternehmen, nachhaltige Projekte zu



NÄHERE INFORMATIONEN erhalten Sie bei Helmut Birringer (links im Bild), Landesdirektor Premium Banking Bundesländer Süd, Tel. +43 (0)50505-63100 bzw. bei Bernd Meister (rechts im Bild), Landesdirektor Firmenkunden Steiermark, Tel. +43 (0)50505-93122.



günstigen Konditionen zu finanzieren. Die Finanzierung erfolgt über die eigene Hausbank, die sich zu den günstigen Konditionen bei der OeKB refinanziert.

Auch ihren Privatkunden macht die UniCredit Bank Austria interessante Finanzierungsangebote – etwa rund um das wichtige Thema „nachhaltiges Wohnen“: Die Palette reicht hier von der Finanzierung von Neubauten mit niedrigem Energieverbrauch über die thermische Sanierung bis hin zu Energieeffizienz steigernden Maßnahmen wie etwa einem Fenstertausch, einem Heizungstausch oder der Installation einer Solaranlage. Zusätzlich bietet sie ihren Kunden wertvolles Know-how und Gutscheine für Energieeffizienz-Beratung.

Veranlagungen in Immobilien bleiben attraktiv

Die COVID-19-Pandemie zieht auch am heimischen Immobilienmarkt nicht spurlos vorüber. Laut Deloitte Styria bleiben Immobilien aber auch in Krisenzeiten attraktive Anlagemöglichkeiten.

Die Corona-Krise hat gezeigt, wie unterschiedlich sich die verschiedenen Assetklassen entwickeln können: Während es im Bereich Hotellerie, Gastronomie und Retail zu deutlichen Preiseinbrüchen kam, haben Wohnimmobilien eher zugelegt. Im dritten Quartal 2020 beschleunigte sich der Hauspreisanstieg in Österreich laut Eurostat sogar auf 8,9 %. Im vierten Quartal 2019 lag dieser Wert noch bei 6,2 %.

Damit hat die Corona-Krise die Nachfrage nach Wohnungen nicht gedrosselt. Auffällig ist aber eine Verknappung des Angebots: Makler klagen immer häufiger über Schwierigkeiten, ausreichend attraktive Objekte für ihre Klienten zu finden. Neben den Ballungszentren ist aktuell das Umland mit guter Verkehrsanbindung besonders gefragt. Die Nähe zur Natur hat in der Pandemie zweifellos an Wert gewonnen. „In der Steiermark ist dieser Trend besonders spürbar. Die Quadratmeterpreise schwanken aber immer noch stark – von rund 1.700 Euro für neue Eigentumswohnungen im Bezirk Murau bis hin zu rund 3.250 Euro in Graz“, so Friedrich Möstl, Partner und Immobilienexperte bei Deloitte Styria.

Auch die Motivation der Immobilieninvestoren hat sich verändert: Während vor der Krise noch die Höhe der Rendite im Vordergrund gestanden ist, gewinnen Faktoren wie die Sicherheit der Veranlagung und das Wertsteigerungspotenzial an Bedeutung. Die Frage nach der richtigen Immobilienveranlagung für Investoren hängt stark vom Anlegerprofil ab. Manuela Bauer-Moser, Senior Managerin bei Deloitte Styria, empfiehlt privaten Anlegern, sich an professionelle, etablierte Anbieter zu wenden. „Vor allem Bauherrenmodelle sind nach wie vor attraktiv. Die steuerlichen Rahmenbedingungen wurden aber zuletzt stark verändert und sollten jedenfalls vor einer Investitionsentscheidung mit einem Experten besprochen werden“, ergänzt die Steuerberaterin. Für institutionelle Anleger ist die wirtschaftliche Analyse der Immobilien durch eine Due-Diligence-Bewertung unerlässlich. Auch regionale Kenntnisse und die 3-L-Regel (Lage-Lage-Lage) sind wichtiger denn je.



FRIEDRICH MÖSTL, Partner und Immobilienexperte bei Deloitte Styria.



MANUELA BAUER-MOSER, Senior Managerin bei Deloitte Styria.

Kontakt

Deloitte Styria, Paulustorgasse 10, 8010 Graz
T. +43 316 373037-0, graz@deloitte.at



Kredite für ein neues Haus oder eine neue Wohnung zu bekommen, war schon vor Corona kein Leichtes. Mit den wirtschaftlichen Unsicherheiten der Krise hat sich das nicht verbessert“, sagt Thomas Wagner. Er leitet das Finanzierungsteam beim Grazer Vermögensberater Bogen & Partner. Um die 50 Millionen Euro jährlich macht das Finanzierungsvolumen der Privatkunden aus. Betreut werden vor allem Ärzte und Akademiker in Graz und Wien, die in allen Vermögensangelegenheiten Beratung erhalten – auch beim Immobilienkauf. „Corona und die darauf erfolgten enormen Hilfsmaßnahmen der Zentralbanken führen dazu, dass wir heute einen unglaublich attraktiven Niedrigzins langfristig absichern können. Dieses historisch einmalige Marktumfeld gilt es jetzt mit Immobilieninvestments zu nutzen, denn mit einer wirtschaftlichen Erholung werden auch Zinsen wieder steigen, so wie es in den USA bereits der Fall ist, sagt Wagner. Seit 2016 ist er bei Bogen & Partner an Bord, zuvor arbeitete er zehn Jahre lang im Bankensektor.

Vor diesem Hintergrund weiß Wagner gut über die Eigenheiten des Kreditwesens Bescheid. Sein Zu-

gang ist die ganzheitliche Betreuung von Beginn an: „Wir denken beim Finanzieren über den reinen Ankauf von Immobilien hinaus. Auch prüfen wir, was für den Kunden sonst noch wichtig ist: Die Absicherung, wenn am Haus ein Schaden eintritt oder man selbst durch einen Unfall arbeitsunfähig wird – da braucht es eine passende Versicherung, um zu vermeiden, dass man das Haus verliert und am Schluss nur noch mit den Kreditraten dasteht.“ Zusätzlich wird mit den Kunden das Thema Rücklagenbildung besprochen: „Wenn sich Kunden für eine variabel verzinsten Kreditvariante mit der aktuell niedrigsten Monatsrate entscheiden, begleiten wir sie bei der Wahl von Ansparformen zur Reservenbildung. So ist man in der Lage, vorzeitig Kredittilgungen vorzunehmen, sollten Zinsen in einigen Jahren doch stärker steigen“, sagt Wagner.

Was Kunden bei der Finanzierung ihrer Wohnträume bräuchten, sei unabhängige Beratung. Gerade jetzt in Corona-Zeiten verhielten sich Banken besonders defensiv und kompliziert. Bogen & Partner positioniert sich als Vermittler zwischen Kunden und Banken. „Die Kunden ersparen sich Zeit und Aufwand, indem wir einen Überblick über alle Fi-

Einmaliges Umfeld für lukrative Investments

Wohnen hat in der Pandemie einen völlig neuen Stellenwert bekommen. An Geld für den Kauf der Traumwohnung zu kommen, wird aber zunehmend herausfordernder. Abhilfe schaffen Finanzierungsexperten mit besonderem Draht zur Bankenwelt.

Graz Haus Kauf Durchschnitt/m²

bis 125 m² € 4.394

bis 150 m² € 3.806

größer als 150 m² € 3.655

Tendenz



finanzierungsvarianten geben und die Angebote vieler verschiedener Banken prüfen – nicht nur in der Steiermark, sondern österreichweit“, sagt Wagner. Die Besonderheit dieser unabhängigen Beratung liegt darin, dass Bogen & Partner mit den Banken Sonderlösungen entwickelt: „Wir erreichen, dass Konditionen attraktiver sind und günstigere Zinssätze beinhalten. Außerdem schaffen wir den Zugang zu Finanzierungsarten, die über die Filialen nicht angeboten werden. Mit diesen Sondervereinbarungen wird es möglich, die Art und Höhe der Tilgungen auf die individuellen Lebenssituationen der Kunden anzupassen“, sagt Wagner.

Seine Kollegin Jasmin Kandolf fügt hinzu: „Schon beim Ersttermin bei Bogen & Partner klären wir ab, bis zu welchem Kaufpreis die Finanzierbarkeit gegeben ist. So wissen unsere Kunden von Anfang an Bescheid, welche Möglichkeiten sie bei der Immobilienanschaffung haben und können schnell zuschlagen, wenn sie ein attraktives Objekt finden.“ In einem heiß

„Normaler“ Liegenschafts Kauf versus Bauträgergeschäft

Rechtsanwaltskammer-Steiermark-Vizepräsident Michael Kropiunig über den gar nicht so kleinen Unterschied beim Erwerb einer Immobilie.

Graz, Wohnung Kauf Durchschnitt/m²

bis 50 m² € 4.126

bis 80 m² € 4.040

bis 130 m² € 4.402

größer als 130 m² € 3.512

Tendenz →

THOMAS WAGNER arbeitet seit 2016 bei Bogen & Partner als Spezialist für Finanzierungsfragen.

umkämpften Wohnungsmarkt wie Graz, der von enormem Zuzug geprägt ist, ein zentraler Vorteil. „Unsere Marktmeinung ist, dass Immobilienpreise in letzter Zeit stark gestiegen sind. Wir gehen aber davon aus, dass die Werthaltigkeit der Immobilien besonders in Graz gegeben ist und in vielen Lagen, vor allem die beliebteren Wohnlagen, aber auch Lagen mit Potenzial, doch noch einiges an Wertzuwachs zu erwarten ist“, sagt Thomas Wagner.

Wenn der Immobilienerwerb zum Zweck der Vermietung und Veranlagung erfolgt, empfiehlt Wagner, sich Kenntnisse über Kapitalmärkte anzueignen. Es zeige sich oft, dass auch in akademischen Kreisen bestimmte Lücken im Wissen über die Finessen der Immobilienfinanzierung bestehen.



JASMIN KANDOLF ist bei Bogen & Partner als Junior Wealth Manager neu im Team.

„So wie unsere Klienten Spezialisten in ihren Fachgebieten sind, haben wir in den Finanzierungsfragen das Expertenwissen. Unsere Aufgabe ist es, als Übersetzer zu fungieren, damit sich Käufer und Banken bestens verstehen und keine Missverständnisse aufkommen“, sagt Wagner. Wenn Klienten mit unrealistischen Träumen zu ihm kommen, muss er sie dann und wann schon auf den Boden zurückholen. Wichtig sei, sich von Anfang an ein klares Bild von Chancen, aber auch Tücken des Immobilienkaufs mit allen Auswirkungen auf die eigene Lebensplanung zu machen. „Auf dieser Basis gelingt es uns dann, das Beste für unsere Kunden herauszuholen“, sagt Wagner.

Kontakt

Bogen & Partner, Kaiserfeldgasse 22, 8010 Graz
T. +43 316 82 68 60, office@bogen.co.at
www.bogen.co.at

Herr Kropiunig, wo liegt der praktisch-haptische Unterschied zwischen einem „normalen“ Kaufvertrag und einem Bauträgervertrag?

MICHAEL KROPIUNIG: Der „normale“ Kaufvertrag dient dem Kauf eines fertigen Objekts. Es besteht vorab die Möglichkeit der „physischen“ Besichtigung des Objekts, es kann jedoch kein Einfluss mehr auf die Gestaltung genommen werden. Der Bauträgervertrag hingegen kommt beim Kauf eines in Planung bzw. Bau befindlichen Objekts zur Anwendung. Es besteht die Möglichkeit der Einflussnahme auf die Planung und Berücksichtigung von Änderungswünschen. Dem Käufer erwächst ein Vorfinanzierungsrisiko und er nimmt eine Wartezeit bis zur Bezugsfertigkeit in Kauf.

Und der rechtliche Unterschied?

KROPIUNIG: Der ist weitaus differenzierter: Der Erwerber übernimmt beim Bauträgerobjekt mit seinen Zahlungen sozusagen die Funktion einer „Bank“ im Sinne einer (anteiligen) Vorfinanzierung des Baus. Daher setzt hier ein umfangreiches und striktes gesetzliches Sicherungssystem zum Schutz des Erwerbers ein, festgeschrieben im Bauträgervertragsgesetz (BTVG) und im Bauträgervertrag.

Wo liegen die Unterschiede in der Vertragsgestaltung bzw. die Besonderheiten des BTVG?

KROPIUNIG: Beim Bauträgergeschäft ist ein Treuhänder, also Rechtsanwalt bzw. Notar, als Vertragsverfasser gemäß BTVG zwingend vorgesehen. Die Zahlung des Kaufpreises erfolgt auf das Konto des Treuhänders in Raten, deren Höhe abhängig vom Grad der Fertigstellung gesetzlich festgelegt ist. Die Raten dürfen erst nach Erreichen des jeweiligen Fertigstellungsgrades an den Bauträger ausbezahlt werden. Der Treuhänder haftet den Käufern dafür, dass die Auszahlung erst nach Bestätigung des Vorliegens des Baufortschrittes erfolgt. Dafür bedient er sich eines Bausachverständigen, der ihm den Fertigstellungsgrad, nicht jedoch die Mängelfreiheit bestätigt. Mängel und deren Behebung werden erst bei Übergabe geprüft. Für den Fall, dass Mängel nicht behoben werden, behält der Treuhänder einen Restkaufpreis (Hafrücklass) zur Deckung der Behebungskosten ein. Aufgrund der Treuhänderfunktion des Vertragsverfassers kann sich der Erwerber – im Gegensatz zum „normalen“ Immobilienkauf – den Vertragsverfasser nicht aussuchen, sondern ist an den vom Bauträger bestellten Treuhänder gebunden. Dies ist auch sinnvoll, damit die Abwicklung und Kontrolle des Bauträgergeschäftes in einer Hand bleiben.

Wie werden Erwerber abgesichert?

KROPIUNIG: Bei Bauträgerobjekten wird meist erst während oder nach der Fertigstellung Wohnungseigentum begründet und der Erwerber üblicherweise erst nach Vorliegen

des Wohnungseigentumsvertrages als Eigentümer ins Grundbuch eingetragen. Die Eintragung im Grundbuch ist der absolute Schutz des Eigentums gegenüber Dritten. Nachdem in der Planungs- und Bauphase Wohnungsgrundrisse aber noch veränderlich sein können, vergeht zwischen Kauf bzw. Wohnungseigentumsbegründung und Eintragung des Käufers ins Grundbuch oft einige Zeit, da der Wohnungseigentumsvertrag erst nach Vorliegen aller das Wohnungseigentum begründenden Voraussetzungen errichtet werden kann. Die Sicherung des Anspruchs des Erwerbers auf Eintragung im Grundbuch erfolgt in dieser Zeit in der Form, dass im Grundbuch Anmerkungen zu seinen Gunsten vorgenommen werden, die ihm später die Eintragung seines Eigentumsrechtes garantieren. Der Bauträger kann in dieser Phase die Liegenschaft ohne Zustimmung des Treuhänders auch nicht veräußern oder belasten, womit eine maximale Absicherung des Erwerbers gewährleistet ist. Auch können bereits während der Bauphase Pfandrechte zugunsten der allenfalls den Kauf finanzierenden Banken im Grundbuch der Bauträgerliegenschaft eingetragen und später der Wohnung des Erwerbers zugeordnet werden.

Was geschieht, wenn der Bauträger während des Baus in Konkurs geht?

KROPIUNIG: Wird über das Vermögen des Bauträgers während der Bauphase Konkurs eröffnet, ist dies natürlich unangenehm, da damit Verzögerungen der Fertigstellung und Mehrkosten nicht ausgeschlossen werden können. Jedenfalls stehen aber jene Zahlungen, welche – abhängig von Fertigstellungsgrad – noch am Konto des Treuhänders liegen, den Erwerbern dazu zur Verfügung, dass mit einem anderen Unternehmer „fertiggebaut“ wird. Es kann auch sein, dass der Insolvenzverwalter des Bauträgers sich verpflichtet, mit diesem Geld fertigzubauen. Der Treuhänder muss zudem zum Beginn des Projektes mit der Bank des Bauträgers, welche den Bau finanziert und ein Pfandrecht auf der Projektliegenschaft hat, für diesen Fall vereinbaren, dass das Pfandrecht jedenfalls gelöscht werden muss, auch wenn der Kredit vom Bauträger (infolge Konkurs) nicht zur Gänze abgedeckt werden konnte. Trotz dieser Sicherheitsmechanismen können Nachteile für die Erwerber in diesem seltenen Einzelfall aber nicht ausgeschlossen werden. Rechtsanwälte, die im Bauträgergeschäft als Vertragsverfasser und Treuhänder oder beratend tätig sind, sind daher erste Ansprechpartner, wenn es um Fragen rund um den Kauf eines Bauträgerobjektes geht.



Foto: René Strasser

Steiermärkische Rechtsanwaltskammer:
www.rakstmk.at



DIE STEIRISCHEN RECHTSANWÄLTE
Wir sprechen für Ihr Recht



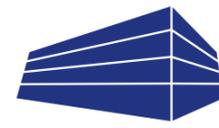
SPAREN SIE SICH

RECHTLICHE RISIKEN BEIM IMMOBILIENKAUF

Die Steirischen Rechtsanwälte helfen Ihnen, Verträge zu überprüfen und zu erstellen, unliebsame Überraschungen zu vermeiden und die richtigen Entscheidungen zu treffen.

www.rakstmk.at

Quelle Grafiken: Der Preispegel für Immobilien in Österreich, immopreis.at, powered by Der Standard; Fotos: Moma



TECHNOPARK
RAABA
HOLDING

IHR PARTNER FÜR BÜRO- UND LAGERFLÄCHEN



- » AKQUISE
- » PROJEKTENTWICKLUNG
- » REALISIERUNG
- » VERMARKTUNG
- » VERWALTUNG

www.technopark-raaba.at



GREENE MAGIE

Auch wenn nicht alles nach Plan läuft, was in 99 von 100 Golfkunden der Fall ist, macht uns der Golfsport glücklich: die unwiderstehliche Anziehungskraft des Greens.

Für alle, die schon Golf spielen, kommt diese schottische Golfweisheit zu spät. Allen, die damit spekulieren, mit Golf anzufangen, sei sie ins Poesiealbum geschrieben: „Die ersten 60 Jahre im Golf sind die schwierigsten. Danach fängt es an Spaß zu machen.“

Wer sich davon allerdings entmutigen lässt, verpasst vielleicht „The greatest game ever played“. Auch das ein weiser Spruch aus dem unfassbar reichen Zitatenschatz des Golfsports, der bei allem falsch interpretierten Snobismus, der dem Sport in unseren Breiten innewohnt, kommunistischer nicht sein kann: Denn das Handicap macht alle gleich und erlaubt es dem engagierten Dilettanten sich im Wettstreit mit dem GOAT des Golfsports zu messen: In manchen Situationen sind fünf Schläge von uns so gut oder gar besser als vier von Tiger Woods – dem Handicap sei Dank. Und so gönnt uns der Golfsport Erfolge, die jedem Hobbysportler anderer Sportarten versagt bleiben. Oder denken Sie im Ernst daran, Sie könnten Dominic Thiem ein Game abnehmen, Marcel Hirscher ein Kopf-an-Kopf-Rennen liefern oder David Alaba ein Gurkerl schieben? Eben!

Dieses scheinbare Gleichstellungsmerkmal im Golf birgt neben all den Glücksmomenten auch eine große Gefahr und außergewöhnlich viel Frustration in sich: Während wir wissen, dass die Streif für die meisten von uns im Rennbetrieb zur tödlichen Gefahr wird, wännen wir uns auf jenem Golfplatz, wo gerade die Elite ein Turnier hinter sich gebracht hat, quasi auf einer Ebene mit den Superstars des Golfsports. Tatsächlich bewegen wir uns auch auf demselben professionellen Terrain, ohne in Lebensgefahr zu geraten.

Doch so oft wir es auch versuchen: Ein Ergebnis wie die Profis bleibt uns verwehrt. Allerdings nicht aufgrund unseres Könnens, sondern nur aufgrund höchst misslicher Umstände und von außerordentlich viel Pech. Zumindest ist

SÜDLICHE GOLFERLEBNISSE

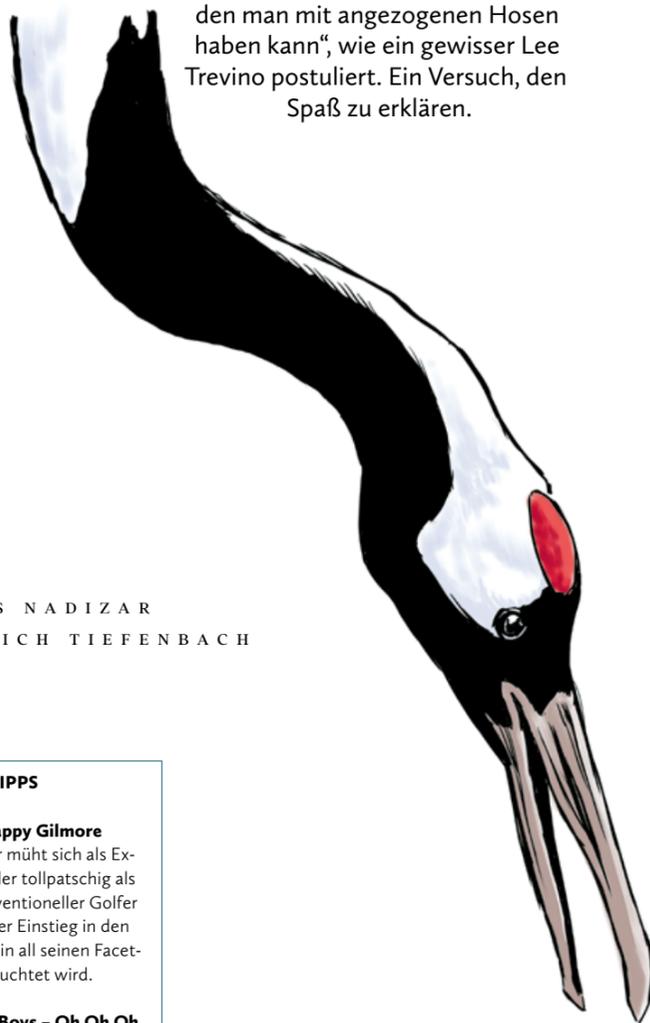
Tolle, unverwechselbare Plätze mit Charakter und Flair, lässige Seen, viel Sonne und perfekte Gastgeber: Was einen Golfurlaub in Kärnten so außergewöhnlich macht!

VULKANISCHE WEINE

In den vergangenen Jahren entwickelte sich Stefan Krispel zu einem der charismatischsten Winzer Österreichs. Seine charaktervollen Weine verströmen die Kraft der Erde.

Erst das Vergnügen, dann die Arbeit

Golf also. Oder: „Der größte Spaß, den man mit angezogenen Hosen haben kann“, wie ein gewisser Lee Trevino postuliert. Ein Versuch, den Spaß zu erklären.



Text: KLAUS NADIZAR

Illustration: ERICH TIEFENBACH

TIPPS

FILM: Happy Gilmore

Adam Sandler müht sich als Ex-Eishockeyspieler tollpatschig als höchst unkonventioneller Golfer ab. Ein schöner Einstieg in den Golfsport, der in all seinen Facetten beleuchtet wird.

MUSIK: Golf Boys – Oh Oh Oh

Grandioses Video der PGA Stars Bubba Watson, Rickie Fowler, Hunter Mahan und Ben Crane. Für Golffans ein Must!

BUCH: Moe Norman – The Feeling of Greatness

Die berührende Story des unter dem Asperger Syndrom leidenden kanadischen Profigolfer Moe Norman (1929–2004), dessen Leitspruch lautete: Golf is happiness



KLAUS NADIZAR, Chefredakteur von SimplyGOLF, agiert nun auch als „Fachkraft“ für zukünftige Golf-Specials in JUST. Aktuell ist Ausgabe 1 von SimplyGOLF am Kiosk zu finden.

Foto: simplyGolf

*Schwedische Wissenschaftler analysierten unter anderem die Lebensdauer von 300.000 Personen, die nach 1920 geboren und vor 2001 ins Register der schwedischen Golfvereinigung aufgenommen worden waren. Wissenschaftler des Karolinska-Instituts in Stockholm haben festgestellt, dass ältere Golfer ein 40 Prozent niedrigeres Sterberisiko haben als Altersgenossen mit anderen Hobbys.

das die klassische Wahrnehmung eines Golfers. Denn noch ehe sie am Schwung arbeiten, lernen Golfer sich die besten Ausreden zurechtzulegen. Das macht Golfer auch zu so wunderbar glücklichen Menschen. Sie betrügen sich einfach immer ein klein wenig.

Der wissenschaftliche Teil, warum Golf glücklich macht, liest sich noch ein wenig besser: Während einer Golfrunde werden Dopamin und Serotonin sozusagen in Massen ausgeschüttet. Auch wenn nicht alles nach Plan läuft, was in 99 von 100 Golfkunden der Fall ist, macht uns der Golfsport glücklich. Und zwar, weil ein einziger gelungener Schlag sich wie ein Mantel des Vergessens über all das andere Ungemach einer Golfrunde legt und uns sagt: Du kannst es ja doch! Daran richtet sich jeder Golfer wieder auf.

Dermaßen getriggert und mit Dopamin und Serotonin vollgepumpt, wird Golf zur Sucht. Das Faszinierende: Die Entwöhnung funktioniert nur in den seltensten Fällen, eher noch wird die Sucht schlimmer. Urlaube werden strikt nach Golfplätzen geplant, der Freundeskreis entsprechend ausgesiebt. Die Tee-Time hat nun nichts mehr mit Early Grey zu tun und der Jargon wird von Fachausrücken dominiert.

Tatsächlich haben Golfer zudem auch noch das Glück, länger zu leben, wie mehrere Studien* belegen: Das Herz-Kreislauf-System bleibt in Schuss, die Bewegung ist nicht sonderlich verletzungsgefährdend – selbst manche Profigolfer sind mit einer künstlichen Hüfte unterwegs – und zu guter Letzt spielt auch die soziale Komponente dem Golfsport in die Karten. Das größte Glück für Golfer? Wenn man der Legende Arnold Palmer glauben darf: „A long walk with a putter in your hand.“

MY PERFECT GREEN!

southwestgreens.golf

WELTWEIT FÜHRENDES UNTERNEHMEN IN GOLFPLÄTZEN AUS KUNSTRASEN

MEHR ALS 70 PGA TOUR SPIELER TRAINIEREN AUF UNSEREN GREENS IN IHREN GÄRTEN

WIR BAUEN AUCH IHR PERFEKTES GOLF GREEN!

SOUTHWEST GREENS® CENTRAL EUROPE by NICKLAUS DESIGN GOLF & GRASS

In Europa gibt es 6500 Golfplätze. Die meisten davon – auf Länder bezogen – befinden sich mit rund 1870 in England. Vergleichsweise klein mutet da der Anteil von 165 Golfplätzen in Österreich an. Was an dieser Statistik aber das Entscheidende ist: 12 besonders attraktive Golfplätze befinden sich in Kärnten, im sonnigen Süden Österreichs.

Und hier freuen sich bereits alle Beteiligten auf die Spielsaison 2021, die auf vielen Plätzen bereits im März beginnt. Beherbergungs- und Gastronomiebetriebe setzen alles daran, auch in noch von Corona-Einschränkungen geprägten Monaten für einen sicheren und entspannten Urlaub auf der Südseite der Alpen zu sorgen. „Schönes Spiel!“

100.000 Golfer gibt es in Österreich, 650.000 Golfer in Deutschland. In Kärnten sind sie alle gut aufgehoben – in einem Urlaub kann man in drei Ländern spielen.

Was einen Golfurlaub in Kärnten außergewöhnlich macht? Der unverwechselbare Charakter jedes einzelnen Platzes und auf Golfer perfekt eingestellte Gastgeber als Partnerhotels. Und natürlich alle Möglichkeiten, die aus der Kombination aus Bergen und warmen Seen erwachsen. Was rund 100.000 Golfer in Österreich und 650.000 Golfer in Deutschland versäumen, wenn Kärnten ein weißer Fleck auf ihrer (Golf-)Landkarte bleibt:

Mit der grenzüberschreitenden Alpe-Adria-Golf-Card können rund 20 der schönsten Plätze in Kärnten, Slowenien und Italien zum einheitlichen Preis bespielt werden. Dazu gibt es 40 Partnerhotels mit attraktiven Pauschalangeboten. Die Card umfasst 3, 4 oder 5 Greenfees (195, 260, 310 Euro). Diese Bo-

MITGLIEDSBETRIEBE ALPE-ADRIA-GOLF CARD

KÄRNTEN: Golfanlage Velden Köstenberg, Golfanlage Moosburg/Pörtschach, GC Klagenfurt-Seltenheim, Kärntner GolfClub Dellach, Golfclub Schloss Finkenstein, Golfanlage Millstätter See, Championplatz Kaiserburg, Golfpark Klopeinersee-Südkärnten, APOS Golfacademy Velden, Jaques Lemans Golfclub St. Veit-Längsee, Golfanlage Nassfeld Golf

OSTTIROL: Golfclub Dolomiten-golf

LUNGAU: Golfclub Katschberg-Lungau

ITALIEN: Golf Senza Confini Tarvisio, Golf Club Grado, GC Venezia

SLOWENIEN: Royal Bled, Golf Arboretum Ljubljana, Golf Livada, Golf Bovec



Sehnsucht nach dem Süden

Das Golf-Jahr 2021 kann kommen – mit der Alpe-Adria-Golf-Card, einer Reihe von Partnerhotels, reizvollen Zusatzangeboten, abwechslungsreicher Kulinarik, hundefreundlichen Anlagen, lohnenden Grenzüberschreitungen und Attraktionen auch für Nicht-Golfer. Schönes Spiel in Kärnten.

nuscards sorgt auch dafür, dass man in nur einem Urlaub gleich in drei Ländern Golf spielen kann. In Kärnten sind 10 Plätze an dieser Kooperation beteiligt.

Der Hund darf übrigens auf ausgewählte Anlagen mit! Hundefreundlich sind die Golfanlagen Klopeiner See-Südkärnten (12 Euro Gebühr), Moosburg-Pörtschach am Wörthersee und Velden-Köstenberg (jeweils 10 Euro Gebühr), Golfarena Bad Kleinkirchheim und Nassfeld Golf (beide kostenlos). Am 9-Loch-Romantikkurs des GC Klagenfurt-Seltenheim sind Hunde an der Leine ebenfalls willkommen.

Kein Entweder-oder, sondern ein Sowohl-als-auch: Baden und Golfen, Wandern und Abschlagen, Biken und Pitchen – alles geht.

Badeurlaub oder Golfurlaub? Wanderurlaub oder Golfurlaub? Bikeurlaub oder Golfurlaub? In Kärnten gibt es kein Entweder-oder. Bevor man am ersten Abschlag steht, kann man bereits eine Runde Schwimmen im See oder eine Runde mit dem Bike genossen haben.



Der Golfpark Klopeiner See-Südkärnten kann in schneearmen Wintern ganzjährig bespielt werden.

Im Frühling und Herbst gibt es einen Grund mehr, in Kärnten den Golfschläger zu schwingen. Mit der Aktion „2 für 1“ kann von Saisonstart bis 30. April und im Herbst ab 4. Oktober 2021 eine zweite Person kostenfrei mitspielen.

Aus den Einflüssen der südlichen Nachbarn Italien und Slowenien haben sich die kulinarischen Besonderheiten der Kärntner Küche entwickelt.

In Kärnten spielt die Kulinarik eine ganz besondere Rolle. Hier findet man in jedem Winkel kulinarische Besonderheiten und das Bewusstsein für regionale Produkte. Die heute einzigartige Alpen-Adria-Küche Kärntens hat sich einst aus den Einflüssen der südlichen Nachbarn Italien und Slowenien entwickelt.

Unbedingt probieren sollte man heimische Fische, Kärntner Nudel, Reindling, Kirchtagsuppe und Kärntner Brettljause. Wertvolle Tipps für eine kulinarische Entdeckungsreise durch Kärnten – egal, ob im einfachen Gasthaus am Land oder beim Haubenkoch auf der Seeterrasse – liefert auch der Slow Food Guide 2021, ab Ende März bei der Kärnten Werbung unter <https://www.kaernten.at/slowfoodguide/> erhältlich. Er listet Restaurants, Almhütten, Hofläden und mehr auf.

Kärnten ist aufgrund seiner Vielfalt auch dann das ideale Ziel für einen Golfurlaub, wenn der Partner kein Golf spielt. Während der eine sein Glück am Golfrasen versucht, kann der andere dem aktiven Genuss beim Radfahren (z. B. Mountainbiken, E-Bike-Touren ...), Wandern oder Wassersport (z. B. SUPen, Paddeln, Kajaken etc.) fröhnen. Oder den Aussichtsturm Pyramidenkogel besuchen, durch die Innenstädte der Kärntner Städte bummeln oder an ausgewählten Slow-Food-Erlebnisprogrammen teilnehmen, bei denen man engagierten Lebensmittelhandwerkern über die Schulter schauen oder dabei auch selbst Hand anlegen kann. Das Spektrum reicht von Brotbackkursen und Heumilchverarbeitung bis zu Bierbrauen und Kräuterverkostungen. Wer neben dem Golf auch seine Tennisleidenschaft ausleben will, ist in Kärnten bestens aufgehoben. Viele Tennisanlagen sind bereits ab Ende März bespielbar.

Nähere Informationen:

www.golflust.at
www.alpe-adria-golf.com
www.kaernten.at

Fotos: Arno GIRUBER senior, Kärnten Werbung, CC Bad Kleinkirchheim, GEPA, GC Schloss Finkenstein, Bezahlte Anzeige

KOLLERS



„Erste Reihe fußfrei“ am See

Golfen, Wellness und exklusive Bootsfahrten machen den Urlaub im Hotel KOLLERs am Millstätter See zum echten Verwöhnprogramm.

Das Genussrefugium der Familie Koller liegt direkt am glasklaren Millstätter See. Hier werden Wellness, Kulinarik und Freizeitvergnügen großgeschrieben. Nur drei Kilometer vom Hotel entfernt liegt der malerische Golfplatz Millstätter See, weitere Plätze sind in kurzer Zeit erreichbar. Den aktiven Tag kann man mit einer Fahrt im hoteleigenen Motorboot – die Flasche Champagner mit an Bord – oder dem Segelboot ausklingen lassen. Der Steuermann hat den Picknickkorb mit im Gepäck.

Der „POTO“ für exklusive Ausfahrten der Hotelgäste ist das aufwendig restaurierte Oldtimerschiff der KOLLERs. See-Wellness kann auf dem Sonnendeck des Relaxschiffs „MS KOLLERs Swan“ zelebriert werden. Das toppt nur noch ein „Dinner for 2“ auf der schwimmenden Palmeninsel. Für das Sieben-Gänge-Gourmetmenü wird je-

der Gang frisch zubereitet und vom Butler per Boot ins „Restaurant für 2“ mitten am See geliefert.

Wie alles im KOLLERs nimmt auch das mit drei Relaxguide-Lilien ausgezeichnete SPA den See ins Visier. Das 130 m² große Seebad wird ganzjährig mit Energie aus erneuerbaren Energiequellen auf 28 Grad erwärmt. Vinoble-Kosmetikbehandlungen entfalten ihr „Schönheitspotenzial“, während Spezialmassagen nach reizvollen Golfstunden beleben und entspannen.



KOLLERs Seen-Wellness

Leistungen: 3 Nächte mit KOLLERs Gourmet-Halbpension, Entspannung in KOLLERs SPA, Badeerlebnis im beheizten See, Beauty-/Massage-Behandlungen nach Wahl im Wert von 100 Euro pro Person, Relaxen im Schiff MS KOLLERs SWAN, alle Inklusivleistungen – Preis p. P.: ab 385 Euro



Es gibt Plätze im Leben, die man SPÜREN sollte.

Das Leben am See

www.kollers.at



Golfclub
Gut Murstätten
AUSTRIA

★★★★★

The Leading Golf Courses

**2 Termine 2021
limitiert auf
je 24 Teilnehmer!**

**BUCHUNG UNTER
booking@visit-hotspots.com
+43 / 660 / 1865957**

1 7 Nächte inkl. Frühstück in einem perfekt gelegenen südsteirischen Hotel

Traumhaft schön wohnen im Hotel Schloss Seggau

Fürstliches Wohnen im Hotel Schloss Seggau. Ein über 1.000 Jahre gewachsener Ort der Kraft und Begegnung. Der mehr als 300 Jahre alte Weinkeller gilt als einer der größten und ältesten in Europa und die Restaurant Terrasse mit Blick auf die riesige Grünfläche inklusive Pool bietet genau das richtige Ambiente um runterzukommen.



2 4 Greenfees inkl. reservierte & garantierte Startzeiten

4 Greenfees auf 3 Top Golfplätzen

Sie spielen 2x den Leading Golf Course Gut Murstätten, 2008 zum schönsten Golfplatz Österreichs gewählt, 1x den Golfclub Schloss Frauenthal und 1x den Golfclub Traminergolf Klöch. Um Ihre Startzeitenreservierung haben wir uns bereits gekümmert, Sie müssen nur noch abschlagen!

Shuttle zubuchbar



3 Welcome-Abend bei einem Top-Weingut inkl. Verkostung und Essen im Weingarten

Get together im Weingarten – was gibt's Schöneres?

Damit Sie sich auf Ihren perfekten Golfurlaub so richtig einstellen können, findet unser Welcome-Abend in einem Top Weingut statt - verkostet werden die besten Weine aus dem Keller, begleitet von einer typisch steirischen Brettljause.

Shuttle zubuchbar



4 Tages-Weinreise zu 3 Weltmeister-Weingütern inkl. Verkostung

3 Weltmeister verkosten – das gibt's nur hier!

Per Shuttle startet die ganztägige Weingüter Tour. Der Wein Guide empfängt Sie beim sehr nahe gelegenen Weingut Kodolitsch. Seines Zeichens Sieger beim „Concours Mondial du Sauvignon Blanc“ 2018. Weitere absolute Topweingüter und selbstverständlich umfangreiche Kostproben stehen am Tagesprogramm.

Shuttle inkludiert



Die 3 Winzer der Weltmeister Weingüter Weingut Kodolitsch, Weingut Skoff und Weingut Muster (v.l.n.r.)

Diese einzigartige Tour wurde speziell für dieses Package kreiert!



1 WOCH GOLF & BEST OF SÜDSTEIERMARK



TRAVEL AGENCY

VISIT HOTSPOTS GMBH
TRAVEL AGENCY
Bahnhofstraße 9
8403 Lebring-St. Margarethen

+43 / 660 / 1865957
booking@visit-hotspots.com
www.visit-hotspots.com

Exzellente, tricky, malerisch - das sind die gebündelten Eigenschaften der ausgewählten Golfplätze und Highlights, welche es in dieser Form noch nie als Package gegeben hat und diese Urlaubswoche einzigartig machen.

Eine ganztägige Weinreise zu den international erfolgreichsten Weingütern der Region und eine unvergessliche, geführte E-Bike Tour mit Ginverkostung sind eine erstklassige Ergänzung zum Golfen. Damit das Verkostung nicht zu kurz kommt, geht's per Shuttle zurück ins Hotel.

Best of Package

- 1. TERMIN: 5. - 12. September 2021
- 2. TERMIN: 2. - 9. Oktober 2021

- 1 7 Nächte im Hotel Schloss Seggau inkl. Frühstück
- 2 4 Greenfees inkl. reservierte & garantierte Startzeiten
- 3 Welcome-Abend bei einem Top-Weingut in unvergesslicher Atmosphäre inkl. Weinverkostung und Essen im Weingarten
- 4 Tages-Weinreise zu 3 Weltmeister-Weingütern inkl. Shuttleservice
- 5 Geführte Tages-E-Bike-Tour inkl. Ginverkostung und Abendessen
- 6 4 Genusstickets* für die besten Kulinarik-Adressen der Südsteiermark
- 7 Abschlussabend am Leading Golf Course Gut Murstätten inkl. BBQ und Live-Musik
- 8 Persönlicher Ansprechpartner während der gesamten Woche

um € 1.890,- p.P.

Limitierte Teilnehmerzahl: nur 6 Flights / 24 Personen pro Termin!

Preis pro Person im Doppelzimmer Komfort. Einzelzimmerzuschlag auf Anfrage.

3 Abendessen
inkludiert +
4 flexible
Genusstickets*

(Zubuchbare Spezialmenüs
um jeweils € 49,- p. P.)



Bei Buchung
eines 4er Flights:
€ 1.800,-
pro Person

Weitere Infos zum Package unter www.visit-hotspots.com/golf

5 Geführte Tages-E-Bike-Tour inkl. Ginverkostung und Abendessen

Auf 2 Rädern die Region entdecken und erschmecken

Ein Bike Guide und hochwertige, leistungsstarke E-Bikes erwarten Sie. Bei einer unvergesslichen ganztägigen Tour werden Sie die Welt des Gins entdecken. Im ehemaligen Winzerhaus wird nicht nur Gin produziert, sondern auch dessen Genuss als Erlebnis zelebriert. Lassen Sie sich von dieser grandiosen Ginverkostung und dem anschließenden Abendessen begeistern.

Shuttle inkludiert



6 Vorreservierungen bei Top Hauben- restaurants in der Südsteiermark

4 Genusstickets* für Gourmets

3 spektakuläre Abende sind im Package bereits inkludiert und verplant. Die restlichen 4 Abende können Sie selbst gestalten. Mit den 4 Genusstickets haben Sie die Möglichkeit zauberhafte Menüs zu speziellen Konditionen bei einer Top Auswahl von Haubenrestaurants um jeweils € 49,- p. P. zusätzlich zu buchen.

Shuttle zubuchbar



Mitten im malerischen Vulkanland im südöstlichen Teil der Steiermark, von sanften Hügeln und grünen Wäldern umgeben, liegt das Genussgut Krispel. Seit zwei Generationen werden hier außergewöhnliche Weine von höchster Qualität produziert.

Die Entstehungsgeschichte des steirischen Vulkanlandes liest sich wie ein Abenteuerroman: Von der Gebirgsbildung der Alpen wird hier erzählt, vom Dehnen der Erdkruste, von heftigen Vulkanausbrüchen am Alpenostrand, vom Versinken unter dem Meer und vom Wiederauftauchen aus dem Ozean vor mehr als 5 Millionen Jahren, um in der Eiszeit unter einem Gletscher zu verschwinden. All diese Ereignisse können die Reben in den Böden nachvollziehen: Von Basalt über Muschelkalk, Sand, Ton und Lehm reicht das Spektrum, auf dem Stefan Krispel seine vielschichtigen Weine ernten kann.

VIEL SONNE UND VIELSCHICHTIGE VULKANBÖDEN

Die Lagen kann man sich wie ein nach Straden ausgerichtetes Amphitheater



NACHHALTIG ZERTIFIZIERT.

Seit 2020 tragen die Weine von Stefan Krispel das Gütesiegel „Nachhaltig Austria“.

vorstellen. Die ältesten Reben graben hier schon über 45 Jahre ihre Wurzeln in die Böden. Die vielen Sonnentage gehören zur Grundausstattung des

Klimas im Vulkanland. Dazu noch warme Winde von der Adria und vom Osten, die sich mit den kühlen Luftmassen der Alpen vermengen, sowie

IN NUR WENIGEN JAHREN wurde Stefan Krispel einer der charismatischsten Winzer Österreichs.

heiße Tage, die auf laue Nächte folgen und so für ein spezielles Kleinklima sorgen.

Trinkt man den Wein, kann man leise die Geschichten hören: über die Vulkane, die Meere, die Gletscher, den Respekt, mit dem die Reben be-

Weine vom Genussgut Krispel

HABEN VIEL ZU ERZÄHLEN



Foto: Christian Regl

**Wir fühlen uns der
Region verpflichtet,
die gleichzeitig unser
Zuhause ist – für uns
das wichtigste Gut.**

STEFAN KRISPEL

handelt werden. Die aufwendige Handlese, die regionale Herkunft der Trauben, eine ausreichende Reifezeit im Keller und das klare Bekenntnis zu Vulkanland Steiermark DAC – auch davon erzählt das Glas Wein in einer stillen Stunde.



BARRIQUEKELLER.

Entdecken Sie immer wieder Neues am Genussgut Krispel.

Kontakt

Genussgut Krispel
Neusetz 29, 8345 Hof bei Straden
office@krispel.at, www.krispel.at

Wein
Steiermark

Der Jahrgang 2020 ist da!

Wein ab Hof
und online
kaufen &
gewinnen!



Foto: © Anna Stöcher



www.steiermark.wine

30

GLÜCKSBINGER

Persönliche Gesundheits- und Glücksressourcen lassen sich entwickeln und trainieren. Mit Prävention und Resilienz hat die Lebensberatung die Basics zum Glück.

Die Erkenntnisse der Glücksforschung sind eindeutig: 50 Prozent des Glücks und Wohlbefindens sind angeboren, 10 Prozent des subjektiv gefühlten Glücks hängen mit den objektiven Lebensumständen zusammen, also z. B. Geschlecht, Alter, Familienstand oder Beruf, und ganze 40 Prozent des (möglichen) Glücks basieren auf unserem Denken und Tun – das heißt, wir können selbst aktiv Einfluss darauf nehmen. Daher rät die Glücksforscherin Sonja Lyubomirsky von der University of California: „Change your activities, not your circumstances“. Sinngemäß: Verändere deine täglichen Denk- und Verhaltensweisen, nicht deine Lebensumstände, um dich besser und glücklicher zu fühlen. Ob in schwierigen Zeiten oder schlicht, wenn man sich eine Veränderung wünscht oder eine Steigerung der persönlichen Lebensqualität anstrebt – es klingt fast zu gut, um wahr zu sein: „Sich glücklich zu fühlen, ist keine Zufallsache, sondern ein vorsätzlicher Entschluss.“ Doch die meisten Menschen versuchen erstaunlicherweise erst gar nicht zu entdecken, was sie glücklich macht, sondern konzentrieren sich darauf, herauszufinden, wie sie das Unglücklichsein vermeiden können. Ein Weg, der wenig Erfolg verspricht. Denn Unglück ist nicht das Gegenteil von Glück. Das Verschwinden von etwas Belastendem bedeutet nicht automatisch das Erscheinen von etwas Erfreulichem. Und wer sich (nicht mehr) unglücklich fühlt, muss noch lange nicht vor Glück strahlen.

PERSÖNLICHE SICHTWEISE

Vermutlich kommen diese falschen Annahmen aus der Doppeldeutigkeit des Wortes „Glück“ in der deutschen Sprache. Denn wenn es z. B. um Lotto oder andere Gewinnspiele geht, gibt es tatsächlich „Glückspilze“ und „Pechvögel“, also Gewinner und Verlierer. Die Emotion „Glück“ ist dagegen ein komplexes

32

SONNE IM HERZEN

Ariana Schrauf leidet an einer unheilbaren Krankheit – und lässt sich dennoch nicht fallen, sondern schwingt sich aufs Rad, um Spenden für die Forschung zu sammeln.



Foto: Petra Kamenar/Kneipp Verlag

32

FRISCHE FRÜHLINGSHAUT

Frischekick für strapazierte Haut: Mit Mesotherapie erzielt Dr. Heike Pansi beeindruckende Ergebnisse: Die Haut wirkt straffer, zarter, glatter und sichtlich verjüngt.

Zusammenspiel vieler unterschiedlicher Faktoren und nur selten vom Zufall abhängig. Im englischsprachigen Raum wird daher deutlich unterschieden zwischen „luck“ und „happiness“. Drei wichtige Erkenntnisse der Glücksforschung:

- **Geld ist kein Glücksgarant**, denn sobald die grundlegenden Bedürfnisse befriedigt werden können, hat mehr Geld kaum Auswirkungen auf das Glückserleben. Studien mit Gewinnern hoher Geldsummen zeigen sogar, dass nach einer kurzen Glücks-euphorie der vorherige Glückslevel eher unterschritten wird. Auch ein Vergleich zwischen Multimillionären und der Durchschnittsbevölkerung ergab nur ein „Glücksplus“ von knapp fünf Prozent.
- **Intelligenz & Schönheit** mag im Leben einiges erleichtern, allerdings deuten alle Studien darauf hin, dass trotzdem nur eine geringe Korrelation mit dem Glücksempfinden besteht. Bei dem Schönheitsideal entsprechenden Menschen dämpft die Angst vor dem Verlust des guten Aussehens das Glücksgefühl. Und ein hoher IQ war noch nie Garant für einen hohen EQ (emotionaler Intelligenzquotient) – ohne den man auf Dauer nicht glücklich wird.
- **Gesundheit** nimmt bei Umfragen als potenzieller Glücksfaktor einen Spitzenwert ein. Doch Gesundheit allein macht ebenso wenig glücklich wie eine Krankheit automatisch unglücklich macht. Studien belegen, dass Menschen mit schweren Verletzungen (z.B. einer Querschnittslähmung) nach etwa einem Jahr wieder ihr früheres Glücksniveau erreichen. Für viele ist eine schwere Krankheit sogar der Anlass, ihre „Glücksfähigkeit“ zu überdenken und sich bewusst für ein positives Lebensgefühl zu entscheiden.

Wenn Glück also nicht (oder nur sehr bedingt) von äußeren Umständen abhängig ist, bleibt nur der Blick ins Innere. „Achtsamkeit und Wohlwollen sich selbst und anderen gegenüber, Selbstlie-

RADIOMODERATORIN und Yogalehrerin Sandra König weiß, wie man den Blick aufs Wesentliche im Leben richtet.

Kann man Glück lernen?

Glücklich, zufrieden und dankbar oder frustriert, zweifelnd und vergrämt – alles eine Frage der inneren Einstellung. Denn dauerhaftes Glück ist hausgemacht. Für die Suche danach gibt es kein Patentrezept. Doch wer sich bewusst dafür entscheidet, seine Sensoren für die schönen Seiten des Lebens auf Empfang zu stellen und dabei einige wichtige Punkte beachtet, hilft seinem Glück garantiert auf die Sprünge.

Text: SUSANNA SKLENAR



Gesunde Zellen. Gesundes Leben. Unterstützt Deine Zellerneuerung.

- ◊ Weizenkeimextrakt mit **hohem Spermidin**gehalt
- ◊ CelVio Complex: **100% natürliches Spermidin**
- ◊ Klinisch getestet

spermidineLIFE[®]
Original 365+

Erhältlich in Apotheken & auf **spermidineLIFE.com**



*gemessen an Wirksamkeit, Verträglichkeit und Nutzen von Pharma Trend, Deutschland
Zink schützt die Zellen vor oxidativem Stress und sorgt für eine normale DNA-Synthese. | Schwarz C, Stekovic S, Wirth M, et al. Safety and tolerability of spermidine supplementation in mice and older adults with subjective cognitive decline. Aging (Albany NY). 2018;10(1):19-33. doi:10.18632/aging.101354

In Kooperation mit der Universität Graz



Der Schlüssel zum Glück

Lebens- und Sozialberatung stärkt unsere Glücksressourcen.

Das Glück sei ein Vogerl, heißt es. Es kommt und es geht. Doch Beispiele von vor Glück und Zufriedenheit nur so strotzenden, scheinbar mit sich und ihrem Leben im Einklang stehenden Menschen lassen uns an dieser These dann doch immer wieder zweifeln: Ist das Glück tatsächlich so flüchtig wie ein Vogerl oder sind wir in der Lage, die Faktoren unseres Glücks selbst zu beeinflussen?

Faktum ist: Viele Glücksfaktoren lassen sich wenn schon nicht hundertprozentig steuern, so doch nachhaltig beeinflussen. Zufriedenheit, Gesundheit und Glück hängen nicht nur von äußeren Umständen ab, sondern auch davon, mit welchen psychischen und physischen Ressourcen wir an unser Leben herangehen – ganz egal, ob es sich um normale Alltagsbewältigung, fordernde persönliche Situationen oder globale Krisen wie etwa die gegenwärtige Gesundheitskrise handelt.

Die Expertise für das Erlernen und Trainieren dieser körperlichen und seelischen Gesundheits- und Glücksressourcen liegt in den Händen der österreichischen Lebens- und SozialberaterInnen. Mit ihren drei Bereichen – der psychologischen, der sportwissenschaftlichen und der Ernährungsberatung – und ihrem präventiven und resilienzbasierten Zugang ist die Lebens- und Sozialberatung (LSB) der Schlüssel zum Glück.

Der Link zum Glück

www.lebensberater.at

„Ein gutes Bauchgefühl und eine starke Mitte sind enorm wichtig fürs Wohlbefinden. Die integrative Ernährung zeigt den Weg dorthin, denn sie stellt Gesundheit und Lebensfreude in den Vordergrund.“

CLAUDIA NICHTERL

be und Empathie, Entschlossenheit und Optimismus“ nennt Psychologin Sabine Standenat als wichtige Glücksfaktoren, idealerweise kombiniert mit der Fähigkeit zu lösungsorientiertem Denken und der Bereitschaft zur Eigenverantwortung für alle positiven (und negativen) Gefühle. Dies korrespondiert mit der Ansicht des griechischen Philosophen Epikur, der meinte, dass uns nicht die Dinge an sich, sondern unsere Sichtweise von den Dingen glücklich oder unglücklich macht. Standenat: „Energie folgt immer der Aufmerksamkeit – wer das Negative beachtet, denkt und fühlt negativ, wer dagegen das Positive wahrnimmt, lenkt Gedanken und Emotionen in positive Bahnen.“

LEIBHAFTIGES WOHLBEFINDEN

Glück kann man übrigens auch Bissen für Bissen genießen. Denn alles, was wir essen und trinken, wirkt nicht zuletzt direkt auf unser „Stimmungsbarometer“ im Hirn. „Mit manchen Nahrungsmitteln lässt sich gezielt die Produktion des Glückshormons Serotonin anregen, andere fördern die Bildung von Dopamin, das für eine positive Grundstimmung sorgt“, erklärt Claudia Nichterl, Österreichs renommierte Ernährungswissenschaftlerin und Gründerin der



ERNÄHRUNGSWISSENSCHAFTERIN

Claudia Nichterl weiß, wie jeder seinen eigenen Weg zum Wohlbefinden finden kann – abseits von Modetrends und Diätvorgaben.

gleichnamigen Akademie für integrative Ernährung (www.integrative-ernaehrung.com). Wer dieses Wissen nützt, kann sich mithilfe von „Bio-Doping“ selbst in gute Laune versetzen – beispielsweise mit Haferflocken oder Getreidegerichten, einer Handvoll Nüssen oder dunkler Schokolade, die als echter Frustkiller gilt. Laut Nichterl, die an die 30 Fachbücher geschrieben, mehr als 8.000 Beratungen und Kochkurse geführt sowie bereits Hunderte Ernährungsexperten ausgebildet hat, sind „ein gutes Bauchgefühl und eine starke Mitte“ enorm wichtig fürs generelle Wohlbefinden. „Bei der integrativen Ernährung, die die neuesten Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft mit alten medizinischen Systemen wie dem Traditionell Chinesischen Medizin (TCM) und der Ernährungspsychologie kombiniert und insbesondere auf die individuelle Verträglichkeit achtet, stehen Gesundheit und Lebensfreude im Vordergrund“, so die Expertin für einfaches und gesundes Essen in allen Lebenslagen. An ihrer Akademie erfahren die Absolventen, wie sie u. a. das Potenzial von Ernährung für ein glückliches Leben nutzen und daraus einen echten Mehrwert lukrieren – für sich, aber auch für andere. „Die integrative Ernährung setzt vorwiegend auf heimische Lebensmittel, denn sie leisten einen wichtigen Beitrag zur ausgewogenen Ernährung. Sie sind genauso nährstoffreich, vor allem frischer,

preisgünstiger und belasten die Umwelt weniger als die weit gereiste Ware“, weiß Nichterl. Häufige Ernährungsfehler selbst bei vermeintlich gesunden Lebensmitteln: Vielen Menschen leiden an einer Milz-Qi-Schwäche, d.h. ihre Verdauungskraft ist reduziert. Sie essen viel Rohkost, Obst, Müsli, Gemüse, Salate, das Essen liegt ihnen aber oft schwer im Magen, sie haben Kältegefühle und einen aufgeblähten Bauch. „Die kalte, grobe, schwer verdauliche Nahrung muss im Körper erst ‚gekocht‘ werden“, erläutert die Expertin. „Dieses ständige innerliche Kochen ist für eine schwache Mitte auf Dauer sehr anstrengend.“ Lösungsmöglichkeiten sind u. a., „Getreide morgens zu kochen (z. B. als Porridge, Obst auch als Kompott oder Mus zu essen und Gewürze zur Unterstützung zu nutzen – Zimt und Kardamom etwa bringen die Verdauung auf Trab“. Nichterls Tipp für einen erholsamen Schlaf, denn auch mindestens sechs bis acht Stunden Nachtruhe fördern nachweislich das Wohlbefinden: „Ein leichtes Abendessen, mindestens drei Stunden vor dem Zubettgehen eingenommen, sorgt für einen erholsamen Schlaf. Die Verdauungsorgane werden entlastet und der Körper kann sich vollständig auf seine Regeneration konzent-

DURCHBRECHEN. WIEDERBELEBEN. ERSCHAFFEN.

Neue Haut von innen heraus.



La Prairie hat das Platinum Rare Haute-Rejuvenation Protocol geschaffen, eine Intensivbehandlung, die die Haut sichtbar verjüngt und dazu beiträgt, den Verlust und die Schädigung auszugleichen, die mit dem Alter einhergehen.

Inspiziert von der Schönheit von Platin, durchdringt diese schimmernde Formel die Haut und setzt die Verwandlung in Gang. Der feine, charakteristische Duft der Platinum Rare Collection begleitet dieses regenerierende, verjüngende Pflegerlebnis und hinterlässt ein geschmeidiges und gestrafftes Hautgefühl. Mit dem Platinum Rare Haute-Rejuvenation Protocol erreicht die Wissenschaft der Haute-Rejuvenation ihren Höhepunkt.

Erhältlich um € 1.810,- bei Hannelore HOELBLING.Parfumerie

www.parfumerie-hoelbling.at



REYHANI BIO

Basmati-Reis

Schon seit Generationen beschäftigt sich die Familie Reyhani mit dem Geschmack von Reis. Dieser kommt aus den besten Anbaugebieten der Welt, wo eng mit den Biobauern vor Ort zusammengearbeitet wird. Faire Löhne und bessere Lebensbedingungen sind der Familie Reyhani besonders wichtig. Am Fuße des Himalaya liegen die fruchtbaren Anbaugebiete für den Bio-Basmati-Reis. Dieser überzeugt mit seinem zartnussigen Geschmack und passt perfekt zur orientalischen Küche.

Alle Reissorten sind 100 % bio und in Fairtrade-Qualität. Die Verpackung erfolgt ausschließlich ohne Plastik.

Mehr Informationen:

www.reyhani.at

Foto: La Prairie; Bezahlte Anzeige
Foto: Reyhani Reis; Bezahlte Anzeige

rieren. Eine gute Schlafhygiene bedeutet daher auch, am Abend vor allem Gekochtes zu essen, Rohkost oder Brotmahlzeiten zu reduzieren. Ideal sind Suppen, Eintöpfe mit Gemüse und Getreide oder leichte Mahlzeiten mit Huhn oder Fisch und Gemüse.“

RITUALE & ZEIT FÜRS ICH

Generell ist die Selbsterforschung die Voraussetzung für ein glückliches Leben und der Mut zum Eigensinn der wichtigste Antriebsmotor. Dabei geht es nicht zuletzt darum, für mehr „Flow“ im Alltag zu sorgen, wie der Glücksforscher Mihaly Csikszentmihalyi das „Fließgefühl“ des völligen Aufgehens in einer Tätigkeit nennt. Im Flow sind Fühlen, Wollen und Denken in Übereinstimmung – die Zeit scheint sich auszudehnen und mit ihr das Gefühl, aus tiefstem Herzen zufrieden und glücklich zu sein. Neben der Bewegung in der Natur, regelmäßigen sportlichen Aktivitäten, geliebten Hobbys und guten Gesprächen mit Familie und Freunden sind hier insbesondere persönliche Auszeiten und Rituale, die Kraft und Energie spenden, mehr als förderlich. Yogalehrerin und Radiomoderatorin Sandra König schwört vor allem auf eine bewusste Morgenroutine: „Sich morgens Zeit für sich zu reservieren, um bewusst mit wohltuenden kleinen Routinen in den Tag zu starten, ist nicht egoistisch, sondern wertvoll und wegweisend“. Vor vier Jahren hat die heute 46-jährige Powerfrau ihr Leben umgekrempelt und mithilfe von Yoga und bewusster Ernährung ihrem Alltag mehr Qualität gegeben: „Jahrelang habe

ich mit Selbstzweifeln gekämpft und hatte das Gefühl, nicht zu genügen. Irgendwann hat mein Körper nicht mehr mitgespielt und das Ergebnis war eine stressbedingte Autoimmunerkrankung, gegen die die klassische Medizin kein Mittel kennt.“ Heute ist sie fitter und ausgeglichener denn je. Seit 2017 lebt Sandra König vegan und hat Yoga als Ruhepol in ihr Leben integriert. „Das Allerwichtigste aber war Struktur – und deshalb beginne ich jeden Tag mit meiner geliebten Morgenroutine“, ganz nach dem Philosophen Augustinus, der einst gesagt haben soll: „Die erste Morgenstunde ist das Steuerruder des Tages.“ Die „königliche“ Empfehlung dazu lautet vor allem Yoga. „Flexibilität, Stabilität, Leichtigkeit, Gleichgewicht und Klarheit – all das wünschen wir uns in Beziehungen und im Leben. Und all das sind Qualitäten, die wir im Yoga üben können.“ Denn es kräftigt, dehnt und streckt nicht nur den Körper, „Yoga verändert auch den Fokus und lässt uns den Blick auf das Wesentliche richten. Es lehrt uns zu akzeptieren, was wir nicht ändern können, und plötzlich sehen wir klarer und es öffnen sich neue Türen und Möglichkeiten.“ Ebenso helfe tägliches Meditieren – und seien es nur fünf oder zehn Minuten – das Wohlbefinden und die Lebensbalance zu fördern. „Uns Menschen gehen täglich um die 60.000 Gedanken durch den Kopf, unabhängig davon, ob wir kurz vor der Erleuchtung oder kurz vor dem Burnout stehen. Milliarden von Informationen, viele davon mit negativer Schwingung, fluten unser Nervensystem.“ König: „Meditation kann dieses gedankliche Trommelfeuer stoppen. Durch die tiefe Ruhe werden Blockaden, Stress und Spannungen gelöst. So wird der Geist freier und klarer, die Psyche ausgeglichener und harmonischer, der Körper entspannter und unser Verhalten entkrampfter und natürlicher. Je freier von Spannung und Stress Geist und Herz sind, umso wacher werden wir innerlich. Unsere Intuition wächst, wir handeln häufiger richtig und spüren tiefe Dankbarkeit.“ Und die ist letztendlich der rote Teppich für das Glück.

TIPP

BUCH: „Guten Morgen, Leben!“
von Sandra König, Kneipp Verlag,
2020, 160 Seiten, € 25,-



Foto: Klaus Ränger



Steirischer Blütenhonig

SPAR holt mit einer neuen Eigenmarkenlinie engagierte Landwirte und Produzenten vor den Vorhang: Name und Bild des Genusserzeugers

werden vorne auf der Verpackung gezeigt. Den Auftakt machen fünf heimische Imker, deren Gesichter ab sofort die SPAR-Honiggeläser zieren. Einer dieser Imker ist Anton Rebernik aus der Südsteiermark, dessen herrlicher Blütenhonig, genau wie fünf weitere regionale Honige, ab sofort um € 6,99 erhältlich ist.

Mit der neuen Eigenmarkenlinie schafft es SPAR gemeinsam mit den heimischen Imkern, die Produktion von Honig in Österreich zu entwickeln und zu festigen. Neben dem Wald- und Wiesen-Blütenhonig aus der Südsteiermark gibt es u.a. auch feinsten Cremehonig aus dem Marchfeld oder schonend geernteten Honig aus dem Waldviertel.

Kontakt
www.spar.at

Foto: SPAR/evatriff; Bezahlte Anzeige

**** SUPERIOR GUT BERG NATURHOTEL

Alles ist Gut (Berg)

Mit der Familie in den Sommerurlaub und sich jeden Tag aufs Neue zwischen Berg, Wasser und vielen weiteren Naturschätzen entscheiden dürfen. Eine unvergessliche Zeit voller unvergesslicher #gutbergmomente ...



Die Stille der Salzburger Naturwelt in den Ohren – hier und da wird sie von sanftem Kinderlachen unterbrochen. Der Blick aus dem Fenster landet am felsigen Hochkönig, der von einer almwiesengrünen Pracht umgeben stolz in der Sonne thront. Während man sich zum köstlichen Essen auf der aussichtsreichen Hotelterrasse niederlässt und dem Nachwuchs dabei zusieht, wie er neue Freundschaften schließt, streift einen nur ein ganz bestimmter Gedanke: „Alles ist gut“.

VON KINDERFREUDEN ...

Schon allein die Lage des **** superior Gut Berg Naturhotels nämlich lässt Urlauberherzen höherschlagen: Fernab von Verkehr und Alltag, etwas erhöht auf einem Sonnenplateau



mit Blick auf St. Johann im Pongau und umrahmt von stolzen Bergen und magischen Wäldern ist es der perfekte Ort, um Raum und Zeit zu vergessen. Und Kinder wieder einmal so richtig

Kinder sein zu lassen. Denn die erwartet hier neben spaßigen Brotbackkursen und wöchentlichen Hoffesten ein regelrechtes Paradies mit großzügigem Spielplatz inklusive Boulderwand, Heu-Hüpfburg und natürlich dem Bauernhof mit seinen pelzigen Bewohnern. Letzterer wird für den Sommer 2021 um einen großen Stall erweitert. So bleibt noch mehr Platz für das gegenseitige Beschnuppern von Kind und Tier. Ein Zusammenspiel, das erfahrungsgemäß beiden Seiten unglaublich guttut.

... UND

ELTERNVORLIEBEN

Ja, und Mama und Papa bleiben während des Urlaubs im saftiggrünen Salzburger Land natürlich auch nicht unbeschäftigt. Im Gegenteil: Hier gibt es so viel zu erleben, dass man sich die Zeit am besten gut einteilt. Vom Wandern zum Biken. Nach der Runde am Golfplatz mit der ganzen Familie auf den nahe gelegenen Geisterberg. Oder im Zuge der neuen Immunbooster-Pauschale beim Yoga oder Pilates einfach wieder einmal so richtig abschalten. Die Kids sind ja beschäftigt und – auf Wunsch – sogar betreut.

Kontakt

**** superior Gut Berg Naturhotel
Alpendorfstraße 31, 5600 St. Johann – Alpendorf
T. +43 6412 5646, info@gut-berg.at
www.gut-berg.com

Foto: Michael Gruber, Günter Standl; Bezahlte Anzeige

FITNESSTIPP MIT SIGI ALLEMANN

Wie motiviere ich mich zu mehr Bewegung?



Bewegung zählt, neben Ernährung und Stressmanagement, zu den drei Säulen eines gesunden Lebensstils. Die vielfältigen positiven Wirkungen sind bestens bekannt, dennoch schaffen es viele Menschen nicht, sich zur Bewegung zu motivieren. Ob jetzt ein stressiger Alltag, fehlende Willenskraft oder schlichtweg das Verharren in der geliebten Komfortzone: Die potenziellen „Verhinderer“ von Bewegung sind groß, doch mit den folgenden Tipps schaffen Sie den Einstieg in den Sport.

MEINE TOP-TIPPS:

1. Finden Sie eine Sportart, die Ihnen Spaß macht.
2. Mit einem konkreten Ziel starten.
3. Sport als regelmäßig stattfindendes Ereignis einplanen.
4. Am Anfang eher unterfordern als überfordern.
5. Suchen Sie sich eine/n Trainingspartner/in.

Kontakt

<https://www.johnharris.at>

Foto: Fuhrich; Bezahlte Anzeige

Dass sie das schafft, grenzt an ein Wunder, sagt die Ärztin. Hunderte Kilometer auf dem Rad, als Training zwischendurch oder im Rahmen des Ultraradrennens „Race around Austria“. Aber auch Job, Familie, ein selbstständiges Leben. Denn was für viele selbstverständlich ist, wird für Ariane Schrauf sehr schnell zur Herausforderung: das simple Aufschrauben eines Marmeladeglases, Rollos hochziehen, eine Faust machen und manchmal gar aus dem Bett steigen. Doch die 45-jährige Mutter eines heute 20-jährigen Sohnes denkt nicht ans Aufgeben. Ihr Wille ist enorm, ihre Lebensfreude beispielgebend und trotz des harten Schicksals ungebrochen. Wenn auch oft getrübt, denn Schmerzen, physische und psychische Grenzgänge sowie vielfältige körperliche Einschränkungen gehören zu ihrem Alltag. Ariane leidet an einer seltenen, unheilbaren Krankheit.

GEFANGEN IN DER ENGE

„Sklerodermie ist eine seltene Autoimmunerkrankung, bei der es aus bisher ungeklärter Ursache zu einer Vermehrung bzw. Verhärtung des Bindegewebes kommt“, erklärt Univ.-Ass. Doz. Dr. Florentine Moazed-Fürst, Fachärztin für Innere Medizin und Rheumatologie, die im LKH Graz die Sklerodermie-Abteilung leitet und neben anderen Patienten auch Ariane Schrauf behandelt. „Meist erkranken Frauen, aber auch Männer können betroffen sein. Die systemische Sklerodermie kann in allen Altersgruppen vorkommen, betrifft aber meist 30- bis 50-Jährige, ein zweiter Altersgipfel findet sich um das 60. bis 70. Lebensjahr“, schildert die Ärztin. Sind die Symptome auf die Haut begrenzt, spricht man von einer zirkumskripten Sklerodermie, bei der systemischen Sklerodermie sind auch innere Organe wie Lunge, Darm, Herz oder Nieren betroffen. „Die Ursache für einen Ausbruch kennen wir noch nicht. In der Regel beginnt es als ‚Entzündung‘ der Haut, zunächst meist an den Händen“, so Dr. Moazed-Fürst. „Diese verhärtet sich zunehmend. Die Pa-

Die Sonne im Herzen

Ariane Schrauf ist krank. Schwer krank. Und dennoch verliert sie nicht den Mut und ihre positive Lebenseinstellung. Im Gegenteil: Sie schwingt sich aufs Rad, fährt rund um Österreich, sammelt Spenden für die Forschung, gründet einen Verein. Mit enormer Willenskraft, der Sonne im Herzen und mithilfe neuer Therapien wächst sie über sich hinaus. Und ist für viele ein Vorbild.



tienten beschreiben es als ein Gefühl, in einem zu engen Handschuh bzw. in zu enger Kleidung zu stecken.“ Das Bindegewebe kann so verhärten, dass selbst eine Blutabnahme durch die Haut unmöglich wird. Hinzu können schmerzhafte Verfärbungen der Finger bei Kälte oder in Stresssituationen kommen, ebenso offene Stellen und Verkalkungen der Haut. „Gefährlich ist der Befall innerer Organe – vor allem die Lungenbeteiligung (bei ca. 80 Prozent der Fälle), aber auch Herz, Muskeln und der Magen-Darm-Trakt werden nicht selten lebensbedrohlich in Mitleidenschaft gezogen.“ Ariane lebt seit drei Jahren mit dieser Diagnose,

auch ihre Organe sind bereits betroffen. Mit ihrer positiven Lebenseinstellung und der Zuversicht, mit der sie an die Herausforderungen des Alltags herangeht, aber auch mit ihrem abenteuerlichen Projekt „foahrmaarunde“ gehört die Osliperin gewiss zu den mutigsten Frauen Österreichs. So hat sie im Vorjahr via Rad sogar den Großglockner bezwungen. „Wenn ich aufs Rad steige, gönne ich meiner Krankheit eine Erholungspause“, sagt sie. „Beim Radfahren habe ich keine Spannungsgefühle in den Beinen. Das liegt vermutlich an den Glückshormonen, die mein Körper dabei ausschüttet.“

AUFKLÄREN & FORSCHEN

Aufgrund der Vielfalt an Erscheinungsmöglichkeiten und Verlaufsformen dauert es oft lange, bis die systemische Sklerose diagnostiziert wird. Dabei sei es enorm wichtig, keine Zeit zu verlieren, so die Medizinerin, die das Bewusstsein für diese seltene, jedoch für viele tödliche Erkrankung erhöhen will. Denn mittlerweile können medikamentöse, ergotherapeutische und psychologische Maßnahmen sehr hilfreich sein. „An der klinischen Abteilung für Rheumatologie und Immunologie der Med Uni Graz haben wir ein eigenes Therapieschema (Grazer Protokoll) entwickelt. Seither haben wir keinen einzigen unserer Patienten mehr an die Erkrankung verloren“, sagt die Ärztin stolz, stellt jedoch mit Bedauern fest: „Weitere viel versprechende Projekte konnten bisher aber noch nicht realisiert werden, da es sehr schwierig ist, Forschungsunterstützung zu bekommen.“

Mit ein Grund, warum Ariane Schrauf mit ihrem Verein zur Förderung des Sports als Medizin und ihrer im August neuerlichen Teilnahme an der Race Around Austria-Challenge die Öffentlichkeit auf diese Erkrankung aufmerksam machen und dabei Spenden für die Forschung sammeln will. Diesmal will sie in einem Viererteam ganze 2.200 Kilometer und 30.000 Höhenmeter non-stop überwinden. „Mir wird es nicht mehr helfen, aber ich hoffe, dass die Krankheit eines Tages heilbar sein wird“, sagt Ariane und lächelt. Sie ist eine wahre Pionierin und als Role-Model bestes Beispiel dafür, wie man mit schlimmen Diagnosen, Schicksalsschlägen und nicht zuletzt Lebenskrisen bestmöglich und positiv umgehen kann.

DR. FLORENTINE MOAZEDI-FÜRST
betreut am LKH Graz bereits mehr als 420 Patienten mit Sklerodermie.

Mehr Informationen:

www.foahrmaarunde.at
www.moazedifurst.at
Spendenkonto:
AT77 1200 0100 3240 3916



Foto: privat

MESOTHERAPIE

Friskick für die Haut

Pansi, die sich in ihrer Grazer Praxis auf diese innovative Methode spezialisiert hat. Die Leitsubstanzen – ein Cocktail aus Vitaminen, Spurenelementen und Aminosäuren – richten sich nach der Indikation und dem individuellen Hautbild. „Die Haut wird quasi effektiv gedüngt und auf diese Weise verjüngt. Sie wirkt deutlich glatter und ebenmäßiger“, so die Expertin.

Mesotherapie gilt als die biologische Anti-Aging-Alternative zu Botox und Hyaluronsäure. Dr. Pansi: „Die natürlichen

Reparaturmechanismen der Haut werden stimuliert, Fältchen geglättet, Poren verfeinert und die Neubildung von kollagenen und elastischen Fasern wird angeregt.“ Mesotherapie wirkt wie eine wohltuende Frühlingsskur: Müde Haut wird sichtbar frischer, störende Narben verblassen und unschöne Hauteinziehungen verschwinden. Um einen bestmöglichen Effekt zu erzielen, empfiehlt die Ärztin drei Behandlungen innerhalb der ersten sechs bis acht Wochen, wobei pro Sitzung mit rund 350 Euro zu rechnen ist. Danach reicht es oft nur ein- bis zweimal jährlich, um der Haut sozusagen einen „Verjüngerungsbooster“ zu geben. „Der minimal-invasive ‚Mesolift‘ macht die Haut einfach schöner“, resümiert Dr. Pansi. „Meist ist es selbst für erfahrene Mediziner erstaunlich, wie verlässlich und rasch die Wirkung einsetzt.“

Kontakt

Dr. med. Heike Pansi
MESOTHERAPIE IM ZENTRUM
Hans-Sachs-Gasse 5 – 1. Stock, 8010 Graz
T. +43 699 111 10 784
ordination@mesotherapie-graz.at
www.mesotherapie-graz.at

Foto: privat/med. Heike Pansi



Beim Blick in den Spiegel merken vielen nun die Folgen des Winters und der herausfordernden Zeit: fahle Haut, blasser Teint, müde Gesichtszüge, tiefere Falten. Doch was tun, damit einem das eigene Spiegelbild wieder frischer, fröhlicher und sichtbar verjüngt entgegenlächelt? Ausgewogener, gesunder Lebensstil mit reichlich Schlaf und Ruhepausen, frischer, nährstoffreicher Ernährung sowie viel Bewegung in der Natur ist gewiss die Basis. Doch Mesotherapie kann die ausschlaggebende „Zutat“ sein. Denn die Behandlung verhilft Frauen wie Männern zu einem jüngeren und strahlenden Aussehen. „Die Stimulierung der Haut durch mikroskopisch kleine Stiche und spezielle Wirkstoff-Cocktails, die dabei eingebracht werden, bewirkt einen sichtbaren Anti-Aging-Effekt“, erklärt Dr. Heike

„Mesotherapie bewirkt eine sanfte Straffung der Haut. Der Teint wird zarter und frischer, wirkt verjüngt, ebenmäßiger und glatter.“