

Interview mit
Dennis Schwager
Geschäftsführer Shisha
Cloud GmbH
Seite 22 und 23

ULM.TV

AUSGABE 1
JULI
2020



www.ulm.tv

DAS NACHRICHTENPORTAL AUS ULM



EXKLUSIV-INTERVIEW MIT ÖL-GIGANT

ERNST PROST:

**„SOLL ICH GELD ZU MEINEM
FETISCH ERHEBEN?“**

SEITE 20 UND 21



BMW X-DRIVE 24

LOW CARB 30

S.OLIVER: SARA NURU 48



Sicherheitsdienst und Detektei



**OBERBÜRGERMEISTER CZISCH IM INTERVIEW
SEITE 18 UND 19**

ISSN: 2700-7502

SICHERHEITSDIENST & DETEKTEI



Wir sind die Säulen Ihrer Sicherheit

www.KENFBELY.de

0731 60 27 4444

SCHÖNE AUSSICHTEN



Liebe Leserinnen, liebe Leser.

Seid Ihr auch schon mitten im „normalen“ Alltag gelandet?! Homeoffice und freie Tage gehören immer mehr der Vergangenheit an. Jeder für sich, hat Höhen und Tiefen erlebt. Wir haben die Krise gut aber auch stressig überwältigt. In dieser schweren Zeit ein Magazin zu gestalten und Werbepartner zu generieren hat einiges abverlangt.

Dieses Magazin ist unsere erste Ausgabe und ich bin voller Hoffnung das noch viele weitere folgen.

Wir stellen Euch interessante Menschen vor, die wir kennenlernen dürfen. Regionale Nachrichten so wie Infos zum In- und Ausland. Gefolgt von Rubriken wie: Kunst & Kultur, Technik, Erfolg & Business, Sport, Beauty & Gesundheit, Film & TV.

Als ich diese Zeilen schrieb, saß in meinem Büro und fragte mich, ob sich überhaupt irgendjemand dieses Vorwort durchliest. Habe ich selbst jemals ein Vorwort durchgelesen?

Abschließend ein Spruch der mir in Erinnerung geblieben ist: Wer langsamer geht, sieht mehr! Vielleicht können wir uns für dieses Jahr vorsehen, langsamer und aufmerksamer durch das Leben zu gehen. Zeit für Dinge zu nehmen, die man schon immer einmal machen wollte. Sich mit Freunden und Familie treffen und diese Momente bewusst genießen. Ob das machbar ist?

In diesem Sinne, langsam lesen...

Tugba Özkaya
Geschäftsführerin

IMPRESSUM

Herausgeber:
Ulmer Agentur
Auf dem Gries 17
89312 Günzburg

Geschäftsführerin:
Tugba Özkaya

Telefon:
Festnetz 08221 259 92 36
Mobil 0162 368 66 01

Email:
info@ulmer-agentur.de

Internet:
www.ulmer-agentur.de

Druck:
Wir Machen Druck GmbH
Mühlbachstraße 7
71522 Backnang

Redaktion:
Claudio Altavini, Jenny Zerr

Marketing:
Claudio Altavini

Design:
Ibrahim N. Özcan

Titelfoto:
Ernst Prost, Gunter Czisch

Bankverbindung
Sparkasse Günzburg
IBAN DE71 7205 1840 0040 4170 16
BIC: BYLADEM1GZK

INHALTSVERZEICHNIS

DREI FRAGEN AN DEN LEITER DER NOTFALLSELSORGE LUDWIGSBURG

SEITE 5

STADTBÜCHEREI NEU-ULM WILL NEUE ALBEN VON REGIONALEN MUSIKERINNEN UND MUSIKERN PRÄSENTIEREN

SEITE 6

BLAUTAL-CENTER ULM: AUSSTELLUNG „DIE TERRAKOTTAARMEE & DAS VERMÄCHTNIS DES EWIGEN KAISERS“

SEITE 7

GESCHÄFTSSTELLE DER ZUKUNFT“ AM EHINGER TOR ERÖFFNET

SEITE 8

DAS NEUE CORONAVIRUS VERSTEHEN: FORSCHUNGSPROJEKTE ERGRÜNDEN EIGENSCHAFTEN UND AUSBREITUNG VON SARS-COV-2

SEITE 10

OBERBÜRGERMEISTER CZISCH IM INTERVIEW

SEITE 18

INTERVIEW MIT ERNST PROST

SEITE 20

INTERVIEW MIT DENNIS SCHWAGER

SEITE 22

EFFIZIENTE TOPSPORTLER: DIE NEUE BMW M340D XDRIVE LIMOUSINE UND DER NEUE BMW M340D XDRIVE TOURING

SEITE 24

7 TIPPS FÜR EINE GESUNDE DIÄT

SEITE 29

LAW CARB DIÄT

SEITE 32

THE SERO: SAMSUNG ERMÖGLICHT MIT SEINEM LIFESTYLE TV FERNSEHEN IM HOCHFORMAT, DYNAMISCHES EINRICHTUNGSDESIGN UND VERNETZTES WOHNEN

SEITE 36

HUAWEI: GESCHÄFTSZAHLEN 1. QUARTAL 2020

SEITE 37

COVID-19: FOTOS AUS ALLER WELT

SEITE 42

TÄGLICHER LAGEBERICHT DES RKI ZUR CORONAVIRUSKRANKHEIT-2019 (COVID-19)

SEITE 44

DER PASSENDE OBERFLÄCHENSCHUTZ FÜR MASSIVHOLZMÖBEL

SEITE 48

SARA NURU IST DIE ERSTE BOTSCHAFTERIN DES S.OLIVER NACHHALTIGKEITSPROGRAMMS WE CARE

SEITE 50

DIE BREITLING TOP TIME LIMITED EDITION DIE UNKONVENTIONELLE MODERNRETRO-UHR

SEITE 51

FILMTIPPS: HITMAN UNDEAD & LIEBE AUF REZEPT

SEITE 52

KREUZWORTRÄTSEL

SEITE 56

BUßGELDKATALOG 2020

SEITE 58

ERSTE HILFE - KINDERNOTFÄLLE

SEITE 60

VERHALTEN IM BRANDFALL - BRÄNDE VERHÜTEN

SEITE 61

„SUIZIDE UND HÄUSLICHE GEWALT KÖNNEN WEGEN CORONA ZUNEHMEN“

Drei Fragen an: Den Leiter der Notfallseelsorge im Landkreis Ludwigsburg



Pfarrer Ulrich Gratz im Rettungswagen.
NfS Ludwigsburg / elk-wue.de

Ludwigsburg - Auch für die Notfallseelsorge ist die Corona-Zeit eine Ausnahmesituation, sagt Ulrich Gratz, Leiter der Notfallseelsorge im Landkreis Ludwigsburg und evangelischer Pfarrer in Oberriexingen. Im Gespräch mit dem Evangelischen Pressedienst (epd) erklärt er, wie die Notfallseelsorge sich auf die Pandemie eingestellt hat und was Menschen tun können, die sich vor dem Virus fürchten.

Herr Gratz, was hat sich seit Corona in Ihrer Arbeit als Notfallseelsorger verändert?

Anfangs mussten wir überlegen, wie wir dafür sorgen, dass die Mitarbeiter sich nicht selbst in Gefahr bringen, oder sich durch ihren Dienst anstecken und das Virus weitergeben. Gemeinsam mit dem Roten Kreuz und dem Katastrophenschutz haben wir verschiedene Maßnahmen entwickelt: So können Mitarbeiter ohne Gesichtverlust freiwillig während der Pandemie pausieren, und jeder Einsatz kann abgelehnt und auch abgebrochen werden. Außerdem tragen die Notfallseelsorger FFP2-Masken bei ihrem Einsatz, bei Corona-Verdacht gibt es zudem zusätzliche Ausrüstung bis hin zum Vollschutz.

Die Supervision nach den Einsätzen wird wichtiger, da die Gesamtsituation angespannter ist. Beispielsweise können Menschen, denen man begegnet, schon ziemlich auf Kante sein, bevor wir kommen und ihnen einen unvorhergesehenen Todesfall übermitteln. Das kann sie dann noch härter erwischen, als es sie sowieso schon ohne Corona getroffen hätte. Mit zunehmender Einsamkeit oder anderen Problemen, die durch Corona verschlimmert werden, haben auch die normalen Seelsorger wie Pfarrer verstärkt zu tun.

Gibt es seit der Pandemie mehr Einsätze in der Notfallseelsorge?

Noch gibt es keine Häufung von Suiziden oder häuslicher

Gewalt, zu denen wir gerufen werden. Aber ich erwarte, dass eine solche Steigerung von Fällen zeitverzögert auftritt. Außerdem waren wir von Anfang an eingebunden bei der Erstellung von Konzepten für die psychosoziale Notfallversorgung von Mitarbeitern in Kliniken. Denn man hat befürchtet, dass diese wegen der erwarteten Überlastung der Kliniken wie in Italien gezwungen werden, entscheiden zu müssen, wer an das Beatmungsgerät darf und wer nicht und deshalb enormer Belastung ausgesetzt sind. Dank entsprechender Maßnahmen ist das zum Glück nicht eingetreten.

Glaubt nicht alles! Und nehmt nur Leute ernst, die das auch verdient haben.

PFARRER ULRICH GRATZ

Was raten Sie als Seelsorger den Menschen, die in Angst leben wegen der Corona-Pandemie?

Glaubt nicht alles! Und nehmt nur Leute ernst, die das auch verdient haben. Ich kann nicht verstehen, welches Interesse Leute haben können, Verschwörungstheorien der blödesten Art in die Welt zu setzen. Außerdem sind Pfarrer per Telefon weiterhin seelsorgerlich erreichbar. Vielerorts sind Kirchen geöffnet für eine persönliche Andacht, oder um Gebete aufzuschreiben, oder Kerzen anzuzünden.

Ich würde jedem raten, aus der Opferhaltung rauszugehen und zu sagen, ich packe mein Leben mit beiden Händen an und gestalte es in dem Rahmen, in dem es geht. Gerade in dieser Zeit kann man die Kommunikation intensivieren, die Gespräche über den Gartenzaun, die unverhofften Anrufe. Man kann sich auch hinsetzen und ganz altmodisch einen Brief oder ein Tagebuch schreiben.

NEUE MUSIK IM FOKUS

Stadtbücherei Neu-Ulm will neue Alben von regionalen Musikerinnen und Musikern präsentieren / Bewerbungen sind ab sofort möglich



Die Neu-Ulmer Stadtbücherei möchte Alben von regionalen Musikern präsentieren.

Die Stadtbücherei Neu-Ulm möchte regionalen Musikerinnen und Musikern, die derzeit aufgrund der Coronapandemie keine Auftritte haben und sich auch nicht vor Publikum präsentieren können, eine Plattform bieten. Sobald die Bücherei ihre Pforten für die Öffentlichkeit wieder öffnen darf, sollen neue Alben von Künstlerinnen und Künstlern aus der Region aus- und vorgestellt werden.

„Wir werden das CD-Regal „Künstler/Band im Fokus“ einrichten, auf dem ausschließlich neue regionale Musik präsentiert wird“, erklären die Leiterinnen der Bücherei, Stephanie Schütz und Michaela Horak. Beide wissen nur zu gut: In Corona-Zeiten haben es nicht nur die geschlossenen öffentlichen Einrichtungen schwer, sondern vor allem auch Musikerinnen und Musiker. Nachdem quasi alle größeren Veranstaltungen bis mindestens Mitte des Jah-

res abgesagt werden mussten, fehlt den meisten Künstlern auf absehbare Zeit eine Bühne, auf der sie sich und ihre Musik präsentieren können. So kam der Bücherei die Idee, Musiker und Publikum auf anderem Wege zusammen zu bringen. „Egal ob nun Solokünstler oder imposantes Orchester, Rock oder Pop, Youngster oder alter Hase – wir möchten auf unserem Musikneueiten-Regal einen vielfältigen Querschnitt der regionalen Musikszene abbilden“, so Horak und Schütz.

Einzige Voraussetzung:

Die neuen Stücke der Musikerinnen und Musiker sollten bereits veröffentlicht sein.

Ausgewählte CDs werden nach der Wiedereröffnung der Stadtbücherei jeweils für zwei Wochen dort an prominenter Stelle präsentiert. Anschließend werden die Alben in den Medienbestand der Bücherei integriert. „Wir sind uns sicher: In der Stadt und im Umkreis gibt es viele Nachwuchsmusikerinnen und Nachwuchsmusiker, die tolle Musik machen, diese aber derzeit nicht vorstellen können. Mit unserem Neueitenregal bieten wir ihnen eine Bühne und somit die Chance, ihre lokale Bekanntheit zu steigern“, so die Verantwortlichen der Bücherei.

Bewerbung:

Interessierte Musikerinnen und Musiker aus Neu-Ulm, Ulm oder der Region (bis circa 20 Kilometer Umkreis) können sich per Mail an stadtbuecherei@neu-ulm.de mit einem maximal zwei DIN A4 Seiten langen Band- bzw. Künstlerportrait bei der Stadtbücherei Neu-Ulm bewerben.

NORMALBETRIEB RÜCKT NÄHER

Der Flughafen Memmingen geht einen weiteren Schritt in Richtung Normalbetrieb. Seit dem heutigen Montag (11. Mai) ist er zu bestimmten Zeiten wieder generell für den Flugbetrieb geöffnet. Das betrifft sowohl den Linien- und Charterflugverkehr wie Privatpiloten.

Seit 5. April galt in Memmingen die sogenannte PPR-Regelung. Das Kürzel steht für Prior Permission required und bedeutet, dass Linienflüge, Hilfs- und Rettungsflüge, Organtransporte oder der Betrieb von Businessjets nur nach vorheriger Anmeldung stattfinden konnten. „Seit heute“, so berichtet Marcel Schütz, Bereichsleiter Aviation, „ist diese Anmeldung zwischen 7.30 und 16.30 Uhr nicht mehr notwendig.“ Weiterhin gelten vor Ort strenge Abstands- und Hygieneregeln. Das Terminal wird nur für gebuchte Passagiere von Linien- und Charterflügen geöffnet. Die Fluggesellschaft Wizz Air unterhält zurzeit die Verbindungen von Memmingen nach Sofia und Varna in Bulgarien, weitere Ziele sollen in Kürze folgen.

„Der Neustart betrifft auch alle Privatpiloten und Flugschüler, die in den letzten Wochen ihr Hobby nicht ausüben konnten“, berichtet Schütz. Denn auch sie fallen unter die Lockerungen, die in Bayern für Sport im Freien und mit Abstand ab heute gültig sind. Allerdings gelten auch hier strenge Hygieneauflagen. So darf Flugsport nur durchgeführt werden, wenn keine Verdachtssymptome für eine COVID 19 Erkrankung vorliegen. Im Zweifel sei von einer Ausbildung abzusehen. Theorieunterricht

hat, wo möglich, durch E-Learning, Videokonferenzen und Distance-Learning zu erfolgen. In der Praxisausbildung ist Mundschutz zu tragen. Flugvorbereitungen sollen grundsätzlich individuell erfolgen. Ein Tipp der Flughafen-Verkehrsleiterin und Pilotin Julia Baumann: „Die verkehrsarme Zeit an unserem Airport kann gerne von allen Piloten genutzt werden, um das Verhalten an einem kontrollierten Verkehrsflughafen aufzufrischen und zu trainieren.“ Obwohl momentan geringer Betrieb herrsche, müssten jedoch die Luftraumregeln genau beachtet werden.



AUSSTELLUNG „DIE TERRAKOTTAARMEE & DAS VERMÄCHTNIS DES EWIGEN KAISERS“

Die einzigartige Ausstellung ist wieder geöffnet

Mehr als 250 Exponate, darunter 150 Terrakottafiguren, Funde aus der Grabanlage und vieles mehr. Die Ausstellung „Die Terrakottaarmee & das Vermächtnis des Ewigen Kaisers“ zog bereits seit 2002 über eine Million Besucher europaweit in ihren Bann. Jetzt erobert die friedlichste Armee der Welt das Blautal-Center Ulm.

Die Terrakottaarmee gilt als die größte archäologische Entdeckung des 20. Jahrhunderts. In der Ausstellung zeigen wir rund 150 originalgetreue, meisterhafte Repliken der Figuren der berühmten Armee. Neben den 150 Repliken der Terrakottakrieger werden lebensgroße Tierdarstellungen, Waffenrekonstruktionen, Rüstungen sowie Kleider der verschiedenen Kaiser-Dynastien zu sehen sein. Darüber hinaus werden Funde aus der Grabanlage von Qin Shi Huang Di ausgestellt, die in ihrer archäologischen sowie kunst- und kulturhistorischen Bedeutung äußerst faszinierend sind. Modelle, Filme, Bilder und weitere Figuren lassen euch tief in die Zeit des Ewigen Kai



Erlebt vom 7. März bis 13. September die außergewöhnliche Ausstellung und lasst euch von den Exponaten und ihrer Geschichte verzaubern.

Homepage und weitere Informationen unter www.terrakottaarmee.de

Bitte beachtet bei euren Besuch die strikten Hygiene- und Abstandsregeln.

ULMER LUFT IST BESSER GEWORDEN



„Die Belastung durch Feinstaub und andere Schadstoffe konnte durch die in den letzten Jahren ergriffenen Maßnahmen signifikant und dauerhaft unter die Grenzwerte gesenkt werden.“ So steht es im Bericht zum Luftreinhalte- und Aktionsplan für Ulm, der Ende November 2019 dem Gemeinderat vorgestellt wurde. 2019 seien erstmals alle Luftschadstoffgrenzen unterschritten worden, berichtete Ulrich Willmann, Abteilungsleiter Strategische Planung bei der Ulmer Stadtplanung und zuständig für den Luftreinhalte- und Aktionsplan.

Sollten die Stickstoffdioxidwerte auch 2020, also im zweiten Jahr in Folge, unterhalb des Grenzwertes bleiben, würde die Landesanstalt für Umwelt Baden-Württemberg (LUBW), die ein landesweites Netz von Messpunkten betreibt, ihre Messstellen in Ulm ganz abbauen. Willmann äußert sich zuversichtlich: „Es ist davon auszugehen, dass der kritische Grenzwert in Ulm nicht erreicht wird.“

Insgesamt gab es in Ulm ursprünglich drei Messstellen, die von der LUBW betrieben wurden: zwei sog. Spotsmessstellen in der Karlstraße und in der Zinglerstraße, dazu eine Hintergrundmessstelle in der Böblinger Straße. Die beiden Messstellen an stark befahrenen Innenstadtstraßen sollten Spitzenwerte erfassen, die dritte sollte Werte liefern, die die Verteilung von Luftschadstoffen in der Fläche widerspiegeln. Vor einigen Jahren war aufgrund der Bauarbeiten an der Karlstraße die dortige Messstelle vorübergehend außer Betrieb. 2018 und 2019 wurden die Messungen dann wieder aufgenommen. Die ermittelten Werte lagen deutlich unter dem Grenzwert von $40 \mu\text{g}/\text{m}^3$, die Messstelle wurde darum bereits endgültig abgebaut. Nun werden voraussichtlich auch die letzten Messstellen ab 2021 nicht mehr weiter betrieben. Feinstaub sei bereits seit einigen Jahren in Ulm „kein Thema mehr“, sagt Willmann. „Für Stickstoffdioxid, ein Reizgas; das die Lungenfunktion beeinträchtigt, haben wir dann letztes Jahr erstmalig auch an der letzten verbliebenen Spotsmessstelle Zinglerstraße den Grenzwert durchgängig unterschritten.“ Auch an der Hintergrundmessstelle zeige die Entwicklung der NO_2 -Belastung der Luft bereits seit zwei Jahren deutlich nach unten.

Damit bestätigt sich auch für Ulm ein landesweiter Trend: Nur noch vier von ursprünglich 14 Städten in Baden-Württemberg haben 2019 den zulässigen Jahresmittelwert für Stickstoffdioxid überschritten. Im Vergleich der Messergebnisse der Jahre 2018 zu 2019 konnte die Belastung mit Stickstoffdioxid an den verkehrsnahen Messstellen im Land im Jahresmittel durchschnittlich um etwa 13 Prozent beziehungsweise etwa $5,9 \mu\text{g}/\text{m}^3$ reduziert werden.

Die vorläufigen Ergebnisse der Luftqualitätsmessungen 2019 sind auf der Homepage der LUBW veröffentlicht.

„GESCHÄFTSSTELLE DER ZUKUNFT“ AM EHINGER TOR ERÖFFNET



Sparkasse Ulm startet am neuen Standort mit zukunftsweisendem Konzept.

Gleichzeitig mit allen anderen Geschäftsstellen eröffnet die Sparkasse Ulm am 11. Mai 2020 auch ihre Geschäftsstelle im neugebauten Ypsilon am Ehinger Tor. Design, Beratungskonzept und technische Ausstattung zeigen die „Sparkasse der Zukunft“. Parkettfußboden, aufeinander abgestimmte Naturtöne in Möbeln und Teppichen sowie warmes Licht bestimmen das Ambiente der Geschäftsstelle. Darin eingepasst sind große Flat-screens, sodass im Beratungsgespräch Kunden und Berater gleichzeitig Einblick auf den Bildschirm haben. Marktgebietsdirektorin Judith Schindler, die die Geschäftsstelle leitet, erklärt: „Das Ehinger Tor ist einer der häufigsten Knotenpunkte in der Stadt. Als Sparkasse wollen wir dort sein, wo die Menschen sind – also selbstverständlich auch hier.“

AUSSTELLUNG „DIE WELT, EIN RAUM MIT FLÜGELN“

Bis 25. Oktober 2020 im Stadthaus

Albrecht Ludwig Berblinger stürzt am 31. Mai 1811 mit seinem Hängegleiter vor den Augen von Herzog, Prinzen und einer johlenden Menge Ulmer in die Donau. Er erntet Spott und Häme. Heute wissen wir, dass er ein Visionär war. Er wusste, dass die Welt ein Raum mit Flügeln ist. Eine Ausstellung im Stadthaus präsentiert zum 250. Jahrestag von Berblings Geburt eine Bandbreite von Ideen am schmalen Grat zwischen Wissenschaft und Fantasie.

Die Ausstellung streift das Fliegen in einem Schuh ebenso wie die Teleportation. Und sie führt den Beweis, dass der erste Mensch, der vom Ulmer Münsterplatz aus einen Tunnel senkrecht nach unten durchbohrt wird, in der Flowerpot Bucht von Pitt Island herauskommen wird. Der Tunnel wird 12.742 Kilometer lang sein und die Durchflugdauer etwa 38 Minuten betragen.

Zahlreiche Künstlerinnen und Künstler sowie Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus vielen Ländern der Erde haben zu der Ausstellung beigetragen.



KAMPAGNE „ULM ERLEBEN“ STARTET WIEDER



Als die von Stadt Ulm, SWU und die Ulmer City Marketing e. V. initiierte Kampagne „Ulm erleben“ vor nunmehr einem Jahr gestartet wurde, stand Ulm ganz im Zeichen von (Bau-)Geschäftigkeit. Die Stadt brummte und befand sich mitten in einem äußerst dynamischen Stadtentwicklungsprozess. Ziel der später mit dem Ulmer Marketing-Preis ausgezeichneten Kampagne war es zu vermitteln,

dass die Stadtmitte trotz der baulichen Aktivitäten, trotz der angespannten Verkehrssituation, weiter gut erreichbar ist.

Jetzt greifen die beteiligten Partner die Kampagne wieder auf. Die Voraussetzungen sind in Zeiten des Corona-Virus aber natürlich gänzlich andere. Der Lockdown ab Mitte März hat die Geschäftstätigkeit vieler Läden für mehrere Wochen „auf Eis gelegt“, viele Kunden sind nach Ende der Beschränkungen noch verunsichert. Das Umfeld, in dem sich die Kampagne bewegt, hat sich also grundsätzlich verändert - das Ziel bleibt jedoch dasselbe: Die Ulmer Innenstadt mit den kleinen und großen Geschäften, Ulm die Einkaufsstadt in ihrer Attraktivität zu präsentieren. Aber neu gedacht und angepasst an die jetzige, schwierige Situation.

Unter dem Slogan „Mit Abstand shoppen. Aber endlich in der Nähe“ wird die Kampagne am Wochenende in den Sozialen Medien, aber auch auf den Monitoren in Bus und Bahn wieder anlaufen. Sie soll Lust machen auf einen Besuch der Innenstadt. Mit Freude an der schrittweisen Rückkehr zu alten Gewohnheiten, aber unter Einhaltung der geltenden Abstands- und Hygieneregeln.



NEUE SITZBÄNKE AUF DEM KORNSHAUSPLATZ

Auf dem Kornhausplatz sind am 28. Mai 2020 innerhalb weniger Stunden runde Gebilde aufgetaucht. Es handelt sich dabei aber nicht um Kornkreise und das Werk Außerirdischer, sondern um neue, farbenfrohe Sitzgelegenheiten. Mitarbeiter des Baubetriebshofs der Stadt Ulm haben sie im Auftrag des Baubürgermeisters Tim von Winning und des Zentralen Gebäudemanagements aufgestellt.

Die orangefarbenen, kreisrunden Bänke werden künftig zum Ausruhen und Verweilen einladen - natürlich unter Einhaltung der aktuell gültigen Corona-Beschränkungen. Mit ihrer Form und Farbe sollen die fünf Sitzkreise den Platz beleben und attraktiver machen. Sie bestehen aus Polyethylen.



5.000 HEKTAR NATURWÄLDER FÜR BAYERN

München - Forstministerin Michaela Kaniber will vier größere staatliche Waldgebiete Bayerns als Naturwälder ausweisen und damit dauerhaft unter Schutz stellen: drei ökologisch besonders wertvolle Buchen-Mischwälder im Steigerwald, auf der Fränkischen Platte bei Würzburg und der Frankenalb bei Kelheim sowie weite Teile der Isar-Auwälder zwischen München und Landshut, insgesamt fast 5.000 Hektar. Sie werden ab sofort nicht mehr forstwirtschaftlich genutzt. Kaniber: „Wir geben diese ganz besonderen, urtümlichen Wälder der Natur zurück, damit sie sich frei und ungestört entwickeln können.“ Die neuen Naturwälder sind Teil eines bayernweiten Netzwerks, das die Ministerin in den bayerischen Staatswäldern einrichten will. Vergangenen Herbst hatte Kaniber dazu in einem ersten Schritt bereits angekündigt, 960 Hektar Auwald bei Neuburg a. d. Donau als Naturwald unter den Schutz des Bayerischen Waldgesetzes zu stellen.

Der große ökologische Wert und die einzigartige biologische Vielfalt in den künftigen Naturwäldern sind der Ministerin zufolge ganz maßgeblich auch der vorausschauenden und schonenden Waldbewirtschaftung durch die Bayerischen Staatsforsten zu verdanken. „Jetzt aber wollen wir in diesen außergewöhnlichen Wäldern noch einen Schritt weitergehen,“ so Kaniber: „Wir lassen sie zu wilden Wäldern werden und damit auch zur Heimat für seltene Pflanzen und Tiere, die auf größere unberührte Flächen angewiesen sind.“ Das Betreten der Wälder bleibt laut Kaniber weiter erlaubt, sie ermunterte sogar, künftig geplante Bildungsangebote intensiv zu nutzen: „Wir wollen die wilde Waldnatur, die fantastische Artenvielfalt und das ständige Werden und Vergehen für alle Bürgerinnen und Bürger erlebbar machen.“



Dr. Daniel Sauter ist Juniorprofessor an der Universität Ulm und forscht unter anderem zum neuen Coronavirus
(Foto: privat/Picslocation)

DAS NEUE CORONAVIRUS VERSTEHEN: FORSCHUNGSPROJEKTE ERGRÜNDEN EIGENSCHAFTEN UND AUSBREITUNG VON SARS-COV-2

Mit zwei neuen Forschungsprojekten trägt das Institut für Molekulare Virologie der Ulmer Universitätsmedizin zu einem tieferen Verständnis der Eigenschaften und Ausbreitung des neuen Coronavirus (SARS-CoV-2) bei. Infolge des BMBF-Förderaufrufs zur Erforschung von COVID-19 im Zuge des Ausbruchs von SARS-CoV-2 haben Institutsdirektor Professor Frank Kirchhoff und Dr. Daniel Sauter insgesamt über 900 000 Euro eingeworben.

Im Projekt „Restrict SARS-CoV-2“ ergründen Forschende um Professor Frank Kirchhoff das Zusammenspiel verschiedener Coronaviren mit der körpereigenen Immunreaktion: Welchen Einfluss hat die Stimulierung der angeborenen Immunantwort und die Aktivierung von Entzündungsreaktionen auf die Vermehrung und Entwicklung von Coronaviren?

Tatsächlich unterscheiden sich verschiedene Coronaviren deutlich in ihrer Pathogenität, also in ihren krankmachenden Eigenschaften. Auswirkungen einer Infektion reichen von einer leichten Erkältung bis hin zu lebensbedrohlichen Lungenerkrankungen wie sie zum Beispiel der MERS-Erreger und in selteneren Fällen SARS-CoV-2 auslösen.

Diese unterschiedlichen Krankheitsverläufe lassen sich offenbar auf Eigenschaften der Viren und auf die Immunantwort des infizierten Wirts zurückführen. Dementspre-

chend untersuchen die Forschenden sowohl die Fähigkeit von Coronaviren, die körpereigene Immunantwort zu manipulieren, als auch Verteidigungsmechanismen der Zielzellen. „Einigen Coronaviren gelingt es zunächst, die Immunreaktion ihres Wirts so zu unterdrücken, dass sie sich ungestört vermehren können. Eine spätere, aufgrund der hohen Viruslast überschießende Abwehrreaktion des Infizierten kann dann allerdings zu schweren, mitunter tödlichen Krankheitsverläufen führen“, erklärt Professor Kirchhoff.

Im Zentrum des Vorhabens stehen das aktuell grassierende Virus SARS-CoV-2, der SARS-Erreger, MERS-CoV und einige relativ harmlose Coronaviren, die Menschen oder Tiere befallen. Erstes Projektziel ist ein tieferes Verständnis der biologischen Grundlagen verschiedener Coronaviren. Welche Fähigkeiten ermöglichen es den Erregern, die antivirale Immunantwort ihres Wirts auszuschalten? Weshalb können einige Coronaviren die Artgrenze von Tier zum Menschen überspringen? Zudem soll erforscht werden, inwiefern sich SARS-CoV-2 im Verlauf der Pandemie an den Menschen anpasst. Vor allem aber will die Gruppe herausfinden, ob sich die körpereigene Immunantwort soweit modulieren lässt, dass eine zuverlässige Kontrolle von SARS-CoV-2 gelingt.

Diese Erkenntnisse könnten den Grundstein für eine Im-

muntherapie gegen SARS-Coronaviren legen. Die Projektförderung von „Immunaktivierung und Hemmung von SARS-CoV-2“ (Restrict SARS-CoV-2) durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) beträgt über 542 000 Euro für 1,5 Jahre.

Wie lässt sich der Vermehrungszyklus von SARS-CoV-2 hemmen?

So genannte Spike-Proteine stehen im Mittelpunkt des Projekts „protACT“, eingeworben von Dr. Daniel Sauter. Diese Proteine in der Virushülle verschaffen Coronaviren Zutritt zur Zielzelle, in der sie sich vermehren. Allerdings muss dieser „Schlüssel“ zum neuen Wirt vorab aktiviert werden, indem er durch zelluläre Proteasen „geschnitten“ wird. Das neue Coronavirus SARS-CoV-2 scheint hierbei im Vorteil gegenüber anderen Erregern zu sein. „Mit seiner polybasischen Schnittstelle für die häufige Protease Furin verfügt es sozusagen über einen Generalschlüssel. Dieser könnte die Ausbreitung des Virus erleichtern und seine krankmachenden Eigenschaften verstärken“, erklärt Daniel Sauter. Die genaue Rolle von Furin und anderen Proteasen bei der Aktivierung des Spike-Proteins von SARS-CoV-2 will er im neuen Projekt erforschen. Vor allem ein Vergleich zwischen verschiedenen Coronaviren – auch von Fledermäusen und Schuppentieren – soll zeigen, welchen Einfluss eine polybasische Schnittstelle auf die Infektiosität hat. Dazu kommen Analysen von Mutationen, die im Verlauf der aktuellen COVID-19-Pandemie auftreten.

Projektziel sind zum einen neue Einblicke in die Aktivierung von SARS-CoV-2. Zudem hoffen die Forschenden um Sauter, neue therapeutische Angriffspunkte zu finden. Lässt sich durch die Hemmung von Furin der Vermehrungszyklus und somit die Ausbreitung des neuen Coronavirus hemmen? Die BMBF-Förderung des Vorhabens „Aktivierung und therapeutische Hemmung des SARS-CoV-2 Spike-Proteins“ (protACT) beläuft sich auf rund 367 000 Euro. Daniel Sauter kooperiert unter anderem mit Forschenden der Universitäten Tübingen und Tokio sowie des DPZ in Göttingen. Die beiden neuen Forschungsvorhaben ergänzen das bereits am Ulmer Institut für Molekulare Virologie angesiedelte EU-Projekt Fight-nCoV, in dem antivirale Wirkstoffe gegen das neue Coronavirus erprobt werden. Darüber hinaus gilt der Leibniz-Preisträger Professor Frank Kirchhoff als führender Experte der HIV/AIDS-Pandemie. Dabei handelt es sich um die am besten erforschte Zoonose: Erkenntnisse zum Ursprung von HIV und zur Anpassung des Erregers an den Menschen sind auch für das Verständnis der Coronavirus-Pandemie relevant.



Prof. Frank Kirchhoff ist einer der führenden AIDS-Forscher. Nun beschäftigt er sich auch mit dem neuen Coronavirus (Foto: Universitätsklinikum Ulm)

AUSGEZEICHNETE HERZMEDIZIN

Zertifizierte Versorgung für Erwachsene mit angeborenen Herzfehlern (EMAH) am Universitätsklinikum Ulm

Als deutschlandweit vierte Klinik wurden die Klinik für Innere Medizin II (Ärztl. Direktor Prof. Dr. Wolfgang Rottbauer) und die Sektion Kinderkardiologie der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendmedizin (Ärztl. Direktor Prof. Dr. Klaus-Michael Debatin) als „EMAH-Schwerpunktklinik“ zertifiziert. „EMAH“ steht für Erwachsene mit angeborenen Herzfehlern. Das Zertifikat wird von drei Fachgesellschaften nach Prüfung eines umfassenden Kriterienkatalogs gemeinsam vergeben: von der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie, der Deutschen Gesellschaft für pädiatrische Kardiologie und der Deutschen Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie.

Die Zertifizierung als EMAH-Schwerpunktklinik ist in der Region einzigartig. „Erwachsene mit angeborenen Herzfehlern sind noch immer eine relativ neue, jedoch rasch anwachsende Patientengruppe. Auf deren Versorgung und spezielle Bedarfe haben wir uns im Laufe der letzten Jahre immer besser eingestellt“, so Dr. Dominik Scharnbeck, Oberarzt und Leiter der EMAH-Ambulanz für die Klinik für Innere Medizin II. Prof. Dr. Christian Apitz, Leiter der Sektion Kinderkardiologie ergänzt: „Dank der sich ständig weiterentwickelnden Behandlungsmethoden im Kindesalter haben Betroffene immer bessere Chancen, bei guter Lebensqualität das Erwachsenenalter zu erreichen“. Bald gibt es mehr Erwachsene mit angeborenen Herzfehlern als Kinder. Sie gehören dennoch zur Patientengruppe mit seltenen Erkrankungen, für deren Versorgung das Universitätsklinikum mit dem Zentrum für Seltene Herzerkrankungen zuständig ist. „Diese Patientinnen und Patienten jenseits des 18. Lebensjahres benötigen dann eine Betreuung durch spezialisierte Kardiologen“, erklärt Prof. Apitz, selbst zertifizierter EMAH-Kardiologe. Die Herzmedizin spricht hier von „Transition“. Kinder- und Erwachsenen-kardiologen betreuen die Patient*innen eng abgestimmt gemeinsam.

Die nun erfolgte Zertifizierung durch die Fachgesellschaften unterstreicht, dass am Universitätsklinikum Ulm eine vorbildliche Versorgung für diese Patient*innen vorgehalten wird: Im Rahmen der mit Spezialist*innen angereicherten interdisziplinären EMAH-Sprechstunde stehen hochmoderne Diagnostikmöglichkeiten der Klinik (3D-Herzschall, Herz-Magnetresonanztomographie, Belastungsuntersuchungen, Langzeit-Herzrhythmus-Analysen) zur Verfügung und es existieren kurze Wege in alle weiteren Spezialdisziplinen, z.B. bei Herzrhythmusstörungen oder in die Herzschrittmacherambulanz.

Auch die stationäre Medizin ist Bestandteil der EMAH-Schwerpunktklinik: Erwachsene Patient*innen mit angeborenen Herzfehlern werden in der Klinik für Innere Medizin II aufgenommen und profitieren von der gesamten Bandbreite der interventionellen Kardiologie:

Dazu gehören Messungen des Blutflusses (häodynamische Messung), spezielle Katheter-Eingriffe am Herzgewebe (Ablationen), Eingriffe zur Dehnung von Engstellen im Herzen oder in Blutgefäßen und der Verschluss von Löchern im Herzen. Kinder mit kardiologischen Erkrankungen werden ebenso im Herzkatheterlabor am Oberen Eselsberg versorgt. Das kinder-kardiologische Team um Oberarzt Dr. Michael Kaestner führt dabei die Eingriffe durch.

Eventuell notwendige Operationen am offenen Herzen werden ebenso in der EMAH-Schwerpunktklinik vorbereitet. Es ist längerfristig eine Stärkung des herzchirurgischen Standorts in Ulm geplant. „Wir wollen zukünftig herzchirurgische Eingriffe bei angeborenen Herzfehlern auch dort durchführen können, wo die Patientinnen und Patienten sind“, so Prof. Dr. Wolfgang Rottbauer, Ärztlicher Direktor der Klinik für Innere Medizin II. „Bei einer so starken Geburtsklinik wie die der Ulmer Universitätsfrauenklinik mit über 3.000 Geburten pro Jahr, kommen statistisch gesehen jährlich 30 Babys mit einem Herzfehler in Ulm zur Welt. Bereits heute können diese von spezialisierten Kinder- und Erwachsenen-kardiologen kompetent betreut werden. Als EMAH-Schwerpunktklinik können wir Betroffene in jeglicher Hinsicht medizinisch auf höchstem Niveau versorgen und innovative Therapien anbieten“.



(v. l. n. r. oben) Dr. Dominik Scharnbeck, Prof. Dr. Christian Apitz, (v. l. n. r. unten) Prof. Dr. Wolfgang Rottbauer und Prof. Dr. Klaus-Michael Debatin freuen sich über die Zertifizierung als EMAH-Schwerpunktklinik.



Ihr Sicherheitsdienst und Detektei aus Ulm.

Was uns als Sicherheitsdienst besonders macht, ist unser Team.

Wir haben erkannt wie wertvoll jeder einzelne Mitarbeiter im Unternehmen ist. Das spüren Sie als Kunde.

SICHERHEITSDIENST

- Revier- und Objektschutz
- Bewachung
- Sicherheitskonzepte
- Veranstaltungssicherheit
- Brandsicherheitswache
- Personenschutz
- Parkplatzbewachung
- VIP-Chauffeur-Service
- Doorman
- Pforten- & Empfangsdienste

DETEKTEI

- Wirtschaftsdetektei
- Kamera & Sicherheitstechnik
- Warenhausdetektive
- Privatdetektei

Mehr Infos auf unserer Internetseite:

www.KENFBELY.de

Tel.: 0731 60 27 4444 // Mail: info@kenfbely.de



NEUE WISSENSCHAFTS-FÖRDERPROGRAMME ZUR KULTUR UND GESCHICHTE DER DEUTSCHEN IM ÖSTLICHEN EUROPA – KULTURSTAATSMINISTERIN GRÜTTERS: „EUROPÄISCHE INTEGRATION IST WICHTIGER DENN JE“

Die Bundesregierung fördert auf der Grundlage des § 96 Bundesvertriebenengesetz Institutionen und Projekte zur deutschen Kultur und Geschichte im östlichen Europa. Ziel ist es, das deutsche Kulturerbe in Regionen, wie zum Beispiel Böhmen und Mähren, Ostpreußen, Schlesien oder Siebenbürgen zu erhalten, zu vermitteln und zu erforschen. Dazu gehört die Unterstützung von Museen, Archiven, Bibliotheken, Forschungseinrichtungen sowie von Projekten der kulturellen Vermittlung. Um diesen wichtigen Auftrag zu erfüllen, schreibt die Staatsministerin für Kultur und Medien, Prof. Monika Grütters, zwei neue Forschungsprogramme für Universitäten und außeruniversitäre Forschungseinrichtungen zu folgenden Themen aus:

- „Deutsche aus dem östlichen Europa in globalen Zusammenhängen und Verflechtungen“ sowie
- „Wirtschaftsgeschichte transnational. Die Deutschen im östlichen Europa und ihre ökonomischen Netzwerke“.

Monika Grütters: „Die reiche Kultur und die lange Geschichte der Deutschen im östlichen Europa sind Teil unserer Identität und inzwischen auch ein verbindendes Element in einem gemeinschaftlichen Europa. Aber gerade auch vor dem Hintergrund eines europaweiten Erstarkens nationalistisch geprägter Geschichtsbilder werden die Erforschung und die Diskussion unserer ge-

meinsamen Vergangenheit immer wichtiger – auch, weil die Europaskepsis in einigen europäischen Ländern zunimmt. Mir ist es wichtig, mit der erneuten Ausschreibung zweier Akademischer Förderprogramme dieses Thema noch fester in Forschung und Lehre zu verankern und insbesondere junge Nachwuchswissenschaftlerinnen und -wissenschaftler anzusprechen.“

Die beiden Förderprogramme richten sich an Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus den geschichts-, kultur- und sozialwissenschaftlichen Disziplinen. Wissenschaftliche Projekte (mit Ausnahme von Qualifikationsarbeiten und auch Dissertationen) können bis zu einem Höchstbetrag von 80.000 Euro gefördert werden. Die Bewerbungsfrist endet am 30. November 2020. Eine Förderung ist in der Zeit zwischen dem 1. Mai 2021 und dem 31. Oktober 2023 möglich.

Anträge können eingereicht werden beim:

Bundesinstitut für Kultur und Geschichte der Deutschen im östlichen Europa
 Johann-Justus-Weg 147a
 26127 Oldenburg
 Tel.: (0441) 96195-0
 E-Mail: bkge@bkge.uni-oldenburg.de
www.bkge.de

CORONA-KRISE VERÄNDERT ERNÄHRUNGSALLTAG DER DEUTSCHEN



Foto: AFP

Mehr Wertschätzung für regionale Produkte, mehr Selbstgekochtes - und mehr Vorräte im Schrank. Die Corona-Krise hat laut einer Umfrage für das Bundeslandwirtschaftsministerium den Ernährungsalltag vieler Bundesbürger verändert. Der Fleischkonsum der Deutschen ist dem am Freitag vorgestellten „Ernährungsreport“ zufolge weiter leicht rückläufig.

In Zeiten der Pandemie hätten Produkte aus der Region „an Bedeutung gewonnen“, sagte Ernährungsministerin Julia Klöckner (CDU) in Berlin. Es sei „ein neues Bewusstsein für Lebensmittel entstanden - und für die Arbeit derjenigen, die sie produzieren“.

Laut der Umfrage zur Corona-Krise, für die das Meinungsforschungsinstitut Forsa Mitte April 1004 Bundesbürger ab 14 Jahren befragte, kochen 30 Prozent der Bundesbürger häufiger als zuvor selbst - nur drei Prozent bereiten sich seltener als vor der Krise selbstgekochte Speisen zu. 21 Prozent kochen häufiger gemeinsam (seltener: neun Prozent). 20 Prozent geben an, dass sie häufiger frische Zutaten verwenden (seltener: fünf Prozent). Umgekehrt sieht es der Umfrage zufolge bei Fertigprodukten aus: Hier sagt ein Viertel der Befragten (25 Prozent), dass sie diese Produkte seltener als vor der Krise verwenden - und lediglich sieben Prozent häufiger.

Beim Einkaufen legt die große Mehrheit der Befragten (82 Prozent) Wert darauf, dass ein Produkt aus ihrer Region kommt. Nur 17 Prozent messen dem keinen größeren oder gar keinen Wert bei.

Dabei ist die regionale Herkunft den Befragten vor allem bei frischem Obst und Gemüse (88 Prozent) sowie bei Milchprodukten und Eiern (87 Prozent) sehr wichtig oder wichtig; bei Brot sind es 84 Prozent und bei Fleisch und Wurstwaren 80 Prozent. Bei Futtermitteln für Tiere, von denen dann etwa Fleisch oder Milch stammen, ist indes nur 54 Prozent der Bundesbürger die Herkunft wichtig. Die Bevorratung von Lebensmitteln wie Mehl, Zucker, Konserven und Getränken hat für 17 Prozent der Bürger in der Corona-Krise an Bedeutung gewonnen. Die meisten (82 Prozent) meinen jedoch, dass sich an ihrer Einstellung diesbezüglich nichts geändert hat.

Ein Drittel der Befragten (33 Prozent) würde nach eigenen Angaben höchstens eine Woche mit ihren Vorräten an Lebensmitteln auskommen. Ein ähnlich hoher Anteil (37 Prozent) meint, damit maximal zwei Wochen über die Runden zu kommen. 17 Prozent glauben, dass ihre Lebensmittelvorräte bis zu drei Wochen und elf Prozent sogar, dass sie länger als drei Wochen reichen.

Die Bedeutung der heimischen Landwirtschaft hat für 39 Prozent der Bürger in der Corona-Krise an Bedeutung gewonnen. Bei den 14- bis 29-Jährigen sagt dies sogar fast jeder Zweite (47 Prozent).

Der Präsident des Deutschen Bauernverbandes, Joachim Rukwied, äußerte sich über diese Zahlen erfreut. Zugleich betonte er, dass es die Versorgung mit hochwertigen regionalen Lebensmitteln bei einer gleichzeitigen Ausweitung der Anstrengungen für mehr Umwelt-, Klimaschutz und Tierwohl „nicht zum Nulltarif“ gebe. Dies müsse sich in einem höheren Preis für Lebensmittel abbilden, forderte er. Zudem müsse dieser Mehrwert „auch bei den Bauern ankommen“.

Der „Ernährungsreport 2020“ enthält auch auf eine Umfrage der Meinungsforscher unter rund tausend Bundesbürgern von Dezember und Januar. Danach legen die Deutschen beim Essen vor allem Wert darauf, dass es „lecker, gesund und schnell“ zugeht. 32 Prozent ist es wichtig, dass das Essen preiswert ist.

Der Fleischkonsum ist weiter rückläufig. 26 Prozent sagen, dass sie täglich Wurst oder Fleisch essen. Im ersten „Ernährungsreport“ vor fünf Jahren waren es noch 34 Prozent, im vergangenen Jahr 28 Prozent.

jm/ilo

© Agence France-Presse



Foto: AFP

In Zeiten der Pandemie hätten Produkte aus der Region „an Bedeutung gewonnen“, sagte Ernährungsministerin Julia Klöckner (CDU) in Berlin. Es sei „ein neues Bewusstsein für Lebensmittel entstanden.“

GRÖßTER UMSATZEINBRUCH IM EINZELHANDEL MIT NICHT-LEBENSMITTELN SEIT JAHRZEHNTE



Foto: AFP

Die Ladenschließungen in der Corona-Krise bedeuten für den Einzelhandel mit Nicht-Lebensmitteln einen historischen Umsatzeinbruch: Die Branche machte im April ein Minus von preisbereinigt 14,5 Prozent im Vorjahresvergleich, wie das Statistische Bundesamt in Wiesbaden am Freitag mitteilte. Der Umsatz von Geschäften mit Kleidung oder Schuhen brach demnach sogar um 71 Prozent ein. Der Handelsverband Deutschland (HDE) forderte erneut ein „zielgenaues Rettungspaket“.

Der Umsatzrückgang im Handel mit Nicht-Lebensmitteln ist der größte seit Beginn der Zeitreihe 1994, wie die Statistiker mitteilten. Besonders stark mit rund 40 Prozent sanken demnach auch die Umsätze im „sonstigen Einzelhandel mit Waren verschiedener Art“ - darunter fallen etwa Kaufhäuser.

Supermärkte und andere Lebensmittelgeschäfte dagegen machten gute Umsätze in der Krise: Ihr Erlös stieg im April im Vorjahresvergleich um 6,2 Prozent. Und auch der Onlinehandel profitierte stark: Die Händler erzielten laut Statistik das größte Umsatzplus zum Vorjahresmonat mit 24,2 Prozent.

In der gesamten Branche betrug der Umsatzrückgang damit 6,5 Prozent im Vergleich zum April 2019. Beide Monate hatten jeweils 24 Verkaufstage. Im Vergleich zum

März - als die Geschäfte noch bis Mitte des Monats geöffnet waren - ging der Umsatz im April um 5,3 Prozent zurück. Schon im März war der Umsatz um vier Prozent zum Vormonat gesunken.

HDE-Hauptgeschäftsführer Stefan Genth erklärte, die Krise treffe besonders stark kleine und mittelständische Handelsunternehmen. Sie seien „wie keine andere Branche von zentraler Bedeutung für unsere Städte und Gemeinden“. Der Einzelhandel brauche weitere staatliche Maßnahmen im Rahmen eines Rettungsfonds, „der nicht nur die absoluten Härtefälle umfasst, sondern gerade auch ehemals gesunde Unternehmen auf dem Weg aus der Krise heraus dauerhaft und zielgenau unterstützt“.

Genth betonte, dass die Umsätze trotz mittlerweile wieder geöffneter Geschäfte angesichts schwacher Frequenzen „bei weitem“ nicht an das Vorkrisenniveau heranreichten. Einer HDE-Trendumfrage bei 500 Unternehmen in der laufenden Woche zufolge erzielten 29 Prozent der Nicht-Lebensmittel-Händler aktuell weniger als die Hälfte des Vorjahresumsatzes. Weitere 29 Prozent liegen demnach auf einem Umsatzniveau zwischen 51 und 75 Prozent. „Die Krise ist keinesfalls vorbei“, erklärte der HDE-Geschäftsführer.

ilo/muk

© Agence France-Presse

TESLA ERREICHT FINANZZIEL - UNTERNEHMENSCHIEF ELON MUSK HAT ANSPRUCH AUF AKTIENPAKET



Foto: AFP

Der Gründer und Chef des US-Elektrobauers Tesla, Elon Musk, lässt sich kein Gehalt auszahlen, sondern bekommt bei Erfolg weitere Anteile an seinem Unternehmen. „2019 war ein Rekordjahr“, erklärte am Donnerstag der Verwaltungsrat: Musk erhält daher Zugriff auf ein Aktienpaket, das ihm auf dem Papier aktuell knapp 775 Millionen Dollar (knapp 700 Millionen Euro) Gewinn beschern würde. Dem Gründer gehören bereits 18,5 Prozent des Unternehmens.

Die Vergütung für den Chef war 2018 geregelt worden: Musk bekommt über einen Zeitraum von zehn Jahren 20,3 Millionen Tesla-Aktien für seine Arbeit, aufgeteilt in Pakete. Er erhält diese Päckchen nach und nach, wenn Börsenwert, Produktion, Auslieferung, Umsatz und Gewinn jeweils bestimmte Schwellen überschreiten. In einer Mitteilung an die US-Börsenaufsicht teilte der Verwaltungsrat nun mit, die erste Schwelle sei erreicht, Musk erhalte ein erstes Paket mit 1,69 Millionen Aktien. Das ist ein Anteil von einem Prozent am Unternehmen. Der Gründer kann die 1,69 Millionen Aktien zum 2018 vereinbarten Preis von 350,02 Dollar pro Stück kaufen - wenn er sie wieder verkaufen würde, wäre der Gewinn beträchtlich: Am Donnerstag wurde die Tesla-Aktie an der Wall Street in New York für 805,81 Dollar gehandelt. Damit läge der Gewinn bei 774,84 Millionen Dollar. In der

Mitteilung an die Börsenaufsicht heißt es aber weiter, Musk müsse die Aktien mindestens fünf Jahre lang halten.

In der Vergütungsvereinbarung sind zwölf Schwellen definiert, die Tesla erreichen soll. Im Jahr 2028 soll etwa der Börsenwert bei 650 Milliarden Dollar liegen. Derzeit hat Tesla die „wichtige Schwelle“ von 20 Milliarden Dollar Jahresumsatz und 100 Milliarden Dollar Börsenwert erreicht, wie der Verwaltungsrat in dem Schreiben an die Börsenaufsicht betonte.

Für Tesla lief es bis zur Corona-Pandemie sehr gut. Im ersten Quartal machte der Autobauer einen kleinen, aber überraschenden Gewinn von 16 Millionen Dollar (14,8 Millionen Euro). Die Auslieferung von Fahrzeugen stieg um ein Drittel, der Umsatz um 32 Prozent auf 5,99 Milliarden Dollar. Mitte Mai widersetzte sich Musk den Anordnungen der örtlichen Behörden und startete die wegen der Pandemie gestoppte Produktion im kalifornischen Tesla-Werk wieder.

Musk ist auch Gründer des privaten Raumfahrtunternehmens SpaceX. Am Mittwoch sollte eine Mission zur Internationalen Raumstation ISS starten; sie wurde wegen schlechten Wetters auf Samstag verschoben.

ilo/muk

© Agence France-Presse

OBERBÜRGERMEISTER CZISCH IM INTERVIEW



Herr Czisch, herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit nehmen und sich unseren Fragen stellen.

1) Und damit direkt zur Corona-Krise: Wie sieht im Moment eigentlich Ihr Arbeitsalltag aus?

Der Arbeitsalltag bei uns im Rathaus wird gegenwärtig natürlich stark von den Auswirkungen der Pandemie geprägt: Nahezu täglich gibt es neue oder angepasste Verordnungen zu immer spezielleren Fragen, wir sind im ständigen Dialog mit Organisationen und Betrieben, die besonders betroffen sind. Die Stadtverwaltung und die städtischen Gesellschaften kümmern sich um die Umsetzung der Verordnung in die konkrete Praxis vor Ort. Unsere besondere Aufmerksamkeit gilt derzeit den Schulen und Kinderbetreuungseinrichtungen, weil wir den Kindern und Eltern möglichst schnell eine Perspektive geben wollen.

2) Die Corona-Krise bestimmt den Verwaltungsalltag. Was stünde bei Ihnen auf der Agenda ganz oben, wenn es die Krise nicht gäbe?

Es gibt kein Entweder-oder, unsere normale Arbeit läuft ja weiter: Bbauungspläne oder Bauprojekte müssen auf den Weg gebracht werden, damit beispielsweise Schulen saniert oder Wohnungen gebaut werden können, Genehmigungen müssen erteilt, Kontrollen durchgeführt, Geburten und Sterbefälle registriert werden, ja es gab auch weiterhin Trauungen. Selbst bei den Einrichtungen wie Bibliothek, Museum, Theater und Donaabad, die

wir schließen mussten, wurde hinter den Kulissen größtenteils weiter gearbeitet. Unsere Kämmerei bereitet derzeit den Haushaltsplanentwurf für 2021 vor.... Der normale Dienstbetrieb wurde die ganze Zeit aufrecht erhalten, auch wenn die Rahmenbedingungen deutlich erschwert waren. Sie sehen, es gibt also fast nichts, was wirklich still steht. Dennoch: Bis zur Sommerpause hätten wir das Berblinger Jubiläum gefeiert, den Landesposamententag, das Internationale Donaufest und natürlich das Schwörwochenende. Diese Veranstaltungen mussten wir entweder ganz absagen oder deutlich umplanen. Für mich persönlich bedeutet die Corona-Krise derzeit: Ich verbringe viel mehr Zeit am Schreibtisch, in Video- und Telefonkonferenzen. Was mir gerade am meisten fehlt, ist der direkte Kontakt mit Bürgerinnen und Bürgern, das Gespräch mit den Leuten.

3) Wie treffen Sie Entscheidungen, um die Ausbreitung von Corona in Ulm einzuschränken?

Zu Beginn der Krise mussten wir in enger Abstimmung mit dem Gemeinderat oft binnen weniger Stunden für Ulm eigene Regelungen in Kraft setzen. Dabei haben wir eng mit den Landräten des Alb-Donau-Kreises, des Landkreises Neu-Ulm und dem Kollegen der Stadt Neu-Ulm zusammengearbeitet. Insbesondere mit dem Alb-Donau-Kreis, wo das für Ulm zuständige Gesundheitsamt angesiedelt ist, haben wir die Arbeit unseres Krisenstabs eng

abgestimmt. Seit Ende März gibt es landeseinheitliche Vorgaben, die jeder als Corona-Verordnung kennt. Unsere Aufgabe ist es jetzt vor allem, diese Verordnung in der Ulmer Praxis umzusetzen. Es geht jetzt also darum, den Blick auf die von Vorschriften Betroffenen zu richten und praxistaugliche Lösungen zu finden.

4) Mit wem stehen Sie in ständigem Kontakt?

Ich bespreche mich mit Kolleginnen und Kollegen, informiere mich bei Betriebsleitungen und Organisationen, die entweder von der Krise betroffen oder Helfer sind, und bin in vielen Videokonferenzen auf Landesebene, zum Teil auf Bundesebene, beteiligt, um die kommunalen und die speziellen Ulmer Belange einzubringen. Außerdem telefoniere ich viel mit Verantwortlichen aus Politik und Wirtschaft, um zu fragen, wo es Probleme gibt, Lösungen zu diskutieren und um mir ein konkretes Bild von der Lage zu machen.

5) Die Krisenbewältigung läuft in Ulm allem Anschein nach recht positiv. Sind Sie so weit zufrieden?

Ich bin sehr froh, dass es uns bisher gelungen ist, das Infektionsgeschehen in Grenzen zu halten. Zurücklehnen darf man sich aber nicht. Sehr zufrieden bin ich mit dem unglaublichen Engagement in der Stadt. Auch in der Stadtverwaltung arbeiten an den Schaltstellen Menschen bis an die Grenze der Belastbarkeit.

6) Es wurden zur Eindämmung der Krise drastische Maßnahmen beschlossen: Welche Schließung oder Absage trifft Ulm Ihrer Meinung nach am stärksten?

Das ist eine Frage, die jeder anders beantwortet. Am meisten beschäftigen mich die Sorgen derer, die um ih-

ren Arbeitsplatz fürchten oder um das Überleben ihres Betriebes kämpfen. Vieles kann man in einer solchen Krise auch mal ertragen, aber Existenzängste sind schon nochmals eine andere Dimension.

7) Wie schätzen Sie die aktuelle Lage ein?

Die Bürgerschaft, die Unternehmen und viele ehrenamtlich Engagierte können eine gute Bilanz vorweisen. Der Virus und damit die Krise sind aber nicht überstanden! Wenn wir jetzt mit unseren Bemühungen nachlassen, setzen wir diese gute Bilanz auf's Spiel. Vor allem mit den Lockerungen muss eine hohe Disziplin einher gehen, nur dann können wir weitere Schritte in Richtung Normalität gehen.

8) Wie sieht es mit dem medizinischen Personal aus? Wenn sich die aktuelle Situation verschlimmern würde, wäre Ulm vorbereitet?

Die Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen haben sich schnell auf die Lage eingestellt und machen eine engagierte und sehr professionelle Arbeit. Das ist auch den Beschäftigten zu verdanken. Deshalb bin ich mir sicher, dass nicht nur Ulm, sondern die gesamte Region vorbereitet wäre, sollte sich die Lage wieder verschlechtern.

9) Gibt es rückblickend etwas, das Sie anders gemacht hätten?

Es gibt vieles, was wir aus der Krise lernen können. Wie viele Verantwortliche frage ich mich in dieser Zeit der Dynamik und notwendigen schnellen Entscheidungen ständig, wäre nicht doch Entscheidung A besser gewesen als B.... Aber Aufarbeiten und Bilanz ziehen müssen wir, wenn die Krise überwunden ist.





Interview mit ERNST PROBST

IM ULM TV INTERVIEW SPRICHT ERNST PROBST ÜBER DIE CORONA - KRISE, SIEGESPRÄMIEN UND SPONSORING

Ulm TV - Redaktion: Was sind Ihre Sorgen zur aktuellen Situation? Sehen Sie positiv in die Zukunft oder wird die Corona Krise langfristig Spuren hinterlassen?

Ernst Probst: Ich habe überhaupt keine Sorgen. Ich sehe nur Aufgaben und Herausforderungen, die es zu meistern gilt. Natürlich ist es ein brutaler Schlag, den die ganze Welt zurzeit abbekommt. Aber mit Solidarität, intelligenten Konzepten und harter Arbeit werden wir es doch wohl gemeinsam schaffen, auch diese Krise zu überwinden. Da hat die Menschheit - und speziell auch Deutschland

- schon ganz andere Probleme gelöst. Natürlich sehe ich positiv in die Zukunft, warum denn nicht? Im Gegensatz zu einem Krieg wurde doch nichts zerstört. Häuser, Fabriken, Geschäfte – alles noch da. Wir müssen nur die Wirtschaft wieder ankurbeln. Investieren, produzieren und konsumieren. Auch das sollte gelingen, nachdem die öffentliche Hand jetzt sehr viel Geld in den Wirtschaftskreislauf pumpt.

Ulm TV - Redaktion: 2010 gründeten Sie mit einem Stiftungskapital von 500.000 Euro aus Ihrem Privatver-

mögen die Ernst Prost Stiftung. 2015 als weiteres gemeinnütziges Projekt, die Ernst Prost Foundation for Africa. 2016 und 2017 haben Sie 850 Mitarbeitern mit einer Siegesprämie von 11.000 Euro belohnt. Auch jetzt in der Corona Krise haben Sie der Belegschaft mit 1500 Euro für ihr Engagement gedankt und verzichtet auf Ihr Gehalt. Woher kommt diese soziale Ader?

Ernst Prost: Soll ich vielleicht lieber unsozial sein? Soll ich darauf hinarbeiten, dass ich irgendwann der reichste Mann auf dem Friedhof bin? Soll ich Geld zu meinem Fetisch erheben? Soll ich geldgierig und vielleicht sogar noch habsüchtig und geizig werden? Das macht doch alles keinen Sinn. Es ist doch schön, wenn ich anderen Menschen helfen kann. Menschen, die in Not geraten sind, weil ihnen das Schicksal wirklich übel mitspielt. Dafür habe ich meine Stiftung gegründet und sie mit ausreichend Finanzkraft ausgestattet. Seit zwei Jahren arbeite ich übrigens noch mit einer dritten Stiftung: Frieden für Menschen und Menschen für Frieden. Ich arbeite im Kuratorium der Stiftung Weltethos mit und versuche, zusammen mit meiner Frau Kerstin Thiele, die die Hauptarbeit leistet, einfach nur Gutes zu tun und Sinnvolles zu leisten. Das hat aber nichts mit den Prämien für meine mittlerweile 1.000 Kolleginnen und Kollegen in der Firma zu tun. Da geht es um Dankbarkeit meinerseits, um Respekt und auch um eine finanzielle Anerkennung für herausragende Leistung. Unsere Erfolge sind das Ergebnis einer grandiosen Teamleistung.



Ulm TV - Redaktion: Ihr Unternehmen ist in vielen Sportarten als Sponsor vertreten. Teams wie die Los Angeles Kings, Chicago Bulls, Eisbären Berlin und der TSV 1860 München tragen/trugen Ihr Logo auf der Brust. Sie waren Hauptsponsor der Vierschanzentournee, und unterstützen ratiopharm Ulm in der Basketball Bundesliga. Seit der Saison 2019 Namenssponsor der Handball Bundesliga. Woher kommt die Liebe zum Sport?

Ernst Prost: Wir sponsern nicht, weil ich eine Liebe zum Sport habe. Diese Liebe habe ich als junger Mann beim Fußball spielen in der C-Klasse verspürt. Wir unterstützen auch keine Sportveranstaltungen mit unserem Geld. Unsere Sponsoring-Aktivitäten sind, wie alle anderen Wer-

bemaßnahmen unseres Hauses, allesamt darauf ausgerichtet, unseren Bekanntheitsgrad zu erhöhen, auf dass wir mehr Menschen erreichen, die schlussendlich unsere Produkte kaufen. Deshalb Formel 1, MotoGP, Wintersport, Europameisterschaften, Weltmeisterschaften und nationale Veranstaltungen wie die Deutsche Handball Bundesliga oder in den USA Basketball. Wir machen 2/3 unseres Geschäftes außerhalb Deutschlands, in 150 Ländern dieser Erde. Deshalb arbeiten wir sehr gerne mit sogenannten local heroes zusammen, die in ihrem Land beliebt und bekannt sind. Oft genug machen wir auch gemeinsam mit Geschäftsfreunden von uns im nationalen, regionalen und lokalen Bereich Werbung durch Sponsoring. Wir wollen die Kunden da abholen, wo sie zu Hause sind, nämlich in der Heimat. Also: Von ganz oben, von weltweiten Veranstaltungen, bis ganz runter in die Stadt oder in das Dorf – möglichst in jedem Land der Welt – wollen wir mit unserer Marke präsent sein. Das ist Teil unseres globalen Marketingkonzeptes.

Ulm TV - Redaktion: Sind Sie mit Ihrem beruflichen Werdegang zufrieden oder würden Sie etwas anders machen?

Ernst Prost: Auch wenn ich was ändern wollen würde, könnte ich es nicht, weil es vorbei ist. Also ist diese Frage obsolet und solchen Gedanken gebe ich mich auch gar nicht hin. Ich schaue lieber nach vorne, auf meine to-do-Liste, auf mein Arbeitsprogramm, versuche nebenbei noch ein paar Visionen zu entwickeln und freue mich, dass ich noch lebe. Aber klar ist auch, dass ich allen Grund zu großer Dankbarkeit und Demut habe, dass mich das Schicksal und unser Herrgott auf solch einen Weg geschickt hat. Und diesem Umstand trage ich Rechnung durch meine nutzenstiftende Arbeit in der Firma und mit meinen Stiftungen.

Ulm TV - Redaktion: Abschließend ein paar Worte aus Ihrer Sicht zur aktuellen Lage.

Ernst Prost: Wenn ich die aktuelle Lage in Deutschland mit der aktuellen Lage in allen anderen Ländern dieser Welt vergleiche, komme ich zu dem Schluss, dass es uns in unserem Lande noch ganz passabel geht. Durch meinen Job habe ich sehr viel Kontakt zu Menschen in anderen Ländern. Alle beneiden uns. Um Demokratie, um Freiheit, um Rechtsstaatlichkeit und jetzt in dieser Zeit noch viel mehr um unser Gesundheitswesen, um unsere starke Wirtschaft, um unsere Gesellschafts-Strukturen, um unseren ausgeprägten Bürgersinn und um unsere stabile und soziale Gemeinschaft. Als ein Volk, das sich nicht nur in Krisen verantwortungsvoll, sozial und in großer Nächstenliebe um die Schwachen auf der Welt kümmert. Ich möchte in keinem anderen Land dieser Welt leben und arbeiten. Und ich empfinde es als eine Gnade, in dieser Zeit in unserem Lande leben zu dürfen. Schloss Leipheim, in dem ich wohne, erzählt mir da so manche Geschichte über die angeblich so „gute alte Zeit“, die definitiv überhaupt nicht so gut war. Ja, ich glaube sogar, dass aus dieser Krise Gutes und Sinnvolles erwächst. Risiko-Vorbeugung für die nächste Epidemie, zum Beispiel, aber vor allem eine weitere Stärkung unseres Gemeinschafts-Sinnes als eine zutiefst menschliche Gesellschaft mit Werten und Idealen!

Offen, ehrlich, Dennis Schwager

“Wenn jetzt keiner kommt, habe ich eine Menge Geld zum Fenster raus geworfen”

Ulm TV - Redaktion: Hallo Dennis, mit über 40.000 Abonnenten auf Facebook und 30.000 Abonnenten auf Instagram bist du mit deiner Firma als feste Größe im Shisha Bereich weit über Ulm hinaus bekannt. Wie bist du zur dieser Branche gekommen?

Dennis Schwager: Geplant war das ursprünglich nicht - ich habe 2011 meine Ausbildung als Industriemechaniker begonnen. Mir hat die Arbeit auch Spaß gemacht, aber ich habe recht schnell bemerkt, dass mich in diesem Job keine bahnbrechende Karriere erwartet. Da ich bereits mit einem ehemaligen Kumpel seit 2013 einen Youtube-Channel über Wasserpfeifen betrieben habe (Shisha Stabil), bin ich recht schnell darauf gekommen, mein Hobby zum Beruf zu machen. Gegen Ende meiner Ausbildung im Jahr 2015 habe ich dann die Firma Shisha Cloud gegründet - in einem 65 qm Laden im Fischerviertel hat dann alles seinen Anfang genommen. Mein Vater (Frührentner) ist dann bis zum Nachmittag für mich eingesprungen, während ich meine Ausbildung abgeschlossen habe. Begonnen habe ich mit nur etwa 8000 € Ware - nicht jeder kann mit einem „small loan of 1 Million Dollar“ beginnen.

Ulm TV - Redaktion: Wie hat sich das Geschäft über die Jahre entwickelt?

Dennis Schwager: Die erste Aushilfskraft wurde bereits 2 Monate nach Eröffnung eingestellt - kurz darauf, etwa 5 Monate später, konnte ich bereits die erste Vollzeitstelle besetzen. Im Jahr 2016 startete die Shisha Cloud dann richtig

durch, mit Facebook und Instagram erreichten wir deutschlandweit Bekanntheit durch meine energetischen Videos rund um das Thema Shisha.

Es musste also ein Onlineshop her, da immer mehr Kunden mehrere hundert Kilometer zu meinem Shop nach Ulm gereist sind - dieser startete dann kurz darauf in einer angemieteten Lagerhalle in Dornstadt. Inzwischen hat die umfirmierte Shisha Cloud GmbH zwei eigene Shops (Ulm, Lindau Insel) sowie zwei Franchisefilialen in Günzburg und Illertissen. Der Onlineshop inklusive Verwaltung ist 2018 nach Lonsee in die neu erworbene Zentrale mit über 1700 qm Lagerfläche umgezogen.

Ulm TV - Redaktion: Hattest du anfangs Bedenken?

Dennis Schwager: Natürlich nicht! ... Spaß beiseite - als ich an der Eröffnung an einem Samstag in meinem Laden stand, 2 - 3 Std bevor ich die Türe öffnen wollte, ging mir durch den Kopf „was hast du getan? Wenn jetzt keiner kommt, habe ich eine Menge Geld zum Fenster raus geworfen“.



Etwa eine Stunde vor Einlass bildete sich draußen vor meinem winzigen Laden dann langsam eine Menschenlange. Bis ich die Türen öffnete, war diese Schlange bestimmt 250 Meter lang - das Ordnungsamt war natürlich auch sofort zur Stelle - die erste von vielen Begegnungen mit unseren Behörden, die mich als Shisha-Shop-Besitzer am liebsten einsperren würden. Den Rest des Tages hatte ich dann keine Zeit mehr, über Bedenken nachzugrübeln - ich hatte nicht mal Zeit zu realisieren, was da gerade abging, trotz der tatkräftigen Unterstützung meines Vaters und mehrerer Freunde.

Ulm TV - Redaktion: Wie sieht dein Arbeitsalltag aus? Welche Tätigkeiten bringen dir die meiste Freude?

Dennis Schwager: Mittlerweile habe ich 23 Angestellte, somit kann ich inzwischen viele Aufgaben delegieren - mit Ausnahme der Sozial Media Auftritte - diese betreue immer noch ich, da ich das Gesicht der Firma darstelle und mir das Marketing einfach liegt. Was viele verwundern wird - ich packe auch selber noch mit an bei fast allen Tätigkeiten, die in meiner Firma anfallen.

Man sieht mich oft genug, wie ich bspw. Container auslade, Ware sortiere und auch mal im Laden in Ulm berate und verkaufe. Am meisten Freude habe ich daran, abends in meinen R8 zu steigen und Gas zu geben. Ich könnte jetzt lügen wie die meisten Unternehmer, und das erzählen, was alle erwarten, aber es ist einfach ein Fakt - meine Arbeit ist sehr fordernd, ein Unternehmen mit 23 Mitarbeitern am Laufen zu halten, macht nicht nur Spaß, sondern ist harte Arbeit. Den Spaß am Bereich Wasserpfeifen habe ich aber trotzdem noch nicht verloren!

Ulm TV - Redaktion: Was unterscheidet dich zur Konkurrenz?

Dennis Schwager: Welche Konkurrenz? Alle in der Umgebung Ulm liegenden Shops, die nach uns kamen, haben mit Mitarbeitern angefangen, die bei mir gelernt und dann gegangen sind. Aber damit muss man rechnen! Wenn Mitarbeiter sehen, dass ein Konzept funktioniert, wird dieses natürlich interessant. Aber während unsere Mitbewerber auf einem Level bleiben, gehen wir immer einen Schritt weiter - der modernste Onlineshop, die beste Auswahl, der beste Kundensupport - wir stellen uns jeden Tag neu auf die Probe und versuchen, uns zu jedem Zeitpunkt zu verbessern. Das hat uns groß gemacht und wird uns weiterhin Auftrieb geben.

Ulm TV - Redaktion: Zu deinem Online-Shop. Der richtige Weg in der heutigen Zeit oder hätte im Nachhinein dein Shop ausgereicht?

Dennis Schwager: Der Onlineshop war eine wichtige und sehr gute Entscheidung! Vor allem jetzt, in der aktuellen Lage, hat uns der Onlineshop ermöglicht, Personal aufzubauen, während viele Firmen abbauen mussten.

Ulm TV - Redaktion: Zu deiner Person - wie empfindest du die öffentliche Aufmerksamkeit, die du durch Instagram und Facebook erfährst?

Dennis Schwager: Ich gehe damit recht locker um - da ich mich sowieso nicht verstecken kann, poste ich auch auf meinem Privatprofil (@nednis_ bei Instagram) gerne mal Einblicke in mein Privatleben. Leider merke auch ich, dass es gerade im Internet extrem viele Neider gibt. Ich arbeite hart für mein Geld, genieße es aber dementsprechend auch, mir „mal etwas zu gönnen“. Viele meiner Follower verstehen das auch und feiern das - aber es gibt immer Menschen, die selber nichts erreicht haben und nichts erreichen werden und deshalb im Internet auf Teilzeit-Rambo machen. Ich gönne jedem, der hart arbeitet seinen Erfolg - leider gehöre ich mit dieser Einstellung in Deutschland zu der Minderheit wie es aussieht. Das merkt man leider auch, wenn man mit einem teuren Sportwagen durch Ulm fährt und einen Parkplatz sucht. Sofort wird man böse angestarrt und beschimpft, man solle doch nicht auf und abfahren, man habe das Auto schon gesehen.



EFFIZIENTE TOPSPORTLER: DIE NEUE BMW M340D XDRIVE LIMOUSINE UND DER NEUE BMW M340D XDRIVE TOURING



Auswahl an BMW M Automobilen in der neuen BMW 3er Reihe wird erweitert – ReihensechszylinderDieselmotor mit 250 kW/340 PS und 700 Nm erzeugt imposante Durchzugskraft – höchste Effizienz dank BMW TwinPower Turbo und Mild-Hybrid-Technologie – M Sportfahrwerk, Variable Sportlenkung, M Sportdifferential und intelligenter Allradantrieb sorgen für herausragende Performance.

München. Das Programm der BMW M Automobile in der Premium-Mittelklasse wird um zwei besonders effiziente Topsportler erweitert. In den Modellen BMW M340d xDrive Limousine (Kraftstoffverbrauch kombiniert: 5,7 – 5,3 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 149 – 139 g/km) und BMW M340d xDrive Touring (Kraft-

stoffverbrauch kombiniert: 5,8 – 5,4 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 153 – 143 g/km) sorgt ein ReihensechszylinderDieselmotor mit BMW TwinPower Turbo Technologie für imposante Durchzugskraft, die mit einer ebenso beeindruckenden Effizienz kombiniert wird. Das 3,0 Liter große Triebwerk erzeugt eine Höchstleistung von 250 kW/340 PS sowie ein maximales Drehmoment von 700 Nm. Dabei bewirkt der Einsatz von 48-Volt-Mild-Hybrid-Technologie eine zusätzliche Reduzierung der Verbrauchs- und Emissionswerte. Dank umfassender Abgasreinigung einschließlich SCR-Katalysator mit AdBlue-Einspritzung entsprechen die kraftvollsten Dieselvarianten der neuen BMW 3er Reihe außerdem bereits der künftigen Emissionsnorm Euro 6d.

Mit der Markteinführung der neuen BMW M340d xDrive Limousine und des neuen BMW M340d xDrive Touring im April 2020 wird charakteristisches M Feeling in der BMW 3er Reihe erstmals in Verbindung mit einem Dieselmotor erlebbar. Der kraftvolle Antrieb der neuen BMW M Automobile wird mit einem 8-Gang Steptronic Sport Getriebe, modellspezifischer Fahrwerkstechnik und intelligentem Allradantrieb kombiniert. Ein M Sportfahrwerk einschließlich Variabler Sportlenkung und eine M Sportbremsanlage gehören ebenso zur Serienausstattung beider Modelle wie das M Sportdifferenzial. Außerdem umfasst das perfekt zusammengestellte Gesamtpaket für höchste Performance auch M spezifische Exterieurmerkmale mit optimierten Aerodynamikeigenschaften. Für die Beschleunigung von null auf 100 km/h benötigt die neue BMW M340d xDrive Limousine 4,6 Sekunden. Der neue BMW M340d xDrive Touring absolviert den Spurt aus dem Stand auf Tempo 100 in 4,8 Sekunden. Die temperamentvollen Fahreigenschaften und eine ganz auf intensive Fahrfreude ausgerichtete Cockpit-Gestaltung garantieren ein mitreißendes Performance-Erlebnis.

Überragende Durchzugskraft trifft auf vorbildliche Effizienz: Reihensechszylinder-Dieselmotor mit BMW TwinPower Turbo Technologie und 250 kW/340 PS.

Der unverwechselbare Charakter der neuen BMW M Automobile in der BMW 3er Reihe wird von ihrer herausragenden Durchzugskraft und ihren in Relation zu den Fahrleistungen außergewöhnlich niedrigen

Verbrauchs- und Emissionswerten geprägt. Ihr 3,0 Liter großer Reihensechszylinder-Dieselmotor verfügt über ein Kurbelgehäuse und einen Zylinderkopf aus Aluminium. Reibungsverluste im Grundmotor werden unter anderem durch eine im Lichtbogenstrahlverfahren aufgetragene Stahlbeschichtung der Zylinderlaufbahnen reduziert.

Die BMW TwinPower Turbo Technologie der Antriebseinheit umfasst ein zweistufiges Aufladesystem mit optimierter Thermodynamik und direkter Ladeluftkühlung sowie eine Common-Rail-Direkteinspritzung mit PiezoInjektoren. Um ein besonders spontanes Ansprechen des Aufladesystems zu gewährleisten, weist sowohl die Hoch- als auch die Niederdruckstufe eine variable Turbinengeometrie auf. Für eine präzise dosierte Kraftstoffzufuhr und eine besonders saubere Verbrennung sorgt die weiterentwickelte Direkteinspritzung, deren Injektoren jetzt mit einem maximalen Druck von 2700 bar agieren. Integrierte Drucksensoren ermöglichen bis zu zehn Einspritzungen je Arbeitshub. Ansprechverhalten und Effizienz des Motors profitieren darüber hinaus von einem Ansaugtrakt mit optimierter Luftführung, dessen konstruktive Überarbeitung die Akustikeigenschaften des Motors verbessert. Zusätzlich trägt eine umfassende Motorkapselung sowohl zum Akustikkomfort als auch zum optimierten Warmlaufverhalten des Dieselantriebs bei. Bereits bei einer Drehzahl von 1750 min⁻¹ stellt der für die neue BMW M340d xDrive Limousine und den neuen BMW M340d xDrive Touring entwickelte Motor sein maximales Drehmoment von 700 Nm zur Verfügung. Seine Höchstleistung von 250 kW/340 PS erreicht der Antrieb bei 4400 min⁻¹.



WELTPREMIERE FÜR DEN NEUEN PORSCHE 911 TARGA



Porsche komplettiert zum Sommer sein klassisches Sportwagen-Trio: Mit den Allrad-Derivaten 911 Targa 4 und 911 Targa 4S debütiert nach Coupé und Cabriolet die dritte Karosserievariante der neuen Elfer-Generation. Die Modelle feiern ihre Premiere im Rahmen des Web-TV-Formats 9:11 Magazin.

Prägnantes Merkmal bleibt das innovative, vollautomatische Dachsystem. Es besteht wie beim legendären Ur-Targa von 1965 aus dem charakteristischen breiten Bügel, einem beweglichen Dachteil über den Vordersitzen und der umlaufenden Heckscheibe. In 19 Sekunden lässt es sich komfortabel öffnen oder schließen.



Für einen kraftvollen Auftritt sorgt der Sechszylinder-Boxermotor mit drei Liter Hubraum und Biturbo-Aufladung: Der 911 Targa 4 leistet jetzt 283 kW (385 PS; 911 Targa 4: Kraftstoffverbrauch kombiniert 9,8 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert 223 g/km) und sprintet mit optionalem Sport Chrono-Paket aus dem Stand in 4,2 Sekunden auf Tempo 100 km/h – ein Zehntel schneller als bisher. Das Triebwerk im 911 Targa 4S kommt auf eine Nennleistung von 331 kW (450 PS; 911 Targa 4S: Kraftstoffverbrauch kombiniert 10,3 - 9,9 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert 235 - 227 g/km) und erreicht die 100 km/h-Marke unter gleichen Voraussetzungen in 3,6 Sekunden – vier Zehntel schneller im Vergleich zum Vorgänger. Die Höchst-

geschwindigkeit des 911 Targa 4 liegt bei 289 km/h (plus zwei km/h), die des 4S bei 304 km/h (plus drei km/h). Für den emotionalen und sportlichen Fahrspaß sorgen in beiden Sportwagen serienmäßig das Achtgang-Doppelkupplungsgetriebe (PDK) und der intelligente Allradantrieb Porsche Traction Management (PTM). Der 911 Targa 4S kann alternativ auch mit dem neu entwickelten Sieben-Gang-Schaltgetriebe einschließlich Sport Chrono-Paket geordert werden. Neue Technologien erweitern das Angebotsspektrum für beide Elfer-Modelle zusätzlich: Erstmals ist Porsche InnoDrive einschließlich Abstandsregeltempomat erhältlich. Mit der weiterentwickelten Smartlift-Funktion lässt sich die Anhebung der Bodenfreiheit für den alltäglichen Bedarf programmieren. Ergänzt werden die Optionen durch eine umfassende Ausstattung von Porsche Tequipment und neuen Individualisierungsmöglichkeiten der Porsche Exclusive Manufaktur. Die Verbindung von traditionellen Stil-Elementen, zeitlosem Design und moderner Technik vertieft Porsche mit einem Anfang Juni debütierenden Sondermodell des 911 Targa.



Effizienter Boxermotor mit Biturbo-Aufladung

Wie die 911 Carrera-Modelle profitieren die beiden 911 Targa-Varianten von dem Leistungszuwachs der aufgeladenen drei Liter großen Sechszylinder-Boxermotoren. Das kommt sowohl der Performance als auch der Alltags-tauglichkeit zugute. Das Triebwerk im 911 Targa 4 leistet 283 kW (385 PS) bei 6.500 1/min. Das sind elf kW (15 PS) mehr als beim Vorgänger. Das maximale Drehmoment von 450 Newtonmeter steht über ein breites Drehzahlband von 1.950 bis 5.000 1/min zur Verfügung. Beim 911 Targa 4S mit 331 kW (450 PS) sind es 22 kW (30 PS) mehr Leistung im Vergleich zum Vorgängermodell, das maximale Drehmoment von 530 Newtonmeter (plus 30 Nm) liegt zwischen 2.300 und 5.000 1/min an.

Optimierter Allrad-Antrieb für bessere Traktion

Die verbesserte Performance der neuen Allrad-Modelle geht mit einer Weiterentwicklung des Vorderachsgetriebes einher. Die wassergekühlte Einheit aus Kupplung und Differenzial verfügt über verstärkte Kupplungslamellen für mehr Belastbarkeit und Robustheit. Eine Erhöhung der Stellmomente an der Kupplung verbessert deren Stellgenauigkeit und damit die Funktion des zusätzlichen Antriebs über die Vorderachse. In Summe unterstützt das weiterentwickelte Vorderachsgetriebe mit dem PTM (Porsche Traction Management) eine noch bessere Traktion bei allen Fahrbahnzuständen.

Weiterentwickeltes Fahrwerk für mehr Komfort und Sicherheit

Bei den neuen 911 Targa-Modellen gehört das elektronisch geregelte variable Dämpfersystem PASM (Porsche Active Suspension Management) zur Serienausstattung. Es passt die Dämpfer-Eigenschaften in Bezug auf Fahrkomfort und Handling automatisch an die jeweilige Fahrsituation an und verfügt über zwei manuell einstellbare Kennfelder „Normal“ und „Sport“. Das Porsche Torque Vectoring Plus (PTV Plus) inklusive elektronisch geregelter Hinterachs-Quersperre mit vollvariabler Momentenverteilung gehört beim Targa 4S ebenfalls zum Serienumfang und ist optional auch für den Targa 4 erhältlich. Wie die anderen Porsche 911 der achten Generation verfügen auch die Targa-Modelle serienmäßig über den Porsche Wet Mode. Sensoren in den vorderen Radhäusern erkennen signifikante Nässe auf der Fahrbahn. In diesem Fall wird dem Fahrer über ein Signal im Cockpit geraten, manuell in den Wet Mode zu wechseln. Dadurch wird das Ansprechverhalten des Antriebs so angepasst, dass ein Maximum an Fahrstabilität gewährleistet ist.



Die fahrdynamische Abstimmung umfasst für den 911 Targa 4 an der Vorderachse Reifen der Dimension 235/40 ZR auf 19-Zoll-Leichtmetallrädern, an der Hinterachse sind 20-Zoll-Räder mit 295/35 ZR-Reifen montiert. Das 4S-Modell ist serienmäßig mit Pneu der Dimension 245/35 ZR auf 20-Zoll-Rädern vorne und 305/30 ZR auf 21-Zoll-Rädern hinten ausgerüstet. Die Verzögerung übernehmen beim Targa 4 an beiden Achsen 330 Millimeter große Bremsscheiben mit schwarzen Vierkolben-Monobloc-Festsätteln. Der Targa 4S verzögert an der Vorderachse mit Sechskolben- und an der Hinterachse mit Vierkolben-Sätteln, jeweils in Rot. Die Bremsscheiben messen hier je 350 Millimeter vorne und hinten. Als Option kann die Porsche Ceramic Composite Brake (PCCB) bestellt werden.

Extravagantes Targa-Design modern interpretiert

Äußerlich prägen den 911 Targa die Design-Elemente der



Das Interieur entspricht den 911 Carrera-Modellen und ist geprägt von den klaren und geraden Linien der Armaturentafel mit der zurückversetzten Instrumentenebene. Hier standen die Elfer aus den 1970er Jahren Pate. Neben dem Porsche-typisch mittig positionierten Drehzahlmesser erweitern zwei dünne, rahmenlose Freiform-Displays die Informationsanzeigen für den Fahrer. Unter dem 10,9 Zoll großen Centerscreen des Porsche Communication Management (PCM) befindet sich eine kompakte Schaltereinheit mit fünf Tasten für den direkten Zugriff auf wichtige Fahrzeugfunktionen. Das PCM umfasst unter anderem serienmäßig eine Schwarmdaten-basierte Online-Navigation und Connect Plus inklusive Apple Car Play®.

Seit 1965 Vorbild einer neuen Sportwagenklasse

Der 911 Targa 2.0 von 1965 war Wegbereiter für ein neues Fahrzeugkonzept. Anfangs wurde der Targa noch als „Sicherheitscabriolet mit Überrollbügel“ vermarktet. Doch schon bald hatte sich das Fahrzeug mit dem herausnehmbaren Dach als eigenständiges Konzept etabliert und zur Stil-Ikone entwickelt. Mit dem 911 Targa verbindet Porsche bis heute zwei Welten: Die Vorteile des „Offenfahrens“ in einem Cabriolet sind mit dem Alltagskomfort und der Sicherheit eines Coupés kombiniert.

Weltpremiere im Web-TV-Format 9:11 Magazin

Der Sportwagenhersteller präsentiert der Weltöffentlichkeit den neuen 911 Targa erstmals im eigenen Web-TV-Format. Unter 911-magazin.porsche.de informieren der Leiter der Baureihen 911 und 718, Dr. Frank-Steffen Walliser, gemeinsam mit den Porsche Markenbotschaftern Maria Sharapova und Jörg Bergmeister über die Innovationen des neuen Sportwagens.



Wir besitzen die neueste Technologie von Alma Lasers, den Soprano ICE für eine dauerhafte Haarentfernung. Soprano ICE ist die umfassendste und effektivste Lösung zur Laser-Haarentfernung. Die Behandlungen sind sanft, praktisch schmerzfrei und nachweislich sicher. Mit Soprano ICE lassen sich alle Hauttypen ganzjährig epilieren – selbst gebräunte Haut.



Studio TubaLasers

Dauerhafte Haarentfernung
Professionelle Gesichtereinigung
und vieles mehr..

Telefon & Whatsapp: 0173 751 42 40

Web: www.tubalasers.de

Facebook: www.facebook.com/tubalasers

Anschrift:

Zum Kulturen 1
89312 Günzburg

tubaLasers

7 TIPPS FÜR EINE GESUNDE DIÄT

Wenn du die folgenden Tipps für eine gesunde Diät beachtest, wird dir das Abnehmen auch nachhaltig gelingen. Wir informieren dich über Mythen und No-Gos, die deiner Diät im Weg stehen könnten. So gelangst du endlich zu neuem Selbstbewusstsein und kannst dich wieder auf andere Sachen fokussieren.

Mythen über gesundes Abnehmen

Es existieren zahlreiche Mythen über das gesunde Abnehmen und angebliche Wundermittel, die, wenn man sie nur oft genug verzehrt, zu einem spürbaren Erfolg führen. Die meisten dieser Annahmen sind entweder falsch oder ungesund. Um gesund abzunehmen, muss man sich ausgewogen ernähren. Diese Abnehm-Mythen sollten ein für alle mal aus der Welt geschafft werden:

Diese Früchte wirken als Fatburner

Der erste Mythos besagt, dass Früchte wie Ananas, Papaya oder Kiwi die Fettverbrennung aufgrund der Beschaffenheit ihrer Enzyme anregen. Forscher fanden allerdings heraus, dass die Enzyme, sobald sie im Magen sind, ziemlich schnell verdaut werden. Der Fruchtzucker lässt den Blutzuckerspiegel schnell ansteigen, die Früchte werden schnell verdaut und man hat leider auch schnell wieder Hunger.

Scharfe Gewürze gegen die Kilos

Chili und andere scharfe Gewürze sollen angeblich die Fettverbrennung anregen. Doch sie tun nur eines: Sie regen die Verdauung an. Sie sind natürliche Abführmittel und können bei übermäßigem Einsatz den Darm schädigen. Zudem ist es unzumutbar, sein Essen dauerhaft so scharf zu würzen, dass Magen und Darm vor lauter Reizung keine Nährstoffe mehr aufnehmen können. Gegen ein wenig gesunde Schärfe ist natürlich nichts einzuwenden, man sollte es aber nicht übertreiben oder hoffen, dass nur durch Würzen die gewünschten Kilos purzeln.

Kaffee macht schlank

Kaffee regt den Stoffwechsel zwar an, führt aber bei übermäßigem Verzehr auch zu Herzrasen und Zittern und ist somit nicht gesund. Der Effekt ist ähnlich wie bei scharfen Gewürzen, es können bei zu hohem Stoffwechsel keine wichtigen Nährstoffe mehr aufgenommen werden und es ist nur eine Frage der Zeit, bis man Heißhunger bekommt.

No-Gos bei einer gesunden Diät

Bei einer Diät, die gut für deinen Körper ist, solltest du

auf radikale Methoden verzichten. Das heißt: Keine Kohlsuppe, keine Abnehmpillen und kein extremes Hungern. Gerade in Kombination mit Sport ist Hungern sehr ungesund, da du eigentlich keine Energie besitzt, die dir Kraft geben kann. Dein Kreislauf leidet und dein Puls schnell in die Höhe. Wenn du nachhaltig und gesund abnehmen willst, musst du deine körperliche Betätigung deinem Energielevel anpassen. Hier sind weitere No-Gos:

- **Wenig Schlaf:** Im Schlaf verbrennst du auch Kalorien und sammelst neue Kraft, um dich bewegen zu können. Zudem fördert Schlafmangel deinen Appetit.
- **Viel Stress:** Stress macht dich unglücklich und verhindert ein ausgeglichenes Abnehmen, da sich dein Körper ohnehin in einem belastenden Zustand befindet.
- **Zu hohe Erwartungen:** Ein halbes Kilo pro Woche dauerhaft zu verlieren, ist ein realistisches Ziel. Viele Menschen nehmen sich zu viel vor, sind enttäuscht, geben ihre Diät auf oder neigen zu Prokrastination. Nachhaltiges und gesundes Abnehmen braucht seine Zeit.

Gesund Abnehmen:

Vermeide diese Diät-Blockaden

Es gibt viele ungesunde Dinge, die das Abnehmen blockieren. Manche von ihnen sind uns vielleicht bewusst, andere befinden sich in zahlreichen Lebensmitteln, die wir täglich zu uns nehmen und wir bemerken es nicht einmal. Damit deiner gesunden Diät nichts mehr im Wege steht, haben wir die schlimmsten Abnehm-Blockaden für dich zusammengestellt.

Alkohol

Wenn der Alkohol ins Blut gelangt, will der Körper ihn so schnell wie möglich wieder loswerden. Der Abbau von Alkohol hat also eine höhere Priorität als der Abbau von Fetten, Kohlenhydraten oder Eiweiß. Die Fettverbrennung wird am meisten unterdrückt und wirkt so einer Diät ganz klar entgegen. Zudem hat Alkohol nicht gerade wenige Kalorien. Wir haben eine kleine Liste für dich erstellt, um dir bewusst zu machen, wie viele Kalorien du eigentlich zu dir nimmst, wenn du Alkohol trinkst. Vielleicht hilft sie dir dabei, ganz auf Alkohol zu verzichten oder seine Kalorien nicht zu unterschätzen.

HEILPRAKTIKER ANASTASIOS SITARIDIS: INNOVATIVE ANSÄTZE DURCH DIE INTEGRATIVE MEDIZIN



Anastasios Sitaridis ist ein erfahrener und mehrfach diplomierter Therapeut und Heilpraktiker in Ulm, der sich im Bereich der Ganzheitsmedizin und der Sportmedizin längst einen Namen gemacht hat. Er ist in der Praxisgemeinschaft „Haus der Gesundheit“ gemeinsam mit anderen Heilpraktikern und Therapeuten tätig. Das Konzept von Anastasios Sitaridis zielt darauf ab, moderne Naturheilkunde und konventionelle schulmedizinische Ansätze miteinander zu verbinden.

Die funktionelle und orthomolekulare Medizin als ganzheitlicher Therapieansatz

In der naturmedizinischen Praxis von Anastasios Sitaridis wird jeder Patient ganz individuell begleitet. Es werden ganzheitliche und nachhaltige Therapien entwickelt, die genau auf die Persönlichkeit jedes einzelnen Patienten abgestimmt sind. Herr Sitaridis beginnt nach eigener Aussage dort, wo andere aufhören. Gerade die Sportmedizin eröffnet Sportlern mit einem Leistungstief neue und hoffnungsvolle Perspektiven. Herr Sitaridis nimmt sich viel Zeit für seine Patienten, um ihre Vitalität zu fördern und die Regenerationsfähigkeit zu beschleunigen. Der diplomierte orthomolekulare Mediziner mit Schwerpunkt auf der nutritiven Medizin ist seit vielen Jahren erfolgreich als Heilpraktiker tätig. Er verfügt über viel praktische Erfahrung und ist durch ständige Fortbildungen stets auf dem neuesten Stand medizinischer Erkenntnisse. Das kommt seinen Patienten zugute. Mit viel Leidenschaft und Hingabe widmet er sich seiner Aufgabe, um für jeden einzelnen Patienten bestmöglich Erfolge für die Gesundheit zu erzielen.

Ein zielstrebiges Heilpraktiker und Therapeut mit viel Leidenschaft für seinen Beruf

Anastasios Sitaridis wurde im Januar 1977 in Heidenheim an der Brenz geboren und wuchs auf der schwäbischen Alb auf. Die Nähe zur Natur trug gewiss ihren Teil zur späteren beruflichen Entwicklung des diplomierten Heilpraktikers bei. Nach seinem Fachabitur studierte Herr Sitaridis von 2001 bis 2003 an der Akademie für Gesundheitsberufe des Universitätsklinikums Ulm das

Fach „Medizinische Dokumentation & Informatik“. Während dieses Studiums wuchs sein Interesse an der Medizin und der Arbeit mit Menschen immer mehr. Er schloss zwischen den Jahren 2003 und 2006 eine Ausbildung als Heilpraktiker sowie eine Ausbildung als Psychologischer Psychotherapeut nach dem HPG an. Es folgten viele Weiterbildungen in den Bereichen Krankheitsprävention, integrative Diagnostik, orthomolekulare Medizin und ästhetische Medizin. Erst im Jahr 2017 absolvierte Herr Sitaridis noch ein Studium für integrative Diagnostik, das er mit einem Universitätsdiplomabschluss beendete. Seit dem Jahr 2008 ist Herr Sitaridis erfolgreich als Experte für Nahrungsmittelintoleranzen tätig. Inzwischen blickt Herr Sitaridis auf mehr als zwölf Jahre Berufserfahrung zurück und konnte schon vielen Menschen helfen, ihre Leiden zu überwinden und gesundheitliche Probleme dauerhaft in den Griff zu bekommen.

Die Integrative Medizin ist für unterschiedliche Anwendungsgebiete geeignet

Anastasios Sitaridis ist für ganz unterschiedliche gesundheitliche Probleme und für verschiedene Präventivmaßnahmen genau der richtige Ansprechpartner. Das gilt für Herz-Kreislaufkrankungen, Verdauungsstörungen und Nahrungsmittelunverträglichkeiten, ebenso wie für Autoimmunerkrankungen, chronische Erkrankungen oder Schmerzen. Auch für eine nachhaltige Raucherentwöhnung oder bezüglich ästhetischer Probleme kann man sich Herrn Sitaridis anvertrauen. Als Herr Sitaridis bereits als Heilpraktiker und Therapeut tätig war, absolvierte er eine über zwei Jahre andauernde Ausbildung für orthomolekulare Medizin und Ernährungsmedizin, die er mit einem weiteren Diplom erfolgreich abschloss. Anastasios Sitaridis ist der festen Überzeugung, dass die Ernährung einer der Gründe für viele gesundheitliche Probleme ist. Eine auf die Persönlichkeit abgestimmte Ernährungsumstellung ist damit der Schlüssel zur gesundheitlichen Verbesserung bis hin zu einer vollständigen Heilung. Durch die Ernährungsmedizin und orthomolekulare Medizin wurde die biologische Krebsmedizin zu einem weiteren Schwerpunkt seiner medizinischen Ausrichtung. Denn die Erfahrung hat gezeigt, dass dieser Ansatz durchaus auch bei Krebs und Tumoren zumindest unterstützend sein kann.

Hervorragende Ergebnisse in der Sportmedizin und in der Ernährungsmedizin

Anastasios Sitaridis fühlt sich nicht nur in der Ernährungsmedizin, sondern auch in der Sportmedizin ganz zu Hause. Er betreut Profisportler ebenso erfolgreich wie Freizeitsportler. Als Amateurfußballer zählt er selbst zu letzteren. In den vergangenen Jahren zog es immer mehr Profisportler aus dem Fußball, Handball, Basketball und vielen anderen Sportarten in seine Praxis in Ulm. Der diplomierte Nutritiv- und Orthomolekular-Mediziner bietet seinen Patienten zudem eine Diagnose und Therapie bei Darm- und Verdauungsstörungen, bei chronischen Darmerkrankungen und Allergien sowie bei Intoleranzen gegen Nahrungs- und Konservierungsmittel. Sein Leistungsspektrum umfasst neben der biologischen Medizin und Naturheilverfahren auch eine umfassende Labor-diagnostik und die ästhetische Medizin. Im Rahmen der



naturheilpraxis

Praxis für Ganzheitsmedizin & Ästhetik

ästhetischen Medizin nimmt der erfahrene Heilpraktiker Faltenbehandlungen, Fettbehandlungen und Körperperformungen vor.

Am Anfang jeder einzelnen Behandlung steht eine ausführliche Labordiagnostik

Um einen genauen Einblick in den Metabolismus seiner Patienten zu erlangen, steht am Anfang jeder einzelnen Behandlung eine ausführliche Labordiagnostik. Es werden Vitalstoffmessungen durchgeführt und die Mitochondrien, die „Kraftwerke“ der Zellen, werden genauestens medizinisch untersucht. Neben einer qualitativen Analyse werden auch immer die funktionellen Parameter auf den Prüfstand gestellt. Nur so gewinnt Anastasios Sitaridis ein ganzheitliches Bild von seinen Patienten. Mit dieser Diagnostik geht der Heilpraktiker und Therapeut den Ursachen von Beschwerden und Leistungstiefs auf den Grund. Eine gute medizinische Versorgung bedeutet für Herrn Sitaridis vor allem, sich viel Zeit für seine Patienten zu nehmen. Mit viel Empathie und Einfühlungsvermögen für jeden einzelnen Patienten wählt er die passenden Behandlungen aus. Neue Erkenntnisse fließen dabei immer mit alterproben, konventionellen und bewährten Methoden zusammen. Dieses Vorgehen nennt man integrative Medizin. Integrative Medizin und ihre Ansätze als Chance, Wohlbefinden zurück zu erlangen

Die integrative Medizin umfasst die orthomolekulare Medizin und die funktionelle Medizin. Die orthomolekulare Medizin widmet sich in erster Linie der Erhaltung der Gesundheit und der Behandlung von Krankheiten durch die gezielte Veränderung der Konzentration verschiedener Substanzen im Körper des Menschen. Es gilt, eine verloren gegangene Ausgewogenheit an Stoffen und ihren Verhältnissen zurückzugewinnen. Die funktionelle Medizin als zweiter Ansatz hingegen behandelt zuvorderst den Men-

schen und nicht seine Krankheit. Dabei konzentriert sich die funktionelle Medizin an den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen. Die Prämisse ist, dass jeder Mensch in seiner genetischen und biochemischen Zusammensetzung einzigartig ist. Gesundheit ist ein Zustand nicht eingeschränkter Lebenskraft und Vitalität und nicht allein die Abwesenheit von Krankheit. Diese Erkenntnis will Anastasios Sitaridis seinen Patienten vermitteln und ihre Selbstheilungskräfte aktivieren. Herr Sitaridis ist mit hundertprozentigem Einsatz für seine Patienten da. Zudem ist er im wissenschaftlichen Beirat der Gesellschaft für öffentliche Gesundheit tätig, wirkt an Studien mit, arbeitet als Coach und Ausbilder und ist ehrenamtlicher 1. Vorstand des Naturheilvereins Ulm/Neu-Ulm e.V.





DIE LOW CARB DIÄT

Welche Wirkung & Regeln hat Low Carb?

Was bedeutet Low Carb?

Der Begriff „Low Carb“ stammt aus dem Englischen („low carbohydrates“) und bedeutet übersetzt „wenige Kohlenhydrate“. Bei einer Diät dieser Art handelt es sich also um eine kohlenhydratarme Ernährung, die vor allem auf Fett und Eiweiß setzt.

Dazu werden hauptsächlich Lebensmittel wie Fisch, Fleisch, Gemüse, Nüsse, Kerne und Milchprodukte verzehrt, während auf Kohlenhydratlieferanten wie Getreideprodukte oder Hülsenfrüchte größtenteils verzichtet wird. Dabei gibt es keine fixe Carb-Menge, die man nicht überschreiten darf – jede spezielle Low Carb Diät gibt andere Werte vor, die sich meistens zwischen 50 und 150 Gramm Carbs bewegen.

Wie hilft mir Low Carb beim Abnehmen?

Schnelle Anfangserfolge

Anfangs sorgen Low Carb Diäten für einen schnellen Gewichtsverlust – was von vielen Menschen als motivierend empfunden wird. Zwar beruhen diese Anfangserfolge auf der Waage zum Großteil auf Wasser, das mit den gespeicherten Kohlenhydraten in Muskeln und Leber sowie mit den Ballaststoffen im Verdauungstrakt ausgeschieden wird. Sobald man die kohlenhydratarme Ernährung aufgibt, wird diese Menge Wasser schnell wieder im Körper eingelagert.[1] Doch bis dahin darf man sich nicht nur über weniger Gewicht, sondern auch über eine schlankere Linie freuen.

Du vermeidest Heißhungerattacken

Kohlenhydrate treiben den Insulinspiegel erst in die Höhe, danach fällt er ab – was relativ bald wieder zu Appetit und manchmal zu regelrechtem Heißhunger führt. Bei Low Carb Diäten besteht dieses Problem in der Regel nicht, denn man isst vor allem Fett und Eiweiß. Durch Konsum dieser beiden Nährstoffe schwankt der Blutzucker weniger stark, sodass auch seltener Hungergefühle aufkommen.

Du fühlst dich länger satt

Auch die Tatsache, dass Low Carb Diäten auf eine eiweißreiche Kost setzen, ist dem Abnehmen dienlich. Denn Eiweiß ist der Nährstoff, der am langsamsten verdaut wird. Mit anderen Worten: Proteine machen lange satt. Und wer satt ist, kommt nicht so stark in Versuchung, zu sündigen oder zu häufig zu essen.

Du kurbelst den Fettabbau an

Der relativ niedrige Insulinspiegel bei kohlenhydratarmer Ernährung hat einen weiteren Vorteil: Wenn wenig Insulin ausgeschüttet wird, kann der Fettabbau ungehindert stattfinden, denn Insulin ist ein anaboles Hormon, das dafür sorgt, dass der Körper Gewebe (Fett und Muskeln) aufbaut. Solange es im Körper wirkt, können die Fettreserven also nicht angezapft werden, denn man kann nicht gleichzeitig Fett auf- und abbauen.

Du sparst Kalorien durch eiweißreiche Kost

Eiweiß kann vom Körper nicht so leicht wie Fett oder Kohlenhydrate verstoffwechselt werden, was außer der langen Sättigung auch zur Folge hat, dass der Verwertungsprozess selbst bereits einiges an Energie verbraucht. 18 bis 25 Prozent der Kalorien von Eiweiß gehen bei der „nahrungsinduzierten Thermogenese“ verloren. Netto hat Eiweiß also viel weniger Kalorien als „auf der Packung“ – so zum Beispiel auch bei Eiweißpulver.

Du kochst viel selber

Schließlich ist an Low Carb Diäten noch positiv zu bewerten, dass sie in der Regel vor allem auf frische, wenig verarbeitete Produkte setzen – schon allein deswegen, weil mit dem Verarbeitungsgrad eines Lebensmittels oft auch die enthaltene Zucker- und Stärkemenge zunimmt. Wer Low Carb optimal umsetzt, wird außerdem relativ viel Gemüse essen, was dank der darin enthaltenen Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe sehr gesund ist.

BLUMENKOHL-HACK-AUFLAUF

Schmand sorgt für feine Cremigkeit,
Gouda für eine würzige Kruste.

Dazu passt Salat mit Frischkäse-Dressing.

Zubereitung

1. Blumenkohl putzen und in Röschen teilen. In kochendem Salzwasser 3 Min. blanchieren, dann abgießen. Dabei 100 ml vom Kochwasser auffangen.
2. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Hack darin bei starker Hitze rundherum hellbraun anbraten, mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Mit dem Blumenkohlwasser ablöschen. Sahne zugießen und aufkochen. Abschmecken und in eine Auflaufform (ca. 25 x 15 cm) geben.
3. Blumenkohl über dem Hack verteilen und mit dem Käse bestreuen. Schmand in Klecksen darübergeben. im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf dem Rost auf der mittleren Schiene 15 Min. goldgelb überbacken. Mit Petersilie bestreut servieren.
4. Ende Mai beginnt die Saison für Romanesco, einem Verwandten des Blumenkohls. Die grünen spitzen, türmchenförmigen Röschen schmecken aromatisch und – nur kurz gekocht – weniger kohlig als der weiße Bruder.

Zutaten

- Für 4 Portionen
- 0.5 Blumenkohl, (ca. 400 g)
- Salz
- 2 El Öl
- 300 g Hackfleisch, gemischt
- Pfeffer
- 1 Tl Majoran, getrocknet
- 100 ml Schlagsahne
- 100 g geraspelter Gouda
- 100 g Schmand
- 2 El Petersilie, gehackt

Zeit

- Arbeitszeit: 35 Min.

Nährwert

- Pro Portion 460 kcal
- Kohlenhydrate: 3 g
- Eiweiß: 22 g
- Fett: 40 g

ERDBEER-TIRAMISU

Als wäre der Klassiker nicht schon genial
genug. So ist er der Sonnengruß aus Italien.

Zutaten

- Für 8 Portionen
- 150 ml kalter Espresso
- 2 El Amaretto
- 750 g möglichst kleine Erdbeeren
- 250 g Mascarpone
- 250 g Magerquark
- 80 g Puderzucker
- 200 ml Schlagsahne
- 1 Pk. Sahnefestiger
- 200 g Löffelbiskuits
- 1 Pk. Vanillezucker

Zeit

- Arbeitszeit: 45 Min.
- plus Kühlzeit

Nährwert

- Pro Portion 410 kcal
- Kohlenhydrate: 38 g
- Eiweiß: 9 g
- Fett: 22 g

Zubereitung

1. Espresso mit Amaretto mischen. 300 g Erdbeeren putzen und halbieren.
2. Mascarpone, Quark und Puderzucker in einer Schüssel vorsichtig mit einem Teigschaber zu einer glatten Creme verrühren. Schlagsahne mit Sahnefestiger

- steif schlagen und unterheben.
3. Den Boden einer Auflaufform (ca. 26 x 16 cm) mit Löffelbiskuits auslegen. Mit der Hälfte des Esspressos beträufeln. Mit 1/3 Mascarpone-Creme bestreichen und mit den Erdbeerhälften belegen. 1/3 Creme darauf verteilen, mit übrigen Löffelbiskuits belegen und mit übrigem Espresso beträufeln. Übrige Creme locker daraufstreichen. Abgedeckt mind. 1 Std. kalt stellen.
4. 150 g Erdbeeren putzen und halbieren. Restliche Erdbeeren putzen, mit Vanillezucker in einem hohen Gefäß fein pürieren, dann durch ein feines Sieb streichen.
5. Tiramisu in Stücke schneiden, mit Erdbeerpüree und Erdbeerhälften anrichten.

Tipp 1:

Wenn Kinder mitessen, Espresso und Amaretto einfach durch frisch gepressten Orangensaft und 1 Päckchen Vanillezucker ersetzen.

Tipp 2:

Wer mag, lässt für die Verzierung bei einigen Erdbeeren das Grün an der Frucht.





Performance
Center
Ulm

INNOVATIVE ONLINE-KONZEPTE FÜR KÖRPERLICHE UND MENTALE FITNESS

So reagieren zwei Ulmer Unternehmer mit einem noch besseren Service für High Performer

Um körperlich und mental fit zu sein und Höchstleistungen im Job zu erbringen, braucht es neue Konzepte. Gerade in Zeiten wie diesen wird deutlicher denn je, dass alte Trainingskonzepte in der heutigen Zeit nicht mehr funktionieren. Aus diesem Grund haben Sabrina Neumann und Sebastian Firmke im Performance Center Ulm ein Trainings- und Coachingkonzept entwickelt, das ihre Kunden maßgeschneidert unterstützt. Durch die Kombination aus Präsenzterminen zur Analyse und einem begleitenden Online-Coaching, Live-Calls mit zusätzlichem Austausch per Messenger ist die richtige Umsetzung der effektiven Übungen und Maßnahmen viel besser gewährleistet. Und das mit einem geringeren Zeitaufwand in der Woche und deutlich besseren Ergebnissen.

„Gerade beruflich stark eingespannte Personen, die täglich mental und körperlich Höchstleistungen vollbringen müssen, haben oft nicht viel Zeit, ihre Leistungsfähigkeit und Gesundheit zu fördern. Aber genau das ist wichtig, um langfristig erfolgreich und zufrieden zu sein - und nicht ausgelaugt im Burnout zu enden. Deswegen haben wir unseren Service darauf ausgerichtet, mit geringem Aufwand aber hoch effektiv, Beschwerdefreiheit und Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter zu erreichen“, so Sebastian Firmke.

High Performer, also Führungskräfte, Selbständige und Unternehmer/innen haben oft nicht die Zeit, regelmäßig vor Ort in einem Studio zu trainieren. Sie wünschen sich ein individuelles, strukturiertes Trainingsprogramm, das im besten Fall alle Bereiche Ihres Körpers und Lebens berücksichtigt. „Viele konnten sich bisher nicht vorstellen, wie so etwas online und per Messenger funktionieren kann“, sagt Sabrina Neumann. In der Corona-Krise zeigte sich nun, wie gut Online-Plattformen und -Austausch funktionieren und wir effizient das Ganze ist. „Durch den engen Austausch konnten wir gemeinsam an der richtigen Durchführung der Übungen arbeiten und auch bei Unklarheiten oder Blockaden sofort helfen.“ „Dadurch sichern wir in einem hohen Maße die Qualität

des Trainings. Das begleitende Coaching ist dabei wichtig, dann braucht es nämlich nur zwei effektive Trainingseinheiten pro Woche, um viel mehr zu erreichen“, ergänzt Sebastian Firmke.

Ob die Beratungen im Bereich Lifestyle, Ernährung und gesunder Lebensführung oder Beschwerde-Management und sportliche und mentale Leistungssteigerung, alle Maßnahmen werden nach einer ausführlichen Anamnese (telefonisch oder vor Ort) und Analyse (vor Ort) anschließend online und telefonisch intensiv begleitet. So sichern wir die einfache Umsetzung zuhause und im Business-Alltag für schnelle und gleichzeitig nachhaltige Ergebnisse.

„Dafür braucht es immer ein individuelles Konzept, das ganzheitlich nicht nur alle Aspekte des Körpers und seiner Funktionen berücksichtigt, sondern auch die persönliche Lebenssituation und Lebensweise für jeden einzelnen unserer Klienten“, weiß Sabrina Neumann, Spezialistin für Hormone, Ernährung und gesunde Lebensführung.

Nur im Zusammenschluss werden die nachhaltigen Ergebnisse erreicht, weil die Maßnahmen so ihre volle Kraft entfalten. Es braucht also nicht mehr tägliche Besuche im Fitnessstudio, lange Joggingrunden oder gar Marathons und komplizierte Übungen. Die innovativen Konzepte bringen Erfolge in kürzester Zeit mit wenig, aber sehr gezieltem Einsatz der maßgeschneiderten Übungen. „Unsere Klienten spüren im Training, das sie selbst zuhause oder im Studio durchführen, sofort die körperlichen Veränderungen. Sie fühlen sich fitter, kraftvoller und ihre Figur ist ausdrucksstärker. Sie strahlen aus, was sie als Unternehmer und Führungskraft verkörpern. Das stärkt die Lebensqualität und das Selbstbewusstsein noch einmal mehr“, erzählt Sebastian Firmke begeistert.

Mehr Infos finden Sie unter:
www.performance-center-um.de



Fühle dich fitter, kraftvoller.

Strahle aus, was du als
Führungskraft verkörperst.



www.performance-center-um.de



THE SERO: ZWEI FORMATE FÜR DEINE INHALTE

Samsung ermöglicht mit seinem Lifestyle TV Fernsehen im Hochformat, dynamisches Einrichtungsdesign und vernetztes Wohnen

- QLED Lifestyle TV für Digital Natives
- The Sero rotiert zwischen Querformat und Hochformat
- Smart TV in dynamischem Multifunktions-Design

und Martin Widenka² bieten einige spannende Inspirationen zum Thema Vertical Video, Fotografie und Interior Design.

Schwalbach/Ts. – 22. Mai 2020 – TV für mobiles Entertainment: Samsung bringt seinen nächsten Lifestyle TV nach Deutschland, der ganz auf die Bedürfnisse der Smartphone-Generation zugeschnitten ist. The Sero wechselt per Knopfdruck auf der Fernbedienung oder durch einfache Rotation des verbundenen kompatiblen Samsung Smartphones¹ zwischen horizontaler und vertikaler Ausrichtung. Zudem kann er mehrere Aufgaben im smarten Zuhause übernehmen und nahtlos mit intelligent vernetzten Mobilgeräten interagieren.

Nach den Lifestyle TVs The Serif und The Frame bringt Samsung ein weiteres Design-Highlight auf den Markt. The Sero geht auf die Bedürfnisse der Generation der Digital Natives ein, die Inhalte hauptsächlich über Social Media konsumiert und produziert. Optimiert auf die Smartphone-Nutzung geschieht das alles im Hochformat. Samsung hat mit The Sero einen TV entwickelt, der diesen Inhalten mit einem variablen Bildformat eine große Bühne bietet und die Social-Media-Welt nach Hause bringt.

Die Vernetzung mit anderen, vor allem mobilen Geräten ist den Nutzern außergewöhnlich wichtig. The Sero bietet hier intuitive Möglichkeiten, sehr spontan und spielerisch zwischen den Geräten, Kanälen und Formaten zu wechseln. Das öffnet auch Potenziale für Kreativität: TV-Nutzung kann eine aktivere Tätigkeit werden, die an eigene Interessen und Leidenschaften anknüpft. Deshalb hat Samsung auch schon vorab einige Content Creators ihre eigenen Erfahrungen mit The Sero sammeln lassen: Die Samsung Snapshooter Liz Bernatzek, Max Muench





HUAWEI VERÖFFENTLICHT GESCHÄFTSZAHLEN FÜR DAS ERSTE QUARTAL 2020

Huawei hat seine Geschäftsergebnisse für das erste Quartal 2020 veröffentlicht. Im ersten Quartal dieses Jahres erwirtschaftete das Unternehmen einen Umsatz in Höhe von 182,2 Milliarden CNY (25,69 Mrd. US-Dollar). Das entspricht einer Steigerung von 1,4 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Die Nettogewinnmarge des Unternehmens lag im abgelaufenen Quartal bei 7,3 Prozent.

Aufgrund der fortschreitenden weltweiten Ausbreitung von COVID-19 ergreift Huawei proaktive Maßnahmen, um die Sicherheit seiner Mitarbeiter zu gewährleisten. Das Unternehmen arbeitet eng mit seinen Zulieferern und Partnern zusammen, um sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam die Herausforderungen in der Produktion anzugehen. Huawei hat seinen Betrieb und seine Produktion vollständig wieder aufgenommen. Die Geschäfte des Unternehmens laufen wie gewohnt weiter, die Geschäftsergebnisse im ersten Quartal 2020 entsprechen insgesamt den Erwartungen.

In der derzeitigen Krise fungieren digitale Netze als Lebensader für Menschen aus allen Lebensbereichen. Ein normaler Netzbetrieb ist daher von größter Bedeutung. Huawei unterstützt die Netzbetreiber mit aller Kraft bei der Gewährleistung eines stabilen und sicheren Netzbetriebs. Gemeinsam arbeiten wir daran, der durch „Social Distancing“, Telearbeit, Fernunterricht und E-Commerce steigenden Nachfrage nach Netzkapazität nachzukommen.

Seit dem Ausbruch von COVID-19 haben Huawei und seine Partner eine Vielzahl von 5G- und KI-gestützten medizinischen Anwendungen realisiert. Wir setzen unser Fachwissen im Bereich der Kommunikationstechnologien ein, um die Pandemie einzudämmen. KI-gestützte Coronavirus-Diagnosen am Computertomographen (CT) verkürzen die Dauer einer CT-Untersuchung von 12 Minuten auf 2 Minuten und helfen den Ärzten, mehr Diagnosen in kürzerer Zeit zu stellen. 5G-gestützte Video-Sprechstunden tragen dazu bei, den Mangel an Experten in einigen Regionen abzufedern und die Kapazitäten für Diagnose und Behandlung kritischer Patienten zu steigern. KI-gestützte Wärmebildgeräte können Temperaturen messen, was die Effizienz der Infektionsprävention und -kontrolle an öffentlichen Orten erhöht. Darüber hinaus hat Huawei sein Bestes getan, um Masken, Testkits und weitere Schutzausrüstung zu den Ländern und Organisationen zu bringen, die sie dringend benötigen.

Ein Samen, der den Sturm überlebt, wird sprießen und dann blühen. Auch wenn es unmöglich ist, vorherzusagen, wann sich das Blatt bei dieser Pandemie wenden wird, glauben wir bei Huawei, dass die gegenwärtigen Herausforderungen durch gemeinsames Handeln gemeistert werden können.

Anmerkung: Wechselkurs Ende März 2020: US\$1 = 7,0915 CNY (Quelle: externe Agenturen)



KITCHENAID PRÄSENTIERT DIE FARBE DES JAHRES 2020



Lebendige Farben sind neben dem ikonischen Design und den vielseitigen Funktionen schon immer ein Markenzeichen von KitchenAid. Kyoto Glow, so lautet die Farbe des Jahres 2020 des amerikanischen Unternehmens. Der leuchtende und energiegeladene Ton erweitert die berühmte Farbpalette und verleiht dieser einen healthy glow.

Angelehnt an die japanische Kultur, steht Kyoto Glow für die innere Schönheit und Gesundheit. Die frische und lebensbejahende Farbe passt wunderbar zum heutigen Lifestyle, der geprägt ist von Green Smoothies, Yoga & Co. Kyoto Glow transportiert ein gutes Lebensgefühl und weckt in uns das Bedürfnis jeden Tag positiv und gesund zu starten.

Das helle Grün mit einer leichten Limonen-Note bringt außerdem die Natur in die eigenen vier Wände. Grüntöne stehen für Frische und Natürlichkeit und tragen entscheidend zu einem harmonischen Ambiente bei. Diese Vorliebe fürs Wohnen geht aus der heutigen Generation hervor, die auf einen Einklang von Körper, Geist und Seele großen Wert legt. Mit Kyoto Glow gelingt es grüne Akzente zu setzen und einen gesunden Spirit in die heimische Oase zu holen.





DEUTSCHES INSTITUT FÜR SERVICE-QUALITÄT: DYSON BELIEBTESTE STAUBSAUGER-MARKE 2020

- 17 Staubsauger-Marken im Vergleich
- unabhängige Umfrage mit über 1300 Teilnehmern
- Sieger Dyson erreicht höchste Kundenzufriedenheit und Qualitätsurteil „gut“

Das Marktforschungsinstitut DISQ (Deutsches Institut für Service-Qualität) hat in einer umfangreichen Kundenbefragung unter 17 Staubsauger-Marken die beliebteste ermittelt. Der Sieger: Dyson.

Dyson erreichte die höchste Kundenzufriedenheit aller Marken und erzielt das Qualitätsurteil „gut“. Befragt wurden die über 1300 Teilnehmer zu den Aspekten Preis-Leistungs-Verhältnis, Produktqualität, Produktdesign, Kundenservice und Image der Marke. Außerdem flossen Weiterempfehlungsbereitschaft und Kundenärgernisse in die Bewertung ein.

Dyson erreichte besonders beim Produktdesign, der Pro-

duktqualität und beim Image der Marke hohe Zufriedenheitswerte. Dazu hatten nur fünf Prozent der Befragten „Ärgernisse“ mit ihrem Dyson Produkt und die Weiterempfehlungsquote fällt bei Dyson laut DISQ „ausgesprochen hoch“ aus. Die Befragung fand zwischen Dezember 2019 und Februar 2020 statt und wurde im April dieses Jahres vom Deutschen Institut für Service-Qualität veröffentlicht.

Hier der Kommentar eines anonymen Teilnehmers der Kundenbefragung:

„Ich schätze an unserem Dyson das geringe Gewicht und die flexible Handhabung. Am besten finde ich, dass der Akku in kurzer Zeit auflädt und beim Saugen auch die angegebene Zeit mit guter Saugleistung durchhält. Absolut empfehlenswerte Qualität!“ (Quelle: DISQ)

ULMER



AGENTUR

**IHR PARTNER IN
WERBUNG UND DESIGN**

www.ulmer-agentur.de



ULM.TV

DAS NACHRICHTENPORTAL AUS ULM

Hier könnte Ihre Werbung stehen!

**Werben Sie in unserem Magazin
(inkl. Webseite, App's & Social Media)**

**Erweitern Sie Ihre Werbereichweite
zielgruppengerecht um neue
Kunden anzusprechen.**

Kontakt:

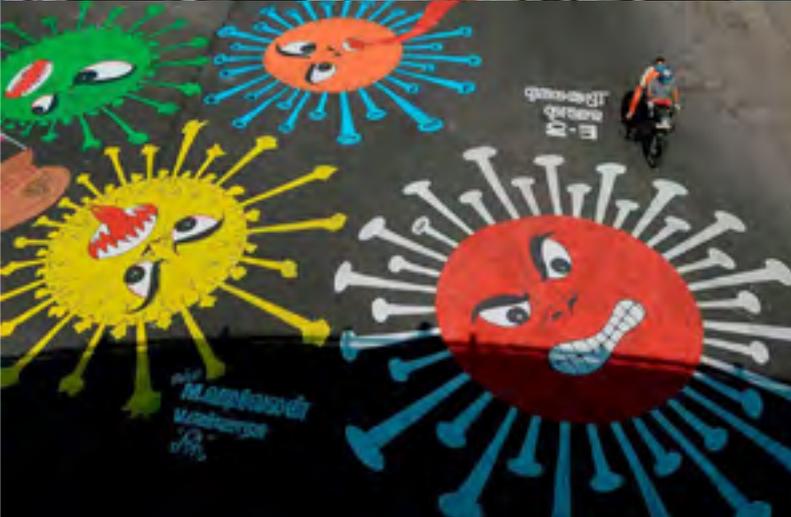
www.ulm.tv

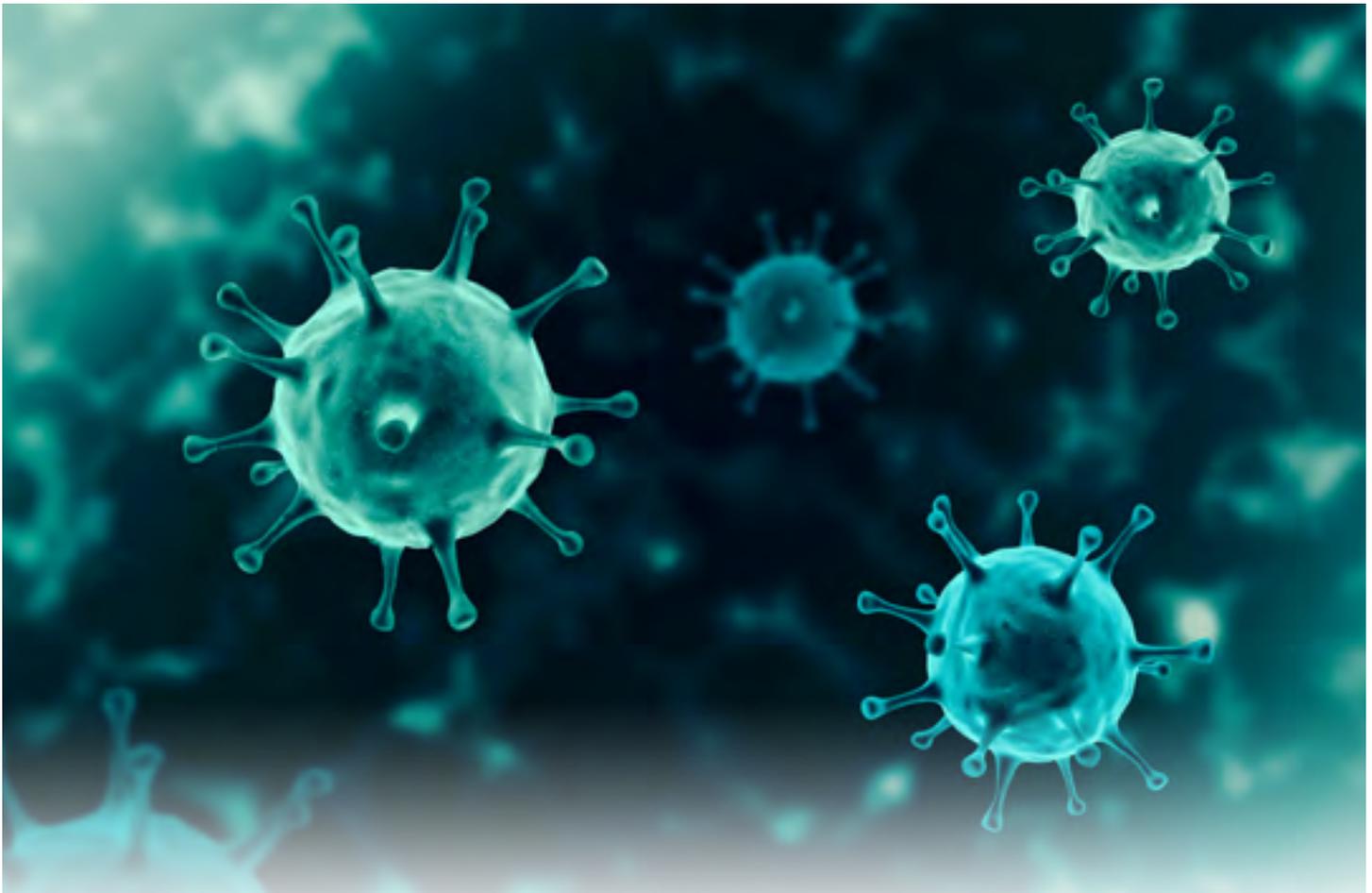
marketing@ulm.tv

COVID-19: Fotos aus aller Welt

Erstaunliche Augenblicke







TÄGLICHER LAGEBERICHT DES RKI ZUR CORONAVIRUS-KRANKHEIT-2019 (COVID-19)

Bestätigte Fälle

168.551
(+1.251*)

Verstorbene

7.369
(+103*)

Anteil
Verstorbene
4.4%

Genesene
ca. 143.300**

**Änderung gegenüber Vortag; **geschätzter Wert*

Zusammenfassung der aktuellen Lage

- Insgesamt wurden in Deutschland 168.551 laborbestätigte COVID-19-Fälle an das RKI übermittelt, darunter 7.369 Todesfälle in Zusammenhang mit COVID-19-Erkrankungen.
- Bezogen auf die Einwohnerzahl (Fälle pro 100.000 Einwohner) wurden die höchsten Inzidenzen aus Bayern (338), Baden-Württemberg (299), dem Saarland (269) und Hamburg (259) übermittelt.
- Die meisten COVID-19-Fälle (69%) sind zwischen 15 und 59 Jahre alt. Insgesamt sind Frauen (52%) und Männer (48%) annähernd gleich häufig betroffen.
- 86% der Todesfälle und 19% aller Fälle sind 70 Jahre oder älter.
- COVID-19-bedingte Ausbrüche in Alters- und Pflegeheimen sowie in Krankenhäusern werden weiterhin berichtet. Im Landkreis Greiz in Thüringen gab es COVID-19-bedingte Ausbrüche in sechs Alten- und Pflegeheimen. Zudem wurden Ausbrüche in Schlachtbetrieben in Baden-Württemberg (LK Enzkreis), Nordrhein-Westfalen (LK Coesfeld) und Schleswig-Holstein (LK Steinburg) berichtet. Dies spiegelt sich zum Teil in der 7-Tage-Inzidenz der Landkreise wider.



KANZLEI | PEKTAS
Rechtsanwalt | Mehmet Pektas

📍 Maria-Theresia-Straße 7b / 89312 Günzburg
☎ 08221 / 20 70 440
📠 08221 / 20 70 441
🌐 info@kanzlei-pektas.de | www.kanzlei-pektas.de

Bundesland	Anzahl	Differenz Vortag	Fälle/100.000 Einw.	Todesfälle	Todesfälle/100.000 Einw.
Baden-Württemberg	33.105	207	299	1.534	13,9
Bayern	44.169	264	338	2.147	16,4
Berlin	6.242	33	167	164	4,4
Brandenburg	3.098	61	123	133	5,3
Bremen	1.024	27	150	32	4,7
Hamburg	4.772	19	259	204	11,1
Hessen	8.916	66	142	408	6,5
Mecklenburg-Vorpommern	722	4	45	19	1,2
Niedersachsen	10.803	117	135	496	6,2
Nordrhein-Westfalen	34.817	295	194	1.424	7,9
Rheinland-Pfalz	6.282	41	154	195	4,8
Saarland	2.660	2	269	142	14,3
Sachsen	4.873	34	119	186	4,6
Sachsen-Anhalt	1.637	22	74	48	2,2
Schleswig-Holstein	2.898	38	100	122	4,2
Thüringen	2.533	21	118	115	5
Gesamt	168.551	1.251	203	7.369	8,9





*Das Schönste Viertel Ist Definitiv Das Fischerviertel
In Ulm. Hier Ist Urlaubsfeeling Garantiert.*





*Ulmer Münster:
Der Größte Kirchturm Der Welt*



DER PASSENDE OBERFLÄCHENSCHUTZ FÜR MASSIVHOLZMÖBEL

Glänzendes Öl, schützender Wachs, starker Lack

Herford. Die Oberfläche eines Massivholzmöbels lässt sich gut mit der Haut des Menschen vergleichen: „Beide benötigen die richtige Pflege, damit sie auch nach vielen Jahren noch gut aussehen. Während die Haut mit einer Vielzahl an Feuchtigkeitscremes gepflegt werden kann, machen bei Massivholzmöbeln drei Pflegearten Sinn: Öl, Wachs oder Lack“, so Andreas Ruf, Geschäftsführer der Initiative Pro Massivholz (IPM). Welche Pflege schließlich zum Einsatz kommt, entscheidet sich – basierend auf seiner jeweiligen Vorbehandlung – bereits beim Kauf des Möbelstücks.

Öl hebt die Holzfarbe hervor

Holzöle dringen gut in die Poren des Holzes ein und lassen dabei das Naturmaterial weiter atmen. „Damit bleibt die Oberfläche des Holzes dampfdurchlässig und kann so überschüssige Luftfeuchtigkeit in den Räumen aufnehmen und wieder abgeben. Dabei ist es für den täglichen Gebrauch bestens geschützt“, erklärt Möbelexperte Ruf. Gleichzeitig werden die Farbpigmente des Holzes hervorgehoben und das Möbelstück kann seine natürliche Schönheit ausspielen. Für die Pflege eignen sich Lein-, Raps-, Oliven- und Walnussöl besonders gut. Werden die Öle in regelmäßigen Abständen – etwa einmal pro Jahr – aufgebracht, bleibt die Oberfläche der Holz-möbel dauerhaft schön und geschützt. Überschüssiges Öl sollte mit einem Bauwollappen abgewischt werden, damit keine klebrigen Stellen zurückbleiben.

Wachs verstärkt den Glanz

Wachs hebt ebenfalls den natürlichen Glanz des Naturmaterials hervor und sorgt zudem für einen guten Abriebschutz. Das Wachs ist meistens eine Mischung aus Extrakten der Carnuba-Palme in Kombination mit Bienenwachs. Auch Leinöl-Mischungen können zum Einsatz kommen und für einen dauerhaften Glanz sowie wasserabweisenden Effekt sorgen. Dabei liegt der Ölanteil et-

was niedriger als der Wachsanteil.



Lack macht Massivholzmöbel dauerhaft unempfindlich

Die Behandlung mit Lack wiederum verschließt die Holz-poren sofort und dauerhaft. Das unterbindet zwar die Dampfdurchlässigkeit des Massivholzes, sorgt aber für einen sehr guten Schutz vor äußeren Einflüssen. Die Zusammensetzung der Lacke kann wasser- oder lösemittelhaltig sein: das macht eine spätere Nachbehandlung der Oberfläche nahezu überflüssig. Gerade in Küche und Badezimmer bietet sich dieser Oberflächenschutz an, da es in diesen Räumen zu erhöhter Luftfeuchtigkeit kommen kann. In der Vergangenheit wurde oftmals Schellack eingesetzt, welcher heute ausschließlich bei der Restaurierung von antiken Möbeln zum Einsatz kommt.

Fazit: Es zählt der eigene Geschmack

Wichtig ist, dass das gewählte Pflegeprodukt vom Hersteller ausdrücklich empfohlen wurde und für die Behandlung des Möbelstückes geeignet ist. „Entscheidungsgrundlage für den passenden Oberflächenschutz ist der individuelle Geschmack beim Möbelkauf, wobei nicht nur die Optik, sondern auch die Vorteile der jeweiligen Oberflächenbehandlung wie Feuchtigkeitsaufnahme und -abgabe oder Materialempfindlichkeit in die Kaufentscheidung einfließen sollten“, gibt Ruf abschließend zu bedenken. IPM/RS



IM BADEZIMMER IST IMMER MEHR WOHLNICHKEIT GEFRAGT

BAD HONNEF. Schwarze Schränke, ein Waschtisch in Betonoptik, bunte Wandtapeten und Holzdielen auf dem Boden – beim Badezimmer hat sich ein enormer Wandel vollzogen. Einst als triste Nasszelle eher stiefmütterlich behandelt, kommt dem Bad inzwischen eine hohe Bedeutung innerhalb des Wohnkonzepts zu. Der Anspruch lautet vor allem, den Raum genauso wohnlich zu gestalten wie den Rest des Zuhauses. „Das Badezimmer soll längst nicht mehr nur technische Funktionen erfüllen, sondern auch ein gemütliches Ambiente mit Lifestyle-Charakter schaffen“, sagt Jan Kurth, Geschäftsführer des Verbands der Deutschen Möbelindustrie (VDM).

Für einen wohnlichen Charakter halten im Bad zunehmend natürliche Materialien Einzug. Bei den Waschtischen und Schränken werden Lackoberflächen mit Echtholzurnieren aus Eiche, Nussbaum oder Bambus kombiniert. Bei den Farben dominieren Weiß und helle Erdtöne. Aber auch Pastellfarben und Schwarz erfreuen sich einer wachsenden Beliebtheit. Ebenso halten Fronten in Betonoptik vermehrt Einzug. Außerdem treten immer häufiger gefällige, abgerundete Formen neben die klassischen rechteckigen Schränke. Zu beobachten ist zudem der Trend zu grifflosen Fronten, wie sie auch in der Küche zu finden sind. Die Push-to-open-Schubladen und -türen lassen sich leicht und lautlos öffnen.

Eine immer größere Rolle kommt den Wohnaccessoires zu, etwa Sitzbänken oder freistehenden Handtuchhaltern in minimalistischem Design. Auch hier findet sich häufig ein Materialmix aus Holz oder Metallen mit Bezügen aus Baumwollstoffen oder Leder. Dazu kommen Sideboards, die neben Stauraum auch Platz für dekorative Accessoires bieten.

Für eine warme Atmosphäre spielt auch die Beleuchtung eine wichtige Rolle. Mit LED-Lichtleisten hinterleuchtete Badmöbel sorgen für ein indirektes, gemütliches Licht.



Dabei lassen sich verschiedenste Stimmungen erzeugen, etwa mit einem hellen Licht für das morgendliche Aufstehen und einer gedämpften Variante für abends. Gesteuert werden können die Lichtfunktionen auch per Fernbedienung. Gleiches gilt für die Bedienung der Soundsysteme.

Längst wird das Bad nicht mehr komplett, sondern nur noch in den Nassbereichen gefliest. Dabei sind unter anderem großformatige Fliesen ohne sichtbare Fugen gefragt. Die übrigen Wandflächen werden häufig mit Tapeten oder Lehmputz in warmen Tönen gestaltet. Für den Boden wird neben Fliesen in Naturstein-, Beton- oder Zementoptik verstärkt zu Fliesen mit Holzdekoren gegriffen. Aber auch speziell behandelte echte Holzböden sind immer beliebter.

Immer populärer werden auch Doppelwaschbecken und freistehende Badewannen. In Zeiten der Corona-Krise halten zudem berührungslose Armaturen sowie Desinfektionsmittelspender Einzug in die heimischen Badezimmer.



SARA NURU IST DIE ERSTE BOTSCHAFTERIN DES S.OLIVER NACHHALTIGKEITSPROGRAMMS WE CARE

Unternehmerin und Model Sara Nuru ist die erste Botschafterin des s.Oliver Nachhaltigkeitsprogramms WE CARE.

Innerhalb der zweimonatigen Partnerschaft hat sie ihre „s.Oliver WE CARE x SARA NURU – sustainable styles selected by Sara Nuru“ gemeinsam mit dem s.Oliver Women Design-Team ausgewählt und gestylt. Alle 10 Styles aus der Juni-Kollektion sind nachhaltig und Bestandteil der 2019 ins Leben gerufenen nachhaltigen Produktstrategie der s.Oliver Group.

Mit dem Claim „WE CARE – for PEOPLE, the PLANET and the FUTURE“ fasst das Unternehmen seit 2019 sein Engagement für eine nachhaltige Zukunft zusammen. Viele der Aktivitäten sind seit Jahren fester Bestandteil der Unternehmensphilosophie. In den Bereichen Produkt und Kommunikation verstärkt das Unternehmen aktuell sein Engagement speziell zu nachhaltigen Rohstoffanbau in der Textilproduktion.

„Als Familienunternehmen möchten wir Verantwortung übernehmen und uns gemeinsam mit unseren Kunden auf den Weg in eine nachhaltigere Zukunft machen. Wir freuen uns, dass wir mit Sara einen starken Partner an unserer Seite haben, um unsere WE CARE-Produktstrategie zu kommunizieren.“, sagt Kristina Szasz, Chief Product and Marketing Officer s.Oliver.

In den Geschäften wird die Zusammenarbeit ab Juni 2020 sichtbar werden und bildet für s.Oliver den Auftakt einer Botschafter-Kommunikation zu WE CARE. Ab diesem Zeitpunkt sind auch die „s.Oliver WE CARE x SARA NURU – sustainable styles by Sara Nuru“ on- und offline zu kaufen. Die Auswahl besteht unter anderem aus einem sommerlichen Overall, einem luftigen Kleid und einer lockeren Denim. Die 10 Artikel aus Baumwolle setzen auf nachhaltig zertifizierte Fasergewinnung und machen Lust auf Sommer.

„Aus der bisherigen Zusammenarbeit mit s.Oliver ist mir der tolle Team- & Family Spirit in guter Erinnerung

geblieben. Mit dem Nachhaltigkeitsprogramm WE CARE macht s.Oliver einen Schritt in die richtige Richtung für die zukünftige Generation, die Mitarbeiter und natürlich den Konsumenten. Ich freue mich sehr, als erste Botschafterin an Bord zu sein und das Unternehmen bei diesem wichtigen Schritt für die Zukunft zu unterstützen.“, so Sara Nuru über die Zusammenarbeit.

Weitere Informationen zu den Nachhaltigkeitsaktivitäten der s.Oliver Group unter www.soliver-group.com/wecare.

UNTERNEHMENSINFORMATION

Die 1969 von Bernd Freier gegründete s.Oliver Group hat sich innerhalb weniger Jahrzehnte zu einem der führenden europäischen Modeunternehmen entwickelt. Der Konzern beschäftigt international rund 6.400 Mitarbeiter. Neben den Marken s.Oliver, s.Oliver BLACK LABEL, s.Oliver ACTIVE, Q/S designed by und TRIANGLE gehören auch comma, comma casual identity und LIEBESKIND Berlin zum Portfolio des Unternehmens.

ÜBER SARA NURU

Sara Nuru gewann 2009 als erste Person of Color eine TV Casting Show. Durch ihren Erfolg und die Chancen findet sie ihren eigenen Weg abseits des Glammers. Nach jahrelanger Vorbereitung gründet sie gemeinsam mit ihrer Schwester ein social business, welches an ihre Herkunft anknüpft - fair gehandelten Bio-Kaffee aus Äthiopien. 2018 gründen die beiden die non-profit Organisation nuruWomen e.V., Ziel ist es Frauen mit Vergabe von Mikrokrediten ein selbstbestimmendes Leben zu ermöglichen. Im gleichen Jahr wird sie vom Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ) als SDG-Botschafterin für das Nachhaltigkeitsziel #12 „Fairer Konsum und Handel“ ernannt. 2019 erschien ihre vielbeachtete Biografie „Roots“.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:
www.soliver-group.com

DIE BREITLING TOP TIME LIMITED EDITION DIE UNKONVENTIONELLE MODERN-RETRO-UHR

Als die Breitling Top Time in den 1960er-Jahren auf den Markt kam, war sie eine Uhr mit einer klaren Mission. Willy Breitling gab bekannt, dass die neuen Uhren seiner Marke «besonders auf die Bedürfnisse eines jungen und aktiven Publikums zugeschnitten sind. Wir haben eine beeindruckende Palette hochmoderner Chronographen entworfen – allen voran die völlig neue Top Time.» Die Sportuhr sprach diese Zielgruppe an und gefiel zudem jungen Frauen, die sich vom eleganten wie auch markanten Design angezogen fühlten. Nun führt Breitling die Top Time wieder ein – als Sammlerstück mit einem der unverwechselbarsten Zifferblätter, die je für eine Armbanduhr hergestellt wurden.

Mehr als ein halbes Jahrhundert nach der Einführung der Top Time bringt Breitling nun ein überarbeitetes und modern interpretiertes Modell auf den Markt. Wie damals das Original aus den 1960er-Jahren gibt die Neuinterpretation der Breitling Top Time mit ihrem unkonventionellen Design ein kühnes Stilstatement ab. Ein erster Blick auf das Zifferblatt, unter Sammlern längst als «Zorro-Zifferblatt» bekannt, macht klar, dass es sich um eine Uhr handelt, die sich selbst nicht allzu ernst nimmt. Dieses verspielte Gesicht täuscht jedoch nicht über die ausgezeichnete Funktionalität dieses Breitling Chronographen hinweg.

Georges Kern, CEO von Breitling, sagte dazu: «Breitling Fans haben das Zifferblatt der Top Time schon immer geliebt. Als die Uhr vor mehr als 50 Jahren auf den Markt kam, sprach sie ein jüngeres Publikum an, das die Freiheit und den Zeitgeist der 1960er-Jahre genießen wollte, und erstaunlicherweise sticht sie nach all dieser Zeit noch immer hervor. Die Top Time ist ein wichtiger Teil unseres Erbes, dem in der jüngeren Vergangenheit jedoch zu wenig Beachtung geschenkt wurde. Wir sind überzeugt, dass sie grossen Anklang finden wird bei Frauen und Männern, die diese Mischung aus Geschichte, Design und Funktionalität zu schätzen wissen.»

Der Antrieb im 41-Millimeter-Edelstahlgehäuse der Top Time ist ein Breitling-Kaliber 23 Chronographenwerk mit einer Gangreserve von ca. 48 Stunden. Die Uhr ist ein COSC-zertifizierter Chronometer mit bestätigter Ganggenauigkeit. Die roten Stunden- und Minutenzeiger sowie die Punktmarkierungen für jede Stunde sind mit

Super-LumiNova® beschichtet – einem Leuchtmaterial, das bei allen Lichtverhältnissen gute Ablesbarkeit gewährleistet. Neben den zentralen Stunden-, Minuten- und Chronographen-Sekundenzeigern verfügt das Zifferblatt auch über eine Dezimalskala und zwei Hilfszifferblätter – einen kleinen Sekundenzähler bei 9 Uhr und einen 30-Minuten-Zähler mit einzigartigen roten Akzenten bei 3 Uhr. Das braune Nubuklederarmband ergänzt den modernen Retro-Look der neuen Breitling Top Time perfekt. Diese bemerkenswerte Uhr ist auf 2000 Stück limitiert, und ihr Gehäuseboden trägt die Gravur «ONE OF 2000».

Das Einzige, was diesem neuen Chronographen noch fehlt, ist ein Geigerzähler – im Gegensatz zur Top Time, die Q anno 1965 in «Feuerball» James Bond überreichte. Der beliebteste Spion der Welt benutzte die Uhr, um eine



nukleare Katastrophe abzuwenden, indem er damit gestohlene und unter Wasser versteckte Nuklearspreng

köpfe ortete. Für 007 ist Stil unentbehrlich – und auch die Besitzer der neuen Breitling Top Time werden über diesen verfügen.

Die Breitling Top Time Limited Edition wird die erste Uhr der Marke mit Blockchain-basiertem digitalem Pass sein.

Die Echtheit und der Besitz der Uhr können somit durch einen einzigen Klick verifiziert werden. Der Besitzer hat jederzeit die Möglichkeit, auf den digitalen Pass der Uhr zuzugreifen und das Eigentum nach Wunsch mit einer einfachen Blockchain-Transaktion zu übertragen. Der in Zusammenarbeit mit Arianee angebotene digitale Pass wird auch das innovative digitale Garantieprogramm von Breitling ergänzen und die absolute Sicherheit bieten, die nur durch ein Blockchain-System gewährleistet werden kann. Dank dieser Spitzentechnologie, die es den Kunden ermöglicht, die Marke anonym zu kontaktieren, kann Breitling neue Online-Services hinzufügen, die von einem fortschrittlichen Kundenservice bis hin zu einem revolutionären Pflegeprogramm reichen.

Die Breitling Top Time soll im März 2020 auf dem E-Commerce-Kanal von Breitling lanciert werden und wird zu einem späteren Zeitpunkt auf Anfrage im globalen Fachhändlernetz der Marke verfügbar sein.

Die neue Breitling Top Time: Es gibt kaum einen besseren Weg, Ihren persönlichen Stil zum Ausdruck zu bringen, als mit einem höchst präzisen Chronographen, der niemals mit einer anderen Uhr verwechselt werden könnte!



HITMAN UNDEAD

Veröffentlichung

06.08.2020

Originaltitel

The Driver

Genre

Action, Horror

Land

Thailand 2019

Regie

Wych Kaosayananda

Produktion

Kaos Entertainment

Darsteller

Mark Dacascos, Julie Condra, Noelani Dacascos, Charlie Ruedpokanon, Jeremy Stutes, Michael S. New

Eine blutige Zombie-Apokalypse hält die Welt in Atem. Ein ehemaliger Auftragskiller lebt mit seiner Familie in einem der wenigen Zufluchtsorte. Als ihre Basis angegriffen wird, lockt eine massive Explosion einen Schwarm Untoter an. Auf der Flucht vor dem sicheren Tod muss der Vater seiner Tochter beibringen zu schießen, zu fahren und zu überleben. Bevor die Zeit abläuft.



LIEBE AUF REZEPT

Veröffentlichung

06.08.2020

Originaltitel

Prescription for Love

Genre

Komödie

Land

USA 2019

Regie

Brian Brough

Produktion

Silver Peak Productions

Darsteller

Trevor Donovan, Jillian Murray, Belle Warren, Tim Flynn, Charla Bocchicchio, Charan Prabhakar

Liebe kommt oft unerwartet. Krankenschwester Claire bleibt eines Abends mit einem charmanten Mann im dunklen Aufzug stecken. Der stellt sich am nächsten Tag als der neue Chefarzt Luke Taylor vor – und scheint Claire nicht mehr zu erkennen. Wie kann sie ihrem Glück auf die Sprünge helfen? Denn auch Dr. Taylor will die Unbekannte aus dem Aufzug unbedingt wiederfinden.



SPACE ASSASSINS

Veröffentlichung

06.08.2020

Originaltitel

Assassinaut

Genre

Science-Fiction, Action

Land

USA 2019

Regie

Drew Bolduc

Produktion

Ultra Fuchsia

Darsteller

Shannon Hutchinson, Johnathan Newport, Jasmina Parent, Brian K. Landis, Vito Trigo, Yael Haskal

Aliens haben der Erde den intergalaktischen Krieg erklärt. Eine Mission soll die Präsidentin in Sicherheit bringen. Sie trägt die Zeitkapsel zur Rettung der Menschheit in sich. Ein Team von vier jugendlichen Space Assassins trotz dabei der außerirdischen Wildnis eines fremden Planeten. Sie müssen einen mutierten Killer-Astronauten daran hindern, den Lauf der Geschichte für immer zu verändern.



EVIL BOY

Veröffentlichung

06.08.2020

Originaltitel

Stray aka Tvar

Genre

Horror

Land

Russland 2019

Regie

Olga Gorodetskaya

Darsteller

Elena Lyadova, Vladimir Vdovichenkov, Evgeniy Tsyganov, Sevastian Bugaev, Mikhail Safronov

Dieses Kind ist der Teufel. Vier Jahre nach dem Verschwinden ihres Sohnes adoptieren Polina und Igor einen Waisenjungen. Seltsamerweise verändert dieser sich im Laufe der Zeit und ähnelt immer mehr ihrem Sohn. Polina glaubt, der Junge sei ihr Kind, das zurückgekommen ist. Igor aber ist überzeugt, dass es schon lange tot ist, und sie etwas Unheimliches und abgrundtief Böses adoptiert haben.



GENETISCH VERÄNDERTE IMMUNZELLEN BIETEN KINDERN MIT LEUKÄMIEN EINE NEUE HEILUNGSCHANCE

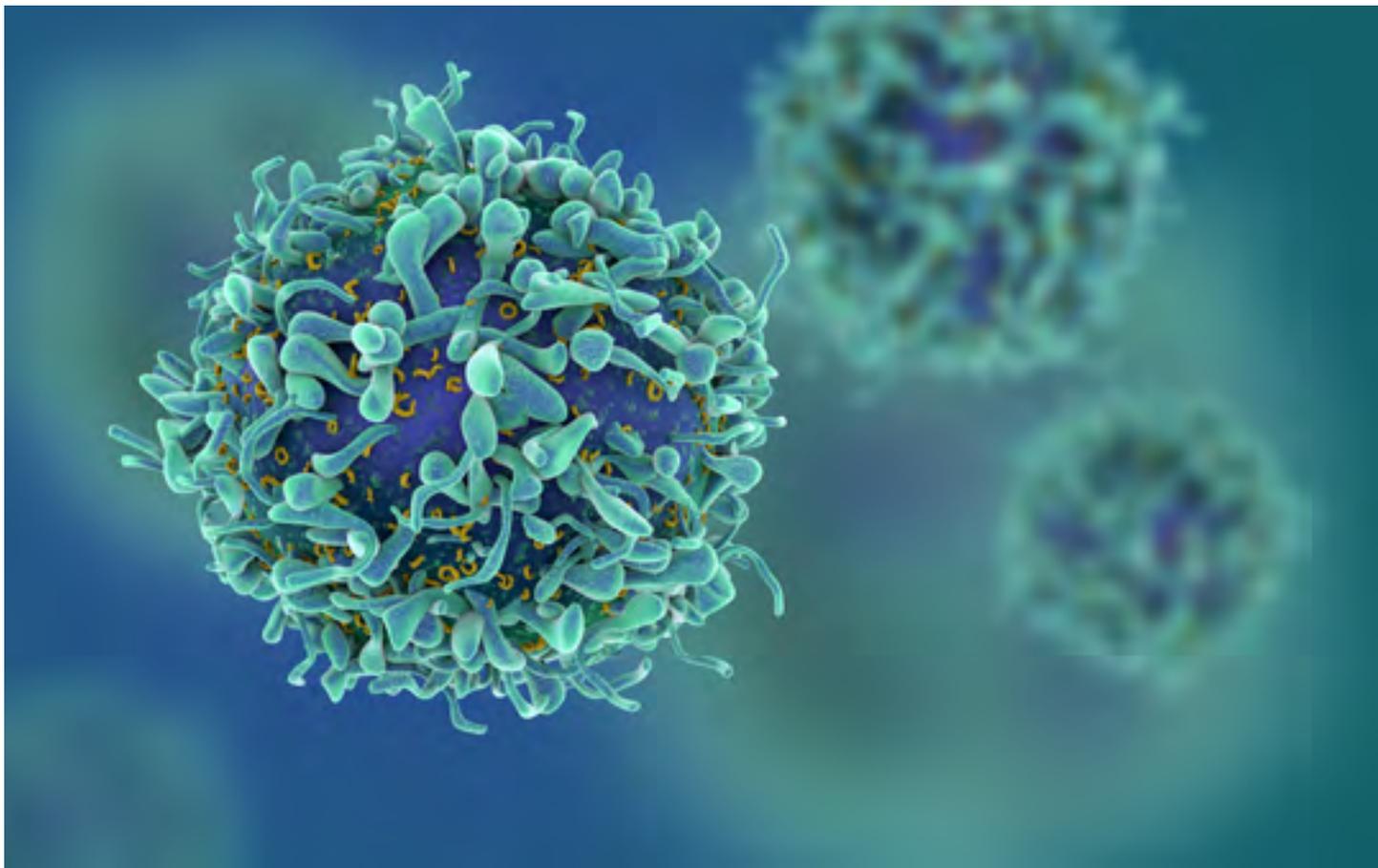
Das Universitätsklinikum Düsseldorf setzt für an Blutkrebs erkrankte Kinder eine neu eingeführte Therapieform ein, um bei einem Rückfall eine weitere Möglichkeit zur Bekämpfung der Krankheit zu eröffnen.

Düsseldorf (UKD) - Akute lymphatische Leukämien gehören zu den häufigsten Krebserkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Auch wenn heute die große Mehrzahl der kleinen Patienten durch eine intensive Chemotherapie geheilt werden kann, treten immer wieder Fälle auf, in denen die Erkrankung nicht auf die bisher verfügbaren Therapien anspricht. Darüber hinaus kommt es – auch nach Durchführung einer Knochenmark- oder Blutstammzelltransplantation als besonders intensive Therapie – immer noch zu Rückfällen der Erkrankung.

Ein neu am Universitätsklinikum Düsseldorf etabliertes Verfahren, bei dem vom Patienten selbst Abwehrzellen entnommen, durch eine genetische Veränderung spezifisch auf die Leukämie gelenkt und dann zurückgegeben werden, bietet einem Teil der Kinder mit Leukämien nun eine völlig neuartige Therapieoption. Diese sogenannte

CAR-T-Zell-Therapie wurde nun erstmalig am UKD bei einem 15 Monate alten Kleinkind erfolgreich durchgeführt. Der kleine Patient hatte unter der Chemotherapie einen Rückfall seiner Erkrankung erlitten. Für diese Situation stand bisher keine erfolgversprechende Therapiemöglichkeit zur Verfügung. Mittels der CAR-T-Zell-Therapie, bei der der Wirkstoff Tisagenlecleucel der Firma Novartis Pharma zum Einsatz kam, erhielt der Junge nun eine neue Heilungschance.

„Die Einführung der CAR-T-Zell-Therapie am UKD stellt einen weiteren, wichtigen Meilenstein in der inzwischen mehr als 30-jährigen Historie der Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Zelltherapien dar, in der mehr als 900 Transplantationen bei Kinder und Jugendlichen durchgeführt wurden“, erläutert Prof. Roland Meisel, Leiter des Bereichs Pädiatrische Stammzelltherapie in der Klinik für Kinder-Onkologie, -Hämatologie und Klinische Immunologie. „Wir können damit Kinder behandeln, die ansonsten die Krankheit wahrscheinlich nicht überleben würden. Auch deshalb ist es uns wichtig darauf hinzuweisen, dass die Finanzierung dieser Therapie für Onkologische Zentren sichergestellt werden muss.“



MULTIMODALE BEHANDLUNG DES REKTUMKARZINOMS – WIE MISST MAN EIGENTLICH DEN THERAPIEERFOLG?

Eine internationale Expertengruppe unter Führung des Frankfurter Universitätsklinikums hat untersucht, welche frühzeitig bestimmbareren Endpunkte in klinischen Studien mit dem längerfristigen Therapieerfolg einer Krebstherapie korrelieren.

Das Rektumkarzinom ist eines der besten Beispiele in der Onkologie, wie durch ein abgestimmtes Zusammenwirken unterschiedlicher Therapieansätze – Chirurgie, Strahlentherapie, Chemotherapie – Behandlungsschritte für Patienten erzielt wurden. Die Deutsche Rektumkarzinom-Studiengruppe hat in den vergangenen 20 Jahren durch eine Vielzahl klinischer Studien der Phasen 1 bis 3 wesentlich dazu beigetragen, dass die derzeit gültigen, multimodalen Standardtherapien etabliert werden konnten. Die jüngste Publikation dieser Studiengruppe widmet sich nun am Beispiel der multimodalen Behandlung des Rektumkarzinoms einem übergeordneten Thema, nämlich der Frage, welche primären Endpunkte in klinischen Studien am besten geeignet sind, die Wirksamkeit einer therapeutischen Intervention zu bestimmen.

Lange galt die Verlängerung des (Gesamt-)Überlebens als Goldstandard und wichtigstes Ziel insbesondere großer, randomisierter Phase 3-Studien. Allerdings hat dieser Endpunkt wesentliche Nachteile: Er bedarf einer großen Zahl an Studienteilnehmern und einer langen Nachbeobachtungszeit. Der Effekt der ursprünglich getesteten Intervention kann durch nachfolgende Therapielinien verzerrt werden. Auch können Todesursachen, die eigentlich nichts mit dem betreffenden Tumor und dessen Behandlung zu tun haben, den Nachweis der

Wirksamkeit der getesteten Therapie erschweren. Daher werden zunehmend sogenannte Surrogat-Endpunkte untersucht, die frühzeitiger und an einer kleineren Patientenzahl zu bestimmen sind. Unklar ist allerdings, ob und wie valide diese frühen Endpunkte verlässliche Aussagen zu onkologischen Langzeitergebnissen erlauben.

Unter Federführung von Prof. Emmanouil Fokas und Prof. Claus Rödel aus der Klinik für Strahlentherapie des Universitätsklinikum Frankfurt hat sich ein internationales Expertengremium dieser Fragestellung am Beispiel des Rektumkarzinoms gewidmet. In einer umfangreichen Analyse von primären und sekundären Endpunkten randomisierter Studien zur neoadjuvanten Therapie des Rektumkarzinoms der letzten 20 Jahre entwickeln die Autoren ein Interpretationsmodell, das hilft, die Interdependenz früher Effektivitätsparameter (u.a. Downstaging, Tumorregression, Erreichen einer pathologischen Komplettremission) mit onkologischen Langzeitergebnissen (rezidivfreies Überleben, Gesamtüberleben) zu verstehen. Auf dessen Grundlage werden Vorschläge gemacht, welche Surrogat-Zielpunkte für Phase 2- und Phase-3-Studien verwendet werden sollten, um möglichst verlässliche Endpunkte für klinische Studien zu beschreiben und international zu konsentieren. Das Manuskript ist gerade in der führenden onkologischen Fachzeitschrift *Lancet Oncology* erschienen.

SCHÜTTELSCHWEDE

In einigen Kästchen stehen die Buchstaben der Begriffe in alphabetischer Reihenfolge.

geföhls- mäßig	Speiselett	Zigaret- tenrest	▼	▼	tätig, hinfällig	AEMMW	▼	▼	Kunststoff	▼	Herzogin	▼	BENOOR	Rutschen auf nasser Fahrbahn
▶	↻ 6								Urgroß- mutter	▶				▼
AGITU	▶					ACMR	▶				ärztl. Be- schei- nungen		AADPR	
AAEGM		AAN			EMS	▶			Stadt am Main	▶			▼	
▶		↻ 2			Erhebung im Gelände		lat.: und so weiter (ZW)	▶						↻ 7
ABEENR	▶						Weich- käse	▼		Halt	▶			
▶						AAFLN	▼		schmale Öffnung	▼		Weinstadt in Ungarn		
AAEILR	↻ 4	ABGILN	Farbton	▶					ADEERS	▶				
Küchen- gerät			BBEIRT	AGGIN	▶	↻ 8					schweiz. Kurort im Kanton Walls		DEI	
▶					Veralbern, Spotterei	▶						↻ 3		
AAJLT	enthalts- mer Mensch				AFK	▶			Teil eines Buches	▼		ADN	▶	
▶						AESU		EKNR			bußfertig	▶		
engl. Anrede und Titel	↻ 5				EEKL	▶					ALT	▼		
ugs.: Zank, Streit	▶							AILR	▶					
▶					Metallsalz der Essig- säure	▶				↻ 1				
EEGH		braun- haarig	▶											

```

1 1 3 N 3 0 R 8 1
1 Y 1 3 0 Y 3 0 3 H
V 1 1 R 3 3 1 N K
W 3 3 K 7 3 1 5
0 1 0 3 R 5 7 1 Y 1 7 Y
N 0 V 3 2 X V 3 3 3
1 3 7 2 2 0 W J 3 3 1 3
Y 0 3 3 3 R 0 Y 0 3 1
7 Y 3 3 3 K 0 3 1 7 V Y
P 0 1 3 1 3 3 3 3 3 Y V
Y R 1 3 C E 1 3 3 3 3 0 Y
N Y N H 3 3 3 2 1 3 3 3
O 3 3 3 3 3 3 3 1 1 3 3
W 0 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3
3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3
    
```

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

SCHÜTTELSCHWEDE

In einigen Kästchen stehen die Buchstaben der Begriffe in alphabetischer Reihenfolge.

AKLLO	peruanische Hauptstadt	AAIKLOX	▼	Fass	an jenem Ort	▼	DIORS	▼	▼	FIR	Schwäche-anfall	▼	▼	AIKNR
▶	▼	▼			enge Straße		GINORS ▶							zauberhaft, magisch
INO	↻ 6			Fabeltier ▶	▼					den Schluss bildend	ABL ▶		↻ 2	▼
Rechtsanwaltsauftrag ▶							DEKOR			dünne elastische Plastikhaut ▶	▼			
▶				Nachlass empfangen		ADIM NNOZ ▶	▼							
Kurssteuer	AABII LMMSS		EERST ▶					↻ 1	Banknoten		Südslave			berufliche Tätigkeit
AERRS ▶	▼					latein.: Erde		AAPSSU ▶	▼		▼			▼
▶			männl. Vorname		AELOTT ▶	▼						engl. Adelstitel		
ILN		Sportler ▶	▼					EEFIRR		Teil des Weinstocks ▶		↻ 5		
▶					griech. Göttin		arktisches Raubtier ▶	▼						
Himmelsrichtung		AJNOU		Ausbilderin, Pädagogin ▶	▼									
ALR ▶	▶	↻ 4		franz. Schriftsteller			Weibchen des Fuchses			Laubbaum	DLT ▶			
▶							EEFG	↻ 7						
Flugzeughalle				Reformer ▶										
EINNO ▶							EHLL ▶							
Humusboden ▶		↻ 3												

3	O	R	E	M	E	L	I	N	■						
1	I	H	M	E	N	O	I	■							
R	E	R	E	N	■	7	S	■							
3	O	E	A	R	F	O	E	■							
D	L	T	■	F	■	V	■	N	V	H					
N	I	R	H	E	I	Z	R	E	O	V	■				
R	E	V	S	I	E	■	R	N	E	I	S	O			
3	R	E	R	F	E	R	H	E	O	■	R	■			
R	E	■	T	O	T	A	E	R	■	1	I	N			
U	S	■	V	■	X	R	E	R	■	S	■	I	■		
Y	■	■	T	E	R	■	N	■	■	■	■	■	■		
Z	N	V	N	I	R	O	■	S	■	E	X	V	I		
I	E	■	F	O	L	■	O	■	I	Y	O	N	■		
Y	■	■	L	■	■	■	G	R	E	I	■	N	O	I	■
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---



BUßGELDKATALOG AUTO GESCHWINDIGKEIT

Bußgeldkatalog für Pkw innerorts

DELIKT	PUNKTE	BUßGELD IN EUR	FAHRVERBOT
16 - 20 km/h	Keine	70 Euro*	Nein
21 - 25 km/h	1 Punkt	80 Euro	1 Monat*
26 - 30 km/h	1 Punkt	100 Euro	1 Monat*
31 - 40 km/h	2 Punkte	160 Euro	1 Monat
41 - 50 km/h	2 Punkte	200 Euro	1 Monat
51 - 60 km/h	2 Punkte	280 Euro	2 Monate
61 - 70 km/h	2 Punkte	480 Euro	3 Monate
über 70 km/h	2 Punkte	680 Euro	3 Monate

Bußgeldkatalog für Pkw außerorts

DELIKT	PUNKTE	BUßGELD IN EUR	FAHRVERBOT
16 - 20 km/h	Keine	60 Euro*	Nein
21 - 25 km/h	1 Punkt	70 Euro	Nein
26 - 30 km/h	1 Punkt	80 Euro	1 Monat*
31 - 40 km/h	1 Punkt	120 Euro	1 Monat*
41 - 50 km/h	2 Punkte	160 Euro	1 Monat
51 - 60 km/h	2 Punkte	240 Euro	1 Monat
61 - 70 km/h	2 Punkte	440 Euro	2 Monate
über 70 km/h	2 Punkte	600 Euro	3 Monate

Hinweis: *gilt ab dem 28.04.2020

Die Notruf-Nummern im Überblick:

Notruf Feuerwehr und Rettungsdienst

Bei Notfallsituation wie z.B. Herzinfarkt, Feuer oder Autounfall (Europaweit)

112

Polizei

Als Zeuge oder Opfer einer Straftat wie z.B. Wohnungseinbruch oder Körperverletzung (Bundesweit)

110

Ärztlicher Notdienst

Wenn die Arztpraxis geschlossen hat und ihr gesundheitliche Beschwerden habt, die nicht die 112 erfordern. (Bundesweit)

116 117

Apotheken-Notdienst

Wenn ihr nachts oder am Wochenende dringend Medikamente braucht, erfahrt ihr hier, wo sich die nächste geöffnete Apotheke befindet. (Bundesweit)

22 8 33

Giftnotruf Bayern

Habet ihr euch vergiftet? Hier gibt es sofort Beratung von medizinischem Fachpersonal für euch. (Bayernweit)

089 – 19240

Sperrnotruf elektronische Berechtigungen

Krankenversicherungskarte verloren oder EC-Karte im Automat stecken-geblieben? Dann könnt ihr hier die Karten sperren lassen. (Bundesweit)

116 116

Nummer gegen Kummer für Jugendliche

Bei Problemen mit den Eltern, Streit mit den Freunden oder Liebeskummer können Jugendliche sich hier in einem vertraulichen Gespräch Beratung suchen. (Bundesweit)

116 111

Behördenrufnummer

Bei bürokratischen Notlagen

Wenn ihr nicht wisst, welche Behörde wofür zuständig ist oder allgemeine-Informationen zu Eheschließung oder Kinderbetreuung braucht.

In Teilen Deutschlands, in Bayern bislang nur im Großraum München, unter der Woche von 8 bis 18 Uhr erreichbar.

115

Telefonseelsorge

Wenn ihr nicht mehr weiterwisst, am Boden zerstört seid und dringend ein offenes Ohr oder Beratung braucht. (Bundesweit)

0 800 - 1110111**0 800 – 1110222**



Erste Hilfe

Kindernotfälle



Grundsätze

- Ruhe** bewahren
- Unfallstelle** sichern
- Eigene Sicherheit** beachten
- Betroffenes Kind beruhigen**
- Betreuung** anderer anwesender Kinder sicherstellen



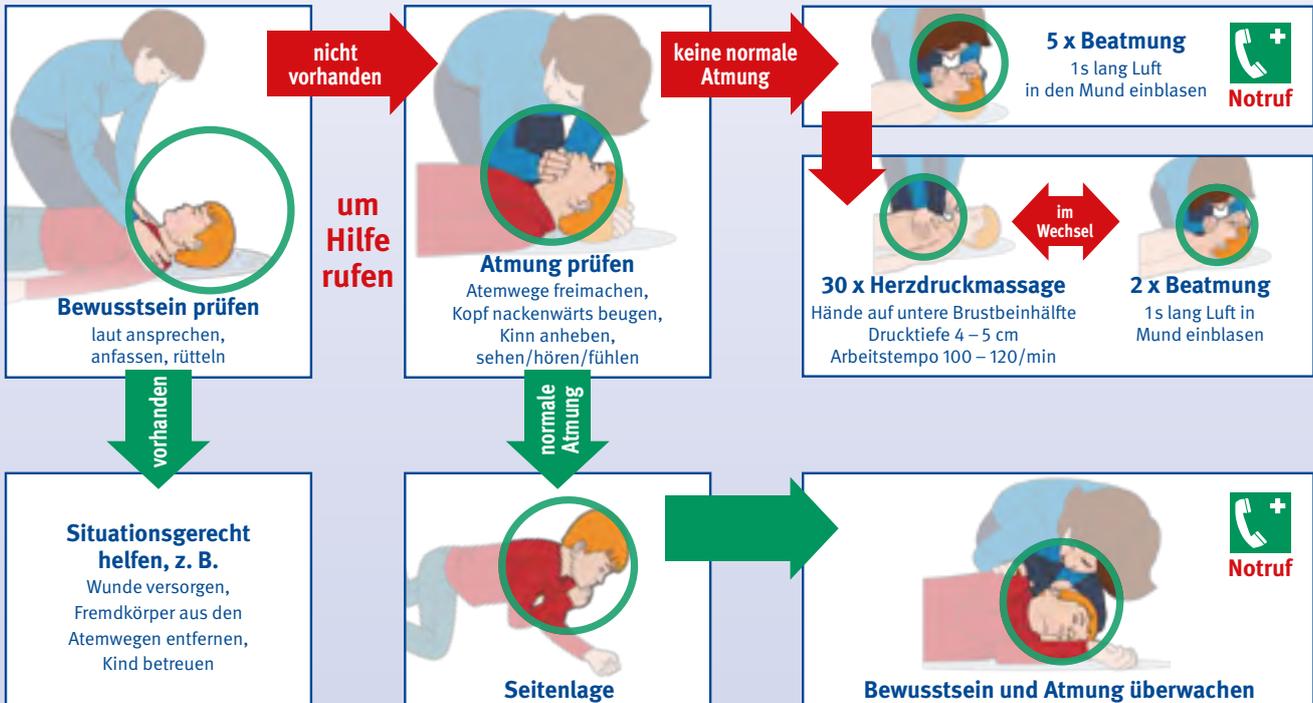
Kind ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

Notruf

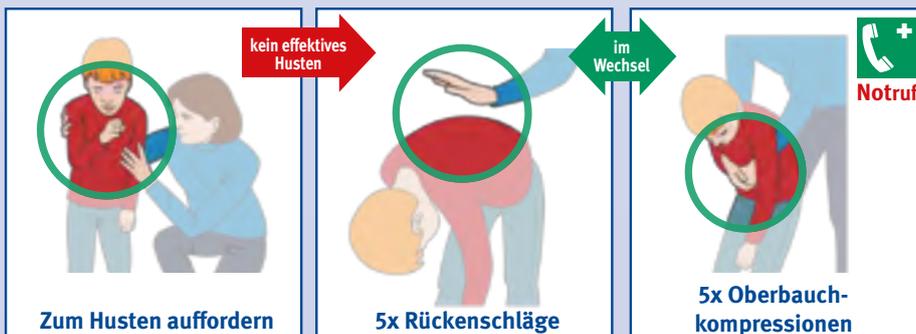


- Wo** ist der Notfall?
- Warten** auf Fragen, zum Beispiel:
- Was** ist geschehen?
- Wie viele** Verletzte/Erkrankte?
- Wie alt** sind die Betroffenen?
- Welche** Verletzungen/Erkrankungen?

Bewusstlosigkeit



Fremdkörper in den Atemwegen



Vergiftungen

Giftnotruf: 030-19240

- **Wer** ist vergiftet (Alter und Gewicht)?
- **Welches** Gift?
- **Wie viel**?
- **Wann** wurde das Gift aufgenommen?
- **Welche Vergiftungsanzeichen** gibt es?
- **Welche Erste Hilfe** wurde bereits geleistet?

Dieses Plakat beschreibt Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Kindern ab einem Alter von 1 Jahr. Es kann als Ergänzung zur DGUV Information 204-001 „Erste Hilfe“ verwendet werden.

Brände verhüten



Feuer, offene Flamme,
offene Zündquelle und
Rauchen verboten!



Verhalten im Brandfall

Ruhe bewahren

Brand melden



- Feuerwehr ☎ 112
- Hausnotruf ☎



- Druckknopfmelder betätigen

In Sicherheit bringen

- Gefährdete Personen warnen
- Hilflöse mitnehmen
- Türen schließen



- Gekennzeichneten
Fluchtwegen folgen

- Aufzug nicht benutzen



- Sammelplatz aufsuchen
- Auf Anweisungen achten

Löschversuch unternehmen



- Feuerlöscher benutzen



- Mittel und Geräte zur
Brandbekämpfung benutzen

Brandschutzordnung A gem. DIN 14096

home 24
OUTLET
NEU-ULM

AUTOMOBILE
YY

Bei uns finden Sie interessante und günstige Gebrauchtwagen. Garantiert.
Ihr Gebrauchtwagenprofi!
Langenauerweg 2
89542 Herbrechtingen-Bissingen
Email: automobileyy@gmail.com

mobile.de
Kundenbewertung
für Automobile YY

★★★★★

Ihre Kunden bewerten Sie mit
4,8
51 Bewertungen seit 05/2018
Stand 05/2020

Malte Krüger
Geschäftsführer mobile.de



Das Leben besteht aus voller ungewisser Risiken. Obwohl es nicht möglich ist, alle diese Risiken zu vermeiden, können Vorsichtsmaßnahmen getroffen werden, indem eine Versicherung abgeschlossen wird.

Ich berate Sie von A bis Z rund um das Thema „Versicherungen“-vergleiche Ihre bereits bestehende Versicherungsverträge und erstelle Ihnen ein persönliches und unverbindliches Angebot.

Es ist besser eine Versicherung zu haben und nicht zu brauchen, als eine Versicherung zu brauchen und nicht zu haben.

Ogün Asik

Versicherungskaufmann / IHK geprüft

Virchowstraße 1
89075 Ulm

Email: oguen.asik@arag-partner.de
Tel: 0731 / 550290

Abdulahovic Samir
Karl Schefold Straße 29/2 89073 Ulm

**SUMA
TEXTIL**
ARBEITS - SICHERHEITSBEKLEIDUNG

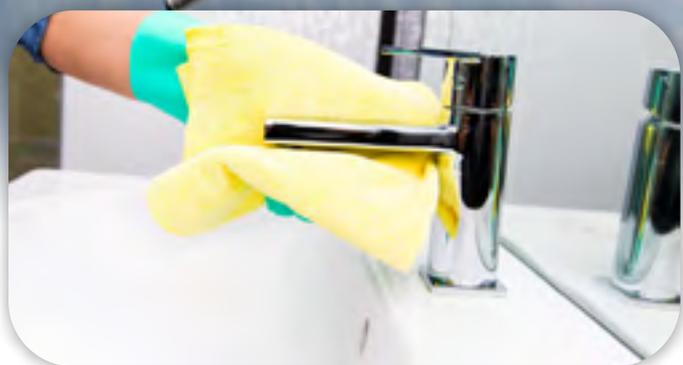
Telefon
+49 731 51346
+49 172 3932490

Email
suma-textil@web.de

Web
www.suma-textil.de

**IHR PARTNER FÜR
ARBEITSBEKLEIDUNG**

Sie sind auf der Suche nach einem Anbieter für Arbeitsbekleidung für Ihre Arztpraxis, Küche oder Werkstatt? Dann sind Sie bei uns genau richtig! SUMA Textil bieten Ihnen eine vielfältige Auswahl an Bekleidung - Für jede Branche! Unser Angebot erstreckt sich von antistatischer bis zu schwer entflammbarer Kleidung. Wir bieten alles um Ihren Wünschen gerecht zu werden!



- ✓ **Unterhaltsreinigung**
- ✓ **Industriereinigung**
- ✓ **Rolladen -und Jalousienreinigung**
- ✓ **Fensterreinigung**

- ✓ **Grundreinigung**
- ✓ **Baureinigung**
- ✓ **Büroreinigung**
- ✓ **Winterdienst**

Kümmern Sie sich um Ihr Geschäft. Wir übernehmen die bedarfsgerechte Reinigung zu fairen Preisen. Qualität ist bei uns kein Versprechen, es ist das, was wir Tag für Tag liefern.

ÖZYÖN GEBÄUDEREINIGUNG
Die Gebäudereinigung für Ulm & Region

Adresse:
Zinglerstraße 73
89077 Ulm

www.oeyoen-reinigung.de
info@oeyoen-reinigung.de





Das neue BMW 4er Coupé.

Startsignal für das neue BMW 4er Coupé. Die jüngste Generation des sportlichen Zweitürers im Premium-Segment der Mittelklasse unterstreicht ihre eigenständige Charakteristik durch ein besonders konsequent auf dynamische Fahrfreude ausgerichtetes Fahrzeugkonzept und eine klare Differenzierung zur neuen BMW 3er Reihe. Fortsetzung der von zahlreichen legendären Modellen geprägten Coupé-Tradition der Marke BMW. Markteinführung ab Oktober 2020.

