

Juni 2023 • Sonderedition  
Über 25 Jahre Orhideal  
[www.orhideal-image.com](http://www.orhideal-image.com)



Begegnung mit  
**Hans R. Hoffmann**  
Detox Europe  
**CLEAN & FREE THERAPY®**

*Lizenzsystem des Monats*

Sonderdruck der Titelstory

**ORHIDEAL®**  
IMAGE

PR-Marketing-Kooperation im Podium der Starken Marken



Orhidea Briegel Herausgeberin und Expertin für ImageDesign präsentiert...

durch das  
**objektiv  
gesehen**

**DIE Behandlungsinnovation - von Malta in die ganze Welt:  
Nachhaltige Umsetzung sanfter Suchtbefreiung im Lizenzsystem**

**CLEAN AND FREE THERAPY® Professionals als**

# Lizenz Hereros

**Glaubwürdiger Game-Changer:**  
Sucht-Experte und Mehrfach-  
Buchautor Hans R. Hoffmann  
setzt mit seinem EXKLUSIVEN  
BEHANDLUNGSZENTRUM FÜR  
ALTERNATIVE SUCHTBEHANDLUNG  
neue Maßstäbe. Mit seinem Blick  
über den Tellerrand der Neuro-  
wissenschaft und Biochemie erfasst  
er den süchtigen Menschen in  
seiner Gesamtheit, anstatt ihn als  
ohnmächtigen „Krankheitsfall“  
zu klassifizieren. Seine Teilnehmer  
schätzen nicht nur die schnellen,  
nachhaltigen Resultate der CLEAN  
AND FREE THERAPY®, sondern auch  
den respektvollen, humanen  
Umgang mit ihren individuellen  
Bedürfnissen und Situationen.

„Die wahre Stärke von CLEAN &  
FREE liegt in der Transformation  
von Sucht in Selbstbestimmung!“

[www.cleanandfree-therapy.com](http://www.cleanandfree-therapy.com)

Die Welt der Suchtbefreiung ist im Wandel – und einer der passioniertesten Treiber dieser Entwicklung ist zweifellos der renommierte Naturarzt und Suchtforscher Hans R. Hoffmann. Als Erfinder der bahnbrechenden CLEAN AND FREE THERAPY® Methode hat der emphatische Neuroplastizitäts-Aktivator bereits tausenden Menschen geholfen, ihre Suchtprobleme ein für alle Mal zu überwinden. Das Verfahren des weltweit aktiven Sucht-Experten ist nicht nur revolutionär schnell und zuverlässig, sondern auch von einer einzigartigen Sanftheit und individuellen Anpassbarkeit geprägt. Das Erfolgsrezept liegt in der innovativen Vorgehensweise des „Synapsenflüsterers“, der es versteht, auf tiefer Ebene an den Ursachen von Sucht anzusetzen und diese mit sanften, aber hoch effektiven, teils nobelpreisgekrönten Methoden zu behandeln. Wo herkömmliche Langzeit-Suchttherapien oft nur oberflächliche Symptome bekämpfen und mit viel Chemie die Selbstheilungsprozesse untergraben, geht die CLEAN AND FREE THERAPY® Methode direkt an die Wurzeln des Problems. Das Premium-Verfahren ist dabei so schnell und effektiv, dass es fast schon wie eine „Blitz-Therapie“ wirkt, verglichen mit den herkömmlichen, oft monatelangen Aufenthalten in Kliniken oder Reha-Zentren. Hoffmann sieht die Sucht nicht als Krankheit, - sondern als erlernte Hilflosigkeit des Betroffenen, diese Hilflosigkeit kann auch wieder verlernt werden!

Durch seine bahnbrechende Methode hatte Hans R. Hoffmann eine neue Ära der Suchtbefreiung eingeläutet, die in der exklusiven 1:1 Behandlung eine Therapieverkürzung mit überzeugend nachhaltigen Ergebnisse ermöglicht. Jetzt schlägt sein Lizenzprogramm der CLEAN AND FREE THERAPY® ein neues Kapitel in der sanften Suchtbefreiung auf und bündelt eine Community von Professionals, die sich leidenschaftlich dafür einsetzen, anderen zu helfen. Hoffmanns internationale Lizenz-Partner sind mehr als nur Sucht-Experten - sie sind Helden, die jeden Tag unermüdlich daran arbeiten, dass das CLEAN AND FREE THERAPY® Angebot einem breiteren Publikum zugänglich zu machen. Das Erfolgsmotto der Expertengemeinschaft ist gleichzeitig die Mission: hier werden keine „trockenen Alkoholiker“ verabschiedet, sondern selbstbestimmte Menschen, die gelernt haben, ihre Suchtprobleme zu überwinden und ein Leben ohne Abhängigkeit zu führen! Der Paradigmenwechsel eröffnet neue Freiheiten: in CLEANum veritas!  
Weiter so! Orhidea Briegel, Herausgeberin

SECRET HIDEAWAY FÜR SUCHTBEHANDLUNG  
Das Hoffmannsche Farmhouse Centre  
als Schaltzentrale für eine große,  
internationale Experten-Community.

# Humane Suchtbehandlung als Existenzgründungsmodell



**Orhideal IMAGE:** Herr Hoffmann, für Ihre erfolgreich etablierte CLEAN AND FREE THERAPY® Methode ernten Sie seit vielen Jahren Anerkennung bei Klienten aus aller Welt und haben vielen Menschen mit ihrer revolutionären Lösung zu Suchtfreiheit verholfen. Auf Ihre überdurchschnittliche Erfolgsquote von 90% in den letzten 8 Jahren können Sie stolz sein.

**Hans R. Hoffmann:** Ja, darin steckt viel Forschungsarbeit und Passion! DIE CLEAN AND FREE THERAPY® Methode ist nun seit 1995 im Einsatz und bringt für die Betroffenen in kürzester Zeit eine Suchtbefreiung. Über die Jahre habe ich diese Kurzzeit-Methode immer weiter entwickelt und modernisiert, wie zum Beispiel durch unsere begleitende APP als Online-Selbsthilfe & Buchungs- Programm. Nachhaltigkeit ist unser Qualitätsversprechen. Deshalb werden unsere Expertise und

*Nutzbringendes Behandlungs-Modell für alle Beteiligten:*

unser Engagement von internationaler Klientel anerkannt.

**Sie engagieren sich im Bereich der Suchtbefreiung erfolgreich für einen Paradigmenwechsel. In Ihren zahlreichen Büchern sprechen Sie sich für neue Sichtweisen auf Suchtbehandlung aus, in der Praxis setzen sie diese auch um. Sind Sie zufrieden mit dem Ausmaß des Umdenkens?**

Es hat sich schon einiges geändert, aber es gibt immer noch extrem viel zu tun. Ich bin immer sehr erfreut über die positiven Reaktionen, wenn ich meine Perspektive und unsere bahnbrechende Methode in Büchern, Interviews und Fachbeiträgen darstellen kann; nicht nur bei Klienten. Es gibt auch immer mehr Experten und Kollegen, auch aus der Schulmedizin, die sich für unseren Ansatz interessieren. Denn unsere Methode ist keine klassisch-medizinische,

*Lizenzpartner profitieren von einem erprobten System und Klienten erfreuen sich der Top-Ergebnisse*

sondern eine natürliche-energetische Behandlung, die seit Jahren sehr erfolgreich ist.

**Nun weiten Sie Ihr Partnernetzwerk durch ein innovatives Lizenzsystem aus. Wer kommt für so eine solide Existenzgründung oder Praxisergänzung infrage?**

Infrage kommen Menschen mit Leidenschaft für den Gesundheitsbereich, die Haupt- oder nebenberuflich daran arbeiten möchten, anderen zu helfen. Personen mit Erfahrung aus dem Gesundheitswesen oder aus der Naturheilkunde können die CLEAN AND FREE THERAPY® Methode recht schnell einsetzen. Unsere Partner können Ärzte, Heilpraktiker oder auch andere Therapeuten sein. Wir bieten eine erprobte Einarbeitung, Rundumbetreuung der Partner und vermitteln Klienten an unser Netzwerk weiter. Alle unsere Partner verfügen über eine Lizenz des Unternehmens, nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil und sind auch als Therapeuten

## REVOLUTIONÄR und doch sanft:

Die Welt der Suchtbefreiung ist im Wandel – und einer der passioniertesten Treiber dieser Entwicklung ist zweifellos der renommierte Naturarzt und Suchtforscher Hans R. Hoffmann. Als Erfinder der bahnbrechenden CLEAN AND FREE Methode hat der emphatische Neuroplastizitäts-Aktivator bereits tausenden Menschen geholfen, ihre Suchtprobleme ein für alle Mal zu überwinden. Das Verfahren des weltweit aktiven Sucht-Experten ist nicht nur revolutionär schnell und zuverlässig, sondern auch von einer einzigartigen Sanftheit und individuellen Anpassbarkeit geprägt. Die CLEAN & FREE THERAPY® Methode geht direkt an die Wurzeln des Problems.“



# Buchautor und Impulsgeber für Fachbeiträge

## Geballtes Praxiswissen vom Synapsenflüsterer

- Über 100 Artikel: Vorträge, Interviews und Bücher zu den Themen Suchtbefreiung der Zukunft, Detox, Mental Healing
- Detox-Spezialist und Begründer der CLEAN & FREE THERAPY Methode als nachhaltige „Express“-Behandlung
- Kolumne „Endlich suchtfrei“ auf dem OrhIDEAL Podium
- Virtual Speaker, Role Model 2023 & Interviewpartner für Radio & TV
- Lizenzgeber für die CLEAN & FREE Experten-Community
- Einzigartiges Online-Programm zur Vertiefung der Therapieerfahrung
- demnächst: CLEAN & FREE APP



# Die Lizenz zur ultimativen Suchtbefreiung - Die Expressmethode als Lichtblick am Therapiehorizont

qualifiziert. Für unsere Partner ist das eine großartige Chance, Teil eines renommierten Behandlungssystems zu werden. Sie profitieren auch automatisch von unserem professionellen Marketingkonzept. Es ist die Möglichkeit in eigener Regie, als eigener Chef aktiv zu sein und sich für Menschen einzusetzen, die so ein Engagement sehr zu schätzen wissen. Unsere Lizenz eignet sich auch für die Erweiterung des Behandlungsspektrums bereits bestehender Praxen oder etablierter Gesundheitsanbieter.

**Sie legen Wert darauf, dass Ihr Team durch engagierte, positive und freundliche Menschen ergänzt wird. Warum ist Ihnen das so wichtig?**

Für mich ist Wertschätzung ein hohes Gut. Wir denken, handeln und kommunizieren immer offen, ehrlich und nach dem Prinzip der Selbstverantwortung. Unsere Leidenschaft ist - im Bereich der Naturmedizin, der Neurowissenschaft und der Gehirnforschung - die besten und wirksamsten Behandlungsmöglichkeiten für unsere Klienten zu erforschen. Unsere Behandlungsmethoden sind immer in der Praxis getestet und ohne toxische Medikamente. Da machen wir keine Kompromisse. Auch unsere Kunden wählen wir danach aus, ob sie uns diese Wertschätzung ebenfalls entgegenbringen.

**Momentan konzentrieren Sie sich bei der Lizenzeinführung auf die DACH-**

**Region. Ist das richtig?**

Absolut richtig. Als Lizenz-Partner in Deutschland, Österreich oder der Schweiz können Sie nun Teil unseres Teams werden und dazu beitragen, dass wir noch mehr Menschen helfen können, von ihren Suchtproblemen loszukommen. Unsere Klienten werden ausnahmslos 1:1 betreut, um ihnen die ungeteilte Aufmerksamkeit zu widmen. Das zeigt sich dann später auch in der Erfolgsquote. Wir arbeiten ausnahmslos mit TCM und anderen Naturheilmethoden. Die Mission ist, die CLEAN AND FREE THERAPY Methode in über eine Million Behandlungszentren Behandlungsmöglichkeiten weltweit anzubieten!

**Ist die Nachfrage denn so groß, dass Sie die Kapazitäten erhöhen müssen?**

Traurigerweise ja, Frau Briegel. Suchtprobleme stellen einen Wachstumsmarkt dar. Wir leben in einem komplexen Zeitalter, das Sucht und Dekadenz erzeugt! Sucht gab es schon immer, aber das Angebot, sich zu betäuben, war bei weitem noch nie so üppig wie heute. Leider kann ich mit meiner Arbeit in unserem zentralen Institut auf Malta nur maximal 20 Personen pro Jahr helfen. Das liegt - wie gesagt - an unserem konzentrierten und diskreten 1:1 Behandlungssystem. Die Nachfrage ist aber ein tausendfaches höher. Allein in Deutschland suchen schätzungsweise pro Jahr 500.000 Betroffene einer Sucht

- Erprobte Methode mit 90% Erfolgsquote.
- Geeignet für Existenzgründung oder Praxisergänzung im Gesundheitsbereich.
- Rundumbetreuung, fachliche Fortbildungen und etabliertes Marketingkonzept für Partner
- Natürliche-energetische Behandlung ohne toxische Medikamente
- Einzigartige Differenzierung durch die Möglichkeit, Teil eines renommierten Behandlungssystems zu sein

„Als Experten-Community setzen wir uns leidenschaftlich dafür ein, anderen Menschen dabei zu helfen, ihre Suchtprobleme ein für alle Mal zu überwinden!“

[www.detox-europe.com](http://www.detox-europe.com)  
[www.cleanandfree.eu](http://www.cleanandfree.eu)

Lizenz-Hero Hans Hoffmann bewältigt mit seiner Methode die großen Herausforderungen bei der Suchtbekämpfung, dass üblicherweise Suchtverhalten oft als rein physisches oder psychologisches Problem betrachtet wird. Dabei sind die Ursachen oft viel komplexer und reichen bis in die tieferen Schichten unseres Unterbewusstseins. Eine weitere Herausforderung ist es, dass viele Betroffene nicht nur körperlich, sondern auch emotional abhängig sind. CLEAN & FREE konzentriert sich auf eine ganzheitliche und individuelle Einzelbehandlung, die nicht nur die physischen, sondern auch die emotionalen Aspekte berücksichtigt. Durch die energetische Behandlungsmethode werden Dysbalancen im Körper harmonisiert und damit dazu beitragen, dass der Betroffene sich wieder im Gleichgewicht fühlt und keine ungesunden Kompensationsmechanismen mehr benötigt. „Durch die individuelle Behandlungsstrategie können wir außerdem auf die Bedürfnisse und Ziele jedes einzelnen Klienten eingehen und damit eine maßgeschneiderte Therapie anbieten, um schlechte Gewohnheiten abzulegen!“

„Sucht ist keine Krankheit, sondern eine aus der Kontrolle geratene Gewohnheit.“

schnelle und sichere Hilfe, um aus ihrer Suchtproblematik auszusteigen.

**Solche Zahlen wirken erschlagend. Da ist die Dunkelziffer sicher noch nicht eingerechnet. Die meisten landen wahrscheinlich in klassischen Suchtkliniken, oder?**

Nicht unbedingt. Das Problem dort sind nicht nur die Rückfälle. Viele gehen gar nicht erst in Kliniken, weil sie die Arbeit dort als nicht zeitgemäß sehen. Sie spüren, dass eine Arbeit am Körper allein nicht ausreicht.

Unsere Methode ist aus den neuesten Erkenntnissen der modernen Gehirnforschung, Neurowissenschaften und der Quantenphysik entstanden: Damit wirkt die CLEAN AND FREE THERAPY in allen drei Bereichen des menschlichen Systems gleichzeitig: Im Gehirn (Bewusstsein, Unterbewusstsein), im Körper (Zellinformation), im Energiefeld (Aura) und ist deswegen so wirkungsvoll für Turbo-Entzug und Rehabilitation. Leider wird unsere See-

le in der modernen Schulmedizin noch immer oft außer Acht gelassen.

**Das glaube ich gerne. Für viele Schulmediziner ist die Seele wahrscheinlich ein zu softer Faktor, um ernst genommen zu werden. Dann wird also CLEAN AND FREE THERAPY von Ihren Klienten zusätzlich auch als echte Seelen-Arbeit geschätzt?**

Auf jeden Fall! Süchtige werden meist in eine Opferhaltung gedrängt, als wären sie grundsätzlich nicht Herr ihrer Sinne. Mir ist es ein Anliegen, sich zurück auf die Selbstbestimmungskraft zu konzentrieren. Das ist der Paradigmenwechsel in der Suchtarbeit. Sucht ist ja auch eine Art von Aufschrei der Seele. Man wollte eine Veränderung, hat dann aber den falschen Weg eingeschlagen.

**Wodurch entsteht eigentlich eine Sucht?**

Die Entstehung einer Sucht kann a) durch unverarbeitete Traumata entstehen, als unbewusstes Selbstsabotage



**Synapsenflüsterer in Aktion:**

Das Erfolgsmotto der CLEAN & FREE Experten-gemeinschaft ist gleichzeitig die Mission: hier werden keine ‚trockenen Alkoholiker‘ verabschiedet, sondern selbstbestimmte Persönlichkeiten, die gelernt haben, ihre Suchtprobleme zu überwinden und ein Leben ohne Abhängigkeit zu führen.

# Innovationstreiber mit

# Herz & Sachverstand

Programm, oder b) psychisch, also durch fehlende Strategien zur Stressbewältigung, hervorgerufen oder c) sozial durch schlechten Einfluss der Familie, Freunde und Arbeitskollegen verursacht werden durch Gewohnheiten, z.B. das Feierabendbier, der letzte Drink!. Zu uns kommen die Fälle, die ihr Leben wieder in die Hand nehmen, den richtigen Weg einschlagen wollen. Es sind meist erfolgreiche Unternehmer und Geschäftsleute, die meist schon andere herkömmliche Angebote ausprobiert haben!

**Die CLEAN AND FREE THERAPY Methode wurde also für Menschen entwickelt, die ihr Suchtproblem erkannt haben?**

Richtig. Sie haben keine Zeit oder Lust, wochenlang in einer Suchtklinik zu verbringen und dadurch auch noch ein Outing ihrer Suchtproblematik riskieren zu wollen, was einem beruflichen Selbstmord gleichkommen würde! Die Methode ist für Persönlichkeiten geeignet, die wissen, dass letztendlich nur sie selbst ihr Suchtproblem bewältigen können, aber es zu schätzen wissen, eine intensive Begleitung in die ultimative Suchtbefreiung an der Seite zu haben. Das ist auch die Hauptaufgabe unserer Professionals, begleiten und täglich motivieren, um den Weg sicher in die ultimative Suchtbefreiung zu beschreiten!

**Das ist bestimmt auch für Menschen interessant, die schon andere Suchttherapien hinter sich haben und dort bisher gescheitert sind....**

...und nun auf eine einzigartige Art und Weise einen körperlichen und psychischen Entzug machen wollen. Keine kompromittierende Gesprächsrunden über die Sucht oder Zusatzgif-

te durch medikamentöse Behandlung, sondern intensive Einzelbehandlung, absolute Diskretion, der ganzheitliche Detox-Ansatz und ein einzigartiges Ambiente. Das schätzen unsere Klienten!

**Kann man davon ausgehen, dass alle Betroffenen, die diese Vorgehensweise gewissenhaft durchführen, ohne Rückfall erfolgreich von ihrer Sucht befreit werden?**

Bei einer gewissenhaften Durchführung ist der Erfolg sicher. Qualität statt Quantität! Wichtig ist vor allem auch die QuantenClearing-Arbeit, die in der Therapiewoche durchgeführt wird. Diese energetische Arbeit bringt die Ursachen zutage, die dann dauerhaft entfernt werden können.

**Neben Ihren zahlreichen Publikationen und Interviews als Experte sind Sie über das Fachliche hinaus auch der Innovationstreiber und Marketingkünstler.**



Von A wie APP bis Z wie Zufriedenheit: Unermüdlich optimiert Hans R. Hoffmann mit seinem Team den Kundenservice - so wird SUCHTBEFREIUNG nachhaltig.



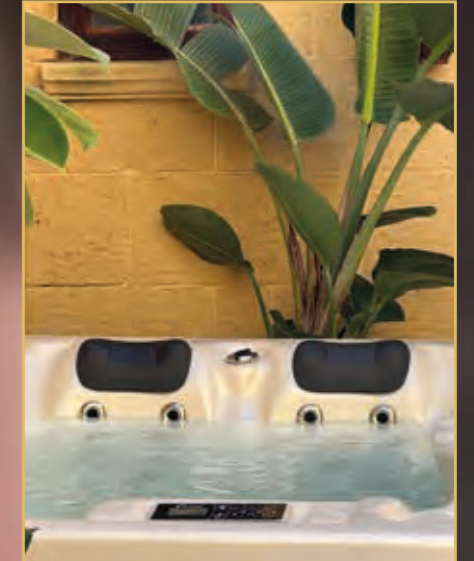
Suchtbefreiung der Zukunft:  
Hans R. Hoffmanns Lizenzpartner  
sind Helden, die jeden Tag  
unermüdlich daran arbeiten, das  
CLEAN AND FREE THERAPY<sup>®</sup>  
Angebot einem breiteren  
Publikum zugänglich zu machen.

# 1:1 Detox Behandlung

„In der Schweiz entwickelt, auf Malta perfektioniert,  
weltweit plaziert: Mit der bahnbrechenden  
**CLEAN AND FREE THERAPY<sup>®</sup>** Methode haben  
wir eine neue Ära der Suchtbefreiung eingeläutet -  
schnell, effektiv und sanft.“



VIP Service für  
entgiftende Anwendungen



Fokus auf die  
Einzelbehandlung





# Mit Lizenz zum Neuroplastizitäts-Aktivator

**Sie optimieren laufend den Kundennutzen und den Service. DIE CLEAN AND FREE THERAPY® Methode haben Sie der modernen Zeit angepasst und bieten mittlerweile auch Hilfe online an. Wie funktioniert das Online Angebot?**

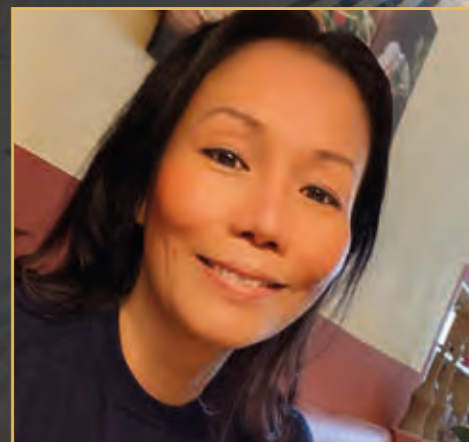
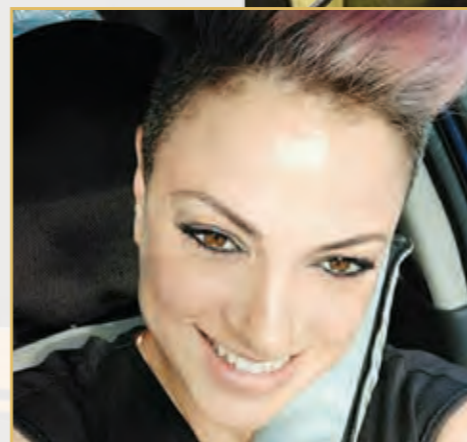
Das Thema Suchtbefreiung lebe ich mit Leidenschaft. In der Praxis bekomme ich deshalb viele Ideen einfach durch unsere Abläufe und den Wunsch, eine bestmögliche Leistung anbieten zu können. So ist auch die CLEAN AND FREE CHALLENGE entstanden. FÜR ALLE TEILNEHMER gibt es nach der stationären Behandlung auf Gozo, noch ein kostenloses Online Coaching. Dieses bringt via WhatsApp über 100 Tage immer wieder die wichtigsten Aspekte der Arbeit ins Bewusstsein. So werden die Synapsen der Suchtbefreiung ständig aktiviert und bilden nach 100 Tagen eine Neuronenautobahn der Suchtbefreiung. Eine dazugehörige APP ist schon in Entwicklung. Mit einem Klick auf die APP oder Website können die Betroffenen demnächst weltweit unmittelbar einen passenden Therapeuten finden, um zeitnah eine Suchtbefreiung mit der CLEAN AND FREE METHODE® beginnen zu können. Auch ein Online Selbsthilfe Programm zur ultimativen Suchtbefreiung entsteht gerade. Damit ist es auch möglich sich alleine von seinem Suchtverhalten zu befreien, wenn die nötige Disziplin aufgebracht wird!

**Die App, die Sie gerade entwickeln, ermöglicht Betroffenen weltweit Ihre Methode zu buchen. Ist das mit dem Buchungssystem der UBER Fahrservice-APP vergleichbar?**

Ganz genau! Bei einer Fahrt in einem UBER TAXI kam mir die Idee, Betroffenen einer Sucht auch via APP einen weltweiten Buchungsservice für unsere Behandlungen anzubieten. Obwohl wir erst frisch mit den Lizenzen gestartet haben, bieten wir schon vier Standorte an: Malta, Rom, Lissabon, München und drei neue Partner, die nach unserer CLEAN AND FREE METHODE® vorgehen. Unsere Partner können verschiedene Levels der Behandlung anbieten. Vom Basic- über das Premium-Programm bis hin zum exklusiven VIP Programm ist alles möglich. Wer mehr über CLEAN AND FREE THERAPY® erfahren will, sollte sich also am besten mit mir persönlich in Verbindung setzen.

**Informationen für Lizenzinteressierte:**  
[www.cleanandfree-therapy.com](http://www.cleanandfree-therapy.com)

**Kostenloses Informationsgespräch:**  
<https://hoffmann-healthservices.youcanbook.me/>



**Immer auf der Suche nach neuen Ansätzen und Optimierungen:**  
Unterwegs als Methodenperfektionist und Neurorehabilitationspionier - Acad. Prof. Hans R. Le-Hoffmann nutzt seit Jahren die Erkenntnisse der Neurowissenschaft, der modernen Gehirnforschung, der Epigenetik und der Quantenphysik. Der professionelle Blick über den Tellerrand ist Daily Business und Leidenschaft.

„Vom Opferstatus zum Lebensgestalter: Gedanken sind pure Biochemie. Wir helfen diese zu steuern.“

Das herzliche Hoffmann-Centre Team einen maximal angenehmen Behandlungsaufenthalt: Vom Limousinenservice bis zur gesunden Ernährung ist alles genau durchdacht

# Orhideal: regional gestärkt - global verbunden - fachübergreifend inspiriert

Die Tunnelbauer



Feinmechanik



Die Mechatroniker



Chemiebranche



Edel-Maschinenbau



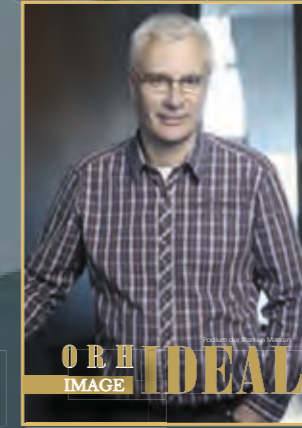
Motorantrieb



Schleiftechnik



Leitsysteme



Flughafen München



GHM Handwerksmesse



Blendschutz Hersteller



Raumakustik Hersteller



Möbel Design Hersteller



Unternehmer, die ihre Markenbotschaft persönlich verkörpern: Neben Titelgesichtern, wie Roland Schreiner/ Schreiner Group, Wolfgang Grupp/ TRIGEMA, Prinz Luitpold von Bayern/ Royal Branding u.v.a. reiht sich auch Erfolgsunternehmer Hans Hoffmann in die schon legendäre HALL OF FAME der Helden aus dem Mittelstand auf dem Orh-IDEAL Unternehmerpodium ein. Hier geht es um gelebte Werte, Ethik, Originalität und Individualität in der Wirtschaft, vor allem um das Verantworten des eigenen Tuns und durch die Verkörperung des eigenen Unternehmens dazu zu stehen. Wir freuen uns über diese Kooperation!

IT for small business



BIG DATA business



Kosmetik Hersteller



Em-eukal Hersteller



Taschen Hersteller



Luxus Küchen Handel



Hocker Hersteller



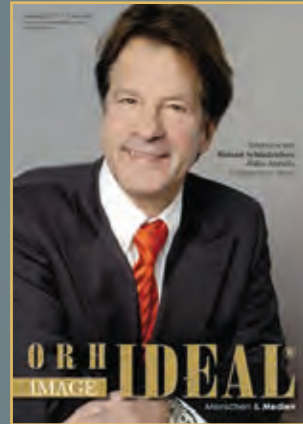
Schraner Brandschutz



Beton Verschalungen



Radio Sender



TV Produktion



KFZ Pflege Hersteller



Büro (Versand-)Handel



Notariat



Hörakustik



Fassaden Verklebung



Solar-Zentrum Bayern



Winterdienst



Orhideal goes „Good Feeling Immobilien Gruppe - Augsburg“  
unter Schirmherrschaft der beiden Top-Immobilien-Unternehmerinnen  
Sabine Gahbauer und Regina Frank von GF Immobilien Augsburg

Botschafterinnen für die

# Immobilien Szenen

Großraum Augsburg

„Unsere erfüllende Mission  
ist der optimale Match von  
Mensch und Immobilie.“

Wer sich als Klischeebrecher seiner Branche einen guten Namen macht, kommt mit seiner Originalität und seinem Werteverständnis für eine Schirmherrschaft für Orhideal CHEFSACHE in Frage, wie das Erfolgsduo von GF Immobilien. Mit fundierten Fach- und Marktkenntnis, Zuverlässigkeit und Kundennähe agieren die etablierten Powerfrauen gekonnt auf dem Immobilienparkett und begeistern nicht nur ihre Klientel, sondern auch ihr Netzwerk seit Jahren. Dem regionalen Beziehungsmanagement geben die professionellen Match-Maker demnächst Gestalt mit ihrer Dialoggruppe „Good Feelings Immobilien Augsburg“ innerhalb der Orhideal CHEFSACHE IMMOBILIEN Sonderedition 2023, der neuen Generation im Online-Austausch. Hier schaffen sie ein interaktives Business Home für Experten und Gewerbe rund um Immobilien, Bau, Projekt- und Standortentwicklung, Herstellung, Dienstleistung und Verbraucherinformation. Let's connect! Good Feelings sind Ihnen sicher! Gute Geschäfte wünscht *Orhidea Briegel, Herausgeberin*

[www.gf-immobilien-augsburg.de](http://www.gf-immobilien-augsburg.de)

# Regional gestärkt und überregional gefragt

# Wirtschaftsstandort Augsburg

Podium der Starken Marken  
**ORH** **IDEAL**<sup>®</sup>  
IMAGE  
WORKPLACE

Der Wertzuwachs von Immobilien basiert im Augsburger Raum auf der wirtschaftlichen Stärke der Region. Augsburg ist ein begehrter Investitionsstandort allein schon durch die exzellente Lage. Historische Gewerbeimmobilien und Industriedenkmälern geben der Stadt Flair. Außerdem sind Projekte, wie der Augsburg Innovationspark, ein Magnet für Investoren und Gewerbe. Das zieht neue Anwohner an, wodurch auch der Wohnungsmarkt wächst. In den nächsten Jahren werden neue Wohnbauprojekte in und um Augsburg realisiert.

**Mit Passion für die Region unterwegs:** die beiden Unternehmer-schwestern vernetzen Gewerke, sorgen für Standortattraktivität und Ansiedelung. Beide sind ausgewählte Mitglieder im IVD (Immobilienverband Deutschland), ein Markenzeichen für Qualität und Kompetenz.



„Augsburg punktet durch ausgezeichnete Verkehrsanbindung und Lebensqualität!“



# In der Hall of Fame innovativer Dienstleister

Schirmherrinnen für Orhideal CHEFSACHE

Auf Erfolgskurs mit der eigenen, regionalen Dialoggruppe

Qualitätsanbieter im Rampenlicht:  
Hier geht es zur CHEFSACHE 2023



Titelstory März 2020 & Dezember 2022  
Unternehmerinnen des Monats

unter der Schirmherrschaft von [www.gf-immobilien-augsburg.de](http://www.gf-immobilien-augsburg.de)  
Sabine Gahbauer und Regina Frank • Unternehmerinnen des Monats  
und IDEAL WORKSPACE Repräsentantinnen des Jahres



## MAASBERG – MEISTER DER BLENDSCHUTZ TECHNIK FÜR MEHR TAGESLICHT



Maasberg – Ein Hersteller für preisgekrönten Sonnenschutz, Blendschutz und Sichtschutz in Perfektion seit mehr als achtzig Jahren. Innovative Technologien, Liebe zum Detail und herausragendes Design lassen in unserem Familienbetrieb in 4. Generation Vorhänge, Paneele und Flächenvorhänge entstehen, die weit mehr bieten als eine einfache Dekoration oder eine schlichte Verdunklung.

Wir sperren Licht nicht einfach aus. – sondern wir integrieren es in der nötigen Intensität in den Raum. Damit schaffen wir die Möglichkeit, Schatten und Blickschutz wesentlich bedarfsgerechter zu schaffen als mit herkömmlichen Lösungen.

### Nicht einfach nur ein Rollo

Sonne bedeutet Leben, Wachstum und Leistungsfähigkeit. Tageslichthelle Räume garantieren Lebensfreude, Motivation und Inspiration: „der ideale Raum ist vor allem eines: natürlich hell!“ Nutzen Sie diese Kraft für sich und Ihr Objekt und begeistern Sie Kunden und Mitarbeiter mit einer einzigartigen Wohlfühlatmosphäre.

Die Kunst der Planung besteht darin, den Schwierigkeiten der Ausführung zuvorzukommen

Dafür wurden wir mit dem Innovationspreis für Textil und Objekt der Zeitschrift AIT im Jahr 2018 ausgezeichnet.



[www.maasberg.com](http://www.maasberg.com)

# OFFICETRÄUME in Paris

Podium der Starken Marken  
**ORH** **IDEAL**<sup>®</sup>  
IMAGE  
WORKPLACE



Being part of LNB means opening  
the door to unlimited flexibility

 les  
nouveaux  
bureaux



[www.lesnouveauxbureaux.com](http://www.lesnouveauxbureaux.com)



# Idealer Vermögens- & Krisenschutz nicht nur für Entscheidungsträger

Im Strandkorb aus dem Nähkästchen  
geballter Unternehmererfahrung plaudern:  
Martina Hautau gibt dem SYLT TV Publikum  
spielerisch Einblicke in Oliver Scheers Fach-  
gebiet über Werterhalt durch Sachwerte.



Infotelefon: +49 176 25680433  
[www.wk-r.de](http://www.wk-r.de)

# Titelgesichter im TV

[www.olivia-moogk.de](http://www.olivia-moogk.de)

Olivia Moogk anlässlich CHEFSACHE Immo-Pool mit Moderatorin und „Inseliebe“-Produzentin Martina Hautau auf SYLT 1 TV



**RAMFIRE**  
KAMINE

# Heizeinsatzwechsel



Heizeinsatz  
Austausch Komplett  
**3.999€**

**Auf Lager!**



- Inkl. Buderus Kändern 26B
- Inkl. Rauchrohrset, Isolierung
- Inkl. Montage

- ✓ Heizeinsatzwechsel
- ✓ Kamineinsatzwechsel
- ✓ Ohne Abriss möglich!
- ✓ Anmeldung b. Kaminkehrer
- ✓ Austausch zum Festpreis
- ✓ Nur Markenhersteller

## RAMFIRE KAMINE KG

Amberger Straße 82  
92318 Neumarkt i.d.OPf.  
[info@ramfire-kamine.de](mailto:info@ramfire-kamine.de)

Jetzt einen Vor-Ort-  
Termin vereinbaren:

**09181 / 27340-0**

Montag – Freitag von 8 – 17 Uhr



Besuchen Sie uns!



Druckfehler, Preise, technische und optische Änderungen vorbehalten! Stand der Drucklegung: März 2023. Hinweis: Preise in Euro inkl. 19% MwSt., als Bausatz (ohne Montage, Deko und Zubehör) frei befahrbare Grundstücksadresse innerhalb von Deutschland. Montage zum Festpreis möglich. Angebote gültig unter Vorbehalt. Nicht mit anderen Rabatt-Aktionen kombinierbar. USI-ID: DE323594396 | Steuernummer: 221/173/21200 | Sitz: Neumarkt i.d.OPf. | Amtsgericht Nürnberg HRA 18562 | Persönlich haftender Gesellschafter: Ramsy Saadi

**MAI  
2023**

**RAMFIRE**  
KAMINE

# - NEUERÖFFNUNG - Heizkamine und Kaminöfen vom Profi

## NEUMARKT i.d.OPf.



Ramsy Saadi  
Geschäftsführer

ca. **500 m<sup>2</sup>**  
**Ausstellung**

Katalog anfordern  
[www.ramfire-kamine.de](http://www.ramfire-kamine.de)



140 Seiten – kostenlos!

RAMFIRE KAMINE KG  
Amberger Straße 82  
92318 Neumarkt i.d.OPf.  
Tel: 09181 / 27340-0  
Mail: [info@ramfire-kamine.de](mailto:info@ramfire-kamine.de)  
[www.ramfire-kamine.de](http://www.ramfire-kamine.de)

- Grundöfen
- Heizkamine
- Gaskamine
- Kachelöfen
- Kaminöfen
- Outdoor
- Schornstein

**RAMFIRE**  
KAMINE

# Aktionsmodelle

Energieeffizienzklasse A+  
**Camina S16 »4 kW«**



**7.499€**



Gibt es auch mit Podest

Jetzt einen Vor-Ort-Termin vereinbaren:

**09181 / 27340-0**

Montag – Freitag von 8 – 17 Uhr

**Zahlreiche Standardmodelle als Selbst-Bausatz erhältlich!**

Pelletofen MCZ Ego Air 8 Dark »8 kW«

**2.795€**



Viele weitere Pelletöfen auf Lager!

Energieeffizienzklasse A+

**Camina S21 GO**  
»2,2 kW«

**6.999€**



Grundofen (ohne Warmluft)

Energieeffizienzklasse A+

**RAMFIRE**  
KAMINE

# Kaminofen Aktion



**Kaminofen POLAR 6 NEO »6,5 kW«**

- Sekundär, Primärluft und Tertiärluft
- Gusstüre oben und unten (unten gg. Aufpreis)
- Obere Scheibenspülung mit vorgewärmter Luft
- Hochwertige Feuerraumauskleidung
- Verschiedene Verkleidungen möglich
- Von außen herausnehmbarer Aschekasten
- Mehrfachbelegung zugelassen
- Abgang oben und rückwärtig Ø 150 möglich
- Runde Panoramasscheibe aus Keramikglas
- Außenluftanschluss, hinten Ø 120mm möglich



**2.699€**



Energieeffizienzklasse A+



**Auch in Speckstein-  
o. Kachelverkleidung**

**Wodtke Porto**

**2.999€**



**Auf Lager!**

Heizleistung: 5 kW

Energieeffizienzklasse A+

**Scan 84-1**

**3.780€**



**Auf Lager!**

Heizleistung: 5 kW

Energieeffizienzklasse A+

**Scan 65-2**

**3.460€**



**Auf Lager!\***

\* ohne Seitenscheiben

Heizleistung: 6 kW

Energieeffizienzklasse A



**Jetzt einen Vor-Ort-Termin vereinbaren:**

**09181 / 27340-0**

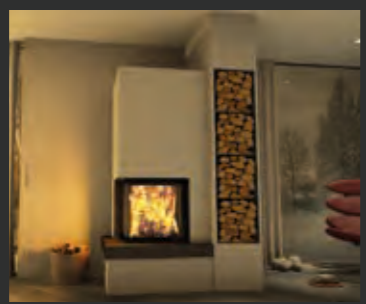
Montag – Freitag von 8 – 17 Uhr

**Planen Sie jetzt mit uns Ihren individuellen Traumkamin!**

Die nächsten kalten Tage kommen garantiert! Mit einem Kamin oder Ofen bringen Sie Behaglichkeit in Ihr Zuhause. Und Sie sparen ganz nebenbei Heizkosten. In vier Schritten zu Ihrem Traumofen.



1. Vor-Ort-Termin kostenfrei



2. kostenfreie 3D-Planung + Angebot



3. professionelle Werkplanung



4. brennfertige Montage

**In Bayern und Baden-Württemberg für Sie unterwegs!**  
(Teilgebiet)

Weitere Vorteile bei RAMFIRE KAMINE:

**0%**  
**Finanzierung**  
ohne Post-Ident oder Einkommensnachweise  
(Bonität vorausgesetzt)

**100%**  
**Markenware**  
für beste Qualität

**8,99** EUR  
**WartungsAbo**  
Reinigungs- und Wartungsservice im Abo ab 8,99 EUR/mtl.

**100%**  
**1a Bewertungen**  
Top zertifizierte Kundenbewertungen  
[www.ramfire-kamine.de/bewertungen](http://www.ramfire-kamine.de/bewertungen)

**RAMFIRE**  
KAMINE

**Individuelle Kamine**



- ✓ günstig
- ✓ zuverlässig
- ✓ einzigartig



**RAMFIRE**  
KAMINE

# moderne Gaskamine



Mit Fernbedienung

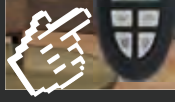
Teilweise mit LED Glutbett

Inkl. Keramik Scheithölzer und Deko

Mit WiFi Anbindung für Tablet / Smartphone



- ✓ günstig
- ✓ zuverlässig
- ✓ einzigartig



**RAMFIRE**  
KAMINE

# Individuelle Kamine



- ✓ günstig
- ✓ zuverlässig
- ✓ einzigartig



[www.angelina-ausliebezumholz.de](http://www.angelina-ausliebezumholz.de)

ANGELINA  
AUS LIEBE ZUM HOLZ



# Sicherheit und Ästhetik

## Ein Widerspruch?

### Sicherheit und Ästhetik in Einklang

In vielen Planungsfällen ist es notwendig, den Bestand einer Gebäudehülle zu erhalten, gleichzeitig aber auch dem Anspruch nach höchster mechanischer Sicherheit gegen Beschuss und Einbruch der Sicherheitsverglasung gerecht zu werden.

Planer und Hersteller müssen hierbei individuelle Lösungen finden, die beides vereinen können. Es ist möglich, ein hohes Maß an Sicherheit zu bieten, ohne dass dies sichtbar ist. In der zunehmenden Bedrohungslage werden die Erfordernisse an einbruchsicherem und schusssicherem Glas von Gebäuden immer stärker und es ist wichtig, immer ein auf die Umstände individuell abgestimmtes Sicherheitskonzept anbieten zu können.

Doch die Umsetzung ist nicht immer leicht. Neben einem tiefgreifenden Verständnis für mechanische Sicherheit und Sicherheitsscheiben, Produktionsverfahren und einem feinen Gespür für Ästhetik, sind auch kreative Lösungskonzepte gefragt, um ein Gebäude sowohl sicher als auch ansprechend zu gestalten. Auf eine ganzheitliche Betrachtungsweise kann nicht verzichtet werden, wenn z.B. das gesamte Sicherheitssystem nachgerüstet werden muss.

Es kommt nicht selten vor, dass die Nachrüstung mit einem geprüften Sicherheitssystem inkl. Prüfzeugnis nicht möglich ist. Das kann z.B. gestalterische, statische oder finanzielle Gründe haben. Der Sachverständige muss daher sowohl auf der technischen als auch ästhetischen Ebene ein hohes Maß an Erfahrung und Feingefühl mitbringen.

Moderne Materialien und Systeme ermöglichen dezente und elegante Konstruktionen mit dennoch hohem Maß an Sicherheit, ohne die Ästhetik und das Design vom Gebäude oder dem Shop signifikant zu beeinträchtigen. So erfüllen Architekten einerseits die Kundenanforderungen an Sicherheit und andererseits können Ästhetik und Design des Gebäudes erhalten bleiben.

Gemeinsam können wir den Kundenwünschen auf kreative Art und Weise gerecht werden und somit deren Ansprüche an Sicherheit und Ästhetik in Einklang bringen. Mit der Kombination aus Sicherheit und Ästhetik müssen sich Planer und Bauherren also nicht mehr entscheiden, sondern können beides haben.

**Sebastian Dengg** | Sachverständiger  
Sicherheits-Glas-Systeme | CEO | Engineer





# Impression von der **Bau 2023**



[www.gima-ziegel.de](http://www.gima-ziegel.de)



## Wohnanlage Serafin in Micheldorf OÖ



[www.serafin.at](http://www.serafin.at)

In bester Lage in Micheldorf OÖ entstehen 18 besondere Wohnungen. Umgeben von der markanten Bergwelt Oberösterreichs, in einem charaktervollen Dorf, hervorragend angebunden mit Straße und Schiene.

Im Zentrum des Ortes, mit Blick auf einen ausgedehnten Natur-Garten, in Fußdistanz zu Einkaufsmöglichkeiten, Restaurants und der Kirche. Clevere Grundrisse, ökologische Holzbauweise und großzügige Terrassen machen diesen Neubau außergewöhnlich.



# Erfolgsformel Homestaging

[www.homestaging-muenchen.de](http://www.homestaging-muenchen.de)

Ihre Agentur für exklusives Home Staging in München & Umgebung.  
Optische Aufwertung von Immobilien für den Verkauf.  
Musterwohnungen für Bauträger.  
Home-Staging-Service  
Andrea Dangers



# 92. Unternehmerstammtisch

## Save the Date 25. Mai mit Michael Schmidt

### Eine Rückblende zum 91. Unternehmerstammtisch in Laim „Der Wadlbeißer mit dem Lichtschwert – Max Haarländer“

Seien wir ehrlich: Jeder Unternehmer kennt das nervige Problem mit Kunden, die nicht zahlen, auch wenn die Gründe dafür ganz unterschiedlicher Natur sein können. Viele Firmen warten lange auf ihr Geld oder verzichten im schlimmsten Fall – weil sie nicht konsequent genug beim Forderungseinzug agieren. Dabei kann gerade bei kleineren Unternehmen bei Ausfällen in entsprechender Höhe schnell mal die Liquidität auf der Kippe stehen. Doch nicht erst dann sollten sich professionelle Inkassodienstleister der Sache annehmen.

Max Haarländer, seines Zeichens Geschäftsführer der GSG Inkasso GmbH ist so einer und der war zu Gast beim 91. Unternehmerstammtisch in Laim. Haarländer gab einen Einblick in den Geschäftsalltag eines Inkasso-Unternehmens, klärte über die Rechte von Gläubigern gegenüber säumigen Kunden auf (privat wie gewerblich), erläuterte Mahnfristen und Mahngebühren, erklärte Forderungsverkauf und Factoring und räumte mit einigen Inkasso-Mythen auf, die sich in Unternehmerkreisen hartnäckig halten – das sorgte einige Male für Aha-Effekte. Und weil auch Juristen, Steuerberater und Fachleute aus dem Buchhaltungsgeschäft anwesend waren, entspann sich einige Male eine sehr angeregte Diskussion zum Thema.

Aber Max Haarländer hielt auch den Unternehmerinnen und Unternehmern den Spiegel vor: Oftmals agierten sie viel zu zögerlich,

ließen viel Zeit verstreichen und versuchten, eine ohnehin gescheiterte Geschäftsbeziehung am Leben zu erhalten. Doch „Nur ein Kunde, der bezahlt, ist ein guter Kunde! Alle anderen sind nur Auftraggeber!“ so die Überzeugung des Forderungs-Fachmanns. Also wurden auch die umfangreichen Rechte von Schuldnern beleuchtet, die Tricks und Verzögerungstaktiken auseinandergenommen, mit denen Schuldner ihre Gläubiger an der Nase herumführen und die vielen Wege aufgezeigt, die dennoch möglich sind um an sein sauer verdientes Geld zu kommen: per Anwalt, per Gericht, per Gerichtsvollzieher und natürlich via „Wadlbeißer“, wie sich der Inkasso-Dienstleister mit einem Augenzwinkern selber bezeichnet.

Die Zeit verging wie im Flug. Auch der 91. Unternehmerstammtisch war wieder ein Business-Abend mit einem hoch interessanten Impulsvortrag und einem mit allen Wassern gewaschenen Profi am Rednerpult – am Ende gab es ordentlich Beifall für all die fundierten Informationen. Höchstleistungen vollbrachte auch das Team vom Schmankerlwirt, die zeitgleich eine Großveranstaltung, eine Familienfeier und den Unternehmerstammtisch versorgen mussten. Danke!





# Podcast des Monats mit Digitalmotivator Richard Seidl

## Software-Qualität ist heute wichtiger denn je!

**Welche Tests sind sinnvoll und ausreichend?  
Wann lohnt sich der Einsatz von Testautomatisierung?  
Wie sehen gute Integrationstests aus?  
Alles zu testen ist nicht möglich: Wie viel Qualität ist genug?**

Fragen, die in der Software-Entwicklung relevant sind – Entwicklungsprojekte werden immer komplexer. Vernetzung, künstliche Intelligenz und Machine Learning fordern die klassischen Software-Test-Methoden heraus. Anwender haben zudem immer größere Erwartungen an Usability, Performance und Funktionalität.

Experten aus unterschiedlichen Disziplinen der Software-Entwicklung teilen mit dir ihre Erfahrungen im Podcast „Software Testing“ und geben dir aktuelle Tipps und Trends an die Hand, um die Qualität in deinen Software-Projekten signifikant zu steigern.

Software Testing ist der Podcast für alle Entwickler, Tester und Projektleiter, die umsetzbare Tipps und Hacks für mehr Software-Qualität in Ihren Projekten möchten.

Bist du bereit für den nächsten Qualitätsboost in deinem Software-Projekt? Dann höre jetzt die ersten Folgen!  
Herzliche Grüße, Richard Seidl

Danke an die Community-Partner des Podcasts: Alliance for Qualification | ASQF | Austrian Testing Board | dpunkt.verlag | German Testing Day | GI Fachgruppe TAV | HANSER Verlag | oop | QS-TAG | SIGS-DATACOM | skillsclub



[www.software-testing.fm](http://www.software-testing.fm)

### Der erste Fachkongress über innovative Fertigungstechnologien für Komponenten der E-Mobilität

Die Transformation vom Verbrenner zur E-Mobilität bringt für viele Unternehmen massive Umwälzungen mit sich – sowohl für die Produkte als auch für die Fertigungstechnologien. Mechanische Komponenten werden weniger verlangt, elektrische umso mehr. Das gilt für die gesamte Kette von der Produktion der Komponenten bis hin zur Lade-Infrastruktur. In der Produktion nehmen die Robotics eine zentrale Rolle ein: Im internationalen Wettbewerb entscheidet die Effizienz der Fertigung über die Wettbewerbsfähigkeit der Hersteller – ganz besonders in Hochlohnländern wie Deutschland. Der Kongress in Ingelheim am Rhein bringt Hersteller von Komponenten und Fahrzeugen mit Unternehmen zusammen, die zukunftsfähige Lösungen anbieten. Fahrzeug- und Batteriehersteller wie Stellantis, Gotion und BMZ stellen vor, was sie bereits umgesetzt haben und welche Systeme sie für die Fertigung der Zukunft brauchen.

Unternehmen wie KUKA, Trumpf oder YASKAWA berichten anhand von Fallstudien über Lösungen, die die Effizienz der Fertigung steigern. Vorträge führender Forscher der RWTH Aachen University aus dem Bereich der Batterieforschung zeigen auf, was die Zukunft bereithält. Der Keynote-Vortrag von Prof. Detlef Zühlke, dem Erfinder des Begriffes „Industrie 4.0“, stellt dar, wie die Smart Factory hilft, Prozesse zu verschlanken und Kosten zu senken. Podiumsdiskussionen geben den Teilnehmern die Möglichkeit, sich im direkten Gespräch mit führenden Experten der Elektromobilitätsbranche auszutauschen. „Damit deutsche Hersteller weiterhin an der Spitze mitspielen können, ist es wichtig, Know-how jetzt zu bündeln – kleine und große Unternehmen der Branche zusammenzubringen. Deshalb veranstalten wir „Robotics meets eMobility 2023“. Der Kongress soll die Marktteilnehmer der Elektromobilitätsbranche und die Robotik enger miteinander vernetzen.“



Jascha Rohmann,  
Gründer und CEO der  
Rohmann Automation GmbH

# Robotics meets eMobility

Die Zukunft der  
Fertigungstechnologien für  
Komponenten der E-Mobilität

**1. Juni 2023**

Ingelheim am Rhein,  
Nähe Frankfurt Airport

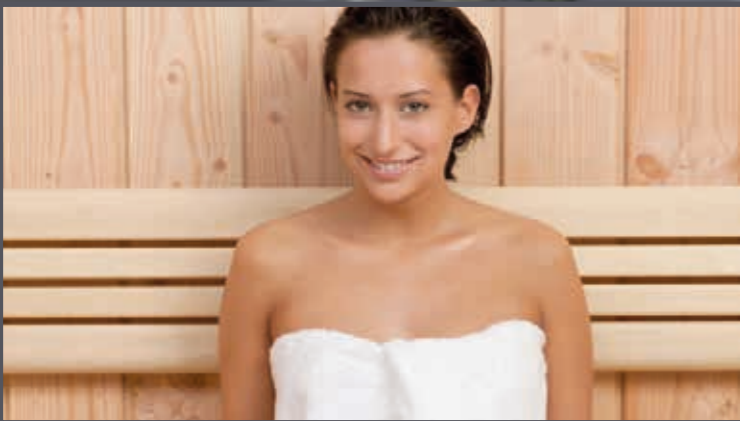
**JETZT TICKETS SICHERN ▶**

# ORH IDEAL® Wellnessidee des Monats

[www.roeger-sauna.de](http://www.roeger-sauna.de)

Saunaproduktion „Made in Germany“

Seit 2011 bietet Röger GmbH, ein Tochterunternehmen der Klafs GmbH & Co. KG, und Qualitätsanbieter im Markt der Saunahersteller, Komfort und Sicherheit. Mit Wirtschaftlichkeit sind das die Eckpfeiler, auf die Röger Saunabau seine Anstrengungen seit Beginn basiert. Solide und verlässliche Qualität der unkomplizierten Produkte, wie die Sauna und die Infrarotkabine für Privat, sowie Leistungen rund um die Themenbereiche Wellness und Sauna, die in jeder Lebenslage passen, sind verbunden mit einem guten Preis-Leistungs-Verhältnis.



# Anzug Alex

## Ihr mobiler Herrenausstatter

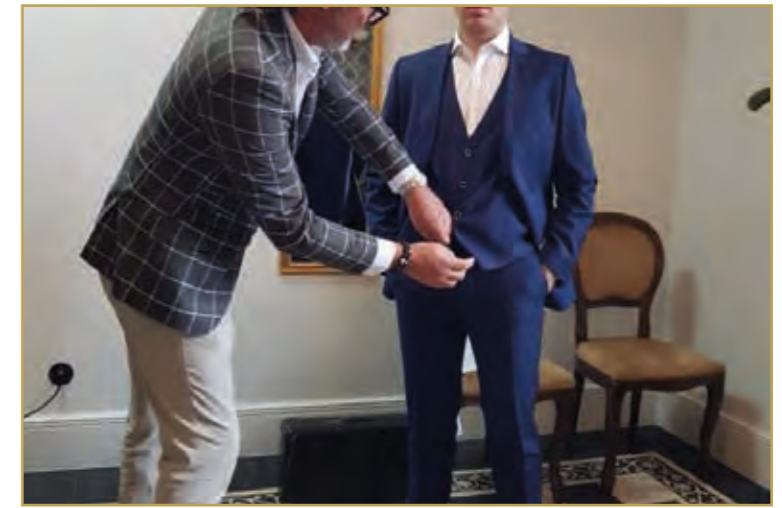
Es gibt viele verschiedene Dienstleistungen in Deutschland und es werden immer mehr. Nur bei der Bekleidungsbranche muss man die Dienstleistung mit der Lupe suchen! Da ist man erfreut, Alexander Desch mit seiner Dienstleistung entdeckt zu haben.

Seit über 20 Jahren steht Anzug Alex für höchste Ansprüche im Bereich Herrenbekleidung!

Werkverkauf in Jossgrund/Oberndorf hat er aber Ladenöffnungszeiten braucht er nicht, weil seine Kunden kein Interesse dafür haben. Servicemangel kennen seine Kunden nicht. Ob am Arbeitsplatz in der Mittagspause, im Foyer kurz vor dem wichtigen Meeting oder abends zu Hause; er bringt die aktuellen Trends der Saison und die Männer-Klassiker in blau und grau direkt zu Ihnen. Und das zu Outlet-Preisen!

Alexander Desch: „Ich biete meinen Kunden den exklusiven Service, an 7 Tagen in der Woche, 24 Stunden lang Anzüge, Hemden, Krawatten, Shirts und Accessoires kaufen zu können. Sie rufen mich einfach an, nennen mir Ihre Konfektionsgröße und kurze Zeit später bin ich bei Ihnen im Büro oder zu Hause.“ Somit erfüllt „Anzug Alex“ die schnellste und bequemste Form des exklusiven Shoppings.

Mit einem Termin im Ladengeschäft in Jossgrund/Oberndorf finden Sie das passende Outfit für jeden Anlass in entspannter Atmosphäre.



# www.anzug-alex.com



**Alexander Desch**  
Mobiler Herrenausstatter

Handy: +49 (0) 170 3388871  
Mail: info@anzug-alex.com



# Sind Frauen wirklich besser im Multitasking?

**Männer können mehrere Dinge gleichzeitig ignorieren und Frauen können auf mehreren Parkplätzen gleichzeitig ihr Auto abstellen.**

Wie langweilig wäre unser aller Leben ohne Humor rund um die Klischees der Geschlechterrollen. Ganz egal an welchem Ort ich mich gerade aufhalte, wird mir mit dem Brustton der Überzeugung die Botschaft „Frauen sind Multitasking fähig. Männer nicht!“ entgegen geschmettert. Ok, ich gebe zu, dass ich jahrelang ebenfalls der festen Überzeugung war, dass dem so ist. Hört sich ja auch zu verlockend an. Ein Kompliment, das jedoch auch immer einen leisen Ton des Vorwurfs impliziert oder vielleicht auch Neid auf Seiten der männlichen Spezies, da man ihnen zumindest diese Fähigkeit nicht bescheinigt. Nur ist es, mal ganz unabhängig der Hoheitsrechte eines Geschlechtes, empfehlenswert, scheinbar alles parallel stattfinden zu lassen? Leidet durch mangelnde Aufmerksamkeit nicht zwangsläufig immer mindestens EIN Teil in unserem Leben? Privat und oder auch geschäftlich. Bevor wir diese Frage klären, ist es entscheidend, weshalb Multitasking, also mehrere Aufgaben nebeneinander zu erledigen, überhaupt für uns so verlockend ist. Denn wie immer, ist es auch hier wichtig zu wissen, welche Motivation steckt hinter diesem Streben? Was treibt uns Menschen dazu an?

Dank meines Masters of cognitive neuroscience kann ich ein wenig Licht ins Dunkel bringen und finde es erneut erstaunlich, dass Mechanismen greifen, die bereits vorhanden waren als wir halbnackt, barfuß und mit der Keule in der Hand über die Felder gelaufen sind. Erschreckend und faszinierend zugleich. Neue Techniken verändern das Design unseres Handelns, jedoch nicht dessen Ursprung.

**Überleben: das ist das Ziel unseres Gehirns und die Aufgabe der Menschheit.**

Bei durchschnittlicher 7-Stunden-Mediennutzung findet heutzutage unser (Arbeits-) Leben mehr als 2 Stunden im Multitaskingmodus statt. Tendenz steigend. Und nein, bevor jetzt wieder die berühmte Generationenfrage greift - ganz unabhängig unseres Alters. Der Grund ist das Belohnungssystem im Gehirn.

**Sex, Essen, Social Media sind die wichtigsten Treiber.**

Alle drei Dinge scheinen einen großen Teil dazu beizutragen, dass es uns gut geht. Oder sollte ich besser schreiben: Fortpflanzung, Nahrungsaufnahme und neue Informationen? Bei diesen drei Begriffen ahnt man schnell, in welche Richtung unser Belohnungssystem tatsächlich steuert. Denn alle drei sorgen dafür, dass die menschliche Spezies erhalten bleibt.

Zu wissen, wo gute Nahrung ist, wie man sein Leben erhält, beflügelt unser Belohnungssystem. Nur ist heute (zumindest in unseren Breitengraden) Nahrung überall erhältlich, auch auf den sozialen Medien (man denke nur an den zunehmenden Hype der Kochsendungen) und natürlich werden auch hier sexuelle Reize bespielt. Es heißt ja nicht umsonst, mit allen Sinnen genießen. Die Substanz, die unser Gehirn dabei ausschüttet, ist Dopamin. Es macht Lust, bereitet Vorfreude auf das bald Erlebte. So geht es uns auch mit potenziell wichtigen Informationen. Man weiß noch nicht wirklich, ob die E-Mail oder das Video den gewünschten und erwarteten Effekt liefert. Aber die Vorfreude darauf ist einfach zu groß und zu verlockend, als dass wir ihr widerstehen könnten. Vielleicht ist es ja doch wichtig, vielleicht verlieren wir sonst den Anschluss, vielleicht entgeht uns sonst etwas Wichtiges, was unsere Daseinsberechtigung scheinbar am Leben erhält.

Je größer die Erwartung auf das Folgende, desto größer die Dopaminausschüttung. Das erklärt auch unseren ungestillten Hunger nach Schlagzeilen, die uns einen noch größeren Informationsvorsprung versprechen. Das Einfliegen der E-Mails und Videos zeigen die Dringlichkeit und Wichtigkeit durch Bewegung und verstärken unser sofortiges Handeln darauf. Schnelle Reaktion auf virtuelle Reize waren in Urzeiten überlebensnotwendig.

Gleichzeit gieren wir nach Erledigung von Dingen. Einbußen der Qualität nehmen wir daher oft in Kauf. Die Dringlichkeit kommt demnach vor dem Streben nach Qualität der Erledigung. Wie stark dieses Verhaltensmuster bei jemanden ausgeprägt ist, kommt jedoch auf seinen Typ an und darauf, welchen Arbeitsstil er pflegt.

**Analysen, wie die INSIGHTS MDI® TriMetrix EQ und Outmatch Assess® by Scheelen helfen uns!**

Besonders hilfreich sind diese Diagnostik-Tools bei Bewerberauswahlverfahren, Persönlichkeitsentwicklung, der Entscheidung der Vorgehensweise und der Priorisierung von Etappenzielen bei unseren Kundenprojekten. Wie schnell sich jemand ablenken lässt, wie bereit er für Change tatsächlich ist und wie effektiv auch seine Arbeitsweise ist, sind wichtige Parameter in unserer zunehmend digitalen (Homeoffice-)Arbeitswelt. Jede\*r unserer Mitarbeiter\*innen führt eine TriMetrix EQ® Analyse durch, damit wir als Team unsere volle Leistung entfalten können und auch jede\*r seine Potenziale erkennen und ausbauen kann. Zudem erleichtert es uns die Kommunikation, wenn jede\*r weiß, wie das Gegenüber tickt. Denn wir alle sind verschieden. Klingt einleuchtend und interessant - oder? Möchten auch Sie persönlich oder in Ihrem Team eine Potenzialanalyse durchführen? Das bekommen Sie hin!

Über unseren neuen Shop können Sie ganz einfach die INSIGHTS MDI® Talents Insights TriMetrix EQ buchen. Sie erhalten Ihren individuellen Zugang und anschließend eine umfangreiche Auswertung. Mehr erfahren Sie hier:

<https://shop.truchsessbrandl.de/product/insights-mdi-talent-insights-trimetrix-eq/>

[www.truchsessbrandl.de](http://www.truchsessbrandl.de)  
[www.touchpointmethode.com](http://www.touchpointmethode.com)

**Nicole Truchseß**

CEO | Sales & Recruiting Profi  
| 30 Jahre Praxiserfahrung |  
Prozesse optimieren | Nachweisbar mehr Neukunden  
und MitarbeiterInnen für  
Ihr Unternehmen mit Touch  
Point Excellence | TOP 100  
Keynote Speakerin | Autorin



## Persönliche Betreuung mit Herz, anstatt anonymes Großraumbüro

Tagesbüro • Coaching- & Konferenzraum  
Startup Special: Firmensitz mit Postservice  
für Unternehmensgründer

„Frau Qualitätsmanagement“ definiert Kundenorientierung in ihrer Branche neu - immer innovativ, stets ein offenes Ohr und das Herz am richtigen Fleck  
Maria Tsertsidisi mit ihrem Team



[www.prinzregenten54.de](http://www.prinzregenten54.de)



“

Prinzregenten 54  
Ihre Repräsentanz am Friedensengel

### Was unterscheidet uns von anderen Business Centern?

Unser Name beinhaltet bereits, dass wir uns nicht als ein einfaches Business Center verstehen, in welchem Sie Mieter sind. Nein, wir möchten Sie und Ihr Unternehmen repräsentieren. Dies beinhaltet für uns eine individuell an Ihre Bedürfnisse angepassten All-Inklusive-Lösung. Wir möchten jeden unserer Kunden persönlich kennen, denn nur so funktioniert für uns eine perfekte Zusammenarbeit.

Wir sind ein Inhabergeführtes Unternehmen, mit einem kleinen Team, sodass die Kommunikationswege kurz und somit allseits ein direkter Kontakt besteht. Bei uns finden Sie immer ein offenes Ohr, das bereit ist, sich Ihre Wünsche und Vorstellungen anzuhören, mit der Intention diese auch umzusetzen.

Zusammenfassend würden wir sagen, dass uns Flexibilität, Kundenorientierung und Integrität besonders auszeichnen. All das natürlich begleitet von einer großen Portion Freude an der Arbeit.

### Ist ein Business Center nicht teurer als eine übliche Büroanmietung?

Zu aller erst muss der Kostenpunkt hervorgehoben werden. Eine Anmietung bei uns ermöglicht Ihnen nicht nur eine sicherere und übersichtliche Planung sämtlicher Kosten, sondern trägt aktiv zur Liquiditätsschonung bei, da Kosten für Infrastruktur und Mobiliar entfallen.

Als zweites sollte beachtet werden, dass vor allem kleine Teams oder neu gegründete Firmen die Möglichkeit erhalten sich in einer besonders repräsentativen Immobilie in exklusiver Lage einzumieten. Dies trägt aktiv zu Verbesserung des Images bei. Sollten Sie zu Beginn Ihrer Gründung noch keine Räumlichkeiten benötigen, gibt es die Möglichkeit eines virtuellen Büros, welches eine attraktive Alternative zu der konservativen Büroanmietung darstellt. Mit dieser Variante genießen Sie alle Vorzüge einer repräsentativen Geschäftsadresse bei gleichzeitiger Senkung Ihrer Fixkosten.

Außerdem bieten wir Ihnen einen umfangreichen Sekretariatsservice und können Ihnen Aufgaben abnehmen, welche Sie von Ihrer eigentlichen Arbeit abhalten.

### Was ist ein Virtual Office?

Bei einem Virtual Office handelt es sich um ein Büro, aber ohne tatsächliche Bürofläche. Statt einem Raum mieten Sie, zum einen unsere repräsentative Adresse in exklusiver Lage und zum anderen allumfassende Sekretariatsdienstleistungen. Das bedeutet konkret für Sie, dass wir Ihre Anrufe unter Ihrem Firmennamen entgegennehmen können, uns um ihre Post kümmern und auf Anfrage eine große Bandbreite an Aufgaben für Sie erledigen können. Damit Sie sich voll und ganz auf Ihr Kerngeschäft fokussieren zu können. Zugleich ermöglicht es Ihnen von überall auf der Welt zu arbeiten und gleichzeitig einen festen Standort zu besitzen.

[www.prinzregenten54.de](http://www.prinzregenten54.de)

**Nicht nur von Kunden,  
sondern auch innerhalb der  
Branche sehr anerkannt:**

Mit viel Leidenschaft und  
Liebe zu allen Projekten  
ist das Geschwisterpaar  
Stephanie Präger und  
Michael Mönner in dritter  
Generation ein Garant für  
Bestleistung in Badesign,  
Badsanierungen und  
Heiztechnik.

**Auf Erfolgskurs mit viel Gespür und Know-how**

# Badkonzepte mit **Stil**

**Was lange währt, ist mehr als gut:** Mit hochwertigen Lösungen ist die Mönner GmbH Bäderspezialisten seit 65 Jahren eine renommierte Top-Adresse für erstklassigen Bäderbau in München und Umgebung für alle, die sich ihr neues Bad stressfrei aus einer Hand entwickeln und umsetzen lassen wollen. Mit Stil, Erfahrung, Herz und Verstand verwandelt das Mönner Kompetenzteam aus erfahrenen Baddesignern, einer Innenarchitektin und diversen Gewerken ihr altes Bad in eine Energietankstelle oder Wellnessoase - ganz nach Ihrem Gusto! Garantiert!



„Großartigen Ideen und  
nur die beste Umsetzung  
für unsere Kunden!“

**[www.moenner.de](http://www.moenner.de)**

# Pro Gewerbe-standorte

Mit äußerster Diskretion und juristischem Fingerspitzengefühl entwickelt Gottfried Frick in Zusammenarbeit mit Geschäftspartnerin Andrea Fröhlich und seinem Team Gewerbebestände. Vom Businesshotel bis zum Einkaufszentrum gelingt es dem verhandlungssicheren Duo deutschlandweit Investoren-, Kommunal- und Gewerbeinteressen sinnvoll zu verbinden.

**Orhidea Briegel:** Herr Frick, Sie haben sich auf Projektentwicklung im gewerblichen Bereich spezialisiert?

**Gottfried Frick:** Nach meinem Jurastudium habe ich sehr schnell in die Immobilienbranche gefunden. Das liegt mir. Nach der Gründung einer Immobilienfirma verlagerte sich der Schwerpunkt schnell in Richtung Projektentwicklung. Es ist eine kreative Arbeit, die nach guter Menschenkenntnis und Diplomatie verlangt. Auf der anderen Seite sind breite Fachkenntnisse aus verschiedenen Bereichen erforderlich. Ein umfassender Weitblick ist die Basis für den Erfolg.

**Orhidea Briegel:** Frau Fröhlich, Sie beide arbeiten bereits seit langer Zeit zusammen? Welche Fachgebiete haben Sie untereinander aufgeteilt? Wer ist für welche Bereiche Ansprechpartner?

**Andrea Fröhlich:** Wir arbeiten in allen Bereichen „Hand in Hand“, wobei mein Schwerpunkt zum Teil mehr in der Kundenbetreuung und Akquise liegt. Herr Frick ist viel unterwegs, um die geeigneten Standorte zu prüfen, so dass ich die gesamte Organisation des Büros übernehme und unsere Investoren immer mit den nötigen Unterlagen versorgen kann.



Sitz: Grasbrunn, Bayern  
Wirkungskreis: bundesweit

„Beste Ideen für die Standortentwicklung“

**Zuverlässig und diskret:** Andrea Fröhlich und Gottfried Frick sind bekannt für ihre ergebnisorientierte Arbeitsweise. Im Dialog mit Entscheidungsträgern und Investoren sind beide geschätzte Verhandlungspartner. Die bundesweiten Projekte finden ihren Erfolg durch die vorausschauende und kooperative Vorgehensweise mit starken Partnern wie z.B. der IHK.



[www.frick-unternehmensberatung.de](http://www.frick-unternehmensberatung.de)

Frick Unternehmensberatung  
Bretonischer Ring 9 • 85630 Grasbrunn

Tel. 089/464053  
[info@frick-unternehmensberatung.de](mailto:info@frick-unternehmensberatung.de)

**Bei mit den Synapsen tanzt:**

Wie Neurowissenschaftler und Lernbeschleuniger Josua Kohberg die Wissensgesellschaft in die Zukunft katapultiert und Unternehmen durch High Tech Future Learning & Skill Development in Mitgestalter der digitalen Ära verwandelt.

**Wer in das KOSYS Universum eintaucht, ist und bleibt begeistert:**  
Über 5000 Referenzen sprechen für sich  
„neoos® setzt sich aus dem lateinischen Wort „neo“ für „neu“ und „os“ für „operating system“ zusammen. Die Idee hinter dem Namen ist, auf eine neue und revolutionäre Art Informationen in die Verknüpfung zu bekommen.

Hightech-Tools in der Wissensgesellschaft dank

# NeuroGenius

**ORIDEAL**  
**media**  
**face** 2022  
Kompetente Interviewpartner  
für Medien, Wirtschaft & Veranstaltungen

Zunächst ist die Erde immer eine Scheibe, bis jemand die Kugel entdeckt. Wer hätte am Anfang gedacht, dass eine Glühlampe die industrielle Revolution einleiten, ein angebissener Apfel unsere digitale Zukunft bestimmen und die neoos®-Produkte von Didaktikrevolutionär Josua Kohberg unsere Lernfortschritte beschleunigen würden - und das mit Ultraschallgeschwindigkeit! Was damals surreal schien, ist heute Realität und gefragt bei Fans, Unternehmenskunden, Kooperationspartnern, Investoren und den Medien: das KOSYS Lernsystem durch neuronale Stimulation mittels unbewusster Wahrnehmung der Lehrinhalte durch Ultraschallübertragung.

Das Erfolgsduo Simone und Josua Kohberg, KOSYS GmbH, hat für Fans des gehirngerechten Lernens ein eigenes Selbstverwirklichungs-Universum geschaffen, das „Neuron-Valley“ für bahnbrechende Lehrmethoden zwecks Upgrading der Persönlichkeit und Unternehmensteams. Das international aktive Unternehmen entwickelt Produkte auf Hightech-Basis, die dazu dienen, dass die Menschheit mit dem rasanten Tempo der Zukunft mithalten und dennoch mit sich im Einklang leben kann. Wann ist Ihnen das Lernen wortwörtlich so unter die Haut gegangen? KOSYS macht's möglich! *Orhidea Briegel, Herausgeberin*

„neoos® macht erfolgreich!

Wer seine Teams schnell updaten kann, seine Mitarbeiter effektiv entwickelt und den Wissenstransfer beschleunigt, der profitiert von einem enormen Wettbewerbsvorsprung!“

[www.kosys.de](http://www.kosys.de)

# Neue Businesshorizonte durch Bildungsformate der Zukunft



 **BARBARA MESSER**  
HORIZONAUTIN



„Wir brauchen zeitgemäße Trainings!“



Orhidea Briegel Herausgeberin und Expertin für ImageDesign präsentiert...

durch das  
**objektiv**  
gesehen

Laune-Detektor, Stimmungsarchitekt  
und New Work Mentor - wer könnte  
Launologie besser vermitteln als das Original:  
Seit über 40 Jahren ermöglicht Dr. Helmut Fuchs  
als einer der bekanntesten Stimmungsforscher  
und Launologie-Begründer Erkenntnisse aus der  
Wissenschaft in der freien Wirtschaft

„Unternehmen mit einer  
kreativen Stimmungskultur  
sind dem Wettbewerb  
meilenweit voraus!“

**www.launologie.com**

Orhideal-IMAGE.com • Das Businessportrait-Magazin für PR Präsentation & Cross-Marketing

**Aufbruchstimmung und Krisenbewältigung  
für Management und Chef-Etagen:**  
Exklusiv-Coaching mit Agilem Mindsetting und  
Rundumhilfe aus dem Kompetenznetzwerk der  
Launologie-Legende Dr. Helmut Fuchs

**FAIR-FÜHRUNG** statt Manipulation mit

# Erfolgsgarant Launologie

Positives Mindkapital ist eine der gewinnbringendsten Ressourcen! Spätestens wenn Wachstumshürden, Wirtschaftskrisen, Umsatzrückgang, Fluktuation, Krankheitsausfälle, Fachkräftemangel oder schlechte Vibrations für Missstöne im Geschäftsleben sorgen, wissen Unternehmer, dass es höchste Zeit ist, den Gefühlshaushalt im Unternehmen in Ordnung zu bringen - dann klappt es auch mit der Betriebswirtschaft. Mit seinem Kompetenznetzwerk zeigt Trainerlegende und Launologe, Bestseller-Autor und Mediengesicht Helmut Fuchs, wie charismatische Leader, die neuen FAIR-Führer, mit einer kreativen Stimmungskultur im Unternehmen dem Wettbewerb meilenweit voraus sind. Denn im digitalen Wandel sind emotionale Belastbarkeit, Agilität, Improvisationskunst, Innovationsgeist und mentale Stärke die neuen Schlüsselkennzahlen, an denen Wirtschaftskraft gemessen wird. Bei der Umsetzung hilft das konstruktive Team des Launologen vom WIFAL-Institut Berlin. Gestartet wird der neurowissenschaftliche Agile-Mindsetting-Prozess auf der Entscheiderbene, umgesetzt wird er auf Wunsch bis hin zur Belegschaft.

Für die flächendeckende Aufbruchstimmung hat die Betriebsklima-Koryphäe Helmut Fuchs aktuell einen Meilenstein gesetzt: Lernen vom MOODING-Experten persönlich! Das können nun ambitionierte Positiv-Denker in einem revolutionären Ausbildungsprogramm der Spitzenklasse mit angeschlossenem Geschäftsmodell und einer vernetzten Kompetenzplattform! Zukünftig sorgt dann eine Schar von top-qualifizierten Launologen für mitreißende Aufbruchstimmung im ganze Land! So gelingt Spitzenleistung! Vergessen Sie nicht: Das Glas ist halb VOLL! Erfolgreiche Geschäfte wünscht Ihnen, *Orhidea Briegel, Herausgeberin*

Kommunizieren Sie mit ethiks  
Ihre ethische Denkweise in  
Ihrem Unternehmen nach innen  
und außen. Tauschen Sie sich im  
ethiks-Netzwerk unter Gleich-  
gesinnten aus. Zeigen Sie Flagge:  
Ihr persönliches Statement für  
ein faires Business.

Jetzt ethiks-Mitglied werden

[www.ethiks.de](http://www.ethiks.de)





## „Game-Changer:innen lassen Taten sprechen!“

### Mind Change Award<sup>®</sup>

Liebe Unternehmer:innen, liebe Leser:innen,

einen Mind Change zu vollziehen und ein Team dafür zu motivieren, dazu gehört ein erhebliches persönliches Engagement und natürlich eine entsprechende Nachhaltigkeit. Diese echten Game-Changer:innen finden Sie bei unserer Mind Change Award<sup>®</sup> Verleihung. Und dort wird diese exzellente Leistung dieser Mind-Changer und die Teamleistung belohnt.

Solche „Stars des Unternehmensalltags“ zeichnen wir aus. Über die Bewertung entscheidet eine hochdotierte Jury: „Uns verbindet die Leidenschaft für unseren Beruf und wir verleihen den Mind Change Award<sup>®</sup> für Pioniergeist, innovative und kreative Lösungen und den unbändigen Willen, diese umzusetzen.“

Als Unternehmensprofilerin und Initiatorin des Mind Change Awards ist es mir ein großes Anliegen, diese exzellente Leistung entsprechend wertzuschätzen und publik zu machen, damit andere Unternehmer:innen und Führungskräfte motiviert und inspiriert werden, selbst einen Change anzugehen. Ebenfalls ist es wichtig, die Profile der Persönlichkeiten zu beleuchten, die genügend Leidenschaft und Energie haben und ihr Team immer wieder für das Ziel motivieren.

Wir wählen nur echte Mind-Changer:innen und Macher:innen aus. Wir haben ein exklusives Netzwerk bestehend aus Unternehmerpersönlichkeiten und Führungskräften, die über eine positive innere Haltung verfügen, ein klares Führungsgen haben, Mind Change betreiben und zukunftsorientiert denken.

Eine Veränderung ist nur erfolgreich und von Dauer, wenn die gesamte Unternehmensführung davon überzeugt ist. Erst dann kann das Team ebenfalls Performance bieten.

Es ist Zeit, diese Unternehmen mit ihren Führungskräften und Mitarbeitenden auszuzeichnen. Die Wirtschaft benötigt Game-Changer, die den Mut haben, Entscheidungen zu treffen und die Zukunft zu gestalten.

Die Mind Change Bühne ist frei für Unternehmen und Führungskräfte mit Visionen und einem hohen Verantwortungsbewusstsein, die die Menschen bewegen und einen Mehrwert für die Unternehmen bieten.

Nutzen Sie die Möglichkeiten, Ihren Mind Change mit Unternehmer:innen und Führungskräften zu feiern. Geben Sie Ihrem Erfolg den nötige Raum bei unserer Verleihung des Mind Change Awards.

Bis bald, Sabine Oberhardt  
 Durch Unternehmensprofilung Ziele erreichen,  
 Menschen begeistern und Erfolge sichern.



**Gehören Sie zu den Game Changer:innen?  
 Dann bewerben Sie sich:**



Sabine Oberhardt  
 GmbH & Co. KG  
 Herrenackerstr. 52  
 D-74363 Güglingen  
 Tel 0 71 35 / 96 11 60  
[success@sabineoberhardt.com](mailto:success@sabineoberhardt.com)

# Portrait der Preisträger:innen 2019-2022

**MIND  
CHANGE  
AWARD**

# Erfolgsbühne als Auszeichnung für markante Game-Changer

mit Netzwerken im Club der Mind Change Exzellenz

Der Mind Change Award® bringt Visionäre, Unternehmer, Pioniere und Macher zusammen - mit dem Ziel, eine Plattform zu einem kontinuierlichen Erfahrungsaustausch auf höchster Ebene rund um das Thema Mind Change zu etablieren. Von Menschen, die nicht nur reden, sondern die durch Handlungen überzeugen!

Jedes der Gewinner-Unternehmen war sich bewusst, dass ein Mind Change notwendig ist, hat ein sehr gutes Konzept dazu präsentiert und ist bereit, sich weiterhin upzudaten und upzugraden!



## Bewerber-Info zur Awardteilnahme





# Besondere Auszeichnung 2022 für zukunftsweisendes Unternehmertum

Um Multiply Your Leadership Performance zu erreichen  
benötigen Sie  
**Emotionale Intelligenz**

Modern Führen mit EQ,  
emotionaler Intelligenz -  
Multiply your Leadership  
Performance. **EQ Online Kurs:**





# Der Mind Change Talk 2022

## „Führen Sie schon oder befehlen Sie noch?“

Foto: Talk Gäste von links nach rechts - Michael Kundel Vorstandsvorsitzender RENOLIT SE; Jürgen Gropp Director – Vertrieb/Warengeschäft INT, Bereichsleiter Warenwirtschaft & Schulung, Lidl Stiftung & Co. KG; Pierre Hermann Geschäftsführer der DFS Aviation Services GmbH

Online mehr über die Talk-Teilnehmer erfahren:



Der Wandel in der Arbeitswelt fordert Führungskräfte auf, die bisherigen Führungsmethoden zu überdenken. Zum einen sind die Führungspersönlichkeiten gefordert, die Führungskultur zu transformieren, und zum anderen, die Potenziale und Stärken der Mitarbeiter gezielt zu nutzen, damit die Unternehmensziele erreicht werden. Voraussetzung hierfür ist die Emotionale Intelligenz, diese gehört zu den Kernkompetenzen der digitalen Zukunft.



# Mind Change Award®

## GOLD

für Michael Kundel, Vorstandsvorsitzender der RENOLIT SE (Worms) und Markus Blümle, Geschäftsleiter Corporate Human Resources für ihren HR-Bereich und das gesamte Team.  
[www.renolit.com](http://www.renolit.com)

**Strategie trifft auf Mind Change:** Der HR-Bereich des Familienunternehmens RENOLIT SE trägt durch seine Transformation und seinen Mind Change einen maßgeblichen Teil zur Unternehmensstrategie bei und setzt damit neue Maßstäbe. Für den Hersteller von Kunststoff-Folien und verwandter Produkte ist die richtige Einstellung zum Wandel und zur Zukunft unerlässlich. ONE RENOLIT ist die übergeordnete Zielsetzung der RENOLIT Gruppe. Corporate HR greift diese Zielsetzung auf und bewirkt einen Mind Change, indem Themen wie die Digitalisierung, Entwicklung der Mitarbeitenden sowie die Positionierung der Arbeitgebermarke und die Positionierung sowie Strukturierung des HR-Bereiches neu gedacht und gestaltet werden.

Bekräftigt wird der Mind Change unter anderem durch etliche neue strategische wie operative Personalentwicklungs-Programme, wie dem „Focus on Leadership“ Training, welches mit Führungs-Workshops an allen internationalen Standorten eine neue Führungskultur etabliert. Die Digitalisierung im Unternehmen hat mit der Einführung eines innovativen Payroll Systems und einer damit verbundenen Zentralisierung eine Zeitenwende erlebt. Auch die Arbeitgebermarke setzt auf Mind Change: Führungskräfte und Mitarbeitende erleben einen mutigen HR-Bereich, der neue Impulse setzt und maßgeblich zur Unternehmensentwicklung beiträgt.

Durch die stetige Reflexion der HR-Strategie, die spürbare Unterstützung des Vorstandes im Transformationsprozess und das eigene Handeln, gelingt es, insbesondere nicht nur den eigenen HR-Bereich, sondern auch die Führungskräfte, Mitarbeitenden und damit das gesamte Unternehmen im Wandel stetig voranzubringen. All das verdeutlicht, dass ein Mind Change keine einmalige Aktion ist, sondern täglich erarbeitet, gelebt und somit aktiv ins Unternehmen getragen wird.



Innovationsgeist und der Mut Themen und Projekte eindeutig zu positionieren und damit zielgerichtet voranzutreiben - die Geschäftsleitung Corporate HR und insbesondere die Abteilungsleiter\*innen haben es geschafft, ein neues Mind Change Konzept essentiell und nachhaltig zu manifestieren.

„Mit Mut neue Wege gehen und bestehende Unternehmensstrukturen aufbrechen!“

## Mind Change Award®

Gold-Preisträger 2022  
RENOLIT SE

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen das beste Mind Change Konzept nachhaltig umgesetzt.

Jetzt bewerben unter: [www.unternehmens-profiling.de/mind-change-award/](http://www.unternehmens-profiling.de/mind-change-award/)



# Mind Change Award®

## SILBER

für die Geschäftsleitung Norbert Bogner und Maren Bieberich und dem gesamten Führungsteam des miteinanderleben e.V. [www.miteinanderleben.de](http://www.miteinanderleben.de)

Was 1986 als gemeinnütziger Verein mit drei Mitarbeitenden begann, ist mittlerweile einer der ganz großen Akteure in der sozialen Arbeit: Mit rund 550 Mitarbeitenden – unter ihnen 110 Menschen mit Behinderung – ist miteinanderleben ein wichtiger Arbeitgeber in der Region Pforzheim/Enzkreis. Eine Entwicklung, die ohne mutiges unternehmerisches Denken und kontinuierliche Ausrichtung an dem, was gesellschaftlich notwendig ist, nicht möglich gewesen wäre.

Nachhaltige Teilhabemöglichkeiten für Menschen mit Behinderung zu schaffen und gleichzeitig aktuelle gesellschaftliche Strömungen aufzugreifen, war von Beginn an die Maxime der Unternehmensleitung von miteinanderleben. Als 2018 Norbert Bogner die Geschäftsführung übernahm und 2019 Maren Bieberich als stellvertretende Geschäftsführerin zum Leitungsteam hinzukam, stand für beide fest: Eine grundsätzliche Neuausrichtung und Überprüfung der bisherigen Strukturen war nötig, um miteinanderleben mit seinen vielfältigen Tätigkeitsbereichen auch in Zukunft erfolgreich am Markt zu positionieren und gleichzeitig der sozialen Verantwortung als Inklusionsunternehmen gerecht zu werden. Das erforderte gerade in Zeiten der Pandemie mutige Entscheidungen, visionäres Denken und eine Hinführung der Mitarbeitenden und Führungskräfte zu mehr Eigenverantwortung und individuellem Gestaltungsspielraum – einen echten „Mind Change“.

Neu entstandene Geschäftsfelder wie das Restaurant I Café I Bar „EssEnz Inklusiv“ in den Mühlacker Enzgärten oder das Gebrauchtgüterhaus mlkauf zeigen: Aus dem Mut, gewohnte Abläufe hinter sich zu lassen und auch in schwierigen Zeiten neue Tätigkeitsfelder unter konsequenter Einbeziehung der Diversität und individuellen Gaben der Mitarbeitenden anzugehen, kann Großes entstehen.



**Mutige Entscheidungen, visionäres Denken, mehr Eigenverantwortung und individueller Gestaltungsspielraum für Mitarbeitende und Führungskräfte:** miteinanderleben e.V. setzte auf Veränderung in der Führungskultur, richtet sich neu aus und vollführt so einen echten „Mind Change“.



## Mind Change Award®

Silber-Preisträger 2022  
miteinanderleben e.V.

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen das Mind Change Konzept „Veränderungsprozesse gestalten“ erarbeitet, ganzheitlich auf das Unternehmen übertragen und mit der erfolgreichen Umsetzung begonnen.

Jetzt bewerben unter: [www.unternehmens-profiling.de/mind-change-award/](http://www.unternehmens-profiling.de/mind-change-award/)



„Inklusion und Vielfalt leben!“



# Mind Change Award®

## BRONZE

für Manuel Ellwanger und Philipp Hageböling,  
Geschäftsführer der Innovation Heroes GmbH  
[www.innovation-heroes.net](http://www.innovation-heroes.net)



Die Firma Innovation Heroes GmbH wurde 2018 von Philipp Hageböling & Manuel Ellwanger gegründet. Spezialisiert auf Seminare und Kongresse, digitale Vermarktung, E-Commerce & Social-Media, hat das Team schnell einen guten Ruf erlangt. Außerdem gelang ihnen als Initiatoren des Digital Heroes Festivals 2019 ein großes und modernes Kongressformat überaus erfolgreich. Über 1.500 Teilnehmer konnten in Stuttgart wichtige Impulse von Branchen-Experten aus dem Bereich der Digitalisierung erhalten. Aufgrund von Corona konnte eine schnelle Fortführung des Digital Heroes Festival leider nicht mehr weitergeführt werden und das Event-Team der Agentur musste wieder verkleinert werden. Jedoch anstatt zu resignieren, haben die beiden Geschäftsführer ihre Innovationsfähigkeiten und Netzwerke genutzt, die neuen Herausforderungen angenommen und sich neu aufgestellt. Der Fokus liegt nun auf Digitaler Beratung, Umsetzung, Performance Marketing, Event Management und klassischen Marketing. Darüber hinaus haben sie ihre Leidenschaft für Events während der Pandemie nicht verloren, sondern weiter ausgebaut.

„Innovation, digitale Transformation und die Herausforderungen und Chancen der Digitalisierung“ sind die Themen, die sie vorantreiben, denn die Innovationskraft der Digitalisierung verändert alle Bereiche unseres Lebens. Dabei hat die digitale Revolution gerade erst begonnen. Disruptive Unternehmen, agile Newcomer und raketstarke Startups erobern die Welt. Dynamische Märkte und unzählige Veränderungen zwingen mittelständische Unternehmen sich neu zu erfinden und mit innovativen Highlights zu brillieren. Hierbei schaffen sie auf ihren Events und in der Beratung neue greifbare Impulse, vernetzen Menschen und Marken und zeigen neue Wege der digitalen Möglichkeiten.

# Mind Change Award®

Bronze-Preisträger 2022  
Innovation Heroes GmbH

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen ein Mind Change Konzept erarbeitet und mit der Realisierung begonnen.

Jetzt bewerben unter: [www.unternehmens-profiling.de/mind-change-award/](http://www.unternehmens-profiling.de/mind-change-award/)



**Neu denken und Impulse geben:** Die Innovation Heroes Manuel Ellwanger und Philipp Hageböling erzählen ihre „Helden-Geschichten“, die neue Konzepte und Wege zum Mind Change aufzeigen.

„Don't wait.  
Innovate.“



# Mind Change Award®

# GOLD

für Familie Finkbeiner KG  
[www.traube-tonbach.de](http://www.traube-tonbach.de)

„Wer aufhört, besser zu werden, hat aufgehört, gut zu sein“ (Philip Rosenthal)

In diesem Sinne handelt Familie Finkbeiner mit ihrem Team des Hotels Traube Tonbach und erhielt wohlverdient den goldenen „Mind Change Award®“. Umgang mit ungeplanten Außeneinflüssen, visionäres Denken und Handeln, hohe Leistungsbereitschaft, ein zukunftsorientierter Führungsstil sowie Zusammenhalt und gegenseitige Wertschätzung wird im gesamten Team mit knapp 500 Mitarbeitern groß geschrieben. Wir gratulieren!

### Aus der Laudatio:

Nur alleine wenn Sie sich die Homepage ansehen, würden Sie gerne in dieser Firma arbeiten. Es fällt extrem auf, welch hoher Wert - neben den Kunden natürlich - auf das Mitarbeiter-Team gelegt wird. Auch in der Bildergalerie sieht man, im Vergleich zu anderen Hotels, sehr viele Mitarbeiter, die freudig ihren Bereich repräsentieren. Man sieht ihnen den Stolz an, in dieser Firma arbeiten zu dürfen. Was mehr kann man sich als Chef oder Chefin wünschen, als dass die Mitarbeiter voll zu einem stehen? Und das haben sie auch schon durch viele Widrigkeiten bewiesen. Hier geht man geschlossen durch Dick und Dünn. Ein Familienunternehmen in der Hotellerie und Gastronomie muss sich immer wieder „neu erfinden“, an neuen Wünschen, Ansprüchen, Moden und Trends orientieren und dennoch niemals seine Werte, seinen Qualitätsanspruch vergessen. Das ist Ihnen in der 7. Generation gelungen. **Fazit: Mit einem solchen Team kann man nur an der Spitze stehen. Wir gratulieren!**



Goldauszeichnung für leidenschaftliches  
Changemanagement in 7. Generation:  
Familie Finkbeiner



# Mind Change Award®

Gold-Preisträger 2021  
Hotel Traube Tonbach  
Familie Finkbeiner KG

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen  
das beste Mind Change Konzept nachhaltig umgesetzt.

Jetzt bewerben unter: [www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/](http://www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/)



Sabine  
Oberhardt®  
Erfolgs- und Balancestrategien





# Mind Change Award®

## SILBER

für Siegfried Weiss • Geschäftsführer  
Bittermann & Weiss Holzhaus GmbH • [www.bw-holzhaus.de](http://www.bw-holzhaus.de)  
Der erste silberne Mind Change Award® ging an das Unternehmen Bittermann & Weiss Holzhaus GmbH. Herr Weiss und sein Team vollzogen erfolgreich einen internen Wandel im Hinblick auf ihre Unternehmens- und Führungskultur. Um das Unternehmen sicher und zukunftsorientiert aufzustellen, setzte Herr Weiss mit seinem Team das Konzept der nachhaltigen Führungsentwicklung erfolgreich um.

### Aus der Laudatio:

„Schaffe, schaffe, Häusle baue“, so könnte das Motto dieser Firma lauten, wenn es denn Schwaben wären. Häuser bauen ist das Eine, dabei auch noch zukunftsorientiert agieren, das Andere. Und dies ist der Grund, warum ich denke, dass diese Firma, und hier insbesondere Herr Weiss diesen Award verdient haben. Hier wurde intensiv über die Zukunft nachgedacht. Auf der einen Seite alles, was die Kunden und den Häusle-Bau angeht, in Richtung Effizienzsteigerung und Ressourcenoptimierung. Aber der große Change wurde eher intern vollzogen, über die Veränderung der inneren Organisation, klarere Strukturen und Verantwortlichkeiten für Mitarbeiter, frühe Nachfolgeplanung und eine Wandlung des Führungsstils vom patriarchalen zum kooperativen. Und so möchte ich das „Schaffe, schaffe, Häusle baue“ mit „und froh in die Zukunft schaue“ ergänzen und Herrn Weiss zu dem silbernen Mind Change Award® gratulieren.

**Fazit: Keine Angst, die Zukunft kann kommen.**



**Innovativ für die Zukunft aufgestellt:**  
Geschäftsführer Siegfried Weiss modernisierte mit seinem Team den internen Führungsstil mit Bravour.

## Mind Change Award®

**Silber-Preisträger 2021**  
**Bittermann & Weiss Holzhaus GmbH**

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen das Mind Change Konzept „Veränderungsprozesse gestalten“ erarbeitet, ganzheitlich auf das Unternehmen übertragen und mit der erfolgreichen Umsetzung begonnen.

Jetzt bewerben unter: [www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/](http://www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/)



# Mind Change Award®

## SILBER

für die Geschäftsführerinnen Sabine Gerweck  
und Nicole Vogelmann-Hennige  
[www.metallumformtechnik-vogelmann.de](http://www.metallumformtechnik-vogelmann.de)

Mut zu neuen und unbekanntem Wegen – so lautet der Leitsatz der Schwestern der Firma Metallumformtechnik Vogelmann. Frau Vogelmann-Hennige und Frau Gerweck, die ursprünglich in einer anderen Branche tätig waren, führen die Firma nun in zweiter Generation weiter. Sie vollzogen einige Changes: Nicht nur die Veränderung des Führungsstils, sondern auch die Einbeziehung der Mitarbeiter in Entscheidungsprozesse verbesserten deutlich die Zusammenarbeit und Mitarbeiterzufriedenheit.

### Aus der Laudatio:

Ein Generationenwechsel ist per sé nicht einfach, dass sich hier zwei Frauen in einer Männerdomäne etablieren müssen, schon gleich gar nicht. Und dass Frauen einen anderen Führungsstil besitzen als Männer, ist auch hinlänglich bekannt. Mit Leidenschaft und Herzblut soziale und ökonomische Ziele voranbringen, waren bei diesem Wandel ihre großen Vorsätze, die sie auch erfolgreich umsetzen konnten. So darf ich nun den beiden Damen zum weitgehend vollzogenem Mind Change und dem silbernen Award gratulieren.

Somit steht der Name Vogelmann Metallumformtechnik auch weiterhin für ein hohes Maß an Kundenorientierung und ein breites Leistungsspektrum. Mit Frauenpower zu positiven Veränderungen, ist das Erfolgsversprechen!



**Das Erfolgsduo in einer Männerdomäne:**  
Sabine Gerweck und Nicole Vogelmann-Hennige  
führen ihr Unternehmen mit Innovation und  
Flexibilität in eine erfolgreiche Zukunft



# Mind Change Award®

## Silber-Preisträger 2021

### Vogelmann Metallumformtechnik GmbH & Co. KG

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen das Mind Change Konzept „Veränderungsprozesse gestalten“ erarbeitet, ganzheitlich auf das Unternehmen übertragen und mit der erfolgreichen Umsetzung begonnen.

Jetzt bewerben unter: [www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/](http://www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/)



# Mind Change Award®

## GOLD



für Ingrid Hofmann • Alleingeschafterin der  
I. K. Hofmann GmbH, Nürnberg [www.hofmann.info](http://www.hofmann.info)

Der „Mind Change Award®“ in Gold wurde als Höhepunkt der Verleihungen an die strahlende Siegerin des Abends vergeben. Ingrid Hofmann, eine Geschäftsfrau, die weiß, was Mind Change bedeutet und ihn schon immer lebt. „So viele Menschen wie möglich in Arbeit bringen“ heißt die Mission von Hofmann Personal. Ein wertebestimmtes Unternehmen, hinter dessen Vorstellungen auch alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stehen. Es gehört zu den 5 größten Personalvermittlungs-Unternehmen in Deutschland. Die Preisträgerin zeichnet sich unter anderem durch soziales Engagement wie beispielsweise bei Greuther Fürth, Spenden, Sponsoring aus und hat für ihr zukunftsweisendes Management schon eine Vielzahl von Auszeichnungen erhalten - als bester Arbeitgeber, Top-Personaldienstleister. Auch der Arbeitsschutzpreis, der Qualitätspreis und das Bundesverdienstkreuz gehören zu den Errungenschaften.

Solche Top-Performance kommt nicht von ungefähr. Dazu gehört vor allem das Streben nach permanenter Verbesserung durch viele kleine Neuerungen und dieses im Geschäftsalltag auch nicht aus den Augen zu verlieren... immer zum Wohl der Kunden und der Mitarbeiter. Dazu gehört es auch, die Tochter in die Firma einzubinden, die Vereinbarkeit zwischen Beruf und Familie durch individuelle Lösungen und Arbeitszeitmodelle zu fördern, eine eigene Akademie für Schulungen zu betreiben und vieles mehr. Man muss schon viel für eine permanente Verbesserung und einen Mind Change tun. So hat Ingrid Hofmann diesen goldenen Award verdient: Sie arbeitet nicht nur an einem Change, sie IST der Change und verändert sich und ihr Unternehmen ständig! Wir gratulieren!

### Gewinnt die Kür des leidenschaftlichen Changemanagements:

Ingrid Hofmann wurde für ihr erfolgreiches, kontinuierliches Streben nach Verbesserung mit dem Mind Change Award® in Gold ausgezeichnet.



# Mind Change Award®

## SILBER

für Marco Merkle, Geschäftsführender Gesellschafter  
E. + E. Egler GmbH • Knittlingen • [www.egler-stuckateur.de](http://www.egler-stuckateur.de)

In der E + E Egler GmbH verläuft der Mind Change auf zwei Ebenen. Einerseits mit der Übernahme des Betriebs vom Vater und andererseits mit dem Wandel zu einem Miteinander und dem Vertrauensaufbau zu den Mitarbeitern. „Ich möchte den Beruf auf dem Bau trotz der hohen körperlichen Belastung attraktiv gestalten und meinen Mitarbeitern auf dem Bau eine Work Life Balance bieten“, so Marco Merkle. Ziel ist es, ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Arbeit und Freizeit zu erreichen - sowohl für sich als auch für die Mitarbeiter. Ein großer Schritt dieses Changes ist schon geschafft, aber es liegen noch einige Dinge vor ihm. Daher die Verleihung des Mind Change Awards® in Silber.

Verkrustete Strukturen aufzulösen, neu zu denken, ist eine Dauerherausforderung, die mit Quantum Profiling® überwunden werden kann. Laut der Gallup Studie 2019 glauben rund 6 Millionen der Beschäftigten nicht an ihr Unternehmen. Die Folgeschäden liegen bei 122 Milliarden Euro. Führungskräfte benötigen neue Methoden, um Mitarbeiter für Changeprozesse zu begeistern und Innovationen zu gestalten. Marco Merkle ist ein Vorbild dafür, wie eine Führungskraft es schafft, Ideen zu produzieren, dafür zu brennen und auch in anderen das Feuer zu entfachen.

Entfacht das Feuer der Begeisterung auch bei den Mitarbeitern:  
Geschäftsführer Marco Merkle meistert Changeprozesse mit Bravour.



Mind Change Award®  
Silber-Preisträger 2020

E. + E. Egler GmbH



# Mind Change Award®

## SILBER

für Brendan Wypich • head of product strategy, design and development at BORN, USA • [www.born.com](http://www.born.com)

Seit einigen Jahren arbeitet Brandon Wypich bei Born, eine Firma, die das digitale Marketing für andere Gesellschaften, egal ob groß oder klein, übernimmt. Er unterstützt Start-ups und hat bei Born ein neues einzigartiges digitales Konzept „digital trade shows“ innerhalb kürzester Zeit eingeführt, was heutzutage wegen Corona extrem bedeutsam geworden ist.

Den heutigen Award bekommt er verliehen, weil er durch seinen Ideenreichtum und seine Kreativität neue Dinge initiiert, durch seine Neugier und seine Motivation sein Umfeld mit begeistert und damit verändert und dies alles mit einer großen Empathie und Freude macht. Rückschläge sieht er als Chance, die Dinge gezielt zu hinterfragen und besser zu machen. Die Nachhaltigkeit der vielen Veränderungen wird noch über einen Zeitraum überprüft, was dieses Jahr zu dem Silber Award führt.



„Setbacks are an opportunity to question things!“

Dieser Mind Change Award® geht in die USA: Nico Zahn nimmt die Auszeichnung stellvertretend für die Firma BORN entgegen.



# Mind Change Award®

## BRONZE

für Hans Hochenegg  
Hochenegg Naturheilverfahren GmbH - Hall in Tirol  
[www.hochenegg.com](http://www.hochenegg.com)

„Mind Change von der Persönlichkeitsmarke hin zur Produktmarke“ - dafür steht Hans Hochenegg, von Hochenegg Naturheilverfahren, Mitinhaber und Energetiker.

Hans Hochenegg und seine Schwestern haben das Unternehmen nach dem Tod des Vaters übernommen. Dr. Leonhard Hochegg war Facharzt für Psychiatrie und Neurologie und machte sich 1980 mit einer Praxis für alternativen Behandlungsmethoden selbständig. Er half, wo kein anderer Arzt mehr an Heilung glaubte. Er war ein ganz besonderer Mensch und eine Art Marke. Nach seinem Tod 2009 führen nun die Kinder seine Firma weiter. Und hier beginnt der große Change: die Umwandlung in ein Unternehmen für Naturheilmittel und -verfahren ohne die große Leitfigur. Ein Weitergeben des Wissens, der Ideale, aber auch der Heilmittel und -verfahren in einem wirtschaftlichen Betrieb. Die Verleihung des bronzenen Awards soll diesen Mind Change würdigen.



# Mind Change Award®

## GOLD

für Markus A. Blümle, Personaldirektor der  
BLANC & FISCHER Familienholding & das HR-Team  
[www.blanc-fischer.com](http://www.blanc-fischer.com)

Die BLANC & FISCHER Familienholding ist Mutter- und Dachgesellschaft von fünf Teilkonzernen. Die Unternehmensgruppe ist ein 100 %iges Familienunternehmen mit 1,195 Mrd. Euro Umsatz 2018 und gehört zu gleichen Teilen den beiden namensgebenden Familienstämmen. Mit 8.355 Mitarbeitern prägt das Unternehmen weltweit den Lebensraum Küche.

Markus A. Blümle, Managing Director und Head of Corporate Human Resources hatte die große Herausforderung, die Mindsets aus drei Unternehmenskulturen zusammenzubringen. Erstmals in der fast 100-jährigen Geschichte der BLANC & FISCHER Familienholding arbeiteten HR-Mitarbeiter erfolgreich daran, aus vielen einzelnen Personalressorts verschiedener Teilkonzerne einen Personalbereich der BLANC & FISCHER Familienholding zu schaffen. Dabei wurden im Team Optimierungspotenziale erarbeitet und diese bei Prozessen und Vorgehensweisen gemeinsam umgesetzt. Durch gemeinsam erarbeitete Lösungen mit nachhaltiger Wirkung wurde zum 1. Januar 2019 somit der bisher größte Change in der Unternehmensgeschichte erfolgreich vollzogen und nachhaltig etabliert. Ein weiterer Meilenstein wird die gemeinsame Entwicklung und Umsetzung einer gemeinsamen HR-Strategie sein, um somit auch die weltweite Unternehmensentwicklung der BLANC & FISCHER Familienholding nachhaltig strategisch mitzugestalten.

Markus A. Blümle hat es mit seinem Team geschafft, das Veränderungsprojekt zur Etablierung eines Bereiches Corporate Human Resources auf Ebene BLANC & FISCHER Familienholding mit strategischer HR-Verantwortung für alle Teilkonzerne weltweit durchzuführen.



**Gewinnt die Kür der hohen Führungskraft:**  
Markus A. Blümle gelingt es mit seinem Team, das Mindset aus drei weltweit operierenden Unternehmensbereichen mit einer klaren HR-Strategie auf einen Nenner zu bringen.

## Mind Change Award®

**Gold-Preisträger 2019**  
**BLANC & FISCHER Familienholding**

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen das beste Mind Change Konzept nachhaltig umgesetzt.

Jetzt bewerben unter: [www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/](http://www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/)



# Mind Change Award®

## SILBER

für Alexander Weiss, Geschäftsführender Gesellschafter  
und das HR-Team der  
**LEONHARD WEISS GmbH & Co.KG**  
[www.leonhard-weiss.de](http://www.leonhard-weiss.de)

LEONHARD WEISS ist eines der größten Bauunternehmen Deutschlands mit über 115 Jahre hinweg gewachsenem Know-how. 5.458 kompetente Mitarbeiter machen „mit Freude am Bauen“ europaweit Projekte erfolgreich. Damit ist LEONHARD WEISS der TOP-Arbeitgeber in der Branche BAU, 100 % in Familienbesitz und 1,4 Mrd. € Umsatz.

25 Standorte und 5 Tochterunternehmen in insgesamt 11 Ländern gilt es zu koordinieren. „Mit drei operativen Geschäftsbereichen, dem Straßen- und Netzbau, dem Gleisinfrastrukturbau und dem Ingenieur- und Schlüsselfertigbau, bedienen wir regionale und überregionale Kunden. Unsere kundenorientierte Struktur knüpft mit den Hauptstandorten Göppingen und Satteldorf sowie 23 Niederlassungen ein Netz kompetenter Ansprechpartner im ganzen Bundesgebiet“, erklärt Alexander Weiss. Mit der Personalentwicklung wurde ein individuell angepasstes Konzept in Zusammenarbeit mit Sabine Oberhardt entwickelt, indem die Führungskräfte und alle Mitarbeiter gezielt abgeholt werden. Im Fokus steht der Mensch mit allen Emotionen und mit seinem Denken. Es wurde ein Quantum Profiling mit den Führungskräften durchgeführt, damit jeder seine unbewussten Limitierungen im Change-Prozess erkennen und konkrete Lösungen für seinen Change erhalten konnte.

**Change-Supervision für Bau-Visionäre und Pioniere:**  
Digitalisierung, Globalisierung, Vernetzung und Mobilität verändern die Branche. Alexander Weiss treibt weitsichtig und zukunftsorientiert Change-Prozesse im Bauboom voran.

„Schnelles  
Wachstum  
klug gesteuert.“



## Mind Change Award®

**Silber-Preisträger 2019**  
**LEONHARD WEISS GmbH & Co. KG**

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen das Mind Change Konzept „Veränderungsprozesse gestalten“ erarbeitet, ganzheitlich auf das Unternehmen übertragen und mit der erfolgreichen Umsetzung begonnen.

Jetzt bewerben unter: [www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/](http://www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/)





# Mind Change Award®

## BRONZE

für Geschäftsführer Markus Ketterer und  
das Team der Bizerba interactiv GmbH & Co. KG  
[www.bizerba-interactive.com](http://www.bizerba-interactive.com)

Bizerba ist vielen ein Begriff. Gegründet wurde das Familienunternehmen 1866 – nicht in einer Garage, da zu dieser Zeit noch nicht einmal das Automobil gegründet wurde. Markus Ketterer erklärt die Historie: „2016 feierten wir unser 150-jähriges Jubiläum. Wir beschäftigen etwa 4100 Mitarbeiter weltweit, seit 2015 mehr Mitarbeiter im Ausland als in Deutschland.

Mit unseren Tochter- und Vertriebsgesellschaften sind wir auf der ganzen Welt vertreten und sind vor Ort für unsere Kunden da. Im Jahr 2018 lag unser Umsatz bei 685 Mio €. Unsere Waagen kennen Sie wahrscheinlich aus dem Supermarkt. Die Schneidemaschinen stehen schon seit Jahrzehnten in Metzgereien oder bei den Frischetheken. Unsere industriellen Maschinen werden die meisten von Ihnen noch nicht gesehen haben, die sind beispielsweise bei Lebensmittelherstellern oder Logistikdienstleistern im Betrieb. Unsere Etiketten kennen Sie wahrscheinlich auch vom täglichen Einkaufen.“

### Moderner Leader mit vielen Facetten:

Geschäftsführer Markus Ketterer ist es ausgezeichnet gelungen, den Mind Change der Bizerba interactiv GmbH ins Rollen zu bringen. Die Agentur wurde als 100 % Tochter von Bizerba gegründet mit dem Ziel, die operative Umsetzung der Marketingmedien zu übernehmen. Ein strategisches Mind Change Konzept wurde angestoßen und hat eine schon sichtbare Entwicklung auf den Weg gebracht. „Mit Sabine Oberhardts Hilfe haben wir unsere Mitarbeiter zu tatkräftigen Unterstützern unserer Veränderungen entwickeln können.“



„Der Fokus bleibt auf dem Ziel.“

# Mind Change Award®

Bronze-Preisträger 2019  
Bizerba interactive GmbH

Der Preisträger hat in seinem Unternehmen ein Mind Change Konzept erarbeitet und mit der Realisierung begonnen.

Jetzt bewerben unter: [www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/](http://www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/)



# Mind Change Award®

## BRONZE

für Annette Müller  
ÉCOLE SAN ESPRIT  
[www.san-esprit.de](http://www.san-esprit.de)

Einen globalen Umdenkprozess in der Gesundheitsbranche hat Visionärin und Philosophin Annette Müller initiiert, die 2017 sogar in Co-Produktion mit Sharon Stone und Regisseur Emmanuil Itier die Filmdokumentation THE CURE in Cannes feierte. Mit etwa 100 Mitarbeitern, einem weltweiten Netzwerk der San Esprit Ltd., in Projekten wie „Heiler ohne Grenzen“ dem alljährlichen Festival DO UT DES gibt Annette Müller Wissen weiter, um dieses neue Mindset in der Gesellschaft zu etablieren. Sie baut damit eine Brücke zwischen Schulmedizin und alternativen Heilweisen. Laudator Prof. Dr. René Schmidpeter: „Wir leben in unserer Welt den Dualismus – Schwarz oder Weiß, Null oder Eins. Intuitiv fühlt man aber, dass das Ganze vielleicht doch anders ist. Dass man es im Ganzen betrachten muss. Diese Ganzheitlichkeit erlaubt einem ein komplett anderes Denken. So wie vor hundert Jahren irgendwann jemand entdeckt hat, dass Hygiene doch wichtig ist und bevor man in die Wunde fasst, sich die Hände waschen sollte. Ihn haben damals alle für einen Spinner gehalten“, gibt der Ethikprofessor die Geschichte von Ignaz Semmelweis zum Besten. „Mittlerweile erkennt man immer mehr, dass auch die geistige Gesundheit, das positive Denken frei von negativen Emotionen, auch für den Körper eine gewissen Hygiene darstellt und dass dieses Denken jetzt auch in der Medizin durch die Erkenntnisse der Kognitionswissenschaften und der Quantenphysik umgreift. Es geht nicht mehr um Entweder-Oder, Schulmedizin oder Alternativen - es geht darum, den Menschen ganzheitlich zu betrachten. Das ist der Grund, warum Annette Müller diesen Preis erhält – dass sie an dieser Stelle eine Brücke baut und dafür herzlichen Dank!“



# Mind Change Award®

**Bronze-Preisträger 2019**  
**SAN ESPRIT Ltd.**

Die Preisträgerin hat in ihrem Unternehmen ein Mind Change Konzept erarbeitet und mit der Realisierung begonnen.

Jetzt bewerben unter: [www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/](http://www.sabineoberhardt.com/mind-change-award/)





**Himmliche Schlafbedingungen wie in der Natur...**  
 erholsamer Schlaf ist vielen Menschen die Reise wert: Aus dem gesamten deutschsprachigen Raum pilgern Interessierte zum Naturschlafexperten Niebler in den Showroom, um das gute und naturkonforme Probeliegen ohne Zeit- und Kaufdruck selbst zu erleben! Hier erwartet Schlaf- und Erholungsbedürftige und ökologisch Bewusste eine umfangreiche Naturschlafsystem-Ausstellung mit persönlicher Betreuung!

**Endlich wieder mehr Lebenskraft**

# Gut schlafen mit System

**Schlafberatung auf höchstem Niveau:**  
 Die einzigartige Kombination von Wissen aus den Bereichen Ergonomie, Naturmaterialien, optimale Schlafbedingungen und Schreinerhandwerk machen Sabine und Georg Niebler zur TOP-Adresse für naturkonformes Schlafen mit System. Als Schlafaufklärer ist Georg Niebler facettenreicher Interviewpartner für Lifestyle- und Gesundheitsformate aller Art. Mit viel Empathie erfasst der bodenständige Erholungsratgeber das Schlafproblem jedes einzelnen Kunden: dabei wird die Lösung nicht nur erklärt, sie wird im Showroom erlebbar gemacht. Wer also die ganze Wahrheit über gutes Schlafen kennenlernen will, ist beim Naturschlafexperten Niebler in besten Händen! *Orbidea Briegel, Herausgeberin*



# WohnSinn

MEISTERHAFT



MATTES DUNKEL & HOLZ

KÜCHEN-KONTRASTE MIT CHARAKTER **SEITE 8**

KÜCHEN-HOCHSITZ

BARHOCKER FÜR ZU HAUSE **SEITE 12**

**Kostenlos zum Mitnehmen!**  
 Das Wohnmagazin der Erlebnisschreinerei Niebler!


*Ihr Spezialist für gesundes Wohnen, Sitzen & Schlafen*

**NIEBLER**  
 Wohlfühlen nach Maß



Schlafen auch Sie besser mit natürlichen Schlafsystemen:

 **100% NATURLATEX**

 **REINE BAUMWOLLE**

 **REINE SCHURWOLLE**

 **QUL ZERTIFIZIERT**

 **SCHADSTOFF KONTROLLIERT**



Besuchen Sie unsere Internetseite [www.Der-Niebler.de](http://www.Der-Niebler.de)  
oder rufen Sie uns jetzt an: Telefon 09195-3520

FAKTENCHECK

WOHIN GEHT EIGENTLICH UNSER HOLZ?



**HOLZEINSCHLAG**  
**82 Mio. m<sup>3</sup>**  
Holzeinschlag-Rekordwert  
in Deutschland 2021.



**EXPORT**  
**12 Mio. m<sup>3</sup>**  
Rohholz-Export ins Ausland v.a.  
China/USA



**HOLZPELLETS**  
**3,5 %**  
Holzpellet- und  
Holzbrikettproduktion



**SÄGEINDUSTRIE**  
**28,5 %**  
Schnittholz bezeichnet Balken,  
Kantholz, Bohle, Brett, Latte usw.



**HOLZWERKSTOFFINDUSTRIE**  
**12 %**  
u.a. Spanplatten, Sperrholz, Multiplex,  
Chipboards, Holzfasernplatten und andere  
Holzwerkstoffe, Furnierschichtholz



**HOLZ- U. ZELLSTOFF-/ PAPIER**  
**8 %**  
Holz- und Zellstoff- bzw. Papierindustrie,  
u.a. Papier, Pappe, Karton



**BIOMASSE-FEUERUNGSANLAGEN**  
**22,5 %**

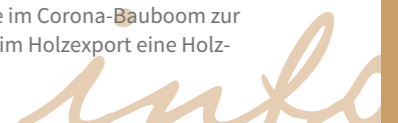


**PRIVATHAUSHALTE**  
**22 %**

Quellen:  
Statistisches Bundesamt  
(destatis.de)  
Rohstoffmonitoring Holz  
(FNR Fachagentur nachwachsende  
Rohstoffe/Bundesministerium für  
Ernährung und Landwirtschaft)  
foersterklaert.de

SCHRÄGLAGE IM HOLZHANDEL?

2021 wurde ein Rekord-Holzeinschlag (v. a. Trockenheit-/Borkenkäfer-Schadholz) verzeichnet. Trotzdem war Holz knapp. Das Problem: Die Preise für Rundholz sanken, die Nachfrage nach Schnittholz hingegen führte im Corona-Bauboom zur Knappheit. Rufe nach einer Regulierung des Holzhandels wurden laut, da den Rekorderlösen im Holzexport eine Holzknappheit im Inland gegenüberstand – mit überhöhten Holzpreisen für Handwerksbetriebe.



# Inhalt

## AKTUELL

- 3 **FAKTENCHECK**  
Wohin geht unser Holz?
- 5 **EXPERTENTIPP**  
Adieu Lebensmittelmotten
- 6 **NEWS**

## KÜCHE & MEHR

- 8 **KÜCHEN-KONTRASTE MIT CHARAKTER**  
Mattes Dunkel & Holz



- 12 **HOCHSITZ AN DER KÜCHENBAR**  
Barhocker für zu Hause
- 16 **MULTITASKING**  
Küchengeräte mit Mehrfach-Talenten

## WOHNEN & SCHLAFEN

- 18 **MÖBELRÜCKEN NACH PLAN**  
Umstellen für den neuen Look
- 22 **ERFRISCHTES ENTRÉE**  
So wird jeder Flur wohnlich

## NAHAUFNAHME

- 26 **KAUTSCHUK-HERSTELLUNG**

## WOHNEN & SCHLAFEN

- 28 **VON WINTER AUF SOMMER & ZURÜCK**  
Warum der Bettdecken-Wechsel Sinn macht
- 30 **BESTENS UNTERFEDERT**  
Von Latten- und Tellerrosten



## BAD & WELLNESS

- 32 **TIEF DURCHATMEN**  
Gutes Klima im Badezimmer



- 35 **SCHWITZEN WIE IM REGENWALD**  
Expertengespräch zu Infrarotwärme und Wasserdampf

## STARKE STÜCKE AUS MEISTERHAND

- 37 **MEHR ALS NUR EIN KÜCHEN-FACELIFT**

## HAUS & HOF

- 38 **FLORA & FAUNA 2023**  
Die „gekürten“ Arten des Jahres
- 41 **DIE PAPPEL**  
Nutz- und Energieholz

## REISELUST & FREIZEIT

- 42 **ZUR KUR IN DEN WALD**
- 45 **REZEPT-TIPP**  
Fingerfood für jede Gelegenheit
- 47 **BASTEL-TIPP**  
DIY-Tee herzlich verpackt

## PINNWAND-WISSEN

- 48 **STIMMT DAS? HAUSHALTS-MYTHEN  
UNTER DER LUPE**

## VORSCHAU

- 50 **VORSCHAU & IMPRESSUM**

## EXPERTENTIPP

# ADIEU LEBENSMITTELMOTTEN NATÜRLICHE VORBEUGUNG UND HILFE

Sie schwirren durch die Wohnung, befallen Nahrung und fördern über ihre Exkremente den Pilz- und Milbenbefall: Lebensmittelmotten sind eine echte Plage in Haus und Küche. Wer den lästigen Falter ganz ohne Chemikalien loswerden und einem Befall vorbeugen möchte, der setzt auf Lavendel und spezielle Wespen – sowie auf den männlichen Paarungsinstinkt.

Lebensmittelmotten finden oft nicht allein den Weg in die Wohnung, sondern werden über den Wocheneinkauf eingeschleppt. Sie befallen Lebensmittel- oder Trockenfutterverpackungen meist früh in der Lieferkette. Daher empfiehlt es sich, bereits beim Einkauf auf Löcher in Lebensmittel-Verpackungen zu kontrollieren. Zu Hause eignen sich Gefäße aus Glas oder Kunststoff für die Lagerung. Wer auf Nummer sicher gehen will, schreckt die Motten mit Geruchsstoffen wie Lavendel, Zedernholz oder Pfefferminze ab.

### Was tun, wenn die Motten im Haus sind?

Lebensmittelmotten vermehren sich rasend schnell: In ihrem im Schnitt zweiwöchigen Leben legen die Weibchen bis zu 300 Eier, meist in Ritzen oder Fugen. Um sie zu beseitigen, muss in einem ersten Schritt ihr Bestand im Haus überprüft werden. Dafür eignen sich Pheromon-Klebefallen. Diese imitieren den Sexual-Lockstoff der weiblichen Motten und ziehen männliche Exemplare an. Verteilt man sie in Küche oder Vorratsraum lassen sich so die Hotspots ausmachen.



## DER BROTKÄFER NOCH EIN VORRATSSCHÄDLING

Er ernährt sich insbesondere von Backwaren. Ähnlich wie bei der Lebensmittelmotte lässt er sich gut mit Lagererzwespen bekämpfen. Befallene Produkte sollten aber in jedem Fall entsorgt und die Lagerorte mit lauwarmem Wasser und Essig gereinigt werden.



### Erst lokalisieren, dann loswerden

Ist der Mottenbestand lokalisiert, geht es an Schritt zwei: Die gezielte Bekämpfung. Neben einer intensiven Reinigung der befallenen Stellen mit Staubsauger und Essigreiniger bietet sich ein weiterer, „natürlicher“ Weg an: Die Lagererzwespen. Trotz ihres Namens haben sie mit herkömmlichen Wespenarten nichts gemein. Die weniger als 0,4 mm kleinen Tierchen können im (Online-)Handel erworben werden und legen ihre Eier in die der Lebensmittelmotten, wodurch deren Nachwuchs abstirbt. Binnen neun Wochen beseitigen die Schlupfwespen den Mottenbestand – und sterben nach dem Legen ihrer Eier selbst ab.





WEINKÜHLER  
IM SUPERSCHMAL-FORMAT

Der ist ja süß – oder vielmehr süß schmal. Mit nur 15 cm Breite kann der neue Weinkühler von Teka in fast jeder Küche eingebaut werden. Darin finden bis zu acht Weinflaschen Platz. Die Temperaturregelung zwischen fünf und 18 Grad Celsius ist elektronisch einstellbar, doppelt getönte Glastür Licht und UV-Strahlen ab und verhindert so Geschmackseinbußen und eine zu frühe Alterung des Weins. ●



GANZ NATÜRLICH  
GEGEN MILBEN

Ölessenzen aus Zitrone, Lavendel und Eukalyptus stecken hinter dem biologischen Milbenstopp von ProNatura. Laut dem Hersteller von Naturschlafsystemen und Bettwaren kommt der Wirkstoff ohne Chemie oder Schwermetalle aus. Verankert wird er im Kern der Faser während des Trockenvorgangs der Stoffe, beim Schafschurwollvlies von JOKA wird das Mittel im Produktionsprozess aufgebracht. Die Hausstaubmilbe stirbt bei Kontakt mit der behandelten Faser ab, die Population wird vernichtet.

Nach Angaben von ProNatura ist die biologische Wirksamkeit selbst nach mehrfachem Waschen gegeben und hilft ebenso gegen Stechmücken oder Kleidermotten. ●



MIT LICHT, OHNE GRIFF

Gute Beleuchtung ist in den Arbeitsbereichen der Küche ein Muss. Bei der Profilbeleuchtung eher ein Kann. Aber eines, das strahlende Akzente setzt. Speziell grifflose Küchen stellen mit der akzentuierten Beleuchtung ihre klare Linienführung deutlich heraus. Küchenhersteller wie Nolte bieten dieses Lichtspiel daher bei waagerechten und als kostenlose Zugabe aktuell bei senkrechten Profilen von grifflosen Küchen an. Die Lichtprofile sind als eigenständige Elemente zwischen den Seitenschränken montiert. Die Steuerung sowie Einstellung von Dämmung und Lichtfarbe erfolgen über eine Mehrkanalfernbedienung. ●



**LIGNEA**  
ZEITLOS WOHNEN MIT STIL

**DIE HAUSMARKE  
DER SCHREINER & TISCHLER**  
Genial einfach. Einfach genial.

Jetzt Ihren regionalen  
Fachbetrieb finden  
**Lignea24.com**



NUR ERHÄLTlich  
BEI PARTNERN VON

**TopaTeam**  
HANDWERK & HANDEL

# KÜCHENKONTRASTE MIT CHARAKTER

Schon seit geraumer Zeit dominieren Küchen in Schwarz oder mit dunklen Fronten den Küchen-Trend. Was sich 2023 daran ändert?

Fast nichts, warum auch? Diese Küchen zeigen Charakter! Während die schwarze Hochglanz-Küchenfront eher den Rückzug antritt, rückt mattes Dunkel voll ins Rampenlicht. Matte Oberflächen und matte Fronten in Schwarz oder Anthrazit sind das neue Hochglanz. Treuer Begleiter der dunklen Matt-Optik ist der König der Werkstoffe: Holz!

MATTES  
DUNKEL  
& HOLZ



Kein Wunder, dass dieses Ensemble der Renner in der Küchengestaltung ist. Die Natürlichkeit von Holz und die besondere Ästhetik matter, dunkler Flächen schaffen einen starken Kontrast in der Küche.

Hier treffen definitiv zwei Partner mit Charakter aufeinander: Holz, das etwas heller auftritt und in seiner durchscheinenden Struktur und sichtbaren Maserung für zeitlose Bodenständigkeit und Robustheit steht. Und Schwarz oder Graphit, das Fronten, Korpusen oder Arbeitsflächen eine exklusive Note verleiht – dank des matten Finish aber eine gewisse Ruhe und Gelassenheit ausstrahlt.

Je stärker die Divergenz von Holz und dunklem Matt in Erscheinung tritt, umso moderner wirkt das Gesamtbild der Küche. Und umgekehrt: Je sanfter der Kontrast, umso gedeckter das Ambiente. Um die Eleganz dieser Küchen zu unterstreichen, kommen Auszüge, Schubladen oder Schranktüren gerne grifflos oder mit schmalen, schnörkellosen Griffen, Leisten und Profilen daher. Eher schmal und reduziert treten außerdem die Arbeitsplatten auf, die sich oft als Fortführung der Fronten über die Horizontale erstrecken. Kombiniert wird vorzugsweise mit Armaturen, Waschbecken oder Geräten in Schwarz oder Edelstahl.

## Die Küche für den Mann?

Ob die dunkle Küchenoptik mit starken Holzakzenten vor allem starke Kerle anspricht? Gut möglich. Doch von einer Küche für den Mann zu sprechen, ►



## KÜCHE & MEHR

wird diesem Küchentrend sicher nicht gerecht. Nein, es sind Küchen für die ganze Familie. Zum zentralen Treffpunkt werden sie oft durch die Integration einer Kochinsel. Ein kommunikativer Treffpunkt, um gemeinsam zu kochen und zu plaudern.

### Beschichtung contra Fingerabdrücke

Dass mattschwarze Oberflächen und dunkle Fronten dem Dasein als Familienküche nicht widersprechen, ist vor allem einem zu verdanken: Beschichtungen, die Fingerabdrücke und Kleckereien von Kindern und Köchen mit wenigen Wischern verschwinden lassen. Matte Oberflächen sind schon einmal wesentlich unempfindlicher als Hochglanz-Ausführungen. Eine zusätzliche Anti-Fingerprint-Schutzschicht ist aber in jedem Fall zu empfehlen. Bei matten, dunklen Küchenfronten werden meist Wachse, Öle oder Mattlacke aufgebracht. Wegen der offenporigen Beschaffenheit matter Oberflächen ist eine komplette Versiegelung jedoch nicht möglich. Die Beschichtung ist so hauchdünn, dass sie die ursprüngliche Farbe nicht beeinträchtigt, aber dennoch Abdrücke oder Spritzer verschwinden. Das macht diese Küchen äußerst pflegeleicht.

### Schwarz in kleinen Küchen?

Wer über eine eher kleine Küche oder eine mit reduziertem Lichteinfall verfügt, der sollte lieber mit etwas mehr Holz und weniger Schwarz-Anteil planen. Denn dunkle Farben lassen Räume kleiner wirken. Der Kontrast zu hellem Holz kann dann mittels Graphit- oder Beton-Optik in Grau statt Schwarz abgemindert werden. Alternativ bildet die Wandverkleidung, die Küchenrückwand oder der Boden das dunkle Konträr zur heller gehaltenen Holz-Küche.

### Kontrastgeber im Kleinformat

Dunkle Küchen profitieren außerdem von kontrastreichem Geschirr oder Accessoires. Weiße oder helle Keramik hebt sich fast leuchtend von mattschwarzen Regalen ab. Oder wie wäre es mit der Fortsetzung des Sparringspartners Holz? Hölzerne Küchenutensilien wie Teller, Tablett, Schneidebretter oder Salatbesteck

#### LICHTFRESSER SCHWARZ

Weiß reflektiert Licht, Schwarz absorbiert es. Schwarze Flächen nehmen also Licht stark auf, weshalb ein gutes Beleuchtungskonzept speziell in dunklen Küchen essentiell ist. Forscher haben sogar ein Schwarz erschaffen, das so dunkel ist, dass es fast alles, konkret 99,96 Prozent des darauf fallenden Lichts verschluckt. Vantablack heißt es und kann Objekte mit entsprechender Beschichtung quasi unsichtbar, also zu einem Loch in der Landschaft machen. Die Fortentwicklung absorbiert sogar Laserstrahlen. Für Küchen-Beschichtungen oder eine kommerzielle Nutzung ist dieser schwarze Zauber aber nicht vorgesehen.



lassen sich hervorragend inszenieren und wirken im Zusammenspiel mit Schwarz ebenso kontrastreich wie der Rest der Küche. Mattes Dunkel & Holz sind im Duo eben einfach charakterstark! 🍷



**BORA**

Kochen wie an der frischen Luft –  
ist für uns natürlich.

Frische Luft & freie Sicht, intuitive Bedienung,  
leichte Reinigung und in der Summe: beste Performance.



# Barhocker für zu Hause

Es gibt zwei Arten von Menschen: Solche, die in einer Bar am Tresen sitzen und andere, die sich lieber auf einen gewöhnlichen Stuhl an den Tisch setzen. Wer zur ersten Gruppe gehört, weiß um die starken Eigenschaften eines Barhockers: Der bessere Überblick, die legere Art der Kommunikation und eine dynamische Mischung aus Sitzen und Stehen. Das sollten auch eingefleischte Fans normaler Stühle einmal ausprobieren!



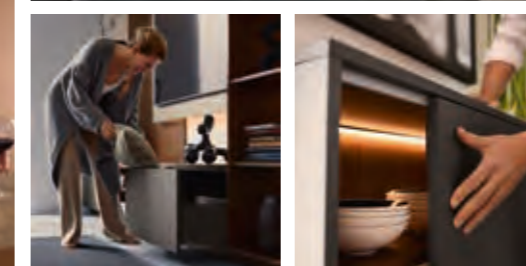
# DER HOCHSITZ AN DER KÜCHENBAR



Er war und ist ein echter Booster für die zwischenmenschliche Kommunikation. Unzählige Freundschaften, Liebesgeschichten oder Bekanntschaften haben hier ihren Anfang genommen: Auf dem Barhocker an der Bar. Seine Vorteile spielt der erhöhte Sitz jedoch nicht nur in der Bar oder im Restaurant aus. Auch in den eigenen vier Wänden sorgt er für gute Stimmung. Wer darauf sitzt, kann seine Position perfekt nutzen, um Gespräche mit Kochenden oder Gästen zu führen und gleichzeitig den Überblick zu behalten. Auch für schnelle Mahlzeiten ist der Barhocker, der häufig an einem abgrenzenden Tresen zwischen Küche und Wohnbereich steht, die ideale Sitzgelegenheit.

## Flexibel in Form und Material

Während das Gestell oder die Unterkonstruktion üblicherweise aus Holz oder Metall, selten aus Kunststoff besteht, ist die Sitzfläche in vielen Varianten zu haben. Mit Polstern ist das Sitzerlebnis noch bequemer: Bezogen mit Stoff oder Leder, gerne in knalligen Farben, kommt Lebendigkeit auf den Hocker. Zusätzlich mit einer Lehne ausgestattet, erfährt der Hochsitz ein weiteres Upgrade in Sachen Komfort und Wertigkeit. Streng genommen handelt es sich dann nicht mehr um einen Barhocker, sondern um einen Barstuhl. ▶



♥ DIE DETAILS MACHEN DEN UNTERSCHIED.

## Beckermann® Küchen

Für die meisten Menschen ist die Küche das Herz des eigenen Zuhauses. Für sie zählen vorrangig die individuellen Gestaltungsmöglichkeiten und das Design. Bei Beckermann macht das Gesamtkonzept den Unterschied. Raffinierte Küchen- und Wohnraum-Planungen über Eck, versteckte Speisekammer oder der eleganten Farbverbund für innen und außen sind nur Beispiele für unser Motto „Perfect Match“.



FILME & PDFs  
Einblicke und  
Downloads

Beckermann Küchen GmbH  
Tenstedter Straße 50 / D-49692 Cappel





In jedem Fall bringt der Hochstuhl in seinen schier unendlichen Varianten jede Menge Möglichkeiten der Praktikabilität und Stilrichtung mit sich. Die einzige Voraussetzung für seine Nutzung ist ein entsprechend hoher Tisch, der durch das Mehr an Höhe und die geringere Breite als Tresen oder Stehtisch auftritt. Denn: Barhocker weisen in der Regel eine Mindesthöhe von

90 cm auf. Da der optimale Abstand zwischen Sitz und Oberkante Tischplatte circa 27 bis 28 cm beträgt, sollte diese in der Kombination mit Barhockern bei einer Höhe von rund 120 cm liegen. Tresen mit Barhocker sind aber nicht nur höher, sondern zugleich platzsparender: Deshalb bieten sie sich als adäquater und praktischer Ersatz für einen Küchentisch an, auf den bei begrenztem Platzangebot verzichtet werden muss.

### Standfestigkeit hat Priorität

Bei höheren Sitzgelegenheiten wie Hockern kommt dem stabilen Stand eine elementare Bedeutung zu. Besonders, wenn kleinere Kinder in der Nähe sind. Denn die Kleinen fühlen sich von den zumeist drehbaren Stühlen magisch angezogen. Erste Hilfe für mehr Sicherheit? Der Kippgefahr wird mit nach hinten weit ausgestellten Beinen oder einem hohen Gewicht des Standfußes entgegengewirkt.

Die Füße des Sitzenden sollten zudem nicht in der Luft baumeln. Eine entsprechende Stütze, die bei höhenverstellbaren Hockern synchron mit der Sitzhöhe anpassbar ist, schafft hier Abhilfe. Wer schließlich auf der sicheren Seite ist oder vielmehr sitzt, kann seinen Hochsitz an der Küchenbar einfach genießen! ●



## Einfach gesünder kochen.

Mit den neuen Serie 8 Backöfen geht gesünder Kochen und Backen jetzt noch einfacher. Für hohen Bedienkomfort sorgt das hochauflösende TFT-Touchdisplay. Mit dem digitalen Bedienring lassen sich die neuen smarten Funktionen intuitiv anwählen.

- Die Heizart Air Fry beispielsweise ermöglicht gesundes Frittieren mit weniger Fett.
- Der Bräunungssensor erkennt mit der integrierten Kamera den Bräunungsgrad.
- Die neue Dampf-Funktion Plus gart Lebensmittel nicht nur schneller sondern auch schonender.

Mehr bei deinem accent line Partner oder unter





MULTITASKING

# KÜCHEN-GERÄTE mit Mehrfach-Talenten

Sie werden immer schlauer, immer nutzerfreundlicher, immer talentierter. Innovative Küchengeräte übernehmen zusehends mehr Aufgaben und entwickeln sich zu echten Multitasking-Talenten. Das hilft den Köchinnen und Köchen dank intuitiver Bedienung und spart zusätzliche Arbeitsschritte sowie Geräte.

Die oberste Prämisse, um die Universaltalente in Küchen zu etablieren, ist ihr komfortabler und eingängiger Gebrauch. Da gibt es beispielsweise den Dampfbackofen, der bereits backen sowie garen kann und obendrein noch mit einem integrierten Dunstabzug aufwartet.

BORA X BO heißt das Gerät mit Profitechnik, das für den Einsatz im Privathaushalt mit einem übersichtlichen Touch Display und Automatikprogrammen für Garen, Dünsten und Backen ausgestattet ist. Ganze Menüs können auf verschiedenen Ebenen durch ein Vierpunkt-Speisethermometer gleichzeitig auf den Punkt gegart werden. Für Frischluft sorgt eine Tür, die erst nach Dampf-Absaugung öffnet, die Intensivreinigung funktioniert kinderleicht durch eine Kartusche mit Natronlauge und Zitronensäure.

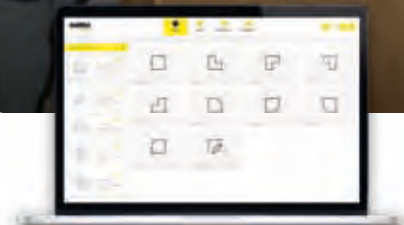
Talentierte Allrounder stecken ferner in oft unscheinbaren Regalen – oder in der Multischublade. Die mit einem heizbaren Glasboden ausgestattete Schublade hält Teller und Speisen warm, wärmt auf und beherrscht das Niedertemperatur- bzw. Sous-vide-Garen und Dörren von Obst. Die höhere Variante der Multischublade verfügt über einen Rost, um die Wärme auf zwei Ebenen gleichzeitig zu verteilen.

So einfach geht Multitasking-Kochen mit multitalentierten Küchenhelfern. ●



**Wir sind ausgezeichnet!**  
Platz 1 - Deutschlands beliebtester Küchenmöbel-Anbieter 2022

Die Natur ist mit ihren individuellen Eigenschaften, beeindruckenden Strukturen und faszinierenden Möglichkeiten unsere tägliche Inspirationsquelle. Dazu zählen für uns auch der Mensch, die Zukunft und andere Perspektiven. Wir schaffen eine Verbindung zwischen der Natur und dem Menschen – Für das Leben in der Küche.

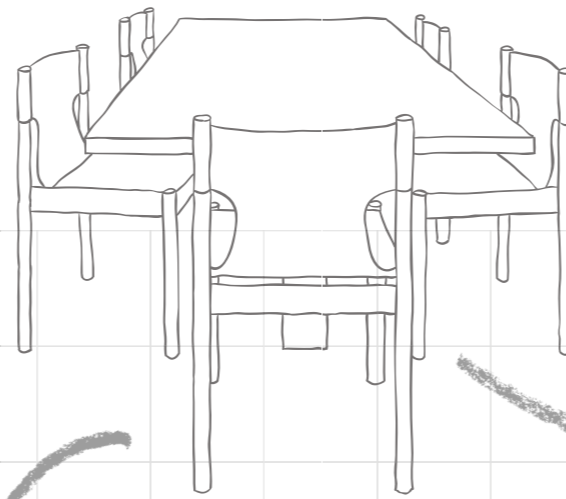


Nutzen Sie unseren **Küchenplaner** auf [www.nolte-kuechen.com](http://www.nolte-kuechen.com) um Ihren Einstieg in die Planung zu erleichtern und auf den Besuch im Küchenstudio vorzubereiten.

Für das *Leben* in der Küche.

Nolte Küchen GmbH & Co. KG Anni-Nolte-Straße 4, 32584 Löhne

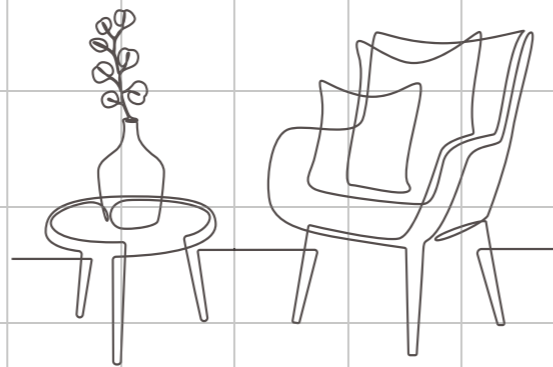
**nolte**<sup>®</sup>  
KÜCHEN



# Möbelrücken

## nach Plan

UMSTELLEN  
FÜR DEN  
NEUEN LOOK



Abwechslung gefällig? So, wie wir uns mit der Zeit an der Bekleidung, der Frisur oder dem Vorhang sattsehen, trifft es irgendwann auch die Einrichtung. Unser Auge und unser Gemüt verlangen nach Neuem. Das muss nicht gleich im Neukauf der gesamten Inneneinrichtung münden. Schon kleine Änderungen und Umstellungen der Möbel bewirken Abwechslung satt, ohne auf dem Geldbeutel zu lasten. Das Möbelrücken sollte aber gut geplant sein, um ein ansprechendes neues Gesamtbild zu erzielen.

In einem ersten Schritt ist die **Raumgröße** und die Größe der darin befindlichen **Möbelstücke** zu überdenken. Dabei lohnt es, sich beides auf Papier zu visualisieren und vorab schon einmal mit Papierschnipseln zu „verschieben“ – alternativ per Software-Programm.

### Die Unterteilung großer Räume

Am einfachsten ist die neue Platzierung der Möbel in einem großzügigen Wohnraum oder einem kombinierten Wohn- und Esszimmer. Ein ausladender Grundriss bietet die Möglichkeit, bisherige Einrich-

tungsmuster komplett über Bord zu werfen. Das Sofa oder Sideboard muss nicht immer an der Wand, der Esstisch nicht immer frei im Raum stehen.

Sofas oder Sitzgruppen, die nicht zu wuchtig sind, können durchaus in den Raum ragen oder seinen neuen Mittelpunkt bilden und diesen optisch abgrenzen. Denn **kleine Einheiten in einem großen Raum wirken** sehr offen und doch aufgeräumt. Deshalb darf bei ausreichend Platz eine schicke Konsole gerne an die Rückseite des frei platzierten Sofas rücken, ein Sideboard oder offenes Bücherregal zum Raumtei-

ler für den Lese- oder Homeoffice-Bereich erkoren werden. Und der Esstisch, der mit seiner schmalen Seite an Wand oder Fenster rückt, bildet eine weitere Raumeinheit, die sich im Lichtkegel der darüber angebrachten Tischlampe abhebt.

Wer **über einen schönen Ausblick, einen Kamin oder ein ästhetisches TV-Board** verfügt, richtet seine Sitzmöbel am besten danach aus. Und zwar so, dass dieser Schwerpunkt beim Betreten des Raumes ▶

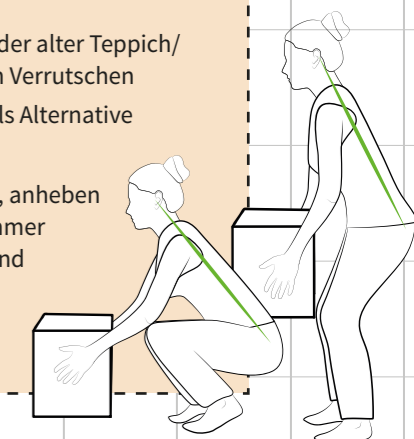


# Umstellen ohne Schäden

Möbel umzustellen ist manchmal leichter gesagt als getan, speziell bei großen Möbelstücken. Damit weder der Fußboden noch der Rücken leiden, gibt es folgende Hilfsmittel:

- Sackkarre oder Möbeltransport-Rollenset mit Lastenheber
- Montage-Luftkissen zum Anheben der Möbel
- Möbelgleiter oder alter Teppich/alte Decke zum Verrutschen
- Blumenroller als Alternative zum Rollenset

**Wichtig:** Kippen, anheben und absetzen immer aus der Hocke und mit geradem Rücken!



Speziell kleine Wohnräume aber bitte nie mit Accessoires und Deko überfrachten! Vorteilhaft ist die Gruppierung von Deko-Elementen nach Farben oder Formen, wodurch sich optische Einheiten bilden, die Ruhe schaffen. Accessoires also lieber an aufmerksamkeitsstarken Punkten zusammenbringen als kunterbunt über den Raum zu verteilen. So verändern kleine Details stilvoll und im Handumdrehen das Wohnambiente. ●

einladend ins Auge fällt. Daher bitte Stühle, Sessel oder Sofas nicht mit dem Rücken zur Tür stellen.

### Schlafzimmer: Bett in der Hauptrolle

Gleiches gilt im **Schlafzimmer**: Hier spielt das Bett die Hauptrolle, das von der Tür aus zentral im Sichtfeld liegen darf. Kleinere Nachttische oder Schränkchen werden möglichst symmetrisch links und rechts vom Bett positioniert. Große Schränke hingegen treten am besten erst hinter der Tür oder auf den zweiten Blick in Er-

scheinung. Eine Bett- oder Schrankrückwand zur Raumabtrennung in Türrichtung zu platzieren, ist optisch keine gute Idee.

### Umstellen im Kleinen

Weniger Alternativen beim Umstellen bieten kleine Räume an. Generell sind hier Möbel im Kleinformat gefragt, also lieber Sessel und Zweisitzer als eine zu große Sofalandschaft wählen.

**Je kleiner der Raum, umso besser müssen die Nischen und Wandseiten ausgenutzt werden.** Für den neuen Look genügt es oft schon, die Position der Möbel oder Wohneinheiten zu tauschen: Sofa oder Sessel wandern in eine gemütlich beleuchtete Nische, die Essgruppe kommt ans Fenster. Selbst der Platzwechsel von Sessel und Kommode oder von Bett und Nachttisch führt in kleinen Räumen oft zu großer Wirkung.

### So wirken kleine Zimmer größer

Ein weiterer **Tipp speziell für kleine Zimmer: Nicht alles auf den Boden stellen!** Wer beim Möbelrücken ein in die Jahre

gekommenes Sidebord durch ein Hängeboard ersetzt oder den Flachbildschirm an die Wand hängt, erweitert den Blick auf den Fußboden – der Raum erscheint größer. Kommt dann noch ein schöner Holzboden zum Vorschein, ist der Effekt doppelt charmant!

Auch **Spiegel** zeigen in kleinen Zimmern mehrfache Wirkung: Sie verdoppeln das gespiegelte Licht und vergrößern dadurch scheinbar den Raum. Am besten gegenüber oder im rechten Winkel zum Fenster anbringen oder so, dass das Licht der Leuchten gut reflektiert wird.

### Plan C: umdekorieren

Und dann wäre da noch Plan C für alle Räume, deren Möbel sich schlecht umplatzieren lassen: Hier treten die **Accessoires in den Vordergrund**, die den Look im Nu ändern. Der bunte Teppich unter dem Schreibtisch wandert unter den Couchtisch, die Kissen vom Sofa wechseln den Überzug und die Vorhänge aus dem Schlafzimmer tauschen mit jenen im Wohnzimmer.

### EIN METETER FREIRAUM

Im Fieber des Möbel-Umstellens ist eines nicht zu vergessen: ausreichend Bewegungsfreiheit! Hinter Stühlen, vor dem Sofa und auf den Laufwegen ist als Richtwert rund ein Meter freier Platz empfohlen.



## RELAX 2000



3D-Spezialfederkörper für perfekte Körperanpassung



Das original SCHLAFSYSTEM für Ihren gesunden Schlaf.

98,6 % der Konsumenten bewerten das Relax 2000 positiv.

Natürliche und schadstoffgeprüfte Qualitätsprodukte.

Für noch mehr Entspannung in Zirbenholz erhältlich.

### Natürlicher Schlaf für nachhaltiges Wohlbefinden

Das Herzstück des einzigartigen Schlafsystems bilden die dreidimensional beweglichen Spezialfederkörper. Diese ermöglichen eine flexible Einsatftiefe bis zu 70 Millimeter und gewährleisten damit eine perfekte Körperanpassung sowie die Entlastung der Wirbelsäule während des Schlafs. Dank der Spezialfederkörper lässt sich Ihr Relax 2000 Schlafsystem mit wenigen Handgriffen auf Ihre persönlichen Bedürfnisse und individuellen Schlafgewohnheiten einstellen; selbst eine Anpassung der Schulter- und Beckenentlastung ist rasch vorgenommen.

Fordern Sie den Schlafratgeber kostenfrei an oder finden Sie die Schlafexpert:innen in Ihrer Nähe online unter [www.relax2000.info](http://www.relax2000.info) oder über die Gratis Hotline 00 800 63 13 63 13





Nur leider der Eingangsbereich leider oft unter ungünstigen räumlichen Gegebenheiten: zu schmal, zu dunkel, zu wenig Platz. Schließlich sind da noch die unzähligen Jacken, Schuhe, Schirme und mehr, die hier unterzubringen sind. Wie der Flur dennoch wohnlich wird? So:

**Helle Farben** sind das A und O für kleine und eher düstere Flure. Sie erwecken den Eindruck von Weite, da sie Kunst- oder Tageslicht reflektieren. Zum klassischen Weiß für **Wände und Decken** stellen Pastellfarben oder abgetöntes Weiß eine prima Alternative dar. Werden damit obendrein die Innentüren im Gang gestrichen, treten sie im Gesamtbild zurück und öffnen den Flur optisch. Wer nicht auf Farbe verzichten will, setzt am besten auf die Betonung der Stirnseite im Gang oder eines nur schmalen Wandabschnitts. Optional empfiehlt sich die farbige Absetzung des unteren Wandbereichs, gerne mit kreativer Bordüre.

#### Helles schafft Weite

Um eine optische Weite auf dem Boden zu erzeugen, sollte hier ebenso zu hellen Designs gegriffen werden. Dieser Effekt tritt noch mehr zutage, wenn der Bodenbelag nicht an der nächsten Türschwelle endet, sondern sich in den angrenzenden Räumen fortsetzt. Dergleichen bewirken langgezogene und helle Teppiche oder Läufer – im Idealfall aus pflegeleichter Baumwolle für die leichte Reinigung.

Nicht zu vergessen: Die Decke im Flur. Ist er sehr beengt, lassen Decken in Weiß oder hellen Farbtönen den Eingangsbereich höher erscheinen. Eine tolle Idee zur Deckengestaltung bieten Spanndecken, die in Glanzoptik und mit Lichtspots versehen den Flur geradezu erstrahlen lassen. ▶

# Erfrischtes Entrée

So wird selbst der kleinste Flur wohnlich

Eintreten und wohlfühlen. Der Flur ist die Visitenkarte unseres Zuhauses, er heißt uns und unsere Gäste willkommen.



Helle Spanndecken gestalten Flure freundlicher und offener. Noch mehr mit zusätzlicher Beleuchtung und Glanzeffekt.

#### DIE WOHLFÜHL-NOTE

Bilder oder Accessoires sind das i-Tüpfelchen der persönlichen Willkommenskultur. Aber bitte die gewonnene Ordnung und Offenheit damit nicht wieder überfrachten. Auch der Geruch spielt eine entscheidende Rolle für das Wohlbefinden – selbst im Flur. Daher immer mal lüften oder Duftkerzen und Potpourris als Accessoires arrangieren

*indo*

## WOHNEN & SCHLAFEN

### Die Konzeption des Lichts

Apropos Strahlen: Ein Flur wird erst dann richtig wohnlich, wenn die Beleuchtung passt. Fehlt ein Fenster für Tageslicht, muss das Kunstlicht-Konzept umso überlegter sein.



Die **Deckenleuchte** im Gang ist für die **Grundhelligkeit** beim Betreten verantwortlich. Ob mit LED-Spots oder mehreren, über die Flurdecke verteilten Leuchten, spielt keine Rolle. Wesentlich ist die gleichmäßige Verteilung des Lichts.



Die Bereiche vor Garderobe oder Spiegel benötigen **zusätzliches Licht**. Galant wirken in Spiegel oder Möbel integrierte Leuchtmittel oder seitliche angebrachte **Wandleuchten**, deren Licht gegen Wand oder Decke strahlt.



Den kreativen Licht-Schliff verleiht die **Akzentbeleuchtung**. Strahler oder kleine Tischleuchten auf dem Garderoben-Board rücken Deko oder Bilder ins richtige Licht und sorgen für Willkommens-Ambiente.

**Tipp:** Mit Bewegungsmeldern für die Flur-Beleuchtung ist Licht nur dann an, wenn es benötigt wird. Das spart Strom und erleichtert das Nachhausekommen mit vollgepackten Taschen.

### Spiegel, Spieglein an der (Garderoben-)Wand

Ein absolutes Muss für jeden Flur und jede Garderobe ist ein **großer Spiegel**. Sowohl für den Last-minute-Check als auch für die optische Erweiterung des Flurs leistet der Spiegel beste Dienste. Einfallendes Licht und Flächen werden verdoppelt, umso mehr, wenn sich der Spiegel gegenüber von Türen in andere Räume oder in der Nähe von Leuchten befindet.

Ist das meiste in schmalen (Schuh-)Schränkchen ordentlich verstaut, kann ein Teil der Garderobe offen gehalten sein.



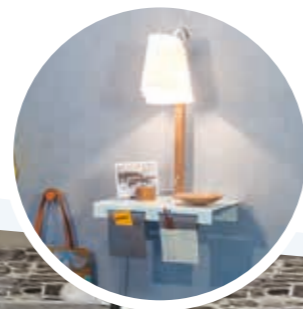
Spiegel und ein fester Platz für alle Garderoben-Utensilien. Diese Wandgarderobe vereint beides.

Ein weiterer Grundsatz: Je kleiner der Flur, desto mehr gilt es, Chaos zu vermeiden und allem einen **festen Platz** zuzuordnen. Jacken an den Bügel oder Haken, Kleinkram in eine Schublade oder Box, Schuhe in den Schuhschrank oder auf die Schuhablage. **Und jede Nische nutzen!** Raumhohe Einbau-Schränke, Regale unter der Treppe oder Konsolen in der Nische schaffen Stauraum und Ordnung.

### Garderoben-Möbel clever platziert

Ist der Gang quadratisch angelegt, am besten die Möbel in die Ecken platzieren, ist er schmal und lang, rücken Wandgarderobe oder Möbel idealerweise nebeneinander an eine Wandseite. Vorteilhaft sind zudem Hängeelemente, die den Flurboden für anderes freihalten. Beispielsweise für Sitzboxen mit Stauraum oder schmale Schuhschränke mit Hochkant-Platzierung des Schuhwerks.

Ist für eine Wandgarderobe oder ein Kleiderschränkchen partout kein Platz im Flur, empfiehlt sich die **Minimal-Version**: Wandhaken oder -knöpfe, die Jacken oder Taschen ihren Platz zuweisen plus eine Mini-Ablage mit Licht. ●



**ProNatura**  
ergonomisch besser schlafen

Die biologischen Schlafsysteme von ProNatura wirken auch dann, wenn Matratzen und Wasserbetten schon längst ihre Grenzen erreicht haben.

Passend wie ein Maßanzug - individuelle Anpassung an jede Körpergröße, jedes Gewicht, jedes persönliche Liegebedürfnis



Hervorragende Regeneration für Wirbelsäule und Bandscheiben

Vitales Liegegefühl in den Problemzonen Nacken, Schulter, Brustkorb, Lendenwirbel und Beckenbereich

Freies Atmen und reduzierte Schnarchanfälligkeit

Unterstützt die natürliche Form Ihrer Wirbelsäule

Testen Sie **JETZT**

die neuen biologischen Schlafsysteme von ProNatura

Exklusiv bei Ihren zertifizierten ProNatura-SchlafberaterInnen. Die Adressen und weitere Informationen finden Sie im Internet auf [www.pronatura.at](http://www.pronatura.at)



In jeder Liegeposition selbstanpassend und individuell einstellbar.



Garantiert schadstofffrei, laufende Kontrolle auf 300 bekannte Schadstoffe



Geprüft und empfohlen von der Interessensgemeinschaft der Rückenschullehrer/innen



Unser Bonus: biologischer Milbenstopp ohne Aufpreis

# BAUMTRÄNEN FÜR DIE KAUSCHUKERNT

## EIN BAUM, DER WEINT

Im Begriff Kautschuk steckt das indianische Wort „cao“ für Baum und „ochu“ für Träne. Der Herstellungsprozess von Naturkautschuk ist damit schon beschrieben: Gewonnen wird der Rohstoff aus dem Milchsaft, dem Latex tropischer Kautschukbäume. Hauptanbauländer sind Thailand, Indonesien, Malaysia und Vietnam. Beim sogenannten „Tapping“ ritzen Plantagenarbeiter\*innen die Rinde bogenförmig an und fangen den aus der „verletzten“ Rinde austretenden Milchsaft auf. Ähnlich dem Baumharz ist der Milchsaft-Austritt ein Schutzmechanismus des Baumes gegen eindringende Pilze, Bakterien oder Insekten. Der Latex verhärtet in der Natur schließlich zu einer gummiartigen Masse. ●

### VERWENDUNG VON NATURKAUSCHUK

Naturkautschuk steckt in vielen Produkten, von Matratzen bis Schnullern, vor allem aber in Autoreifen. Rund 40 Prozent der heute verarbeiteten Menge macht Naturkautschuk aus, die restlichen 60 Prozent sind petrochemisch hergestellte, synthetische Kautschuke.





## VON WINTER AUF SOMMER & ZURÜCK

# WARUM DER BETTDECKEN- WECHSEL SINN MACHT

Zum Abschluss eines anstrengenden Tages freuen wir uns besonders auf eines: Zur Ruhe kommen und sich schließlich in ein kuscheliges Bett mummeln. Ein dafür wesentlicher Bestandteil ist die Bettdecke! Im Winter soll sie schön warm und im Sommer angenehm leicht sein.



Während wir im Winter dicke Klamotten mit Schal tragen, um uns warm zu halten, wechseln wir im Sommer zu dünnen T-Shirts, die luftdurchlässig sind. Denselben Sinn erfüllt der jahreszeitliche Wechsel der Bettdecke. Viele empfinden es als angenehm, wenn die **Sommerdecke** atmungsaktiv ist und nur einen geringen Teil der Wärme speichert. Im Gegensatz dazu wird von der **Winterdecke** eine gute Wärmeleitfähigkeit und ein optimaler Feuchtigkeitstransport erwartet. Wärmeleitfähigkeit bedeutet, dass die Bettdecke den Körper gut wärmt und die Wärme hält. Der Feuchtigkeitstransport ist wichtig, damit die Feuchtigkeit des nächtlichen Schwitzens austreten kann und nicht unter der Decke stockt.

### Die saisonal Übergreifenden

Wer bei Temperaturunterschieden nicht so feinfühlig ist, kann zu einer **Ganzjahresdecke** greifen. Bei diesen Bettdecken der mittleren Wärme-Klasse entsprechen die Wärmeeigenschaften den durchschnittlichen Bedingungen. Und dann wäre da noch die **Vierjahreszeitendecke**. Diese verfügt in der Regel über zwei Decken, eine dickere und eine leichtere, die über Druckknöpfe miteinander verbunden werden können. Ganzjahres- oder Vierjahreszeitendecken bestehen im Inneren meist aus Mikrofasern, Daunen, Baumwolle oder Seide, also Materialien, die auch für Milbenallergiker geeignet sind.

### Die Füllungen

Die Füllung ist es, die sämtliche Eigenschaften einer Bettdecke prägt. Zu den synthetischen Fasern zählt z. B. Polyester, also eine künstliche Plastikfaser aus Erdöl. Polyester ist pflegeleicht und kommt je nach Füllstärke in Sommer- wie Winterdecken zum Einsatz. Es geht aber auch ganz natürlich mit Naturfaser-Füllungen wie Baumwolle, Seide, Tierhaar oder Lyocell. ●

### Beliebtes Füllmaterial für Winterdecken:

**Daunen:** gute Feuchtigkeitsdurchlässigkeit, temperatenausgleichend, isolierend

**Kapok:** leichteste Naturfaser der Welt, atmungsaktiv, gute Wärmeleistung

**Kamelflaumhaar / Schafschurwolle:** Tierhaar-Klimafaser, stark feuchtigkeitsregulierend, hohe Selbstreinigungskraft

**Zirbenflocken (mit Schafschurwolle oder Wildseide):** optimale Wärmeentwicklung, erhöhte Schlafhygiene, angenehmer Duft

### Geeignetes Füllmaterialien für Sommerdecken:

**Baumwolle:** weniger wärmend, pflegeleicht, kostengünstig

**(Wild-)Seide:** gut hautverträglich, kühlende Wirkung, geeignet für Tier-Allergiker

**Lyocell:** Cellulosefaser, angenehm kühles und trockenes Hautgefühl

**Zirbenflocken (mit Baumwolle oder Wildseide):** kühlender / temperatenausgleichender Effekt, erhöhte Schlafhygiene, angenehmer Duft



### Und die Reinigung?

Bettdecken täglich gut lüften und ein- bis zweimal jährlich waschen (außer selbstreinigende Materialien wie Schafschurwolle oder Zirbe). Die Waschttemperaturen sind vom Füllmaterial abhängig – Angaben des Textilpflege-Etiketts beachten!

**Bei 60 Grad waschbar:** Mikrofaser-, Baumwoll- oder Daunendecke (die 60 Grad verträgt!)

**Bei 30-40 Grad waschbar:** Daunen- oder Federdecke

**Bei max. 30 Grad (ollwaschgang) waschbar:** Kamelhaar-, Kaschmir- oder Seidenbettdecke





Bestens unterfedert

### Tellerrost

Jeder einzelne der über die Liegefläche verteilten Teller bewegt sich dreidimensional. Je nach Belastung reagieren die Teller in kleinen Zonen sehr flexibel, was zu einer individuelleren Anpassung an die Körperkonturen führt.

- Für eine gute Qualität des Tellerrosts sprechen viele, auf diverse Zonen verteilte Teller, die in geringem Abstand und auf einer möglichst dicken Trägerleiste montiert sind.
- Die einzelnen Teller sollten möglichst elastisch gelagert, ihr Federweg möglichst hoch sein. Die Teller dürfen sich jedoch nicht zu leicht nach unten drücken lassen.
- Vorzugsweise ist zu Tellerrosten aus Massivholz wie Buche oder Föhre zu greifen oder zu metallfreien Varianten mit Zirbentellern.

**Empfehlung:** Beschwingtes Liegegefühl für alle, die sich viel im Schlaf bewegen



#### BELÜFTUNG BITTE!

Eine Matratze auf Paletten oder dem Boden platzieren? Das sollte nur eine kurzfristige Notlösung sein. Neben dem schlechten Liegekomfort fehlt es an Durchzug unter der Matratze, was schnell zu Schimmelbildung führt. Latten- oder Tellerroste sorgen indes für gute Belüftung und den Abtransport der Nachtschweiß-Feuchtigkeit. Teils verfügen die Teller sogar über eingefräste Belüftungskanäle.

*indo*

# Von Latten- und Tellerrosten

Für einen erholsamen Schlaf ist primär die Matratze ausschlaggebend. Erst wenn sie passt, rückt das Zusammenspiel von Matratze und Tellerrost in den Fokus. Worin diese sich unterscheiden...

### Lattenrost

Liegen die quer verlaufenden Federleisten zwischen der Matratze und dem um einen innen gelagerten Lattenrost, liegen sie auf der aufliegend gelagerten Lattenrost die Rede.

- Ein hochwertiger Lattenrost setzt auf Leisten aus Buche, die fachgerecht verleimt und nicht breiter als fünf Zentimeter sind. Die Leisten, umso besser ist die Körperanpassung.
- Die Federleisten sollten nicht zu starr, sondern beweglich sein. Durch Härtegradeinstellungen der einzelnen Leistenkappen wird ein Mehrzoneneffekt erreicht.
- Idealerweise bestehen die Leistenkappen aus hochwertigem, elastischem Kautschuk oder Hytrel (Polyester Elastomer) und die Leisten sind einzeln in den Kappen gelagert.

**Empfehlung:** Eher ruhiges Liegegefühl für alle, die lieber fester liegen und schwere Personen



## GESÜNDER UND SCHÖNER LEBEN

DIE SANFTE HARMONIE VON INFRAROTWÄRME & WASSERDAMPF

- Hydrossoft als optimale Gesundheitsvorsorge dank gestärkter Organe und Immunabwehrkräfte.
- Gleicher Strombedarf wie bei einem handelsüblichen Bügeleisen (ab 1,6 kW). Eine gewöhnliche Steckdose genügt für den Betrieb.
- Die einzigartige Multiwellnesskabine mit sanfter Infrarotwärme und belebendem Wasserdampf.



Hydrossoft Private SPA

# TIEF DURCHATMEN



## Gutes Klima dank Holz im B

Badezimmer sind neben der Küche die am stärksten von Luftfeuchtigkeit betroffenen Räume. Ob Duschen, Baden oder Waschen – Wasserdampf lässt sich hier nicht vermeiden. Das kann bei zu wenig Frischluftzufuhr oder zu niedriger Raumtemperatur zum Problem werden. Stichwort: Schimmel. Dem kann mitunter der Baustoff Holz entgegenwirken.

Wer das Raumklima im Bad verbessern möchte, sollte sich die sogenannten hygroskopischen Eigenschaften, speziell von unbehandeltem Holz, zunutze machen. Diese beruhen auf folgenden Tatsachen:

- Holz ist nie wirklich „tot“.
- Selbst nach der Verarbeitung nimmt es Feuchtigkeit auf und gibt sie wieder ab.
- So gleicht Holz Schwankungen der Luftfeuchtigkeit aus.

### Holz: Der warme Alleskönner

Holz im Bad zu integrieren, sehen viele oft skeptisch. Zu Unrecht. Es fördert ein gutes Raumklima sowie eine angenehme Raumtemperatur und setzt unbehandelt

oder natürlich behandelt keinerlei Schadstoffe frei, sondern nimmt diese sogar aus der Raumluft auf. Hinzu kommt, dass sich Holz als schlechter Wärmeleiter bedeutend wärmer anfühlt als andere Materialien und die Wärme speichert bzw. bei Abkühlung wieder abgibt.

### Welches Holz fürs Bad?

Individuell verarbeitet bietet der natürliche Werkstoff auch stilistisch jede Menge Gestaltungsmöglichkeiten. Einsatzgebiete von Holz im Bad sind neben Fenstern, Türen und Accessoires kreative (Massiv-) Holzmöbel sowie Böden, Decken oder Wandverkleidungen. Zu beachten ist jedoch, dass einige Hölzer besser mit Feuch-

tigkeit zurecht kommen als andere. Zu diesen „ruhigen Hölzern“ gehören Ahorn, Birke, Buche, Fichte, Kiefer, Mahagoni oder Teakholz.

### Auch Holz mag Pflege

Damit Holz im Badezimmer trotz starker Schwankungen der Luftfeuchtigkeit schön bleibt, reicht eine unkomplizierte Pflege. Die Behandlung mit Hartwachsen oder Ölen zwei- bis dreimal im Jahr verhindert das Eindringen von Feuchtigkeit. Gelangt Wasser auf das Holz, sollte es direkt aufgewischt werden. ●

### RICHTIG LÜFTEN IM BAD

Zwei- bis viermal täglich und unmittelbar nach jedem Duschen oder Baden sorgt **Stoßlüften** oder **Querlüften** (mit Durchzug anderer Räume) für entfeuchtete Frischluft im Bad. Je kälter es außen ist, umso öfter muss gelüftet werden, dafür aber kürzer (max. 5 – 10 Min.). Selbst bei Regen ist Lüften ratsam, denn die Außenluft ist nach dem Erwärmen immer noch trockener als die Innenluft.

**Dauerkippen vermeiden:** Der Luftaustausch ist dabei zu gering und an kalten Tagen kühlt das Bad zu stark aus. Es kommt am Fenster als kältestem Punkt schnell zu Wasserablagerungen und Schimmelentwicklung.

*indo*



# CREO. INDIVIDUELLES REGALSYSTEM



## FÜR DAS HOME OFFICE

Jetzt Code scannen  
raumplus.de/regalsysteme



**raumplus**<sup>®</sup>

Gleittüren / Raumteiler / Schranksysteme

## SCHWITZEN WIE IM REGENWALD

Ein Expertengespräch zu  
Infrarotwärme & Wasserdampf

Schwitzen ist gesund. Ob in der Sauna oder in einer Infrarotkabine macht jedoch einen Unterschied – erst Recht, wenn Wasserdampf mit ins Spiel kommt.



**Anton Schwarz sen., Gründer der Tiroler Olymp Gruppe, ist Erfinder der Hydrosoft Private Spa Infrarotkabine mit Dampf. Seit 1960 hinterfragt der Visionär und Schriftsteller, „warum etwas so ist, wie es ist“ und hat einige Patente inne, die heute praktische Verwendung finden.**

**Wie würden Sie die Wirkung von Infrarotwärme auf Körper und Haut beschreiben?**

Infrarotwärme lässt die Haut auf eine sanfte Art erwärmen und sorgt dadurch für einen entschlackenden und entgiftenden Effekt beim Schwitzen. Die gezielte Wärmezufuhr hilft, effizient Verspannungen im Körper zu lösen und die Gelenke zu entspannen. Entscheidend ist allerdings, großformatige Infrarot-Heizflächen zu verwenden – für eine umhüllende Wärmezufuhr anstatt punktueller Hitze mit möglicher Verbrennungsgefahr.

**Wie unterscheidet sich das Schwitzen durch Infrarot vom Schwitzen in einer (finnischen) Sauna?**

Beide Systeme bewirken eine leichte Erwärmung der Körpertemperatur und bringen dadurch gesundheitsfördernde Aspekte mit sich. In einer Sauna herrschen aber wesentlich höhere Temperaturen, wodurch es sich um zwei komplett unterschiedliche Arten von Schwitzen handelt. In einer Infrarotkabine schwitzt man sanfter und stressfreier, da die Temperaturen keine Belastung für Körper und Kreislauf erzeugen. Ein Problem ist aber die trockene

Luft. Ergänzt man die Infrarotwärme mit Wasserdampf, so entsteht zusätzlich hohe Luftfeuchtigkeit, also Bedingungen wie im Regenwald – für gesundes Schwitzen in einem Heilklima mit Naturkraft. Erst die Kombination aus Wärme und Dampf bringt die gesundheitlichen Vorteile mit sich.

**Welche positive Wirkung von Infrarotwärme auf die Gesundheit sehen Sie als gesetzt?**

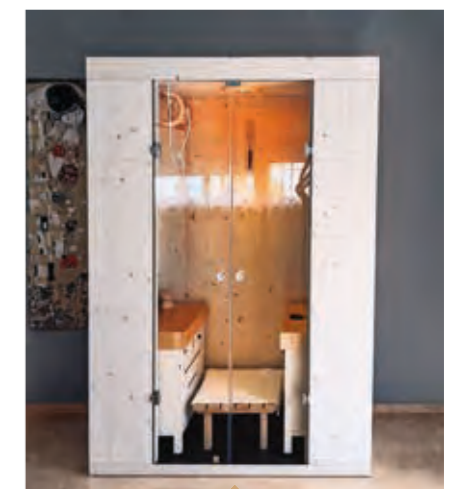
Schwitzen an sich ist für unseren Körper gesund, da wir so entschlacken und entgiften. Außerdem wird die Haut – unser größtes und auch feinfühligstes Organ – gereinigt, was wiederum die Sauerstoffaufnahme erleichtert und verbessert. Eine positive Auswirkung von gezielter Infrarotwärme ist, dass man Verspannungen und Schmerzen im Körper exzellent behandeln kann.

**Haben Sie Erfahrungen, ob Kabinen mit Wasserdampf-Zugabe außerdem förderlich für Atemwege und Bronchialsystem sind?**

Inhalieren von Wasserdampf ist seit Jahrtausenden der wirkungsvollste Gesundheitsschutz für die Atemwege. Speziell in den kälteren Jahreszeiten trocknen unsere Atemwege regelrecht aus, wodurch Flimmerhärchen und Becherzellen, die u. a. die Atemluft befeuchten, ihre Schwingfunktion verlieren und Bronchien verschleimen. Durch den intensiven, langzeitigen Inhalationsprozess in der Kabine wird das Bronchialsystem belebt und die Abwehrkräfte gegen Viren und Bakterien gestärkt.

**Sind Infrarotkabinen mit Wasserdampf Ihres Erachtens auch speziell für Asthmatiker oder Kinder mit Bronchialproblemen geeignet?**

Wir hatten mehrfach Kunden, bei denen Kinder mit Bronchialproblemen sehr stark von der Nutzung der Hydrosoft-Kabine profitierten. Die gesundheitlichen Schwierigkeiten ließen sich dank regelmäßiger Hydrosoft-Gänge einschränken. Die spezielle Kombination aus sanfter Wärme und belebendem Dampf für Lunge und Atemwege bietet auch für Asthmatiker optimale Voraussetzungen zur regelmäßigen Anwendung. ◉



Die Infrarotkabine mit Dampf ist Indoor wie Outdoor einsetzbar und in diversen Größen oder mit Zusatz-Applikationen wie einem Fußbad erhältlich.

# Küche, neu definiert



## Mehr als nur ein Facelift

Hell und freundlich: Die neue Küche besticht durch Hochschrank-Fronten aus Roseneiche-Furnier und mattweißen Dekorplatten an den Unterschränken. Dunkler Kontrastgeber sind Arbeitsplatte, Herd und Ofen.



Dass es für meisterhafte Schreiner und Tischler (fast) nichts gibt, das nicht geht, stellt die Rundum-Erneuerung dieser Küche unter Beweis.

Aus einer 30 Jahre alten Bestandsküche mit dunklen Eichefronten entstand eine moderne, funktionale Küche mit vielen technischen Raffinessen. Die Kunst bestand darin, den Kundenwunsch auf nur zwölf qm Fläche zu realisieren. Dazu wurde zunächst ein kleiner Raumumbau vollzogen und die Holzdecke durch eine weiße Rigips-Decke mit LED-Spots ersetzt, um mehr Helligkeit und Größenwirkung zu erzielen.



Viel und übersichtlicher Stauraum: Neben Töpfen & Co. finden selbst Gewürze ordentlich in einer Schublade ihren Platz.

Für Fronten und Schränke riet der Topa-Team-Schreiner zu heller Roseneiche in Kombination mit Mattweiß. Für den aufregenden Kontrast sorgt die dunkel marmorierte Arbeitsplatte. Zusätzliche Highlights wie Ausziehelemente und ein elektronisches Mülltrennsystem runden den modernden Anspruch der Küche ab. ●

Eine der praktischen Raffinessen: das ausziehbare Holztablar für den Kaffeevollautomaten.



Elemente wie Schubkästen, Kochfeld oder Arbeitsplatte aus Dekton (Mischung aus Glas, Keramik und Quarz) orderte die Schreinerei über das Topa-Team-Netzwerk.

Intelligente Innovationen erleichtern dein Leben. Siemens Hausgeräte kombinieren innovative Technologien mit ansprechenden Designs, um zahlreiche intelligente und intuitive Produkte zu entwickeln. Sie werden deinen individuellen Lifestyle bereichern. [siemens-home.bsh-group.de](https://siemens-home.bsh-group.de)

Siemens Hausgeräte

# SIEMENS



# Flora und Fauna 2023

## Die gekürten Arten des Jahres

Sie sind besonders, selten oder gar in ihrem Bestand gefährdet, weshalb mehr Achtsamkeit und ein genauere Blick darauf angebracht sind. „We proudly present“: Die Titelträger des Jahres 2023 aus Flora und Fauna!

### Heilpflanze des Jahres: Die Weinrebe

Wenn eine Pflanze Heilkunde mit Genuss verbindet, dann mit Sicherheit die Weinrebe. Neben den Früchten und Kernen steckt im gesamten Weinstock allerlei Heilsames und gesundheitlich Förderliches: Rote Weinblätter kommen bei Venenproblemen zum Einsatz, Traubenkerne enthalten antioxidative und zellschützende Bestandteile.



### Baum des Jahres: Die Moorbirke

Sie ist in unseren Breiten aufgrund der Entwässerung und des Verschwindens vieler Mooregebiete sehr selten geworden: Die Moorbirke. Während ihr direkter Verwandter, die Sandbirke, die in Mitteleuropa dominierende Art ist, findet sich die Moorbirke als Baum der Taiga vor allem noch in Nordeuropa. Und aufgrund ihrer hohen Kältetoleranz in alpinen Gebieten bis 2000 m.



### Blume des Jahres: Die Kleine Braunelle



Selbst Wildpflanzen, die in der Regel robuster sind, ziehen sich in der Natur immer stärker zurück. Das gilt auch für die Kleine Braunelle mit ihrem wunderschönen, blauvioletten Blütenkopf. Sie markiert manch Wegesrand und besiedelt gerne Wiesen und Rasenflächen. Für Wildbienen, Hummeln oder Schmetterlinge ist sie ein beliebter Nektarspender.



### Vogel des Jahres: Das Braunkehlchen

Durch ein markantes Gefieder sticht das Braunkehlchen im Vogelreich nicht hervor. Höchstens durch die weiße Augenbinde, die es oberhalb des Auges aufweist, weshalb das Braunkehlchen auch den Kosenamen „Wiesencrown“ trägt. Der Vogel, dessen Bestände sich deutlich reduzierten, besticht vielmehr durch seine lebendige, muntere Art und seine Sportlichkeit: Mehr als 5.000 km hin und zurück überwindet er zum Überwintern in den Tropenregionen Afrikas.



### (Wild-)Tier des Jahres: Der Gartenschläfer

Der Nager, der wie der Siebenschläfer und die Haselmaus zur Familie der Bilche gehört, steht auf der Roten Liste der bedrohten Arten. Denn er braucht einen vielfältigen Lebensraum mit Fels- oder Mauerspalten und Baumhöhlen zum Verstecken und Vertilgen mancher Käfer. Zugleich liebt er Kraut- und Strauchschichten bzw. deren Wildfrüchte und Beeren. Diese Lebensräume findet der Gartenschläfer fast nur mehr in Parks oder Gärten, in erster Linie im Südwesten Deutschlands.





Dolomiten Golf Suites • Lienz/Tirol  
Forcher ist ein verlässlicher  
Partner für Projekte jeder  
Größenordnung.

**FORCHER**  
*Möbelqualität aus Tirol*

# Die Pappel

*Nutz- und  
Energieholz  
mit rasantem  
Wachstum*

Papperlapapp. Das Holz der Pappel als minderwertiges Holz abzukanzeln, greift etwas kurz. Wahr ist, dass es sich um Laubweichholz handelt, das im Möbelbau kaum eine Rolle spielt und sich aufgrund geringer Witterungsbeständigkeit nicht für den Außenbereich eignet.

Als leichtes Holz mit geringer Dichte und sehr gleichmäßiger Struktur kommt Pappelholz aber häufig als **Schäl furnier sowie Schicht- und Spanholz** zum Einsatz. Obstkisten oder Zündhölzer beispielsweise bestehen oft aus dem Holz der Pappel. Das Gros des Holzes geht jedoch als Rohstoff in die **Papier- und Kartonindustrie**.

Darüber hinaus ist Pappelholz ein schnellwachsendes Holz, das vielen durch den Anbau von **Energiewäldern** auf sogenannten Kurzumtriebsflächen bildlich im Kopf verankert ist. Dieses Plantagen-Holz wird mitunter zu Hackschnitzeln oder Holzpellets verarbeitet und dient der Energiegewinnung. Als Energieholz sind viele Pappelarten durch ihr rasches Wachstum von bis zu einem Meter pro Jahr kaum zu schlagen. ●

## ZITTERN WIE ESPENLAUB – WOHER KOMMT'S?

Die Espe oder Zitter-Pappel zählt zur Gattung der Pappeln. Gemeinsam haben sie eine außergewöhnliche Form des Blattstiels, der seitlich stark abgeflacht ist.

Die Blätter wiegen sich daher schon bei geringem Wind hin und her und „zittern“. Zittert jemand wie Espenlaub, wird also die sprichwörtliche Brücke zum auffälligen Zittern der Pappel-Blätter geschlagen.

*in*



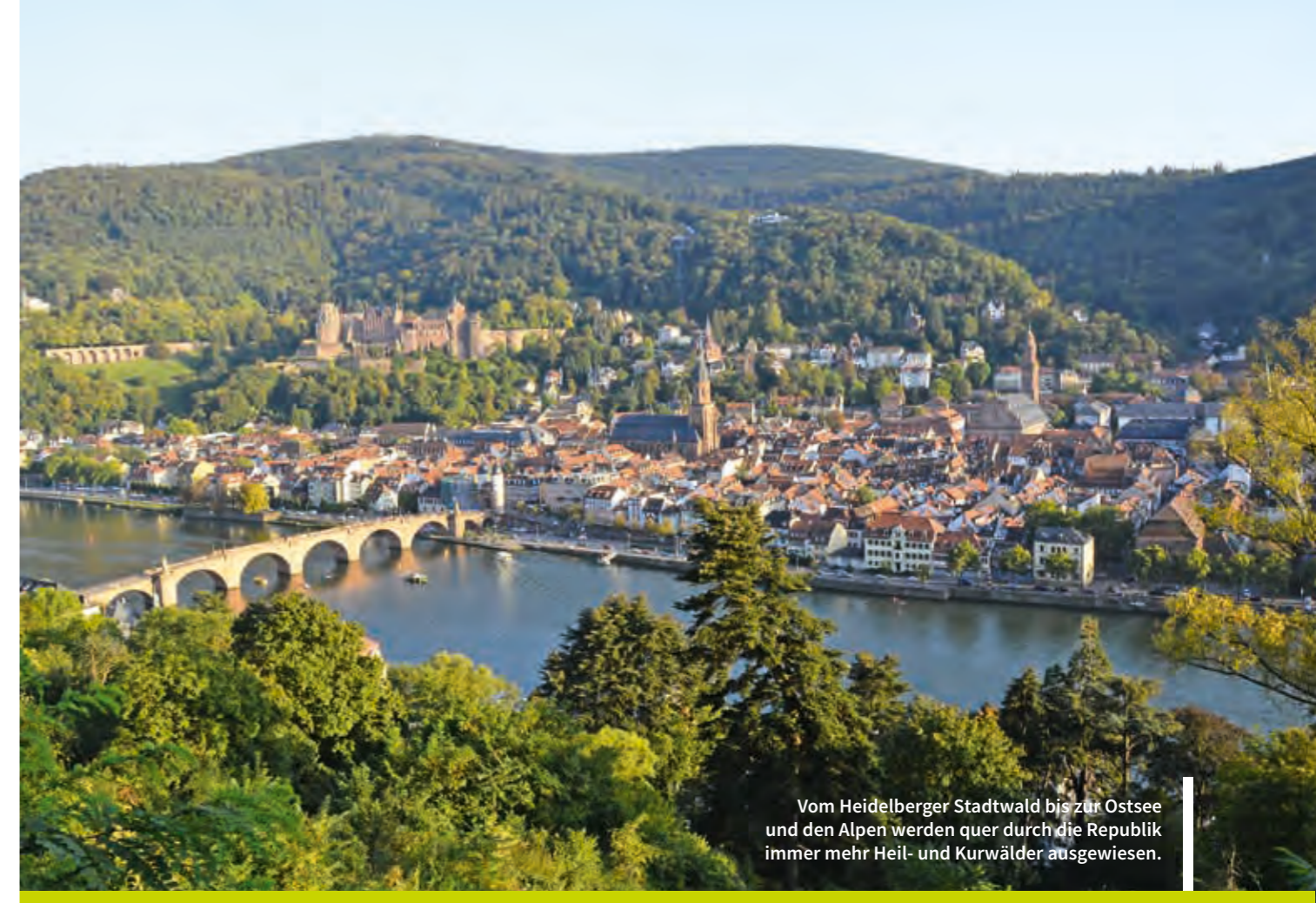
# ZUR KUR IN DEN WALD



## WAS HINTER DEN ZERTIFIZIERTEN HEIL- UND KUR- WÄLDERN STECKT



Für Kinder ist er ein Paradies. Stadt- wie Landbewohner schätzen ihn als Ort der Entspannung und des Ausgleichs. Wald und Mensch zeichnet ein spezielles Verhältnis aus, es produzierte Geschichten von religiöser Verehrung, aber auch von flächendeckender Abholzung. Eine Neue kommt jetzt in Form der Kur- und Heilwälder hinzu. Orte, an welchen der Lebensraum Wald mit allem, was er uns Menschen und unserem Wohlbefinden Gutes tut, wahrlich unter die Haut geht.



Vom Heidelberger Stadtwald bis zur Ostsee und den Alpen werden quer durch die Republik immer mehr Heil- und Kurwälder ausgewiesen.

Erholung und Ruhe zu finden ist essentieller denn je. Seelische und körperliche Erschöpfung, psychische Angeschlagenheit oder gar Depressionen sind längst nicht mehr nur Einzelfälle. Intuitiv tanken viele ihre Energie im Wald auf, dessen beruhigende Wirkung wissenschaftlich nachgewiesen ist. Seine natürlichen Reize, die im Gegensatz zur Stadt vorhersehbar und unaufdringlich auftreten, überfluten die Sinnesorgane nicht. Waldluft enthält außerdem bis zu 90 Prozent weniger Schadstoffe als Stadtluft. Und sie dient zur Übermittlung für die von Bäumen und Sträuchern abgesonderten Terpene. Stoffe, die sich positiv auf das Immunsystem auswirken.

### Erholung und frische Luft: Wald als Therapie-Bestandteil

Umgesetzt werden diese heilsamen Erkenntnisse bereits in verschiedenen Modellen der Pflege- und Heilkunde. Auch im Konzept der Kur- und Heilwälder kommen die positiven Aspekte der Erholung zum Tragen. So werden deutschlandweit bereits seit längerem Gütesiegel vom Waldzertifizierungssystem PEFC vergeben. 2021 sprang auch Bayern auf und zertifizierte seine ersten Kur- und Heilwälder im Freistaat. Das innerdeutsche Urlaubsmekka Mecklenburg-Vorpommern geht sogar noch einen Schritt weiter und betreibt mittlerweile eine internationale Zertifizierungsstelle für Heilwälder.

Das Ziel: Waldgesundheit in Form verschiedener Aktivitäten als therapeutischen Bestandteil für Prävention und Heilung zu etablieren. Der Bäderverband Mecklenburg-Vorpommern schreibt etwa in seinem Wegweiser zur Entwicklung von Heilwäldern und Kurwäldern: „Der Wald soll Wald bleiben!“ Diesem Leitspruch

folgend bieten die Kur- und Heilwälder im Bundesland verschiedene Möglichkeiten der Gesundheitsförderung an. So können Besucher des Ostseebades Heringsdorf beispielsweise einen Motorikpfad im Wald beschreiten oder meditative Bewegungstherapien nutzen.

Doch nicht nur in Mecklenburg-Vorpommern sprießen Kur- und Heilwälder wie Pilze aus dem Boden. Von Lahnstein in Rheinland-Pfalz über den Heidelberger Stadtwald bis nach Baden-Württemberg und Bayern erhalten immer mehr Wälder diesen besonderen Status. Bayern wies erstmals 2022 in insgesamt 16 Gemeinden Kur- oder Heilwälder aus, die das „Qualitätssiegel Waldgesundheit“ erhielten – unter anderem in Bad Reichenhall, Pfronten und Treuchtlingen bis nach Bad Alexandersbad.

### Waldbaden und mehr

Dass im Süden der Republik ähnlich hohe Standards gelten wie im Norden, zeigt ein Streifzug durch das Programm des Heilwaldes in Bad Füssing in der Nähe von Passau. Dort führen ausgebildete Therapeuten mitunter durch einen persönlichen Jahresrückblick der Teilnehmer, inklusive einer begleiteten Zielfestsetzung für das nächste Jahr. Daneben sind diverse Kurse zur aktiven Auseinandersetzung mit dem Thema Wald angeboten, die oft auf dem **Prinzip des „Waldbadens“** beruhen. Dieses Konzept wurde ursprünglich von japanischen Wissenschaftlern unter dem Namen „Shinrin Yoku“ erforscht und findet in Deutschland immer mehr Anhänger. Waldtherapien, die auf den Ansatz des Waldbadens zurückgreifen, werden beispielsweise unterstützend in der Behandlung von Depressionen, Burnout und psychischen Stressbelastungen eingesetzt. ▶





## DER FEINE UNTERSCHIED: KUR- ODER HEILWALD

Auch wenn sich die grundlegende Ausrichtung ähnelt, unterscheiden sich Kur- und Heilwälder voneinander in der Umsetzung. **Kurwälder** und ihre Angebote sollen Gästen und Besuchern in erster Linie zur Prävention, also zur Vorbeugung von Krankheiten dienen. Und sie sind ein Ansatz zur Behandlung von „Volkskrankheiten“ wie Rückenschmerzen oder Übergewicht und Bewegungsmangel. Daher sind die dort angebotenen Aktivitäten frei zugänglich und ohne Begleitung von ausgebildeten Experten durchführbar. Die Übungen werden meist auf Schildern erklärt.

Im Gegensatz dazu richtet sich das Angebot eines **Heilwaldes** an kranke Patienten. Beispielsweise um einen erneuten Ausbruch der Krankheit zu verhindern oder um den Heilwald zur weiteren Genesung und Wiederherstellung der Gesundheit und des Wohlbefindens zu nutzen. Um diese Ziele schnellstmöglich zu erreichen, sind Heilwälder in den meisten Fällen in das Kurprogramm eines Therapiezentrums vor Ort oder in der Nähe integriert. Die angebotenen Therapien und Übungen sind also über einen Therapieplatz oder entgeltlich nutzbar.

Sicher ist: Unsere Beziehung zum Wald wird um ein weiteres Kapitel ergänzt. Doch diesmal um eines, das uns Menschen wieder näher an ein naturgegebenes Biotop heranbringt, das mehr denn je eine wichtige Rolle spielt. Dass etwa 33 Prozent der Fläche Deutschlands mit Wald bedeckt ist, kommt dieser Entwicklung zusätzlich zu Gute. Wer also noch nach einem Ausgleich zum stressigen Alltag sucht, findet einen Kur- oder Heilwald bestimmt auch in seiner Nähe. ●



### JAPANISCHE WURZELN

Seinen Ursprung findet das Waldbaden in Japan, wo Dr. Qing Li seit 1982 die Heilkraft des Waldes erforscht und diese wissenschaftlich bestätigte. In der Bezeichnung „Shinrin Yoku“ sind die Begriffe für großer / kleiner Wald und Yoku für Baden zusammengeführt. Seit 2007 existiert in Japan die Gesellschaft für Waldmedizin, der Dr. Qing Li vorsitzt, seit 2012 ergänzen Forschungszweige an japanischen Universitäten die Waldmedizin.



# Fingerfood für jede Gelegenheit

Nicht nur auf Feiern ist Fingerfood beliebt. Wenn mittags oder abends die Zeit für das große Aufkochen zu knapp wird, stellen die kleinen Happen eine kreative Abwechslung dar. Hier zwei leckere Varianten.

## Spaghetti Carbonara-Muffins

### Zutaten (für 12 Stück):

- 250 g Spaghetti
- 1 Zwiebel
- 100 g Parmesan, gerieben
- 3 Eigelb
- 70 g Bacon, gewürfelt
- 100 ml Schlagsahne
- Salz und Pfeffer

### Zubereitung:

1. Die Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.
2. Gewürfelte Zwiebel mit Speck in die Pfanne geben und andünsten.
3. Spaghetti mit Gabel und Löffel zu einem Nest formen und in eingefettete Muffinformen legen.
4. Parmesan mit Eigelb und Sahne vermischen und Pfanneninhalte hinzugeben. Gleichmäßig auf die Nester verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Backofen auf 180° Ober-/Unterhitze vorheizen, Nester ca. 25 Minuten backen.



## Käsekrapfen

### Zutaten (für 30 Stück):

- 50 g Butter
- 125 g Mehl (Typ 405)
- 3 Eier
- 150 g Käse, gerieben
- 1 TL Salz
- Etwas Muskat und Pfeffer

### Zubereitung:

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Butter, Wasser und Salz in einem Topf aufkochen lassen. Hitze reduzieren und Mehl zugeben.
3. So lange rühren, bis ein Teig entsteht. In einer Rührschüssel die Eier einkneten. Mit Pfeffer und Muskat würzen und Käse hinzugeben.
4. Aus dem Teig kleine Bällchen formen und auf ein mit Backpapier bestücktes Backblech legen. Ca. 20 Minuten backen, bis die Krapfen eine goldbraune Farbe annehmen.



## Servierempfehlung

Käsekrapfen sind nicht nur pur ein Genuss. Durch ihren intensiven Geschmack können sie auch als Suppenbeilage verwendet werden, beispielsweise in einer Gemüsesuppe.

## Dampfgaren und Combigaren so leicht wie nie

Lassen Sie Ihrer Kreativität in der Küche freien Lauf. Bereiten Sie aromatische Gerichte mit intensivem Geschmack im Miele Dampfbackofen HC Pro zu. Jetzt neu mit innovativer Selbstreinigungsfunktion HydroClean.

Miele. Immer Besser.

miele.de

### DIY-Tee

# Herzlich verpackt

Selbst zusammengestellte Teemischungen sind je nach Genuss- oder Wirkungsziel schon alleine durch das individuelle Arrangement etwas Besonderes. Noch persönlicher wird es im herzförmigen Teebeutel mit kleiner Grußbotschaft.

#### Das wird benötigt:

- ♥ Teefilterbeutel aus Papier
- ♥ Schere ♥ Nadel ♥ Näh- und Stickgarn (unbehandelte Baumwolle)
- Ggf. festes Papier und Stift für Grußbotschaft

1. Aus dem Teebeutel zwei Herzen zuschneiden (Beutel in der Mitte falten oder mit Bleistift vorzeichnen und ausschneiden)
2. Herzen zusammennähen (geht auch mit Nähmaschine), eine kleine Öffnung lassen und die Teemischung einfüllen, Öffnung vernähen
3. Stickgarn einfädeln, verknoten und durch den Rand des Teebeutels ziehen
4. Papier auf gewünschte Grußkärtchen-Größe zuschneiden, in Schönschrift beschriften  
Wer möchte, kann das Kärtchen direkt an das Stickgarn fädeln.



#### Die perfekte Teemischung

Der Knackpunkt einer gelungenen Teemischung liegt in der Zutaten-Kombination und der Auswahl der Wirkung. Alle Zutaten müssen in die gleiche Richtung wie die Basispflanze wirken, die z. B. vorgibt, ob eine Entspannungstee- oder Erfrischungskomposition zusammengestellt wird. Die ideale Teemischung besteht aus:


- 40–50 % Basispflanzen oder -kräuter**  
(max. 2, z. B. Melisse, Kamille, Zitronenverbene)
- 15–20 % Aromapflanzen**  
(Geschmacks- und Verträglichkeitsverstärker, z. B. Minze, Fenchel, Ingwer oder Vanillestange)
- 15–20 % Füllpflanzen**  
(volumengebend, z. B. Melissen- oder Himbeerblätter, Minze)
- 20 % Schmuckpflanzen**  
(zur Verschönerung, z. B. Ringel- oder Kornblume, Malve)





# STIMMT DAS? HAUSHALTSMYTHEN

Jede oder jeder entwickelt bei den Heimarbeiten eine gewisse Routine. Und ganz eigene Gewohnheiten, nach denen gewaschen, gekocht, gehaushaltet wird. Doch nicht alles, was man glaubt, richtig zu machen oder vom Hörensagen verbreitet ist, stimmt so. Was ist korrekt, was nicht und wie geht's richtig? Hier einige weit verbreitete Haushaltsmythen unter der Lupe.



## BANANEN nicht im Kühlschrank lagern?

Bananen und andere Südfrüchte sind wärmere Gebiete gewöhnt und erhalten nur bei Zimmertemperatur ihre Genussreife. Sind sie jedoch ausgereift, bleiben sie durchaus im Kühlschrank länger frisch – am besten im Gemüsefach, keinesfalls in der Tiefkühlung einen „Kälteschock“ verpassen.

# AUFGEKLÄRT



## KEIN METALL in die Mikrowelle?

Aufgrund der Funkengefahr gilt Geschirr aus Metall für die Mikrowelle oft als nicht geeignet. Dem ist aber nicht generell so. Eine Studie des Fraunhofer-Instituts belegte, dass Schalen aus Alu und Stahl dann mikrowellentauglich sind, wenn sie nach oben geöffnet und randvoll befüllt sind.



## FLEISCH vor dem Kochen abspülen?

Wer Fleisch durch Abwaschen mit Wasser von Erregern befreien will, fördert eher deren Vermehrung. Denn die gängige Wassertemperatur aus dem Hahn tötet Bakterien und Erreger nicht ab, sondern verteilt sie rund um die Spüle. Wichtiger ist: Fleisch bei Temperaturen von mind. 70 Grad garen oder gut durchbraten.



## Hygienische Reinheit nur bei 90 GRAD?

Putzlappen, Unterwäsche oder Handtücher sollen rückstandslos rein gewaschen werden. Da die Mehrheit der Bakterien, Viren und die Hausstaubmilbe schon bei 60 Grad absterben, reicht dies in der Regel aus und ist zudem ökologischer. Nur wer nach ansteckenden Infektionen oder einem Parasitenbefall auf Nummer sicher gehen will, kann Koch- und Baumwollwäsche bei 90 Grad waschen.



## Frisst die Waschmaschine Socken?

Nicht wirklich, wenngleich manches Verschwinden verwundert. Das liegt an der Bauart von Waschmaschinen. Speziell dünnere Socken klemmen sich gerne zwischen Dichtungsgummi und Waschtrommel fest und können von dort ins Innere der Maschine rutschen oder sich am Heizstab auflösen.



## FISCH und SPINAT nicht aufwärmen?

Richtig ist: Fisch verdirbt wegen hohem Eiweißanteil rasch und Spinat enthält Nitrat, das Bakterien in giftiges Nitrit umwandeln kann. Beides ist aber durch optimale Kühlung und Lagerung vermeidbar: Reste von Spinat und Fisch am besten schnell herunterkühlen, niedrig temperiert lagern und am Folgetag gut erhitzen – Fisch bei mind. 70 Grad!



## Tote BAKTERIEN dank Tiefkühlung?

Tatsächlich hören Bakterien bei -18 Grad auf zu arbeiten und sich zu vermehren. Werden betroffene Lebensmittel aufgetaut, erwachen aber auch Bakterien wieder zum Leben. Daher sollte Aufgetautes beim Kochen stets gut erhitzt werden.

# Vorschau



American Style  
**KÜCHEN-NOSTALGIE AUF AMERIKANISCH**



Mein stummer Sekretär  
**DIE PERFEKTE SCHREIBTISCH-ORGA**



Die nächste **WohnSinn**  
Heft 2/2023 erscheint im  
**September 2023**



Samt & Sofa  
**SOFTE STOFFE FÜR BEHAGLICHES SITZEN**

## IMPRESSUM

### WOHNSINN

Das Mitgliedermagazin von TopaTeam  
Ausgabe 1/2023 · erscheint 2 x jährlich ·  
Auflage 70.000 Exemplare

### REDAKTION, GESTALTUNG UND DRUCK:

mgo360 GmbH & Co. KG  
Gutenbergstraße 3 · 96050 Bamberg  
Telefon: 0951 / 188-188  
wohnsinn@mgo360.de · www.mgo360.de

### BILDNACHWEIS

Beckermann - S. 9, 13, 14, 21 | Bora - S. 16 | Burgbad - S. 4, 32 |  
Ciling - S. 23 | Colico - S. 14 | Domus - S. 24 | Elza - S. 28, 30,  
31 | Ferrom - S. 12, 14 | Forcher - S. 19, 20, 24, 33 | Häble  
Hotzenwald Küchen - S. 50 | Hydrosoft - S. 35 | Joka - S. 7, 19,  
50 | KH-Systemmöbel - S. 9 | LeuchtNatur - S. 23 | Mayer Sitz-  
möbel - S. 12, 13, 14 | Nobilia-Bad - S. 33 | Nobilia - S. 9 | Nobilia-  
Wohnen - S. 24 | Nolte - S. 4, 6, 8, 10 | ProNatur/Joka Kap-  
samer GmbH - S. 28, 31 | Relax - S. 4, 30 | Rempp - S. 9 |  
Fügl'sche Schreinerei - S. 37 | Teka - S. 6 | TrendNatur - S. 50 |  
Wood - S. 10 | Privat - S. 47 | Jana Lenhard; S. 35 | Olymp Werk  
GmbH | Adobe Stock - S. 2 | Mara Zengalierte; S. 5 | Tomasz; S. 8  
manbetta; S. 10 | fotobieshutter; S. 18 | Olga Rai; S. 21 | vit\_Kit-  
amin; S. 22 | Pixel-Shot; S. 27 | rakT; S. 28 | chones; S. 29 | chones,  
studybos, Simone; S. 38 | Deyan Georgiev, ale\_koziura; S. 39  
Karin Jähne, David, Martin Grimm; S. 41 | vencav; S. 42 | U. J. Al-  
exander; S. 43 | Simon Dannhauer; S. 44 | David Pastyka, U. J. Al-  
exander; S. 45 | Carey | Apple Color Emoji - S. 48, 49 | iStock - S.  
2 | KatarzynaBialasiewicz | Shutterstock - S. 5 | Vinicius R. Souza,  
Tomasz Klejdysz; S. 6 | Number 86; S. 18 | Lopolo, pictorexniks; S.  
19 | Volosovich Igor; S. 26 | JB Frames; S. 41 | Boris Bulychev; S. 42  
Twin Sails; S. 45 | Anna Shepulova

### Die WohnSinn im Abo

Sie haben Interesse, die neueste  
WohnSinn-Ausgabe immer automatisch per  
Post nach Hause geliefert zu bekommen?

Alle Infos zur Abo-Bestellung erhalten Sie unter  
**wohnsinn-meisterhaft.de/magazin-  
bestellformular**

Oder nebenstehenden QR-Code scannen.



Nur das Logo?  
Für uns zählt  
das Gesicht  
dahinter...



**www.orphideal-  
image.com**

## IMPRESSUM

**www.orphideal-image.com**

Das Orhideal®-IMAGE Magazin ist ein  
Cross-Marketing-Projekt der interna-  
tionalen Marke Orhideal und erscheint  
monatlich als Gemeinschaftswerbung  
der beteiligten Unternehmer.

**Bezugsquelle:** Sonderdrucke monatlich  
bei beteiligten Unternehmen, bei  
Verbreitungspartnern in D, A, CH erhält-  
lich. PDF Ausgabe zum Download.

**Verbreitungspartner auszugsweise unter:**  
www.image-magazin.com PARTNER  
je nach Bedarf und Möglichkeiten limi-  
tierte Printexemplare, Online-Streuung  
unbegrenzt in Zeitraum und Menge,  
über das Podium und den Kiosk

### Koordination/ PR-Konzeption:

Orhidea Briegel • Herausgeberin  
Orhideal® International  
83607 Holzkirchen  
www.orphidea.de • www.orphideal.com  
Direkt Leitung: 0177 - 3550 112  
E-mail: orhidea@orphideal-image.com

Orhideal-Magazin-Sharing® - sich ein Magazin  
teilen und sich gegenseitig bekannt machen!  
So wird ein eigenes Kundenmagazin bezahlbar  
und optimal verbreitet:

Nach diesem Prinzip verteilen die präsentierten  
& präsentierenden Unternehmen das IMAGE  
Magazin als schriftliche Referenz aktiv und  
ganz persönlich in ihren Wirkungskreisen, an  
ihre Kunden und Geschäftspartner direkt am  
Point-of-Sale, durch ihre Vertriebsteam, in ihren  
Kursen und Seminarunterlagen, auf ihren Mes-  
seständen, durch monatlichen Postversand, in  
ihren Räumlichkeiten, auf ihren Hotelzimmern,  
auf Veranstaltungen u.v.m. Zur Zeit erreichen  
wir auf diese persönliche Weise monatlich über  
20.000 Unternehmer, Entscheidungsträger und  
Top-Verdiener in D, A & CH als Multiplikatoren.

Alle Inhalte basieren auf Angaben der empfo-  
hlenen Unternehmen. Das Magazin dient dazu,  
auf Persönlichkeiten und deren Leistungen  
aufmerksam zu machen. Bedenken Sie: Alle  
Leistungen, die im Magazin empfohlen werden,  
können nicht durch die Experten überprüft  
werden. Empfehlungen bleiben Empfehlungen  
und sind keine Garantie für die Qualität einzel-  
ner Leistungen und Produkte. Für die Richtigkeit  
der Angaben und Folgen aus der Inanspruch-  
nahme empfohlener Leistungen haften aus-  
schließlich die empfohlenen Unternehmen.

Seitens Orhidea Briegel und der Experten  
kann keine Haftung übernommen werden.  
Nachdruck und Kopie - auch auszugsweise -,  
Aufnahme in Online-Dienste und Internet, Ver-  
vielfältigung auf Datenträger wie CD-Rom, DVD  
usw. nur mit schriftlicher Genehmigung von  
Orhidea Briegel und der Experten. Für unver-  
langt eingesandte Manuskripte und Fotos keine  
Gewähr. Die für sich werbenden Unternehmen  
(Experten) tragen alleine die Verantwortung  
für den Inhalt und die rechtliche Zulässigkeit  
der für die Insertion zur Verfügung gestellten  
Text- und Bildunterlagen sowie der zugelierten  
Werbemittel. Der Experte stellt Orhidea Briegel  
im Rahmen seines Kolumnen-Anzeigenauftrags  
von allen Ansprüchen Dritter frei, die wegen  
der Verletzung gesetzlicher Bestimmungen  
entstehen können.

**Bildnachweis: eingereichte Material der für  
sich werbenden Unternehmen • Motive von  
Fotolia.com** | Ivcans, © xy, © Nejrnon Photo,  
© alexandre zweiger, © fotodesign-jegg.de, ©  
FrameAngel, © Mopic, © MK-Photo, © JFL Pho-  
tography, © WavebreakMediaMicro, © icnsaps,  
© Mopic, © poplans, © Radoslaw Frankowski

Danke an <http://de.123rf.com/> & Pixabay