

PASSAU
VILSHOFEN
POCKING
BÄDERDREIECK
BRAUNAU
WALDKIRCHEN
BAYERISCHER WALD
SCHÄRDING/OD
SIMBACH
ROTTAL/INN
OSTERHOFEN
PFARRKIRCHEN

PAPARAZZI
AUSGABE 215
SEPTEMBER 2026

PARAZZI

PEOPLE & LIFESTYLEMAGAZIN IN OSTBAYERN

herbst

WELLNESS DAHOAM

angebote aus der region für das kurze wohlfühlprogramm daheim

sparen

STEUER OASE

Man braucht kein eigenes Industriegebäude, um die Steuervorteile rund um PV zu nutzen

business

KANN KI MITTELSTAND?

Es ist der größte Hype seit Erfindung des Internet – und jeder spielt gerade damit herum: die „Künstliche Intelligenz“ hat sich zum absoluten Massenphänomen entwickelt. Doch zwischen sporadischen, punktuellen Fragen an Chat GPT und professioneller Nutzung der Technologie liegen Welten.

zuhaus

WOHN BESSER

Besser heizen, schöner wohnen – viele Tipps in dieser Ausgabe

schwer

SPIRIT OF BULLSHIT

warum der moderne spiritualitäts-markt in die psychose führt

GEINBERG⁵

VILLEN • RESTAURANT



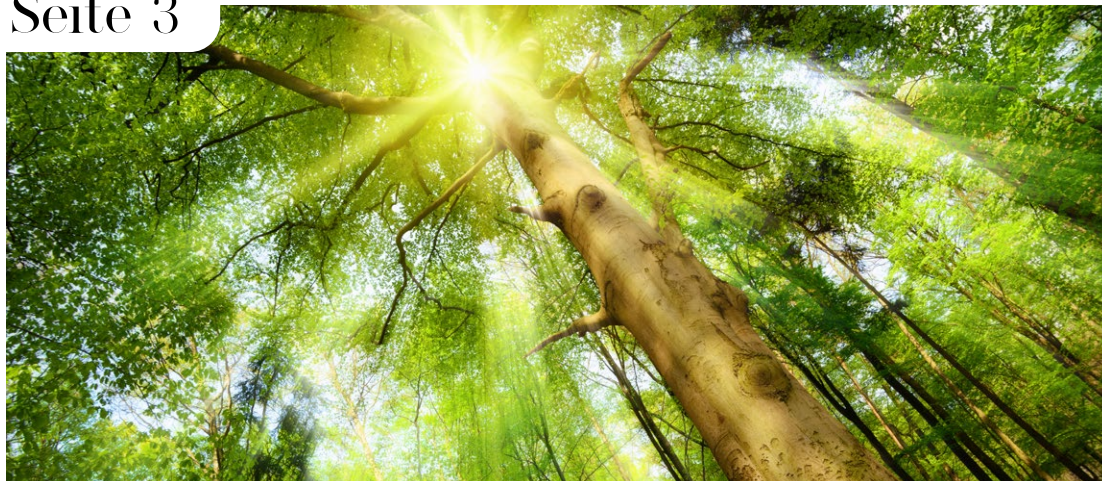
Ein Resort der:



Just Private

Endlich allein zu zweit. Nur du und ich. Hier an diesem einzigartigen, abgeschiedenen Ort, an dem wir Momente genießen, die wir unser Leben lang nicht vergessen werden. Ein Ort, wo der Alltag draußen bleibt und wo wir spüren: Ja. Das ist das Leben. Willkommen in Geinberg⁵.

Geinberg⁵ Villen | www.sparesortgeinberg.at



Mal unter uns...

...vor Ihnen liegt die PA-parazzi-Ausgabe September des Jahres 2026 und mit ihr geht wohl einer der schönsten Sommer der letzten Jahre zu Ende. Mit Sonnenschein und Summer-Feeling wurde die Region in den letzten Wochen wahrlich verwöhnt, mit wochenlangen Temperaturen über der 30-Grad-Marke – ganz so wie wir es aus Kindertagen kennen, wo wir gefühlt die ganzen Ferien nur im Freibad verbracht und das ganze Taschengeld für Steckerleis ausgegeben haben.

Und auch statistisch war es tatsächlich ein guter Sommer – auch wenn uns manche Medien gerne die Freue daran verderben wollen: laut den offiziellen Zahlen von Copernicus, dem Erdbeobachtungsprogramm der Europäischen Union hatten wir eines der mildesten Jahre seit Beginn der Aufzeichnungen, was Waldbrände und Klimaschäden durch ebendiese angeht:

Bei weltweiter Betrachtung zeigen die Daten, dass 2026 bisher ein deutliches Negativrekordjahr ist. Das bedeutet: In diesem Jahr wurden bislang so wenig CO₂-Emissionen durch Waldbrände verzeichnet wie seit 2003 nicht mehr. Da pro verbrannter Fläche normalerweise ähnlich viel CO₂ freigesetzt wird, lassen sich aus den Emissionsdaten Rückschlüsse auf die verbrannte Fläche ziehen. Vom 1. Januar bis zum 13. August lagen die weltweiten CO₂-Emissionen durch Waldbrände im vergangenen Jahr bei gut 900 Megatonnen (Mt). In diesem Jahr waren es im gleichen Zeitraum bisher rund 707 Mt – ein Rückgang von etwa 22 Prozent. Vor 2025 lagen die Werte sogar noch höher, den bisherigen Höchststand gab es 2003 mit mehr als 1.400 Mt. Europa hat in diesem Jahr bislang rund 11 Mt CO₂ durch Waldbrände emittiert.

Die geringe verbrannte Fläche in diesem Jahr bestätigt auch das Datenportal „Our World in Data“. Dieses zeigt die weltweiten jährlichen Gesamtflächen seit

2012, die durch Waldbrände verbrannt wurden. Auch hier liegt das laufende Jahr bislang auf dem niedrigsten Niveau und könnte einen neuen historischen Negativrekord erreichen. Während im vergangenen Jahr in den ersten 31 Wochen 140 Millionen ha abgebrannt sind, waren es in diesem Jahr im gleichen Zeitraum 119 Millionen ha. Im Klartext: seit mindestens 2002 hat es weltweit und bis auf lokale Ausnahmen auch in Europa noch selten so wenig gebrannt wie in diesem Jahr – ist das nicht erfreulich?

Gute Nachrichten gibt es auch von anderen Portalen: das Australische Institut für Meereswissenschaften sowie das „Globale Korallenriff-Überwachungsnetzwerk“ melden regelmäßig Daten zum Zustand des weltgrößten Korallenriffs, dem „Great Barrier Reef“ vor der Ostküste Australiens – und, man staunt: seit 2012 hat sich die Korallenfläche des Riffs fast verdreifacht, mit einem Allzeithoch im Jahr 2024: seit Beginn der Messungen war das Riff noch nie so gesund.

Da passt auch eine NASA-Studie gut ins Bild: seit 20 Jahren war die Vegetationsdichte auf dem Planeten noch nie so hoch wie heute. Die Welt wird grüner – und auch wenn die Medien wirklich mit aller Macht versuchen, diese Tatsache als negativ darzustellen: ein grünerer Planet ist immer eine gute Nachricht – denn was wäre die Alternative?

In diesem Sinne: genießen wir den Herbst, es gibt keinen Grund ihn sich vermiesen zu lassen!



Mit ergrünzten Grüßen,

Ihr Matthias Müller

Redaktion PApapazzi

PA PARAZZI
PEOPLE & LIFESTYLEMAGAZIN IN OSTBAYERN

PApapazzi ist das People- & Lifestylmagazin für Ostbayern und Oberösterreich. **PApapazzi** ist eine geschützte Marke. Alle Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt. Abdruck, auch auszugsweise, kann nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages erfolgen.

Herausgeber:

custommedia Verlags GmbH
Bahnhofstraße 33 | 94032 Passau
ISSN 1868-8772
Verlagsleitung: Bettina Müller
Redaktionsleitung: Matthias Müller

Hinweis der Redaktion:

Beiträge und Artikel mit werblichem Charakter sind durch den Informationsverweis auf die Kontaktadresse des jeweiligen Gewerbetreibenden eindeutig gekennzeichnet und geben nicht zwingend die Meinung der Redaktion wieder.

Anzeigenvertrieb:

Müller & Partner
Agentur für Vertriebsmanagement
Matthias Müller
email: anzeigen@pa-parazzi.de

Kontakt:

Papapazzi Redaktion & Verlag
Bahnhofstraße 33 | 94032 Passau
email: info@pa-parazzi.de
web: <http://pa-parazzi.de>
Tel.: 0851-20968187
Fax.: 0851-96058215

Alle vom Verlag gestalteten Anzeigen und erstellten Fotografien sind durch den Verlag urheberrechtlich geschützt. Ihre Verwendung in anderen Medien kann nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages erfolgen. Wir bitten alle Anzeigenkunden das Urheberrecht und damit den Schutz des geistigen Eigentums zu respektieren und danken für die gute Zusammenarbeit.

Lieber Erklärbar,
 als ich zuletzt meinem Papa beim Entrümpeln
 unseres Dachboden helfen sollte, hatte ich gar
 keine Lust dazu und hab mit Absicht nur ganz
 langsam mitgemacht. Da wurde Papa sauer und
 hat geschimpft: „Nun steh nicht rum und halte
 Maulaffen feil, sondern pack mal mit an!“
 Was ist das, ein Maulaffe??
 Hab dich lieb,
 Deine Susi.



Liebe Susi,

die Redensart „Maulaffen feilhalten“ (was so viel bedeutet wie gaffen, tatenlos zusehen oder mit offenem Mund dumm herumstehen) hat einen sehr bildhaften und handfesten Ursprung im Spätmittelalter und der Frühen Neuzeit.

Tatsächlich geht dieser Spruch auf ein historisches Haushaltsobjekt zurück: den sogenannten Maulaffen.

Doch was war ein „Maulaffe“?

Bevor es Wachskerzen für jedermann oder gar elektrisches Licht gab, nutzte die einfache Bevölkerung zur Beleuchtung so genannte „Kienspanhalter“. Das waren kleine Halterungen aus Ton, Eisen oder Holz, in die brennende Holzharz-Späne (Kienspäne) gesteckt wurden.

Besonders beliebt waren Figuren aus Ton, die einen Kopf mit weit aufgerissenem Mund darstellten. In diesen offen stehenden Mund wurde der brennende Kienspan geklemmt. Der Tonkopf sah aus wie jemand, der mit weit geöffnetem Mund da steht und gafft – also wie ein „Maul-Affe“ (wobei „Affe“ in der damaligen Sprache oft als Schimpfwort für einen

einfältigen oder lächerlichen Menschen genutzt wurde).

Und wie entstand die Redensart?

Das Wort „feilhalten“ bedeutet schlicht „zum Verkauf anbieten“ (verwandt mit dem Wort Feilschen oder Feilbieten).

Töpfer und Höker boten diese Tonköpfe auf den Jahrmärkten an. Ein Höker (schon wieder so ein komisches Wort, oder?) war historisch ein Kleinhändler, Trödler oder Straßenverkäufer, der seine Ware nicht in einem festen, zunftgebundenen Ladengeschäft anbot, sondern sie typischerweise auf dem Rücken trug, auf einem Handkarren transportierte oder an einem einfachen Marktstand feilbot.

Das Verb „verhökern“ leitet sich direkt von diesem Berufsstand ab.

Der „Hocke“ oder „Hucke“ war ein Wort für den Rücken oder auch einen „Buckel“. Die Bezeichnung geht auf das mittelniederdeutsche Wort „hök“ bzw. mittelhochdeutsche „hucken/hocken“, beziehungsweise „huckepack nehmen“ zurück, was so viel wie „auf den Rücken nehmen“ oder „aufhocken“ bedeutet. Ein Höker war also

ursprünglich jemand, der seine Waren in einem Korb oder einer Kiepe auf dem Rücken („auf der Hocke“) von Ort zu Ort trug.

Höker standen in der ständischen Hierarchie des Mittelalters und der Frühen Neuzeit weit unter den ehrbaren Fernkaufleuten und zünftigen Großhändlern. Sie handelten mit Restposten, Gebrauchtwaren, minderwertigen Lebensmitteln oder Trödel.

Im Englischen hat derselbe germanische Stamm überlebt: Ein Hausierer oder Straßenverkäufer heißt dort bis heute hawk (und das Anpreisen von Waren to hawk).

Aus der Tätigkeit des Hökers entstand das Verb hökern (Kleinhandel treiben) und daraus schließlich verhökern: Kleinteilige Waren auf der Straße oder dem Markt verkaufen.

Da der Höker meist alte, gebrauchte oder billige Waren rasch zu Geld machen wollte, wandelte sich der Begriff ins eher Abwertende oder Saloppe. Heute bedeutet verhökern so viel wie:

Etwas möglichst kurzfristig und oft unter Wert oder vorschnell ver-

kaufen, also Ramsch, Trödel oder Gebrauchtwaren verkaufen, um schnell Bargeld zu bekommen.

Die Sprachfamilie spiegelt sich auch in verwandten Begriffen wider, etwa im Hökerweib (Marktfrau) oder der Hökerlizenz (Gewerbeschein für Wanderhändler).

Doch zurück zu unserem Maulaffen. Wenn die Höker ihre Kienspanhalter in Form von Tonköpfen anpriesen, hielten sie sprichwörtlich „Maulaffen feil“ – sie boten Tonteile zum Verkauf an, die mit offenem Mund dastanden.

Mit der Zeit übertrug sich das Bild von den feilgebotenen Tonfiguren auf die Menschen selbst:

Wer unbeteiligt, gaffend und mit offenem Mund herumstand, ohne etwas Sinnvolles zu tun, glich diesen Tonköpfen auf dem Markt. Er bot sozusagen seinen eigenen „offenen Mund“ zum Verkauf an.

Wer heute „Maulaffen feilhält“, tut es den tönernen Kienspanhaltern des Mittelalters gleich: Er steht mit offenem Mund in der Gegend herum und gafft, anstatt anzupacken.

Dein Erklärbar

Training und Probetraining:
Samstag 10.00 - 11.30 Uhr

Ort:
„Tai Chi Halle“
Sporthalle an der Mittelschule Pocking
gleich hinter der Polizeidienststelle Pocking
Indlinger Straße 14b | 94060 Pocking

Training und Probetraining:
Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr

Ort:
Sporthalle der Grundschule Hartkirchen
Obere Inntalstraße 24 | Hartkirchen
94060 Pocking

Kampfkunst & Selbstverteidigung

für Männer & Frauen

Wing Tsun | Tai Chi Chuan | Escrima
in Pocking

**Neuer Anfängerzyklus -
Probetraining kostenlos, jetzt anmelden!**

Wing Tsun Kung Fu

Wing Tsun gilt als eines der effektivsten und gleichzeitig elegantesten chinesischen Kampf- und Selbstverteidigungssysteme.

Wing Tsun trainiert Körper und Geist gleichermaßen und entwickelt vor allem Körperspannung, Rumpfstabilität, muskuläre Tiefensensibilität, Schnellkraft, sowie die Fähigkeit sich entspannt, präzise und flexibel zu bewegen. Für die Selbstverteidigung ist das Wing Tsun vor allem deswegen geeignet, weil es den Übenden schult, sich auch mit weniger Körperkraft gegen die Angriffe eines deutlich stärkeren Gegners zu behaupten.

Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan ist eine der drei „inneren Kampfkünste“ und ist im Westen vor allem aufgrund seiner positiven Wirkungen auf die Gesundheit bekannt. Entspannung, die Einheit von Körper und Geist sowie das Erzielen von Balance und Harmonie gelten als Ziele im Tai Chi.

Gleichzeitig ist Tai Chi Chuan aber auch eine der effektivsten Kampfkünste überhaupt, indem es im Körper eine innere, ganzheitlich verbundene Kraft erzeugt, durch die selbst mit kleinsten Bewegungen erstaunliche Wirkungen erzielt werden können.

Escrima

Escrima stammt ursprünglich von den Philippinen und ist ein Kampf- und Selbstverteidigungssystem, das mit kurzen Rattan-Stöcken trainiert wird.

Der hauptsächliche Zweck des Stockkampf-Trainings ist die Ausbildung von schnellen Reflexen, besserer Ganzkörper-Koordination, Beweglichkeit, ausgeprägter kognitiver Fähigkeiten und schneller Schrittarbeit - und zudem macht Escrima unglaublich viel Spaß!

Wing Tsun - effektive Selbstverteidigung für jedermann

Sport & Entspannung - Innerer Ausgleich und Fitness

Escrima - Training für Koordination, Schnelligkeit und Körperspannung



Kontakt und weitere Informationen:
Matthias Müller, Tel +49 (0)171 / 85 66 079



PAPARAZZI 215 | September 2026

INHALT

„Je mehr du dich dir selbst nicht stellst, desto mehr wirst du dir selbst im Spiegel eines anderen gegenüberstehen. Und dann wirst du ihnen die Schuld geben.“

David Deida (1950–2004)

Dauerbrenner...

10 Schwere Kost

> *Toxische Psycho-Wellness*

29 Foodmonitor

> *regionaler Klassiker* Zwetschgknödel

56 Paparazzi

> *Harte Nüsse* für helle Köpfe



Ein Ausflug, der sich lohnt

Das Modehaus Stöcker in Eferding bei Linz verbindet eine große Auswahl aktueller Mode mit persönlicher Beratung und hauseigener Änderungsschneiderei. Besonders die Fest- und Anlassmode überzeugt mit stilvollen Looks für Hochzeit, Ball und besondere Momente. Ergänzt wird das Einkaufserlebnis durch das hauseigene Café.

40 Edelstahlpools

> *zeitlose Eleganz* made in Austria

EDELSTAHPOLS VERBINDEN hochwertige Optik, Hygiene und Langlebigkeit. Polytherm aus Oberösterreich fertigt seit fast 40 Jahren individuelle Edelstahlpools – vom Skimmer- bis zum Infinity- und Glaspool. Auch bestehende Becken lassen sich modernisieren und mit zeitgemäßer Technik, Beleuchtung und Poolabdeckung aufwerten.



34 *der richtige...* Laufschuh

> *Einlagen* für gesunde Gelenke

WER BEIM LAUFEN Beschwerden vermeiden möchte, sollte nicht nur auf den richtigen Schuh, sondern auch die individuelle Fußstellung achten. Eine häufige Ursache ist die Überpronation, bei der der Fuß nach innen knickt. Individuell angepasste Einlagen stabilisieren die Ferse, ohne die natürliche Federwirkung des Fußes einzuschränken.

18

Entspannung trifft Genuss

> *Alltag aus, Urlaub an*

DAY SPA IM DAS MÜHLBACH in Bad Füssing bedeutet 5.000 m² Entspannung mit Thermalwasser, Sky Spa, Saunen und Naturgarten. Dazu kommen kulinarische Genussmomente und der Mühlbach Sushi Club – ein Urlaubstag ganz ohne Kofferpacken.

für die Immobilie

> *Die Ökonomie* der feinen Details

DIE CONFIANCE AG begleitet Immobilienbesitzer ganzheitlich – von Finanzierung und An- und Verkauf bis zu Mietverwaltung und Facility Management. Der Fokus auf Einzelimmobilien ermöglicht kurze Wege und sichert langfristigen Werterhalt.

Kümmere...

Thai-Bay?



30 Food

Bayerische und thailändische Küche verbindet mehr, als man denkt: Regionalität und die bewusste Verwendung heimischer Produkte sind beiden Traditionen gemein. Helmut Kurz von der „Knödelwerferin“ in Deggendorf verbindet beides in einem bayerischen Som Tam mit Kohlrabi und Saibling.

Informationsabend – **Eintritt frei!**

Ralf Nieke

FACHANWALT FÜR ERBRECHT

„Der letzte
Wille zählt –
wie ein Testament
Streit vermeidet“



Dienstag,
29. September 2026
18:00 Uhr
Stadthalle Pocking



Mittwoch,
30. September 2026
18:30 Uhr
Aula der Grund- und
Mittelschule Hutthurm



Weitere Termine auf www.kanzlei-nieke.de



Ralf Nieke
Die Erbrechtskanzlei

Ralf Nieke
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Erbrecht

Passauer Straße 5
94060 Pocking
Tel. +49 (0) 8531 930 390
info@kanzlei-nieke.de
www.kanzlei-nieke.de

Vermögen bewahren.
Streit vermeiden.
Nachfolge klar regeln.

HOCHZEITS *schau* DEGGENDORF



**DIE GRÖSSTE
HOCHZEITSMESSE
NIEDERBAYERN**



firmerherz[®]
MARKETINGAGENTUR

8.11.2026

DEGGENDORFER STADTHALLEN

WWW.HOCHZEITSSCHAU-DEGGENDORF.DE
KONTAKT: INFO@HOCHZEITSSCHAU-DEGGENDORF.DE

**VON 10
BIS 17 UHR**

**MIT GROßER
MODENSCHAU**

**FEUERWERK
16.30 UHR**



› gartencenter im grünen

Offener Sonntag

IM JUNI 2026 FAND TRADITIONELL WIEDER DER TAG DER OFFENEN TÜR IM PRODUKTIONSBETRIEB DER BAUMSCHULE PLATTNER IM KREUZFELD STATT.

Ein Termin, den sich Gartenfreunde jedes Jahr im Kalender fest eintragen und von nah und fern anreisen.

Bereits ab 9 Uhr bis in die Abendstunden ließen sich rund 1.000 Gartenliebhaber dieses Event nicht entgehen und stöberten durch Tausende von Pflanzen. Die Mitarbeiter standen den Besuchern jederzeit für Fragen und eine fachkundige Beratung zur Verfügung. Überall wurde rege über das „Garteln“ gefachsimpelt und Neuigkeiten ausgetauscht.

Das Angebot an Pflanzen ist jedes Mal ein Traum: Ein Meer aus duftenden, blühenden Rosen – darunter Kletter-, Edel-, Bodendecker-, Duft-, Wild- und historische Rosen – lässt die

Herzen der Gartenfreunde höherschlagen. Außerdem umfasst das Sortiment Stauden, Bäume, blühende Sträucher, Heckenpflanzen und Kräuter.

Getreu dem Motto der Baumschule Plattner „Pflanzen mit Leidenschaft – schon seit 50 Jahren“ lässt auch das Angebot von über 150 verschiedenen Obstbaumsorten als Busch-, Halb- oder Hochstamm sowie gesunden Baumschulpflanzen aus der Region keine Wünsche offen.

Zudem konnten die Besucher beim Probierausschank edle Obstbrände, hergestellt aus den eigenen Früchten und in der hauseigenen Brennerei veredelt, verkosten und genießen.

Auch für die musikalische

Unterhaltung war – wie schon in den vergangenen Jahren – mit Alleinunterhalter Tomi-Sound, Thomas Landstorfer, bestens gesorgt. Für die kleinen Gäste stand eine Hüpfburg bereit und auch das leibliche Wohl kam nicht zu kurz. Von einer großen Auswahl an leckeren Speisen der Gastronomie Thalhauser mit ihrem Partyservice Altenmarkter Hof bis hin zu Kaffee und den hervorragenden, selbstgemachten Kuchen der Wallerdorfer Frauen war für jeden Geschmack etwas dabei.

Das Wetter zeigte sich an diesem sonnigen Tag von seiner besten Seite und so genossen die Besucher einen schönen und entspannten Sonntag im Gartencenter der Familie Plattner.

Information von:

Baumschule Plattner
Haag 4 | 94501 Aldersbach
Tel.: +49 (0) 85 47 / 588
www.baumschule-plattner.de

GROSS-OBERMEIER KONZERT GMBH

ANDY BORG STADL 2.0-XXL
KASTELRUTHER SPATZEN
DIE SCHLAGERPILOTEN
CALIMEROS • ANNI PERKA
5 STUNDEN SCHLAGER UND GUTE LAUNE
03.10.2026 PASSAU @ 16:00

SASCIA GRAMMEL
WÜNSCH DIR WAS
25.11.2026 PASSAU @ 20:00

Europas erfolgreichste Show
mit den größten Hits des Austropop!
NEUES PROGRAMM
from AUSTRIA
03.12.2026 ALTÖTTING | 20.01.2027 PASSAU
21.01.2027 DEGGENDORF | 22.01.2027 CHAM

RALF SCHMITZ IST ...
SCHMITZMÄN
09.04.2027 PASSAU @ 20:00

SEMINO ROSSI
SOLO konzert
11.04.2027 PASSAU @ 18:00

INFO
☎ 01806 570070
📄 go-konzerte.de

KARTEN
Karten erhältlich bei allen bekannten
EVENTIM-Vorverkaufsstellen!

REPORT 092026-215

NAME: MEDIENKOMPETENZ TEIL 1

EDITOR: MATTHIAS MUELLER / EDITOR-IN-CHIEF

INSESTOFF DER NICHT
LEICHT ZU VERDAUEN IST**SCHWERE KOST**

TOPIC / TOO LONG TO READ

DIE WELTWEITE MENTAL-HEALTH-INDUSTRIE MACHT
HUNDERTE VON MILLIARDEN UMSATZ MIT WOHLFEL-
LEN WELLNESS-VERSPRECHEN. IN WIRKLICHKEIT
SIND DIESE REZEPTE JEDOCH DAS GEGENTEIL VON
GESUND FUER DEN GEIST. SIE SIND REZEPTE ZUR
SELBSTDESTRUKTION.

CLASSIFIED

TOXISCHE PSYCHO-WELLNESS

Die Inventur des geistigen Zerfalls – Status quo einer dysregulierten Epoche.

[Matthias Müller]

Wir leben in der am stärksten therapeutisierten, seelisch entblößten und emotional verwirrten Gesellschaft der Menschheitsgeschichte. Noch nie zuvor standen dem Individuum mehr Ratgeber, Achtsamkeits-Apps, pflanzliche Psychedelika, Coaching-Formate und psychotherapeutische Assets zur Verfügung. Und doch offenbart der Blick auf die harten epidemiologischen Daten westlicher Industrienationen keine geheilte Bevölkerung, sondern das Bild einer fortschreitenden psychischen Kernschmelze.

Laut den Erhebungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und den Gesundheitsberichten der europäischen Krankenkassen leidet in den westlichen Industrienationen mittlerweile nahezu jeder vierte Erwachsene im Laufe eines einzigen Jahres an einer diagnostizierbaren psychischen Störung. Angststörungen und depressive Episoden haben sich zur Volkskrankheit Nummer eins entwickelt. In Deutschland dokumentiert der BKK Gesundheitsreport

seit Jahren einen historischen Höchststand bei den Ausfalltagen aufgrund psychischer Erkrankungen – mit einem Anstieg von über 140 Prozent innerhalb der letzten zwei Jahrzehnte.

Die OECD-Statistiken zum Verbrauch von Antidepressiva zeichnen die Fieberkurve einer seelisch kollabierenden Welt. In Ländern wie den USA, Portugal, Großbritannien oder Schweden kommen auf 1.000 Einwohner mittlerweile über 100 Tagesdosen Antidepressiva – jeden einzelnen Tag. Die Verschreibung von Selektiven Serotonin-Wiederaufnahmehemmern (SSRI) und Anxiolytika hat sich seit der Jahrtausendwende in weiten Teilen der westlichen Welt mehr als verdoppelt. Was einst als Akutintervention für schwere klinische Pathologien gedacht war, ist zur neurochemischen Krücke für die Bewältigung des ganz normalen Daseins verkommen.

Besonders verheerend zeigt sich die Lage bei den nachrückenden Generationen. Studien

der Harvard T.H. Chan School of Public Health belegen, dass bis zu 30 Prozent der Jugendlichen und jungen Erwachsenen unter chronischer emotionaler Dysregulation, Einsamkeit und diffusen Angstzuständen leiden. Diese Gesellschaft ist nicht gesund. Sie ist hochgradig neurotisiert. Doch statt den Ursachen dieser Pathologie auf den Grund zu gehen, hat sich ein gewaltiger Markt formiert, der nicht das Ende des Leids anstrebt, sondern davon profitiert.

DER GLOBALE ESOTERIK-UND „MENTAL HEALTH“-MARKT

Wo der Orientierungsinhalt traditioneller Religionen zerbricht und das klassische Fundament aus Charakter, Pflicht und Disziplin als „starr und patriarchalisch“ verächtlich gemacht wird, entsteht kein Vakuum. Es entsteht ein Markt. Der sogenannte „Wellness- und Mental-Health-Markt“ – ein Konglomerat aus moderner Esoterik, alternativer Seelenheilung, Nahrungsergänzungsmitteln, Mindset-Coaching und spirituel-

lem Tourismus – wird vom Global Wellness Institute aktuell auf ein globales Volumen von über 5,6 Billionen US-Dollar (!) geschätzt. Allein das Segment der „Personal Growth“ und der spirituellen Selbstoptimierung setzt jährlich Hunderte Milliarden um.

Dieser Industriekomplex folgt einer knallharten, ökonomischen Logik: Ein geheilter Kunde ist ein verllorener Kunde.

Das Geschäftsmodell basiert folglich nicht auf dem Aufbau von seelischer Resilienz oder der Formung einer standfesten Persönlichkeit, sondern auf der Generierung einer Abhängigkeitsschleife. Man verkauft dem Individuum ein Versprechen von „Glückseligkeit“ und „Authentizität“, während man ihm gleichzeitig Werkzeuge an die Hand gibt, die seine innere Instabilität systematisch vertiefen.

Der zeitgenössische Zeitgeist hat die Neurose zum Lebensstil erhoben. Die Dauerkrise des Egos wird nicht mehr als Korrekturbedarf verstanden, sondern auf

Plattformen wie Instagram oder TikTok als „Sensibilität“, „Schattenarbeit“ oder „Integration des inneren Kindes“ ästhetisiert. Man trägt seine psychische Labilität wie einen Orden vor sich her.

BIOLOGIE DER GEFÜHLSTÄUSCHUNG

Um die Irrlehren der modernen Esoterik zu zertrümmern, muss man an den Ort gehen, an dem ihr größter Irrtum verankert ist: das Missverständnis über die Natur der menschlichen Emotion.

Die Kernbotschaft des spirituell-therapeutischen Komplexes lautet: „Folge deinen Gefühlen. Hör auf deine Emotionen. Sie zeigen dir deine Wahrheit.“ Aus psychologischer, neurobiologischer und kognitionswissenschaftlicher Sicht ist diese Behauptung nicht nur grober Unfug, sondern eine gefährliche Einladung zur Selbstzerstörung.

Was ist ein Affekt, eine Emotion, ein Gefühl im wissenschaftlichen Sinne? Neurobiologisch betrachtet sind Emotionen primär automatisierte, evolutionsbiologisch uralte Überlebensprogramme. Sie werden im limbischen System – im Zusammenspiel von Amygdala, Hypothalamus und Insula generiert. Es sind biochemische Schnellschüsse des Gehirns, entwickelt für eine prähistorische Umwelt, in der Reaktionsgeschwindigkeit vor Präzision ging. Die Amygdala fragt nicht nach logischer Konsistenz, moralischer Integrität oder langfristiger Lebensplanung. Sie fragt nach Bedrohung, Belohnung, Flucht oder Angriff. Wer sein Leben nach den Signalen dieses Systems ausrichtet, unterwirft sein Leben den impulsivsten, unreifsten und undifferenziertesten Schichten seines Gehirns.

Wie die Neurowissenschaftlerin Lisa Feldman Barrett (How Emotions Are Made) schlüssig nachgewiesen hat, sind Emotionen keine verlässlichen Offenbarungen eines „inneren Wesenskerns“, sondern vom Gehirn konstruierte Simulationen. Das Gehirn nimmt interozeptive Reize (Herzschlag, Magenknurren, Müdigkeit) und verknüpft sie in Millisekunden mit äußeren Reizen, Erinnerungen und Sprachkonzepten.

Das bedeutet: Eine Emotion ist hochgradig reaktiv, extrem volatil und beliebig manipulierbar. Ein niedriger Blutzuckerspiegel, Schlafmangel, ein grelles Display, eine suggestive

Schlagzeile oder ein olfaktorischer Reiz genügen, um den emotionalen Zustand komplett zu kippen. Wer ein solch schwankendes, von Mageninhalt, Umweltreizen und Kontext abhängiges biochemisches Rauschen zu seinem „ethischen Kompass“ erklärt, gleicht einem Kapitän, der seinen Kurs nach der Richtung der Wellen berechnet, anstatt sich am Polarstern zu orientieren.

Die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) und die klinische Psychologie wissen seit Jahrzehnten: Das ständige Beobachten, Analysieren und „Ehren“ jedes emotionalen Impulses führt nicht zur Heilung, sondern zur Rumination (Dauergrübeln) und zur kognitiven Verstärkung des negativen Affekts. Durch das Gesetz der neuronalen Plastizität („Neurons that fire together, wire together“) verdrahtet derjenige, der jedem Angst- oder Unruheimpuls maximale Aufmerksamkeit schenkt und ihn als „seine Wahrheit“ zelebriert, die entsprechenden neuronalen Netzwerke nur noch fester. Die moderne Spiritualität züchtet durch ihre Dauer-Nabelschau genau jene Affekt-Hyperreaktivität heran, die sie vorgeblich zu heilen sucht.

Die Emotion ist nicht das Orakel der Seele. Sie ist das nervöse, biochemische Grundrauschen unseres tierischen Erbes. Sie ist der instabilste, reaktivste und unzuverlässigste Teil des menschlichen Psyche – und sie ist maßgeblich bestimmt von unseren niedersten Trieben. Unsere Gefühlswelt zum Lenker des Lebens zu erheben, ist gleichbedeutend damit, mitten im Stadtverkehr zur Rush-hour ein 3-jähriges Kleinkind ans Steuer des Wagens zu setzen.

VON TRIEBDYNAMIK UND ARCHAISCHER ÖKONOMIE

Wer die Herrschaft des Affekts zur Maxime der Existenz erhebt, verkürzt keinen göttlichen Funken, sondern unterwirft den Verstand den primitivsten Reflexen unseres Stammhirns und des limbischen Systems. Der fundamentale Irrtum des spirituell-therapeutischen Komplexes liegt in der romantischen Annahme, Emotionen seien feingliedrige, seelische Boten einer höheren Selbsterkenntnis. Die Neurobiologie und die evolutionäre Psychologie zeichnen dagegen ein drastischeres, nüchterneres Bild: Emotionen sind im Kern hochgradig reduktive,

physiologische Anpassungsreaktionen, deren Ursprung tief in den biologischen Notwendigkeiten der Nahrungsbeschaffung, der Territorialverteidigung, der Rangordnung und der Fortpflanzung verwurzelt ist.

Aus der Perspektive der Evolutionsbiologie, wie

Unsere Genusszeiten

Mo–Sa: 06:30–20:00 Uhr | So: 06:30–16:00 Uhr



Handwerk spüren. Genuss erleben.
 Unser Hofladen lehnt direkt an der Backstube an – Duft und echtes, lebendiges Handwerk sind spürbar.

Unser Sortiment

Täglich frische Brot- & Backwaren, Kuchen, Kaffee & Tee. Auch Keto- & glutenfreie Brote sowie saisonale Schmankerl (Krapfen, Lebkuchen u.v.m.), Selbstbedienung

Regionalität

regionale Produkte (Eier, Kartoffeln), ausgewogenes Naturkostsortiment, Keramikartikel, Räucherwerk, Geschenkartikel

Zum verweilen

Plätze zum Verweilen draußen & Büchertauschcke, E-Auto Ladestation & Landvergnügen-Stellplätze

Tipp! Backstubenführungen ab 10 Pers. auf Anfrage!



Gottschaller Biohofbäckerei GmbH & Co. KG
 Gottschall 1 | D-94094 Malching
 Tel. + 49 (0) 85 33 - 91 86 6-0

www.gottschallerbrot.de



sie etwa von Robert Trivers oder Richard Dawkins formuliert wurde, ist die menschliche Gefühlsarchitektur nicht darauf optimiert, Wahrheit, ethische Güte oder dauerhaften inneren Frieden zu erzeugen. Sie ist einzig und allein darauf kalibriert, das Überleben und die Weitergabe von Erbgut in einer Umwelt der permanenten Ressourcenknappheit zu sichern.

Was im spirituellen Jargon als „innere Wahrheit“ oder „energetisches Signal“ feierlich sakralisiert wird, lässt sich neurobiologisch auf eine kurze Reihe minderkomplexer, archaischer Reaktionsmuster zurückführen:

Der Aggressions- und Dominanzimpuls: Das Streben nach Status, die emotionale Empörung über Andersdenkende und das Verlangen nach sozialer Validierung entspringen den gleichen subkortikalen Schaltkreisen, die bei allen Tieren die Hierarchie innerhalb der Gruppe regeln. Die Amygdala und das periaquäduktale Grau steuern diese Affekte mit dem Ziel, die eigene Position im Sozialgefüge zu sichern. Die moderne „Gefühlskultur“ verkleidet diesen primitiven Macht- und

Abgrenzungstrieb lediglich in das Gewand der moralischen Überlegenheit.

Die Angst- und Vermeidungskas-kade: Das Bedürfnis nach emotionaler „Safety“, das Vermeiden jeglicher Reibung und die Flucht in seelische Schonräume basieren auf dem archaischen Schreck- und Fluchtsystem. Die Neurobiologie um Joseph LeDoux (The Emotional Brain) hat eindrücklich nachgewiesen, wie der sogenannte „Quick and Dirty“-Pfad der Amygdala Informationen verarbeitet, noch bevor der Neokortex (der denkende Teil des Gehirns) überhaupt die Chance hat, die Lage rational zu bewerten. Wer seinen Gefühlen den Vorrang gibt, lässt zu, dass ein evolutionäres Alarmsystem, das gegen angreifende Säbelzahn timer entwickelt wurde, komplexe soziale, berufliche und moralische Lebensentscheidungen fällen darf.

Der Bindungs- und Territorialtrieb: Die tiefen, oft als spirituell aufgeladenen Impulse von eifersüchtiger Verlustangst, Besitzanspruch oder gar gieriger Vereinnahmung sind eng an die Neuropeptide Oxytocin und Vasopressin gekop-

pelt. Sie dienen biologisch nicht der Erleuchtung, sondern der exklusiven Weitergabe von Eizellen und Spermien.

Wir stehen hier vor einer fundamentalen Verwechslung der Kategorien: Die emotionale Welt des Menschen ist in ihrer Basis der unreifste, tierischste und am wenigsten differenzierte Teil unserer Psyche. Sie ist im Wesentlichen die Domäne der Triebe. Eine Ausnahme dürfen wir jedoch herausstellen: das negative Bauchgefühl, das sich gegen bestimmte Menschen oder Situationen richtet. Dieses Gefühl dürfen wir ernst nehmen, weil es oftmals Signale des limbischen Systems sind, das aus der Körpersprache, Pupillenreaktion und Stimmmodulation des Gegenübers Muster erkennt, die mit schlechten Erfahrungen aus früheren Sozialkontakten verbunden sind. Der große Unterschied des „echten“ Bauchgefühls im Vergleich zum „falschen“ Bauchgefühl ist, dass sich das „echte“ Bauchgefühl oftmals zu Wort meldet, kurz bevor eine vermeintliche Bedürfnisbefriedigung oder Belohnung zu erwarten wäre – es grätscht sozusagen in die

positive Erwartung hinein.

DOPAMIN: MOLEKÜL DES MANGELS

Um die extrem leichte Manipulierbarkeit und Volatilität unserer Gefühlswelt in ihrer ganzen Tiefe zu durchschauen, muss man den Blick auf die Neurochemie richten – allen voran auf das mesolimbische Dopaminsystem.

Der spirituell-therapeutische Markt nutzt eine verhängnisvolle Unkenntnis über die Wirkungsweise dieses Botenstoffs aus. Das populäre Narrativ stellt Dopamin fälschlicherweise als das „Glückshormon“ dar. Die Neurowissenschaft, repräsentiert durch Forscher wie Wolfram Schultz oder Kent Berridge (Anhedonia and pleasure: revision of the dopamine/endorphin hypothesis), hat jedoch gezeigt: Dopamin erzeugt keineswegs Glück, Zufriedenheit oder Erfüllung. Dopamin ist das Molekül des Mangels, des Verlangens und der Erwartungshaltung.

Dopamin wird im ventralen Tegmentum (VTA) und im Nucleus accumbens ausgeschüttet, sobald das Gehirn die Aussicht auf eine Belohnung oder eine Linderung

EICHINGER WINTERGARTENBAU

Wir unterstützen Sie von der Planung bis zur Fertigstellung!

SCHAU-SONNTAG

13. Sept. 10.00-16.00 Uhr

Wohnwintergärten und Terrassenüberdachungen

hautnah - in unserer Ausstellung!
auch wochentags geöffnet!

seit über 40 Jahren!

Ausgezeichnet mit dem Bundespreis
und dem Bayer. Staatspreis



Qualität macht glücklich.



von Unbehagen wittert. Es ist die biochemische Peitsche, die das Individuum in den Zustand der Sucht, der Erwartung und der Unruhe versetzt. Schultz zeigte mit seinen Arbeiten zum „Reward Prediction Error“, dass Dopamin immer dann sprunghaft ansteigt, wenn ein Reiz neu, unerwartet oder potenziell befriedigend erscheint. Sobald die Belohnung eintritt, fällt der Dopaminspiegel dramatisch ab – oft unter das ursprüngliche Ausgangsniveau. Klartext: Dopamin ist kein Glückshormon – es ist das Glücks-Erwartungs-Hormon. Dopamin wird VOR der Belohnung ausgeschüttet und fällt danach steil ab. Die Erwartung einer Belohnung lässt das Hormon sprudeln, der tatsächliche Erfüllungsmoment hingegen ist bereits wieder mit einem Abflauen verbunden. Dopamin löst Verlangen aus – keine Zufriedenheit.

Genau hier liegt die Falle der modernen Spiritualität. Der ständige Aufruf, „deiner Sehnsucht zu folgen“ oder nach der nächsten „Transformation“ und der nächsten „Schattenarbeit-Erkenntnis“ zu suchen, ist nichts anderes als das Melken dieser mesolimbischen Dopaminbahn. Weil das Gehirn auf ständige dopaminerge Überstimulation mit einer Runterregulierung der D2-Rezeptoren reagiert (ein Prozess, den die Psychiaterin Anna Lembke in „Dopamine Nation“ präzise dargelegt hat), führt die ständige Jagd nach „intensiven Gefühlserfahrungen“ und „Glücksmomenten“ zwangsläufig in eine emotionale Abhängigkeit. Man braucht immer neuere, noch tiefere, noch extremere Methoden – vom nächsten Ayahuasca-Trip bis zur nächsten Identitäts-Krise – nur um überhaupt noch etwas zu spüren. Das Gefühl, das der moderne Mensch als „Ruf seines wahren Selbst“ interpretiert, ist in der überwiegenden Zahl der Fälle

nichts weiter als der neurochemische Entzugsschmerz seines süchtigen Dopaminsystems, das nach der nächsten Dosis Reiz, Bestätigung oder Aufregung verlangt.

DAS TRIUNE-BRAIN-MODELL UND SEINE GRENZEN

Um die Dysfunktionalität der Parole „Folge deinem Gefühl“ vollends offenzulegen, hilft eine Betrachtung der funktionellen Neuroanatomie der Entscheidung. Zwar ist das historische Modell des „dreieinen Gehirns“ nach Paul MacLean in seinen Details vereinfacht, die funktionelle Hierarchie der Hirnareale jedoch bleibt neurochirurgische und kognitionspsychologische Realität.

Das menschliche Gehirn ist hierarchisch aufgebaut:

Der Hirnstamm und das Zwischenhirn (Reptiliengehirn): Zuständig für grundlegende Körperfunktionen, Reflexe, Kampf-oder-Fluchtdynamiken.

Das limbische System (Säuiergehirn): Die Heimat der Affekte, der Konditionierungen, des emotionalen Gedächtnisses und des Dopamin-getriebenen Belohnungssystems.

Der Neokortex, insbesondere der präfrontale Kortex (PFC): Das evolutionsmäßig jüngste Areal. Es ist die Steuerzentrale für exekutive Funktionen: Langzeitplanung, Impulskontrolle, Abwägung moralischer Prinzipien, logisches Schließen und das Aushalten von Frustration.

Wenn die moderne Esoterik predigt, man solle den Verstand ausschalten („Geh aus dem Kopf in den Körper“) und sich vom Bauch leiten lassen, fordert sie im Grunde die funktionelle Entfernung des Neokortex.

Die Hirnforschung zeigt unzwei-

deutig: Der präfrontale Kortex ist das einzige Organ, das in der Lage ist, die primitiven Impulse des limbischen Systems zu hemmen (Top-Down-Kontrolle). Wenn ein Mensch beschließt, trotz Angst eine Pflicht zu erfüllen, trotz Erregung durch das sexualisierte Verhalten einer anderen Person ein Treueversprechen zu halten, oder trotz Unlust eine Fitnessroutine diszipliniert durchzuführen, dann findet in genau diesem Moment die Aktivierung des PFC statt. Das ist nichts anderes als die neuronale Signatur von Charakter.

Wer hingegen dem Impuls des Augenblicks nachgibt und dies auch noch als „Authentizität“ verkündet, degradiert seinen hochkomplexen Präfrontalkortex zum bloßen Rationalisierungsorgan. Denn der Verstand wird dann nur noch dazu benutzt, im Nachhinein eine logisch klingende Ausrede für das zu konstruieren, was das primitive limbische System impulsiv eingefordert hat: „Ich habe das Projekt abgebrochen, weil die Energie nicht mehr gestimmt hat.“ – „Ich habe meinen Partner verlassen, weil mein inneres Selbst mehr Raum brauchte.“

Das ist kein inneres Wachstum, sondern das glatte Gegenteil davon. Es ist eine romantisch verklärte Rückentwicklung zum impuls gesteuerten Säugetier. Es ist die biologische Kapitulation der höchsten menschlichen Fähigkeiten vor der neurochemischen Diktatur des Zwischenhirns.

DIE MANIPULIERBARKEIT DURCH KONTEXT

Wer immer noch glaubt, seine Gefühle seien ein unbestechlicher Ausdruck seines tiefsten Inneren, muss sich mit der klassischen Sozialpsychologie auseinandersetzen. Bereits 1962 wiesen Stanley Schachter und Jerome E. Singer in ihrem berühmten Experiment

nach, dass eine Emotion aus zwei getrennten Komponenten besteht:

- einer unspezifischen physiologischen Erregung (Adrenalin, erhöhter Puls, Magenkrämpfen) und
- einer kognitiven Etikettierung, die rein vom äußeren Kontext abhängt.

Sie injizierten Probanden Adrenalin. Diejenigen, die nicht über die Wirkung der Spritze aufgeklärt wurden, interpretierten ihre Herzfrequenz und ihr Zittern je nach der Stimmung eines im Raum anwesenden Schauspielers entweder als „euphorische Freude“ oder als „rasende Wut“. Das physiologische Signal war identisch – die Deutung war rein willkürlich.

Das bedeutet für den modernen Menschen in der Reizüberflutung: Der Großteil dessen, was wir als „tiefe emotionale Wahrheit“ empfinden, ist sehr oft kaum mehr als die Fehldeutung körperlicher Zustände. Die „Unruhe in der Brust“ ist vielleicht kein Hinweis darauf, dass dein Leben im falschen Rahmen verläuft, sondern die einfache Folge von drei Tassen Kaffee, Bewegungsmangel und einem zu hohen Cortisolspiegel. Das „Gefühl der Entfremdung“ ist kein transgeneracionales Trauma, sondern das neurobiologische Echo von Schlafmangel und stundenlangem Bildschirmschauen sowie der dadurch verkürzten Aufmerksamkeitsspanne. Auf gut Deutsch: das Gefühl der Entfremdung mit der Realität kommt nicht von einem ominösen seelisch-transgenerationalen Trauma, sondern davon, dass wir tagtäglich mehrere Stunden an flackernden Bildschirmen und in Social Media verbringen und unsere Aufmerksamkeitsspanne von nur noch wenigen Sekunden schlichtweg nicht mehr ausreicht, um tiefere soziale Bindungen zu entwickeln

BESSER IN BEWEGUNG

AUSDAUERND MIT DEN BANDAGEN VON SPORLASTIC

GENU-HIT®

**Kniebandage mit
ringförmiger
Silikonfriktionspelotte
und seitlicher
Verstärkung.**

Indikationen:

- Bandverletzungen
- Gonarthrose
- Meniskusschäden
- Posttraumatische Reizzustände
- Rheumatische Erkrankungen Knie

Wirkung:

- faltenfreier Sitz
- verbesserter Blut- und Lymphabfluss
- sehr dünn
- hoher Tragekomfort
- Druckentlastung der Patella
- Stabilisierung
- Massagewirkung

 **SPORLASTIC®**

SCHWERE KOST 215 | SEPTEMBER 2026 | NICHT LEICHT ZU ...

und aufrecht zu erhalten.

Der spirituell-therapeutische Komplex nutzt diesen Mechanismus schamlos aus. Er nimmt die unspezifische physiologische Erregung, die durch eine chaotische, reizüberflutete Umwelt im Körper des Individuums erzeugt wird, und bietet ihm eine vorgefertigte, mystische Etikettierung an: „Das ist dein ungeheiltes inneres Kind.“ – „Das ist eine seelische Blockade.“

Damit schließt sich der Kreis. Der Mensch wird zum Gefangenen einer selbsterfüllenden Prophezeiung: Er fühlt sich körperlich dysreguliert, lässt sich einreden, dieses Gefühl sei eine tiefere Seelenwahrheit, richtet sein Leben danach aus, erzeugt dadurch noch mehr Chaos – und muss die nächste Sitzung buchen.

DER AFFEKT ALS DIENER, NIEMALS ALS HERR

Unsere Emotionen sind in ihrer Wurzel weder heilig, noch weise, noch autonom. Sie sind evolutionäre Schnellschüsse, konstruiert aus einer äußerst fehleranfälligen Interpretation physiologischer Erregungen, getrieben vom neurochemischen Mangelcode des Dopamins und tief verdrahtet mit den primitivsten Überlebens- und Fortpflanzungstrieben unseres Säugetiergehirns.

Sie sind reaktiv, sprunghaft, leicht zu manipulieren und extrem beschränkt in ihrem Horizont.

Wer seine Gefühlswelt zum Lenker des Lebens erhebt, ist nicht frei, nicht authentisch und nicht geheilt. Er ist schlicht ein Opfer seiner eigenen Biologie und derjenigen, die diese Biologie von außen zu bespielen wissen.

Ein reifer, charakterfester Mensch erkennt die Emotion an

für das, was sie ist: ein informatives, aber oft auch fehlerhaftes Datensignal aus dem Maschinenraum des Körpers. Er hört es an, aber er überlässt ihm niemals das Steuer. Erst auf dieser kompromisslosen Demontage der Gefühls-Religion lässt sich die Frage aufbauen, was das Leben tatsächlich trägt: nicht der flüchtige Affekt, sondern der Charakter, die Verlässlichkeit der Tat und die Disziplin der Integrität.

DAS ZEITALTER DER GESPALTENEN ZUNGE

Wenn die Geschichte unserer Epoche geschrieben wird, wird man sie vielleicht als die Ära der großen seelischen Entkopplung dokumentieren. Noch nie standen Anspruch und Wirklichkeit, Selbstbild und reales Handeln in einem so drastischen Widerspruch wie in der Gegenwart. Wir erleben eine beispiellose Epidemie der kognitiven Dissonanz – jenes schmerzhaften Unbehagens, das entsteht, wenn die eigenen Überzeugungen und das tatsächliche Verhalten beziehungsweise die Wahrnehmung der Realität und unsere Überzeugungen über ihre Beschaffenheit immer weiter auseinander klaffen.

Leon Festinger, der Pionier der Dissonanztheorie, hat bereits in den 1950er-Jahren aufgezeigt, dass der menschliche Geist diesen Zustand der inneren Zerrissenheit nicht dauerhaft ertragen kann. Wenn eine Kluft zwischen den eigenen Taten (impulshaft, kognitiv eingeschränkt leistungsfähig, unverbindlich) und dem eigenen Selbstbild entsteht, gibt es nur zwei Wege: Das Verhalten ändern oder die Werte ändern. Da die Änderung des persönlichen Verhaltens bei einem neurobiologisch geschädigten Dopaminsystem extrem

PASSAU . POCKING . FREYUNG . VILSHOFEN . OSTERHOFEN . WALDKIRCHEN



0851/988280

Sanitätshaus
Mais

Sani • Homecare • Orthopädie • Reha-technik



schwierig und nicht selten äußerst schmerzhaft ist, wird stattdessen mit höchster intellektueller Präzision das Wertesystem umdefiniert.

In einer Welt, die von Orwellscher Sprachverwirrung und der systematischen Entkopplung von Ursache und Wirkung geprägt ist, hat sich die Mehrheit für den zweiten, bequemeren Weg entschieden. Die kognitive Dissonanz wird nicht mehr durch Charakterarbeit aufgelöst, sondern durch die kreative Umdefinition der Realität überdeckt.

Wenn Sprache auf gesellschaftlicher Ebene genutzt wird, um Unfreiheit als Sicherheit, Krieg als Notwendigkeit für Frieden und Zensur als Fürsorge zu deklarieren, bleibt dies im Mikrokosmos des Individuums nicht ohne Folgen. Das Subjekt lernt, die Techniken der Bedeutungsumkehr auf das eigene Leben anzuwenden. Das eklatante Versäumnis, Wort zu halten, wird zur „Grenzziehung“ umdeklariert. Die Unfähigkeit zu langfristiger Bindung wird als „Sensibilität gegen toxische Energien“ geadelt und eine narzisstische Persönlichkeitsstörung als „Selbstliebe“. Und der Verlust jeglicher emotionaler Selbstbeherrschung wird feierlich zur „Gefühlsintegration und Authentizität“ umgetauft.

DIE NEUROLOGIE DER UNRUHE

Es wäre ungerecht und psychologisch blind, den Menschen dieser Epoche böse Absicht oder schlichte Dummheit zu unterstellen. Was wir hier beobachten, ist kein moralischer Defekt, sondern die Manifestation einer neurobiologischen Überforderung. Unser Gehirn ist ein plastisches Organ. Die permanente Bombardierung mit hochfrequenten, dopaminergen Reizen – durch Algorithmen,

Social-Media-Notifications, Dauer-Erregung und häppchenweise aufbereiteten Weltuntergängen – hat die Aufmerksamkeitsspanne und die Frustrationstoleranz ganzer Generationen nachhaltig verändert.

Das mesolimbische Dopaminsystem, geschult auf die sofortige Belohnung im Sekundentakt, fordert aggressiv nach Dauer-Stimulation. Unter den Bedingungen des digitalen Dauer-Beschusses wird die Pflege von Tugenden, die Zeit, Stille und kontinuierliche Anstrengung erfordern – wie verlässliche Partnerschaften, tiefes Studium bestimmter Fachgebiete, Reflektion des eigenen Verhaltens, kritische Rezeption der Realität, meisterhaftes Handwerk oder unerschütterliche Loyalität – zu einer neurobiologischen Herkulesaufgabe, der ein degenerierter Kortex kaum noch gewachsen ist.

Der Präfrontalkortex (PFC), der Sitz unserer exekutiven Funktionen, ist durch die chronische Reizüberflutung schlicht dauererschöpft. Wer den ganzen Tag damit beschäftigt ist, sein Nervensystem gegen eine Flut von Reizen abzuschirmen, besitzt am Abend schlicht nicht mehr die metabolische Energie, um Impulse zu hemmen oder unangenehme Pflichten durchzuziehen. Die Akkus der Selbstdisziplin sind leer.

WENN KLUGHEIT DIE UNREIFE SCHÜTZT

Und nun tritt ein faszinierendes, trauriges und zugleich rhetorisch meisterhaftes Phänomen auf. Zwar sind die Betroffenen kognitiv schneller überlastet und neurochemisch chronisch überstimuliert – aber sie sind nicht weniger intelligent als frühere Generationen. Im Gegenteil: Je intelligenter ein Mensch ist, desto brillanter sind die Argumente, die sein Verstand zur Rechtfertigung seines

Verhaltens konstruiert.

Der Sozialpsychologe Jonathan Haidt hat in seinem Werk „The Righteous Mind“ ein treffendes Modell für diesen Vorgang geliefert. Er vergleicht die menschliche Psyche mit einem Elefanten und einem Reiter:

Der Elefant steht für die automatischen, emotionalen, dopamingetriebenen Impulse unseres Stamm- und Zwischenhirns. Er prescht voran, reagiert auf Angst, sucht nach Belohnung und scheut das Unbehagen. Und er ist immens stark. Der Reiter – unser Verstand, der Präfrontalkortex – beteuert zwar, er steuere das Tier. In Wahrheit aber kann er der Kraft des wilden Elefanten wenig entgegen halten. Um jedoch nicht als schlechter, unfähiger Reiter dazustehen, verteidigt er das Durchgehen des Elefanten als planvolles Handeln. Wenn der Elefant (getrieben von Müdigkeit, Impulsivität oder Dopamin-Hunger) in den Sumpf der Inkonsistenz rennt, nutzt der hochintelligente Reiter seinen Verstand nicht etwa, um den Elefanten im Zaum zu halten. Er nutzt ihn, um der staunenden Umwelt im Nachhinein eine tief-schürfende, hochgestochene Begründung dafür zu liefern, warum der Sumpf in Wahrheit der einzig richtige, spirituell wertvollste und energetisch stimmigste Ort ist, an dem man sich gerade aufhalten kann.

Der Verstand wird so zum Anwalt des Triebes. Kluge Menschen nutzen die Rhetorik der modernen Psychologie, der Esoterik und der Soziologie als Rüstung, um ihre eigenen Unzulänglichkeiten vor Kritik zu schützen:

Man sagt nicht mehr: „Ich war zu faul und undiszipliniert, um mein Versprechen zu halten.“ Man sagt: „Ich lasse mich nicht mehr durch

die Zwänge von Systemen und von den Erwartungen toxischer Menschen kontrollieren. Ich habe gelernt, meiner inneren Stimme Raum zu geben.“

Man sagt nicht mehr: „Ich bin unzuverlässig und launisch.“ Man sagt: „Ich bin gut angekoppelt an meine innere Stimme und reagiere stark auf energetische Schwingungen. Ich lasse nicht zu, dass sich Negativität in mir aufstaut.“

Es entsteht so ein rhetorisches Kunstwerk der Selbstgerechtigkeit. Der Präfrontalkortex hat gelernt, die Zügellosigkeit des Elefanten mit einem moralistisch-spirituellen Freibrief zu versehen.

WARUM CHARAKTER DÄMONISIERT WERDEN MUSS

Aus diesem neuro-soziologischen Zwang heraus entsteht ein psychologischer Automatismus von existenzieller Dringlichkeit: Die Abwertung des Charakters. Man kann sich nicht dauerhaft als Opfer der Umstände inszenieren und die eigene Impulssteuerung als „Authentizität“ verkaufen, solange im selben Raum Menschen existieren, die das genaue Gegenteil davon vorleben. Die bloße Anwesenheit eines Menschen, der diszipliniert, integer und verlässlich ist, der sein Wort hält, auch unter Belastung nicht sofort in eine emotionale Havarie gerät und nach festen Werten lebt, ist für das dysregulierte Selbstbild eine unerträgliche Bedrohung. Ein Affront. Er wirkt wie ein ungewollter Spiegel.

Die Soziologen Bradley Campbell und Jason Manning (The Rise of Victimhood Culture) haben diesen kulturhistorischen Wandel präzise analysiert. Wir haben uns von einer „Dignity Culture“ (einer Kultur der Würde, in der innere Stärke, Gelassenheit und die Fähigkeit,



Kostenlose 3D Liegediagnose

Sie sehen schon vorher, wie gut
Sie zukünftig schlafen!

MATRATZEN UMTAUSCH AKTION

100,- Rückvergütung... Sie sparen
auf ganzer Linie! Bis zu 100,- Umtausch-Bonus lt. Aktionsliste!

Gratis Zustellung... Sie profitieren
von unserer bequemen Zustellung zu Ihnen nach Hause!

Gratis Entsorgung... Wir übernehmen
die umweltgerechte Entsorgung Ihrer Altmattanze!

* Ab sofort bis Mitte Oktober.
Nähere Infos im Geschäft und auf www.ammerer.com



Betten AMMERER

Schlafen • Wohnen ... einfach gut beraten!

Schärding • Ob. Stadtplatz 33 ☎ +43 7712 3338
Braunau • Stadtplatz 27 ☎ +43 7722 63577

Gute Beratung braucht ihre Zeit! Jetzt kostenlosen Beratungs-
Termin vereinbaren! Telefonisch oder www.ammerer.com

über den Dingen zu stehen, geschätzt wurden) zu einer „Victimhood Culture“ (einer Kultur der Opferverherrlichung) entwickelt. In diesem neuen Gefüge wird das Vorweisen von Verletzlichkeit, Traumata, Unvermögen und emotionaler Labilität zu einer Form von sozialem Kapital. Wer gebrochen ist, wer eine Diagnose vorweisen kann, wer dauerhaft leidet, sichert sich die Aufmerksamkeit, die persönliche Nachsicht, die soziale Schonung und die moralische Unantastbarkeit der Gruppe.

Um dieses Kapital zu schützen, muss das alte Wertesystem invertiert werden. Es greift eine Form der moralischen Umdeutung, wie sie Friedrich Nietzsche einst beschrieben hat:

- Disziplin wird umgedeutet zu „toxischer Starrheit“.
- Pflichtgefühl wird verunglimpft als „Zwanghaftigkeit“.
- Emotionale Selbstbeherrschung gilt als „Verdrängung“ oder „Ungeheiltheit“.
- Verlässlichkeit wird als „Fremdbestimmung“ verächtlich gemacht.

Umgekehrt wird emotionale Reaktivität zur Tugend erklärt. Wer bei jedem Windstoß ins Schwanken gerät, gilt als „fühlig“. Wer seine Zusagen nicht einhält, gilt als „radikal ehrlich zu sich selbst“. Wer im mentalen Chaos lebt, gilt als „im Prozess“.

Die dauerhafte Befragung der eigenen Befindlichkeiten bringt jedoch keinen inneren Frieden, sondern das Gegenteil davon. Seine Emotionen zum Leitbild der Persönlich-

keit und flüchtige Affekte zum Dirigenten des Verhaltens zu machen, ist das Toxischste, was man sich selbst und seiner psychischen Gesundheit antun kann – es ist der sichere Weg in Neurosen, Depressionen und Soziopathie. Das ständige Suchen nach Schuldigen im Stand der Gestirne, im Stammbaum oder im Zeitgeist ist keine Heilung, sondern eine gefährliche Form der Selbstentmachtung. Denn in dem Moment, in dem man die Verantwortung für sein Verhalten an seine Affekte oder die äußere Welt abtrifft, gibt man auch die Werkzeuge aus der Hand, sein Leben selbst zu gestalten.

Der Ausweg aus diesem Erschöpfungszustand ist nicht die nächste Ausrede, nicht die nächste Vokabel aus der Therapie-Ecke und nicht das nächste Selbstoptimierungs-Retreat. Der Ausweg ist überraschend einfach, tief menschlich und von einer zeitlosen Würde: Es ist die leise, unspektakuläre Entdeckung, dass wir mehr sind als unsere Impulse. Dass unser Verstand nicht Anwalt und Marketingagentur unser Schwächen sein muss, sondern wieder der Architekt unseres Charakters werden kann.

WIE DIE SELFNESS-INDUSTRIE DIE TRADITION VERRIET

Wir haben die Trümmer der modernen Affekt-Kultur freigelegt: Wir sahen eine seelisch erschöpfte Gesellschaft, die ihre primitivsten biologischen Reflexe zu neuen Götzenbildern erklärt. Wir erlebten ein Dopaminsystem im Dauerfeuer und sahen

zu, wie ein opportunistischer Verstand als wortgewandter Anwalt für die eigenen Unzulänglichkeiten engagiert wurde. Doch die vielleicht größte Absurdität dieser Entwicklung liegt in dem historischen Diebstahl, der an den großen Weisheitslehren der Menschheit begangen wurde. Der spirituell-therapeutische Komplex verkauft seine Produkte unter dem Siegel uralter Traditionen – und hat deren Inhalt dabei in ihr exaktes Gegenteil verkehrt.

Ob wir in den antiken Stoizismus eines Marcus Aurelius blicken, die christliche Mystik eines Meister Eckhart analysieren, die harten Schulungswege des Zen-Buddhismus betrachten oder die Yoga-Sutras des Patanjali studieren: Keine einzige traditionelle spirituelle Schule hat jemals gelehrt, man solle seinen flüchtigen Emotionen als Wegweiser folgen.

Ganz im Gegenteil. Die großen Traditionen verstanden den ungeschulten Geist – im Buddhismus treffend als Kapi-Citta oder „Monkey Mind“ bezeichnet – als den primären Quell menschlichen Leidens (Dukkha): der „Affengeist“ springt rastlos von Ast zu Ast, getrieben von Verlangen (Raga), Aversion (Dvesha) und Verwirrung (Moha). Ihn gewähren zu lassen, gilt nicht als „Authentizität“, sondern als geistige Umnachtung.

Die klassische Spiritualität war kein kuscheliges Wellness-Retreat für das Ego. Sie war ein messerscharfes, oft gnadenloses Mentaltraining zur Selbstermächtigung des Geistes.

In den Yoga-Sutras definiert Patanjali das Ziel der Praxis gleich im zweiten Vers ohne jeden esoterischen Schnörkel: „Yogas Chitta Vritti Nirodha“ – Yoga ist das Zur-Ruhe-kommen des wirbelnden Geistes. Es geht um die Stilllegung des affektiven Rauschens – und nicht um dessen feierliche Ermächtigung.

Die traditionelle Schulung begann nicht mit wohlfeilen Gefühlsoffenbarungen, sondern mit physischer und geistiger Härte: Zazen (das stundenlange, absolut regungslose Sitzen als Vorbereitung zur Meditation) ist eine knallharte, schmerzhaft Schule der Körper- und Impulskontrolle. Die Knie schmerzen, der Rücken brennt, das Dopaminsystem kreischt nach Ablenkung – und der Übende lernt, NICHT zu reagieren. Er lernt, „Beobachter“ des Schmerzes zu sein, anstatt sein Sklave. Echte Spiritualität verhätschelt die Neurose nicht. Sie entmacht sie. Sie ist die Einübung in den Abstand zwischen Reiz und Reaktion.

DIE REKONSTRUKTION DES CHARAKTERS: DER PRIMAT DER TAT

Der Ausweg aus der Psycho-Fal-

le der Wellness-Spiritualität führt nicht über das nächste Seminar oder den zehnten Ratgeber. Er führt über die Wiederentdeckung eines altmodischen, fast vergessenen Begriffs: Charakter. Die moderne Psychotherapie – insbesondere die kognitive Verhaltenstherapie – bestätigt, was die Stoiker wussten: Das Gefühl folgt dem Verhalten, nicht umgekehrt. Wer wartet, bis die „Stimmung stimmt“, um diszipliniert zu sein, wird sein Leben im Wartesaal verbringen. Wer hingegen handelt, obwohl die Stimmung nicht stimmt, verändert seine neuronale Architektur und baut echte Selbstwirksamkeit auf. Wir erinnern uns: „Neurons that fire together, wire together“ – Neuroplastizität ist eine Tür, die in beide Richtungen schwingt. Wer konsequent handelt, auch wenn er gerade keine „Lust“ hat, entwickelt neue Nervenverschaltungen im Gehirn, die seine Willenskraft, seinen Charakter und seine psychische Widerstandskraft stärken.

Echte Heilung entsteht nicht durch das „Ausfühlen“ jedes Impulses, sondern durch die Entwicklung von Integrität. Integrität heißt

übersetzt die Einheit von Worten, Taten und Werten in unserem Verhalten. Jedes Mal, wenn wir unser Wort halten, zahlen wir auf das Konto unseres Selbstrespektes ein. Jedes Mal, wenn wir vor dem Affekt einknicken, bohren wir ein Loch in unser Fundament.

Wer gelernt hat, seinen Geist zu fokussieren und die Wogen des Affekts vom Ufer der Achtsamkeit aus zu betrachten, entwickelt jene unverrückbare Souveränität, die in unserer Zeit so selten geworden ist. Er wird nicht mehr bei jedem medialen Windstoß hysterisch, er lässt sich nicht mehr durch billige Reflexe triggern und ist uneinnehmbar für die Konsum- und Ängstigungsimpulse des Marktes.

Das Manifest des unverkäuflichen Geistes

Am Ende unserer Reise steht eine Erkenntnis, die so befreiend wie anspruchsvoll ist: Die beste Version unserer selbst ist nicht das Produkt eines spirituell-therapeutischen Komplexes. Sie braucht keine Nahrungsergänzungsmittel für die Seele, keine wöchentlichen Riten und keine narzisstische Dauernabelschau. Die Befreiung

beginnt in dem Moment, in dem man aufhört, ein Kunde seiner eigenen Neurosen zu sein. Sie beginnt, wenn wir den Blick vom inneren Thermometer lösen und wieder nach draußen richten – auf die Welt, die Aufgaben, die Menschen, die unsere Verlässlichkeit brauchen. Sie beginnt dort, wo wir beschließen, dass unsere Werte schwerer wiegen als unsere Launen. Wir müssen die Rüstung aus Ausreden ablegen und den Mut aufbringen, wieder schlicht und ergreifend Verlässlichkeit zu leben. Es gibt keinen spektakulären Durchbruch, den man auf Social Media ausschachten kann. Es gibt nur die unspektakuläre, tägliche, würdevolle Arbeit, durch beständiges Handeln einen unerschütterlichen Charakter zu formen.

Ein Mensch, der gelernt hat, still zu sitzen; ein Mensch, der den Schmerz des Daseins aushalten kann, ohne sofort nach Betäubung zu rufen; ein Mensch, dessen Wort felsenfest steht, völlig egal, wie der Wind weht – ein solcher Mensch ist in der heutigen Zeit ein revolutionäres Phänomen.

Er ist nicht käuflich. Er ist nicht steuerbar. Er ist frei.



REPS

Schwimmbad • Whirlpool • Poolservice

Entdecken Sie eine inspirierende Auswahl an Pools, Whirlpools & Außensaunen in unserem Poolpark.

Kommen Sie vorbei & lassen Sie sich beraten!

Am Lehmhügel 7
94530 Auerbach
Tel.: 09901 932 546

Poolpark Auerbach
Mo-Fr: 9-17 Uhr
Sa: 9-14 Uhr

Exklusive Poolanlagen - individuell nach Ihren Wünschen gestaltet.
Compass Carbon Ceramic Technologie in jedem Becken.
info@reps-pools.de | reps-pools.de



Genießen sie ihren Urlaub.
Zuhause.

POOLTAGE / HAUSMESSE
19. & 20.09.26 | 9-17 Uhr



› alltag aus, urlaub an

Entspannung trifft Genuss

RAUS AUS DEM ALLTAG, REIN IN EINE WELT VOLLER WÄRME, GENUSS UND ENTSPANNUNG: **DAS MÜHLBACH IN BAD FÜSSING BIETET DIE PERFEKTE GELEGENHEIT, SICH EINE KLEINE AUSZEIT ZU GÖNNEN – GANZ OHNE KOFFERPACKEN UND ÜBERNACHTUNG.** WER WELLNESS, BEWEGUNG UND KULINARISCHE GENÜSSE MITEINANDER VERBINDEN MÖCHTE, FINDET HIER ALLES FÜR EINEN BESONDEREN TAG.



WELLNESS, Weitblick und das gute Gefühl, gerade genau am richtigen Ort zu sein.

Manchmal braucht es gar keine Übernachtung, um sich wie im Urlaub zu fühlen. Beim Day Spa im **DAS MÜHLBACH** in Bad Füssing beginnt die Auszeit schon beim Ankommen. Auf rund 5.000 m² wartet eine großzügige Spa-Welt, in der Thermalwasser, Saunen, Ruhe und Bewegung zusammenkommen und plötzlich fühlt sich ein ganz normaler Tag erstaunlich weit weg an. Fünf Thermalwasserpools laden zum Eintauchen und Treibenlassen ein. Im Sky

Spa geht es dann hoch hinaus – mit Rooftop-Thermalpool, Saunen und

weitem Blick über die Umgebung. Und wer zwischendurch lieber nach draußen möchte, findet im Duft- und Naturgarten mit Badesee einen herrlich ruhigen Platz mitten im Grünen.

Dabei muss ein Tag im **DAS MÜHLBACH** keinem festen Plan folgen. Erst ein paar Runden im Thermalwasser, dann ein Saunaaufguss, vielleicht eine Runde Yoga oder Aquagym und anschließend einfach die Füße hochlegen. Kleine kulinarische Pausen gehören natürlich ebenfalls dazu – mit Mittagssnack, feinen Kuchen oder hausgemachtem Apfelstrudel. Bademantel, Saunatasche und Badetuch sind dabei natürlich ebenfalls schon dabei.



Und wenn der Tag noch nicht zu Ende sein soll, wartet mit dem Mühlbach Sushi Club bereits der nächste Genussmoment. Frisch zubereitete Sushi-Kreationen, Tempura und weitere japanische Spezialitäten machen aus dem entspannten Wellnessstag einen genussvollen Abend. Erst Thermalwasser und Sauna, dann Sushi – mehr braucht es manchmal gar nicht für ein kleines Stück Urlaub zwischendurch.

Genau das macht den Day Spa im **DAS MÜHLBACH** so besonders: Man kann sich treiben lassen, Neues ausprobieren oder einfach nur die Ruhe genießen. Ganz ohne Kofferpacken, aber mit dem schönen Gefühl, für einen Tag einfach mal raus gewesen zu sein.

MÜHLBACH'S DAY SPA ANGEBOT

Das perfekte Mini-Retreat, um für einen Tag in den Relax-Modus zu schalten und bewusst zu entschleunigen. Enthalten sind: Welcome Prosecco, Kuscheliger Bademantel, Saunatasche und Badetuch für Ihren Aufenthalt, Entspannung in der Landtherme, Landsauna und SkySPA inkl. Fitness und Yoga-Bewegungsraum auf insgesamt 5.000 qm SPA Fläche, Mittagssnack, feine Kuchen und hausgemachter Apfelstrudel von 12.30-15.30 Uhr Ganztägig Tees, frisches Grandewasser, Äpfel und Trockenfrüchte im Spa. Mo-Fr. € 119,- p.P., Sa+So € 139,- p.P.

Auch als Gutschein zum verschenken

Information von:

DAS MÜHLBACH e.K. | Fam. Freudenstein
Bachstraße 15 | 94072 Bad Füssing
Tel.: +49 (0) 8531 / 278-0 | www.muehlbach.de

AFTER WORK Spa & Sushi

Do-So, 16.00-22.00 Uhr
RESERVIERUNG Sushi ab
20.00 Uhr
p. P. 99 €



➤ frühling, bewegung und meeresluft

Aktiv unterwegs auf Mallorca

MALLORCA ZEIGT SICH IM FRÜHLING VON SEINER SCHÖNSTEN SEITE. MIT FÜRST REISEN WIRD DER START IN DIE E-BIKE-SAISON ZU EINEM BESONDEREN ERLEBNIS.

Wenn auf Mallorca der Frühling Einzug hält, zeigt sich die Baleareninsel von ihrer schönsten Seite. Angenehme Temperaturen, blühende Mandelhaine und eine abwechslungsreiche Landschaft machen sie zum idealen Ziel für alle, die Natur, Bewegung und Erholung verbinden möchten. Mit dem E-Bike lassen sich die schönsten Ecken der Insel ganz entspannt entdecken – fernab der bekannten Touristenpfade und immer im eigenen Tempo.

Rund um die Bucht von Alcúdia führen gut ausgebaute Radwege durch malerische Küstenlandschaften, ursprüngliche Dörfer und idyllische Naturgebiete. Vorbei an türkisblauem Meer, weiten Sandstränden und mediterraner Vegetation eröffnet jede Tour neue Ausblicke. Dank der elektrischen Unterstützung werden auch längere Strecken oder sanfte Anstiege zum entspannten Fahrvergnügen.

Ein besonderes Plus der Reise sind die vier geführten Touren-

tage. Gemeinsam mit erfahrenen Guides entdecken die Teilnehmer ausgewählte Routen und lernen Mallorca aus einer neuen Perspektive kennen. Unterwegs bleibt genügend Zeit für kleine Pausen, regionale Spezialitäten und die besondere Atmosphäre der Insel.

Nach den Touren lädt das komfortable Hotel zum Entspannen ein. Ob beim Abendessen, im Spa-Bereich oder bei einem Spaziergang entlang der Promenade – Erholung und Genuss kommen dabei nicht zu kurz. So verbindet die Reise aktive Urlaubstage mit wohlthuender Entspannung.

Mit Fürst Reisen erleben die Teilnehmer einen gelungenen Start in die E-Bike-Saison. Die persönliche Reisebegleitung durch Christian und Simone Fürst, ein sorgfältig abgestimmtes Programm sowie das enthaltene Radpaket mit Miet-E-Bike sorgen dafür, dass sich die Gäste ganz auf die Freude am Radfahren und die Schönheit Mallorcas konzentrieren können.

MALLORCA

E-BIKE SAISONERÖFFNUNG

06.04. – 13.04.2027



FÜRST REISEBEGLEITUNG
Christian & Simone Fürst

- FÜRST – Flughafentransfer
- FÜRST – Reisebegleitung Christian & Simone Fürst
- ****Eix Platja Durada Hotel & Spa
- Flug mit renommierter Airline nach Mallorca
- 7 x Halbpension
- Radpaket inklusive Miet-E-Bike und Guide für 4 Tourentage



ab € 1.549,- p.P.



TUI ReiseCenter

Reisebüro Hutthurm

Marktstr. 17 / 94116 / Hutthurm / 08505 90090 / service@fuerstreisen.de

TUI ReiseCenter

Stadtgalerie / Bahnhofstr. 1 / 94032 / Passau / 0851 931310 / passau@fuerstreisen.de



in Tracht aus der Wichtlstube

Die Geschäftsführerinnen Andrea Kainberger & Cornelia Calandra heißen Sie herzlich willkommen! Neben Trachten für jeden Geschmack von Herstellern aus dem In- und Ausland besticht die Trachten Wichtlstube mit ihren Eigenkreationen, hergestellt mit Stoffen aus der Region. Das Sortiment der Trachten Wichtlstube reicht von der Lederhose bis zum Brautkleid. Neben der professionellen Beratung wird auch mit größter Aufmerksamkeit auf die Passgenauigkeit unter Mitwirkung der hauseigenen Schneiderei geachtet. Das Geschäft, sehr zentral an der ehemaligen B1 gelegen, verfügt über einen großen Parkplatz und ist auch bequem mit Bus und Bahn erreichbar. Auf rund 1300 m² Verkaufsfläche werden die Kunden mit Trachtenbekleidung für die ganze Familie bedient.



Wer traditionell und in Tracht heiraten möchte, hat bei der Trachten Wichtlstube in Edt bei Lambach die perfekte Adresse gefunden. Denn im größten Trachtenfachgeschäft Österreichs können angehende Brautleute in einer komplett neu gestalteten Abteilung für Braut und Bräutigam wirklich alles finden, was den schönsten Tag im Leben noch schöner macht.

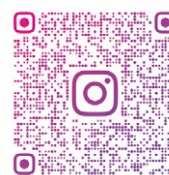




Elegante-Trachtenbekleidung in verschiedenen Designs



Bei einer Vielfalt an Farben und Schnitten bietet die Trachten Wichtlstube für die ganze Familie das perfekte Outfit. Lassen Sie sich von unserem Fachpersonal beraten und genießen Sie ein besonderes Einkaufserlebnis. Wir freuen uns auf Sie.



www.wichtlstube.at



Ein Ausflug, der sich lohnt.

› Eine riesige Modewelt vor den Toren von Linz

DENKT MAN AN EINEN SHOPPINGAUSFLUG NACH ÖSTERREICH, SO DENKT MAN MEISTENS AN LINZ. DOCH DAS WAHRE MODEPARADIES FINDET MAN SCHON EINIGE KILOMETER ZUVOR – IN EFERDING. **EFERDING LIEGT VON PAS-SAU AUS NUR ETWA 45 KILOMETER ENTFERNT, DIE FAHRT DORTHIN, ENTLANG DER SCHÖNEN DONAU, IST FÜR SICH BEREITS EIN GENUSS.**

ANGEKOMMEN IN EFERDING, KOMMT MAN IM MODEHAUS STÖCKER KAUM AUS DEM STAUNEN HERAUS.

Wer das Modehaus Stöcker in Eferding bei Linz betritt, taucht damit in eine spektakuläre Welt voller textiler Ästhetik und modischer Vielfalt ein. Auf den weitläufigen Flächen eröffnet sich den Besuchern ein Einkaufserlebnis, das Raum zum Atmen und Entdecken lässt – ganz besonders

jetzt, da die kommende Herbstsaison mit aufregenden neuen Designs, warmen Farbwelten und ausdrucksstarken Silhouetten aufwartet. Ob zeitlose Klassiker für den Alltag oder die neuesten Modetrends: Das riesige Sortiment lädt dazu ein, entspannt durch die Kollektionen zu flanieren und neue Lieblingslooks in aller Ruhe auszuprobieren.

Ein besonderes Glanzstück des Hau-





KLEINE AUSZEIT Das Café im Modehaus Stöcker bietet eine wunderbare Möglichkeit, das riesige Angebot in aller Ruhe bei einem Cappuccino, Espresso oder Prosecco auf sich wirken zu lassen. Wer hungrig ist, der genießt einen kleinen Snack oder etwas Süßes. Frisch gestärkt geht es dann weiter - die 5000 Quadratmeter voller Fashion-trends wollen schließlich erkundet werden!

MODE. ERLEBEN.



ses ist die renommierte Abteilung für Hochzeitsgesellschaften und Anlassmode sowie für festliche Herrenanzüge. Wenn die unvergesslichen Momente des Lebens anstehen – von der Traumhochzeit über festliche Jubiläen bis hin zu eleganten Bällen – finden anspruchsvolle Damen und Herren hier eine erlesene Auswahl. Vom eleganten Abendkleid bis hin zum perfekt abgestimmten Festanzug bleiben keine Wünsche offen.

Das eigentliche Fundament dieses Erlebnisses ist jedoch die persönliche Beratung. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter überzeugen durch langjährige Erfahrung, stilsicheres Gespür für Schnittformen und Materialien sowie echte, ehrliche Fachkompetenz. Hier nimmt man sich Zeit für den Menschen und unterstreicht die individuelle Persönlichkeit jedes Kunden. Sollte ein Kleidungsstück noch den letzten Schliff benötigen, sorgt die hauseigene Änderungsschneiderei dafür, dass jede Naht auf den Millimeter genau sitzt – Handwerk in Vollendung. Vollendet wird ein Tag in Eferding

im hauseigenen Café mit Bistro: Nach einer inspirierenden Entdeckungsreise lässt sich bei feinen Kaffeespezialitäten und kleinen Köstlichkeiten herrlich entspannen – ein Einkaufsgenuss, der Stil und Lebensfreude harmonisch verbindet – und das nur wenige Kilometer von Passau entfernt. Der Ausflug lohnt sich!

Information von:
Modehaus Stöcker
Linzerstr. 60 | A-4070 Eferding, OÖ
www.stoecker.at



Gutscheine
verschenken

› frei erleben. tief entspannen...

...ursprünglich bleiben

MEHR RAUM, MEHR NATUR, MEHR ZEIT FÜR SICH: DIE NEUE OASEE IM HOTEL STEMP SCHAFFT BESONDERE FREIRÄUME FÜR RUHE, ERHOLUNG UND BEWUSSTE AUSZEITEN.

Mit der neuen OASEE erweitert das Stemp sein Wellnessangebot um einen rund 2.000 m² großen, textiltfreien Bereich, der mitten in der Natur neue Freiräume für Erholung schafft. Klar, reduziert und mit viel Weite lädt die OASEE dazu ein, bewusst anzukommen und den eigenen Rhythmus wiederzufinden.

Im Mittelpunkt liegt der 60 Meter lange Stemp See – perfekt zum Schwimmen, Abtauchen oder einfach zum Innehalten. Direkt daran schließt die Event-See-sauna an. Mehrmals täglich sorgen die Saunameister mit abwechslungsreichen Aufgüssen für besondere Momente aus Wärme, Duft und Atmosphäre. Für einen erfrischenden Kontrast



DAY SPA
(von 8-21 Uhr)

- Badekorb mit Sauna-, Badetuch und Bademantel
 - Nutzung der Wellnessoase mit Tee- und Saftbar
 - Teilnahme am Entspannungs- & Aktivprogramm
 - Nachmittagssnack
- ab 125,00€ p. P.**

sorgt
der
Schnee-

raum bei -10 °C. Feiner Schnee und intensive Kälte bringen neue Energie und machen den Wechsel zwischen heiß und kalt zum besonderen Erlebnis.

Dazwischen laden zahlreiche Rückzugsorte zum Verweilen ein: Beheizte Wärmehütten, der lichtdurchflutete Gartenruheraum SEElentium, der Schaukelwald und die Rotario-Inseln am Wasser

schaffen Raum für Ruhe – unter freiem Himmel oder mit weitem Blick ins Grüne.

So verbindet die neue OASEE Wasser, Wärme, Natur und Stille zu einem ganzheitlichen Wellnesserlebnis. Entstanden aus den Wünschen der Gäste und dem Anspruch, Erholung noch bewusster erlebbar zu machen, ist sie eine Weiterentwicklung des Stemp – ohne dabei den ursprünglichen Charakter zu verlieren.



MEHR RAUM, MEHR TIEFE, MEHR NATÜRLICHKEIT – wo das Erleben neue Freiheit findet, ohne den Ursprung aus den Augen zu verlieren.

Information von:

Das Stemp**S Wellnessresort**
Goldener Steig 24 | 94124 Büchlberg
Tel.: +49 (0) 8505 / 916 79 00
www.das-stemp.de



good karma
beads with benefits

Khumbu Icefall
Armband
Labradorit | Howlith
Roter Jaspis
handgefertigt aus
echten Heilsteinen
140 €



Spiaggia Rosa
Armband
Rosenquarz | Larimar
Apatit | Roter Jaspis
handgefertigt aus
echten Heilsteinen
150 €



Côte du Granit Rose
Armband
Labradorit | Pietersit
Rosenquarz | Roter
Jaspis
handgefertigt aus
echten Heilsteinen
150 €



Elevation
Armband
Sonnenstein | Pietersit
Roter Jaspis
handgefertigt aus
echten Heilsteinen
140 €



www.goodkarma-schmuck.de



➤ outdoor-cooking auf einem neuen niveau

The Big Green Egg

GRILLEN, BACKEN, SMOKEN, SCHMOREN ODER SLOW COOKING – KAUM EIN ANDERES OUTDOOR-KOCHGERÄT IST SO VIELSEITIG WIE DAS BIG GREEN EGG. DER KERAMIKGRILL BEGEISTERT SEIT JAHREN ANSPRUCHSVOLLE GENIESSER UND BIETET WEIT MEHR ALS KLASSISCHES GRILLEN.

Das Herzstück des Big Green Egg ist die hochwertige Spezialkeramik, die gemeinsam mit der NASA entwickelt wurde und bis heute unter strengsten Qualitätsstandards in Mexiko gefertigt wird. Sie speichert die Hitze besonders effizient und sorgt in Verbindung mit der charakteristischen Eiform für eine optimale Luftzirkulation. Das Ergebnis: konstant präzise Temperaturen und außergewöhnlich saftige, aromatische Speisen – ganz gleich, ob ein perfekt gegartes Steak, knusprige Pizza oder langsam geschmorte Braten. Gleichzeitig arbeitet das Big Green Egg äußerst sparsam, da die Holzkohle deutlich länger glüht und nur wenig Asche entsteht.

Neu im Sortiment ist außerdem The Onyx – die exklusive Special Edition des Big Green Egg. Mit tiefschwarzer Glasur, die im Sonnenlicht einen dezenten Grünton erkennen lässt, setzt sie moderne Designakzente. Technisch bietet The Onyx dieselbe kompromisslose Qualität und Leistung wie das Original, überzeugt aber mit einer besonders eleganten Optik und ist in den

Größen Large und X-Large erhältlich.

Damit das Big Green Egg seine ganze Stärke entfalten kann, ist die richtige Beratung entscheidend. Genau hier überzeugt Apfelböck in Eging am See. Das erfahrene Team begleitet Kunden von der Wahl des passenden Modells über die Auswahl des optimalen Zubehörs bis hin zu praktischen Tipps für den perfekten Start. Auch nach dem Kauf steht Apfelböck mit persönlichem Service und kompetenter Unterstützung jederzeit zur Seite.

Ob Einsteiger oder passionierter Grillmeister – bei Apfelböck profitieren Kunden nicht nur von einem der weltweit beliebtesten Keramikgrills, sondern auch von einer Beratung, die auf Erfahrung, Begeisterung und individuelle Lösungen setzt. So wird das Big Green Egg zu einem langlebigen Begleiter für unvergessliche Genussmomente im eigenen Garten.

Information von:

Apfelböck e.K.
Oberer Markt 18-22 | 94535 Eging am See
Tel.: +49 (0) 8544 / 91170
www.apfelboeck-eging.de

trend
tisch
küche
heim
garten
grill



designed
for family moments

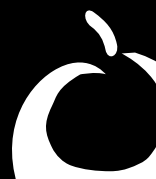
Ob Grillen, Backen, Räuchern oder Slow Cooking – das Big Green Egg vereint außergewöhnliche Vielseitigkeit mit präziser Temperaturkontrolle und unverwechselbarem Geschmack.

Wir beraten dich gerne,
um dein passendes Egg zu finden!

#hotthing

- viele Modelle und Grillzubehör vorrätig
- große Auswahl an Gewürzen & Soßen
- Montage & Lieferservice (bei Gartenmöbel & Grill)

Apfelböck e.K.
Oberer Markt 18-22 · 94535 Eging am See
www.apfelboeck-eging.de





Neuer Wellnessbereich VITAL mit einzigartiger Panorama-Eventsauna

Das Viersterne-Superior-Hotel Almesberger zählt zu den beliebtesten Erholungsoasen Oberösterreichs und bietet auf über 5.000 m² eine stilvolle Wellnesswelt. Nach dem großen Umbau begeistert der **neue Wellnessbereich VITAL** mit **weitläufigen Ruheoasen in warmen Farben**, einem **klimatisierten Spa mit exklusiven Behandlungsräumen** für Massagen und Kosmetik, einem **200 m² großen, ebenso klimatisierten Fitnessstudio** sowie einem **neuen Outdoorpool** mit Massageliegen und Tauchbecken, eingebettet in eine großzügig angelegte **Gartenlandschaft mit zahlreichen Liege- und Rückzugsmöglichkeiten**.

Herzstück des Wellnessbereichs VITAL ist die **Panoramasauna für rund 50 Gäste**. Die beeindruckende Glasfront eröffnet einen unvergleichlichen Blick über die sanften Hügel des Mühlviertels und verbindet Natur und Entspannung auf einzigartige Weise. Für abwechslungsreiche Saunaerlebnisse sorgen **spektakuläre Licht- und Nebeleffekte** sowie ein **modernes Soundsystem**. Besonderes Augenmerk gilt den **täglichen, kreativen Aufgusszeremonien** mit Kräutern, Gewürzen und Tee, die auf die Kraft der Natur setzen und ein intensives, authentisches Saunaerlebnis bieten.

Mühlviertels größtes Paradies für Wellness, Fitness, Beauty & Vitality



Entspannungstage

Für alle, die **MEHR** von ihrem Urlaub haben möchten ...

inklusive Almesberger Genusspension
 samt Wellnessjause am Nachmittag

3 + 1 Nacht GRATIS

FIRST COME – FIRST SERVED
 nur limitierte Zimmerzahl verfügbar

4 Nächte
 ab NUR
€ 522,- p. P.



**DEIN
PROFI
FÜR BESTEN
KAFFEEGENUSS!**



Service & Vertriebspartner mit Showroom | Vollautomaten & Siebträger

info@irotta.de | Tel. 08562 / 1249 | www.tonibohni.de



› immer wieder blumen

Freude im Abo

EIN FRISCHER BLUMENSTRAUSS HAT DIE WUNDERBARE EIGENSCHAFT, RÄUME MIT LEBEN ZU FÜLLEN UND DEN ALLTAG EIN STÜCK SCHÖNER ZU MACHEN. **GENAU DESHALB ENTSCHEIDEN SICH IMMER MEHR MENSCHEN FÜR EIN BLUMEN-ABO** – UND SCHENKEN SICH ODER ANDEREN NICHT NUR ZU BESONDEREN ANLÄSSEN BLUMEN, SONDERN DAS GANZE JAHR ÜBER IMMER WIEDER KLEINE GLÜCKSMOMENTE.



kleine Glücksmomente Ob blühender Strauß oder grüne Pflanze – beides bringt frische Akzente und ein Stück Natur in den Alltag.



Manchmal reicht schon ein wenig Natur, um eine ganz andere Atmosphäre zu schaffen.

„Viele Kundinnen und Kunden entdecken das Blumen-Abo erst, wenn sie davon hören“, erzählt Sandra Haslinger, Gärtnerin, Floristin und Inhaberin des GLASHAUS im DEZ in Passau. „Dabei ist es eine wunderbare Möglichkeit, sich selbst oder anderen immer wieder eine Freude zu machen. Und genau das macht es so besonders.“

Ob für Privatpersonen, Arztpraxen, Kanzleien oder Unternehmen – jedes Blumen-Abo wird individuell abgestimmt. Sandra Haslinger berücksichtigt persönliche Wünsche, den Stil der Räume und natürlich die jeweilige Jahreszeit. So bringt jede Lieferung neue Farben, Akzente und ein Stück Natur

in den Alltag.

Besonders beliebt sind Blumen-Abos inzwischen auch als Geschenk. Statt einer einmaligen Aufmerksamkeit schenkt man viele kleine Freuden über Wochen oder Monate hinweg. Ein Geschenk, das nicht im Schrank verschwindet, sondern immer wieder aufs Neue daran erinnert, dass jemand an einen gedacht hat.

Denn vielleicht ist genau das das Schönste an Blumen: Sie verschönern nicht nur den Raum, sondern auch den Alltag. Und manchmal braucht es gar nicht mehr als einen frischen Strauß, um einem gewöhnlichen Tag etwas Besonderes zu verleihen.

Information von:

GLASHAUS im DEZ
Sandra Haslinger
Neuburger Str. 104b | 94036 Passau
Tel.: +49 (0) 851 / 98 86 96 66

Food Monitor

Feines und Seltsames aus aller Welt



Zwetschgenknödel – süßer Klassiker aus der Heimat Sie gehören zu den Klassikern der süddeutschen und österreichischen Küche und erleben im September ihre beste Zeit. Die weichen Knödel umhüllen eine saftige, leicht säuerliche Zwetschge, die beim Kochen ihr volles Aroma entfaltet. In Butterbröseln gewendet und mit

Zimt und Zucker bestreut, verbinden sie fruchtige Süße mit herzhaft-buttrigem Geschmack. Ursprünglich waren sie eine einfache und sättigende Mahlzeit, heute sind sie ein beliebter Klassiker der regionalen Küche. Ein saisonaler Genuss mit viel Tradition – und ein schönes Beispiel dafür, wie gut einfache Zutaten schmecken können.

Rezept:

ZUTATEN - TEIG (für 8 Knödel)

- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 150 g Mehl
- 1 Ei, 30 g Butter
- 1 Prise Salz
- 8 reife Zwetschgen
- 8 Würfelzucker

ZUTATEN - BRÖSEL (für 8 Knödel)

- 80 g Butter
- 100 g Semmelbrösel
- 2 EL Zucker
- 1 TL Zimt

ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln weich kochen, pellen, durchpressen und kurz ausdampfen lassen. Mit Mehl, Ei, Butter und Salz zu einem glatten Teig verkneten.
2. Zwetschgen entsteinen und jeweils mit einem Würfelzucker füllen. Teig in acht Portionen teilen, die Früchte damit umhüllen und zu Knödeln formen.
3. Knödel in leicht siedendem Salzwasser etwa 10–12 Minuten ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen.
4. Währenddessen Butter erhitzen, Semmelbrösel darin goldbraun rösten und mit Zucker und Zimt vermischen.
5. Knödel herausheben, abtropfen lassen, in den Zimtbröseln wenden und warm servieren.



➤ gemeinsame philosophie

Thai-Bay? Warum das passt...

BAYERISCHE UND THAILÄNDISCHE KÜCHE - ZWEI KULINARISCHE WELTEN DIE SCHEINBAR KAUM GEGENSÄTZLICHER SEIN KÖNNTEN? **TATSÄCHLICH NUR AUF DEN ERSTEN BLICK, DENN IN WAHRHEIT LIEGEN DIE PHILOSOPHIEN DER KOCHTRADITIONEN NIEDERBAYERNS UND THAILANDS VIEL NÄHER BEIEINANDER, ALS MAN DENKT.**

Kann es eigentlich zwei Kochtraditionen geben, die weiter auseinander liegen, als unsere gute bayerische und die exotische thailändische Küche? Auf den ersten Blick scheint diese beiden kulinarischen Welten nichts zu verbinden - und doch sind sie in ihrer grundlegenden Philosophie fast deckungsgleich.

Helmut Kurz, Inhaber und Küchenchef des berühmten Deggendorfer Gasthauses „Zur Knödelwerferin“ ist wie kein anderer uns bekannter Gastwirt ein glühender Verfechter echter Regionalität - und das heißt nicht nur regional einkaufen, sondern vor allem Produkte anzubieten, die tatsächlich (und schon seit Jahrhunderten) aus der Region stammen: heimische Edelfische wie Donauwaller, Karpfen und Saibling, heimisches Wild und regionale Spezialitäten (wie die zahlreichen Knödel-Variationen). Und vor allem gilt auch die Maxime, möglichst alles vom Tier zu verwerten.

Diese Denkart war in Bayern

der Not aus früheren Zeiten geschuldet. Man konnte es sich schlicht nicht leisten, irgendetwas zu verschwenden, das man gejagt, gefangen, gefunden oder geerntet hat. Und genau das ist auch der Grundpfeiler der thailändischen Küche. Bedingungslos regional - weil es früher gar nicht anders ging. Mit der Zeit haben die Menschen in beiden Kulturen aus der Not echte kulinarische Tugenden gemacht und ehemalige „Arme-Leute-Essen“ zu köstlichen Traditionsgerichten entwickelt.

Helmut Kurz ist durch seine Ehefrau mit der Kultur Thailands schon immer eng verbunden. Ihre gemeinsame Interpretation eines der beliebtesten Gerichte Thailands, dem „Som Tam“ Papaya-Salat mit Garnelen ist eine bayerische Variation mit Kohlrabi anstatt Papaya und saftig gebratenem Saibling anstatt der typischen Garnelen. Das ist nicht nur köstlich und frisch, sondern auch ein kulinarischer Brückenschlag zwischen zwei Nationen, die sich viel mehr gleichen, als sie sich unterscheiden.



KULINARISCHER BRÜCKEN- SCHLAG

Helmut Kurz interpretiert thailändische Klassiker mit heimischen Zutaten aus der Region.



Information von:

Gasthaus Zur Knödelwerferin
Schlachthausgasse 1 | Deggendorf
Tel.: +49 (0) 991 / 47 67
info@knoedelwerferin-deggendorf.de



➤ natürlich. regional. besonders.

Tradition, die man schmeckt.

QUALITÄT ENTSTEHT NICHT ZUFÄLLIG. SIE IST DAS ERGEBNIS VON ERFAHRUNG, LEIDENSCHAFT UND DEM ANSPRUCH, JEDEN TAG DAS BESTE ZU GEBEN.

GENAU DIESE PHILOSOPHIE PRÄGT DIE GOTTSCHALLER BIOHOFBÄCKEREI – UND MACHT SIE SEIT VIELEN JAHREN ZU EINER DER ERSTEN ADRESSEN FÜR ANSPRUCHSVOLLE GENIESSER.

In einer Zeit, in der vieles schnell gehen muss, setzt die Gottschaller Biohofbäckerei bewusst auf das Gegenteil: auf Zeit, handwerkliches Können und höchste Qualität. Mit viel Erfahrung, ausgewählten Zutaten und echter Leidenschaft entstehen hier Tag für Tag Backwaren, die weit über die Region hinaus geschätzt werden.

Besonders die Brote der Gottschaller Biohofbäckerei genießen seit vielen Jahren einen hervorragenden Ruf. Sie stehen

für traditionelle Backkunst, beste Rohstoffe und einen unverwechselbaren Geschmack. Doch der hohe Qualitätsanspruch endet nicht beim Brot. Auch knusprige Semmeln, feines Gebäck, Kuchen und saisonale Spezialitäten entstehen mit derselben Sorgfalt und Liebe zum Handwerk – Tag für Tag frisch aus dem Ofen.

Neben der großen Auswahl an Brot- und Backwaren erwartet die Besucher zudem ein sorgfältig zusammengestelltes Naturkostsortiment mit ausgewählten



Produkten. Dabei wird jedes Produkt mit Bedacht ausgewählt und folgt derselben Philosophie wie die Backwaren selbst: hohe Qualität, ehrliche Herkunft und echter Genuss.

Ein Grundsatz zieht sich dabei durch das gesamte Haus: Beste Qualität soll für jeden leistbar bleiben. Die Gottschaller Biohofbäckerei beweist, dass handwerklich hergestellte Backwaren, ein hochwertiges Naturkostsortiment und faire Preise kein Widerspruch sind. Diese Verbindung aus gelebter Handwerkstradition, Qualitätsbewusstsein und Bodenständigkeit macht den Familienbetrieb seit vielen Jahren zu einer festen Größe – und zu einem Ziel für Genießer, die für echtes Bäckerhandwerk gerne auch weitere Wege auf sich nehmen.

GENUSS FÜR GROSS & KLEIN

Zum Gesamtkonzept gehört auch das gemütliche Café, das zum Verweilen einlädt.

Ob zum Frühstück, auf eine Tasse Kaffee oder ein Stück hausgemachten Kuchen.

Während die Großen etwas entspannen, wartet auf die kleinen Gäste eine liebevoll gestaltete Spielecke – für eine entspannte Auszeit mit der ganzen Familie.



Hochwertige Naturkost, regionale Spezialitäten und ausgewählte Produkte machen den Einkauf zu einem rundum genussvollen Erlebnis.

Information von:

Gottschaller Biohofbäckerei GmbH & Co. KG
Gottschall 1 | D-94094 Malching
Tel.: +49 (0) 8533 / 918 66-0
www.gottschallerbrot.de



Das
Stemp

Last Minute Special

2 Übernachtungen mit $\frac{3}{4}$ Verwöhpension

- Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Nachmittagssnack
- 5-Gänge-Abendmenü
- Nutzung der Wellnessoase mit Tee- und Softbar
- Teilnahme am Entspannungs- und Aktivprogramm
- Gutschein für einen Cocktail Ihrer Wahl

Ab
394,00 €
pro
Person

DAS STEMPS *** WELLNESSRESORT**

Herbert Stemp | Goldener Steig 24 | D-94124 Büchlberg
Tel. +49(0)8505 916790-0 | info@das-stemp.de | www.das-stemp.de



SCHENKEN SIE
**Herzens-
momente**





LAUFEN -
hält fit und ist gesund für
Herz & Kreislauf. Aber
nur, wenn der Schuh zum
Fuß passt.

Was muss ein Laufschuh können?

› **Einlagen** für gesunde Gelenke beim Laufen

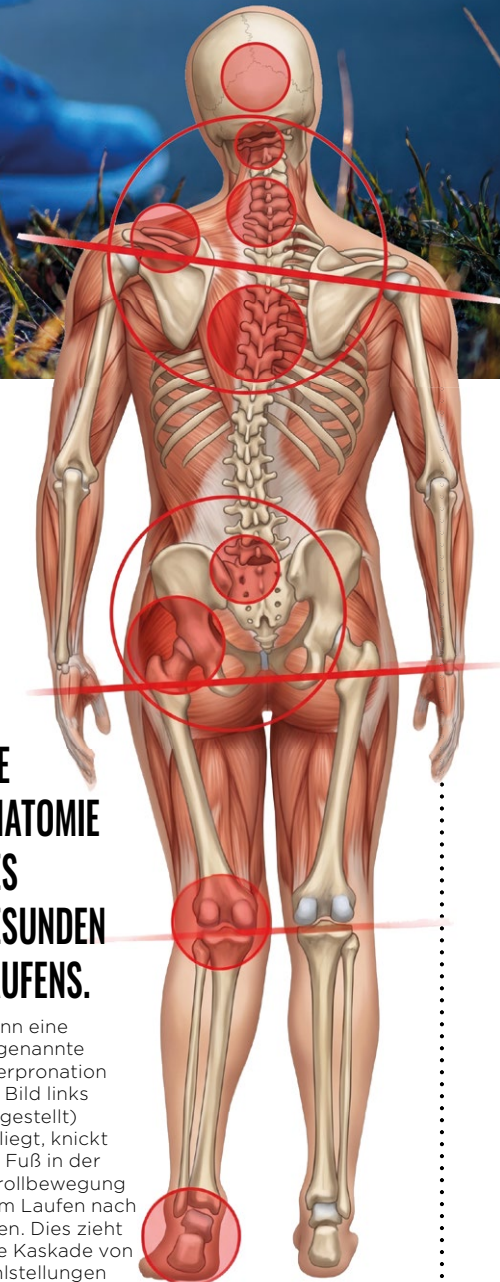
LAUFEN IST FÜR VIELE EINE DER SCHÖNSTEN SPORTARTEN DIE ES GIBT. MAN BRAUCHT KAUM EQUIPMENT, MAN KANN ES IMMER UND ÜBERALL TUN UND ES HÄLT DEN KÖRPER FIT UND GESUND – **ABER NUR, WENN MAN SICH NICHT DURCH FALSCHES SCHUHWERK DIE GELENKE RUINIERT.** WORAUF KOMMT ES BEI DER WAHL DER RICHTIGEN AUSTRÜSTUNG AN?

Laufen Sie gerne? Sind Sie mit dem Fußgefühl beim Laufen absolut zufrieden? Ja? Glückwunsch! Denn dann gehören Sie zu den wenigen Menschen, die mit optimaler Ausrüstung unterwegs sind. Tatsächlich hat eine Untersuchung der Uni Bayreuth ergeben, dass rund 40 Prozent der Freizeitsportler mit Schuhwerk unterwegs sind, auf ihren individuellen Laufstil und den Fuß mangelhaft eingestellt ist. Rund 45 Prozent aller Freizeitsportler sind jedes Jahr von gesundheitlichen Problemen – meistens Knie- oder Achillessehnenbeschmerzen – betroffen.

Eine der häufigsten Ursachen ist die so genannte „Überpronation“ des Fußes in der Abrollbewegung beim Laufen. Dabei knickt der Fuß nach innen. Dies erzeugt auf Dauer massive Überbelastungen an der Achillessehne – aber nicht nur dort. Auf der Grafik rechts ist dargestellt, welche Kaskade von Fehlstellungen durch eine Überpronation ausgelöst wird: die Kette von Fehlstellungen und Fehlbelastungen zieht sich vom

DIE ANATOMIE DES GESUNDEN LAUFENS.

Wenn eine so genannte Überpronation (im Bild links dargestellt) vorliegt, knickt der Fuß in der Abrollbewegung beim Laufen nach innen. Dies zieht eine Kaskade von Fehlstellungen nach sich, die sich bis zum Kopf fortsetzen kann. Symptome zeigen sich nicht nur am Fuß (Achillessehne) oder im Knie (Meniskus), sondern können auch die Hüfte, die Lendenwirbelsäule, die Halswirbelsäule betreffen oder sogar chronische Migräne erzeugen.





Fußgelenk über Knie und Hüfte, die Lendenwirbelsäule, Brustwirbelsäule, Nacken und Kopf. Blockaden, Bandscheibenvorfälle, Kopfschmerzen bis hin zur chronischen Migräne können neben den naheliegenden Gelenkschäden wie Meniskusprobleme, Sehnenreizungen und Hüftarthrosen entstehen.

KLEINE URSACHE – GROSSE WIRKUNG

Ursächlich für die Überpronation ist ein zu schwacher Band- und Muskelapparat im Fuß und Sprunggelenk. Wer das Problem ursächlich abstellen möchte, der kommt an speziellen Mobilisierungs- und Kräftigungsübungen im Rahmen einer individuellen Physiotherapie nicht vorbei. Aber das heißt nicht, dass



MASSARBEIT es ist vielleicht die „Königsklasse“ im Schuhmacher-Handwerk – die Herstellung orthopädischer Masssschuhe zählt zu den handwerklich anspruchsvollsten Berufen überhaupt.

In Passau befindet sich eine der größten Werkstätten Bayerns für diesen Bereich – und hier legt man nicht nur Wert auf traditionelle Handwerkskunst, sondern auch und ganz besonders auf Regionalität.

man sein Hobby bis dahin aufgeben muss. Spezielle Einlagen helfen dabei, den Fuß zu stabilisieren, so dass die genannten Probleme nicht auftreten.

FALSCH EINGELAGERT BLOCKIEREN MEHR ALS SIE NÜTZEN

Die meisten Einlagen für Laufschuhe, die der Überpronation entgegen wirken sollen, stützen das Fußgewölbe auf seiner ganzen Länge. Damit wird zwar das Nach-innen-knicken wirksam verhindert, jedoch wird so auch die Federwirkung des Fußgewölbes unterbunden. Die Folge ist nicht nur stärkere Ermüdung der Muskulatur, sondern vor allem erhöhen sich die Stauch- und Kompressionskräfte in allen beteiligten Gelenken. Von Einlagen, die das Fußgewölbe nach innen stabilisieren ist für Laufschuhe demnach eher abzuraten.

Besser dagegen ist es, durch ein spezielles, individuell angepasstes orthopädisches Einlagensystem nur den wirklichen Verursacher der Überpronation abzustützen: das Fersenbein. Indem nur die Ferse abgestützt wird, wird das Einknicken ebenso wirkungsvoll vermieden, die Dämpfungseigenschaft des Fußgewölbes und die Mobilität der Mittel- und Vorderfußknochen bleiben jedoch voll erhalten. Dadurch bleibt die Laufbewegung flüssiger, natürlicher und man ermüdet weniger, die Gelenke werden in der korrekten Stellung stabilisiert und unnötige Belastungen, Reizungen und Abnutzungen werden verhindert. Lassen Sie sich beraten.

Information von:

Gut zu Fuß | Schinagl & Syré
Theresienstraße 13 | 94032 Passau
Tel.: +49 (0) 851 / 29 95

Simbacher Straße 17 | 94060 Pocking
Tel.: +49 (0) 8531 / 120 46
www.schinagl-syre.de

› strategie, entwicklung & sicherheit

Mit Klarheit in die Zukunft

NEUE VERANTWORTUNG, NEUE PERSPEKTIVEN, NEUE HERAUSFORDERUNGEN – EINE UNTERNEHMENSNACHFOLGE VERÄNDERT VIELES. JULIA CARINA IRGMEIER BEGLEITET JUNGE FÜHRUNGSKRÄFTE DABEI, IHRE NEUE ROLLE SICHER UND MIT KLAREM BLICK FÜR DIE ZUKUNFT ZU GESTALTEN.

Eine Unternehmensnachfolge ist weit mehr als die Übergabe von Verantwortung. Mit der Geschäftsführung beginnt für junge Nachfolger ein neuer Abschnitt – mit neuen Entscheidungen, Erwartungen und einer Rolle, auf die sie trotz fachlicher Kompetenz oft nur bedingt vorbereitet sind.

Sie bringen Fachwissen, moderne Ideen und frischen Schwung mit. Gleichzeitig gilt es, das gesamte Unternehmen im Blick zu behalten, Mitarbeitende zu führen, strategische Entscheidungen zu treffen und die Zukunft zu gestalten. Besonders anspruchsvoll wird es, wenn Strukturen über Jahre gewachsen und Verantwortlichkeiten nicht klar definiert sind.

Genau hier setzt Julia Carina Irgmeier an. Sie begleitet junge Geschäftsführerinnen und Geschäftsführer dabei, ihren Rollenwechsel bewusst zu gestalten, Klarheit in Entscheidungen und Strukturen zu bringen und ihren eigenen Führungsstil zu entwickeln. Dabei geht es nicht darum, Bewährtes hinter sich zu lassen, sondern Bestehendes zu verstehen und den eigenen Weg zu finden.

Denn erfolgreiche Nachfolge bedeutet, Verantwortung auf die

eigene Art zu übernehmen. Wer klar entscheidet, Orientierung gibt und Veränderungen verständlich vermittelt, schafft Sicherheit – für sich selbst und das gesamte Team.

JuCan begleitet diesen Prozess mit Erfahrung, Struktur und einem klaren Blick auf die individuellen Herausforderungen junger Führungspersönlichkeiten. Damit die neue Generation nicht nur übernimmt, sondern die Zukunft des Unternehmens selbstbewusst mitgestaltet.

JuCan – Führung, die wirkt.

Information von:

JuCan Coaching und Beratung
Julia Carina Irgmeier
Waldstraße 51a | 94121 Salzweg
Tel.: +49 (0) 178 / 823 19 59
www.jucan-coaching-und-beratung.de



JULIA CARINA IRGMEIER – JuCan Trainerin & Businesscoachin für Change-Management

Sie verbindet wirtschaftliche Expertise mit Führungserfahrung und begleitet Führungskräfte im Mittelstand souverän durch Veränderungsprozesse und unterstützt sie dabei, Klarheit zu schaffen und sicher zu führen.



› gemeinsam statt einsam

Senioren-WG oder Pflegeheim?

FÜR FAST JEDEN MENSCHEN, DER DAS GLÜCK HAT, EIN HOHES LEBENSALTER ZU ERREICHEN, STELLT SICH IRGENDWANN DIE FRAGE, OB ES NOCH VERANTWORTUNGSBEWUSST UND ZUMUTBAR IST, ALLEINE IN EINEM HAUS ODER EINER WOHNUNG ZU LEBEN. AUCH FÜR DIE ANGEHÖRIGEN KANN DIE STÄNDIGE SORGE SEHR BELASTEND SEIN. **ES GIBT JEDOCH EINE MÖGLICHKEIT, WEITERHIN SELBSTBESTIMMT ZU LEBEN UND TROTZDEM PFLEGERISCH OPTIMAL VERSORGT ZU SEIN: DIE SENIOREN-WG.** WAS IST DER UNTERSCHIED ZUM „PFLEGEHEIM“?



SELBSTBESTIMMT In einer Senioren-WG treffen die Bewohner die Entscheidungen und richten sich ihren Alltag selbst ein. Pflegeleistungen werden individuell mit dem ambulanten Pflegedienst vereinbart.



EINLADEND Die innWG in Pocking ist Teil der Prolivo-Gruppe mit derzeit vier Häusern in Niederbayern

Wohnen im Alter ist ein Thema für sich. Vielen älteren Menschen fällt es schwer, die vertrauten vier Wände zu verlassen, auch wenn die körperliche Situation es eigentlich nicht mehr verantwortbar macht. Vor der endgültigen Entscheidung sollte man sich jedoch einen genauen Überblick über

die heute möglichen Wohnformen verschaffen. Die meisten Verwechslungen entstehen zwischen dem „Pflegeheim“ und der „Senioren-WG“. Daher haben wir für unsere Leser einen kleinen Unterscheidungskatalog zusammen gestellt, der Klarheit über die unterschiedlichen Konzepte bringen soll.

1. SELBSTBESTIMMTHEIT

In einem klassischen Pflegeheim

wird der Tagesablauf von der Heimleitung und dem pflegerischen Tagesgeschäft bestimmt. Gegessen wird zu festen Essenszeiten, geduscht wird, wenn die Pflegekraft zum Duschen kommt. In der Senioren-WG gibt es keine Heimleitung, weil eine Senioren-WG kein Pflegeheim ist. Die Bewohner sind eigenständig und richten sich ihren Tag so ein, wie sie wollen: essen, schlafen, was auch immer. Niemand kann hierzu Vorschriften machen.

2. PFLEGERISCHE VERSORGUNG

In einem Pflegeheim wird die komplette Bandbreite der stationären Pflege zur Verfügung gestellt. In einer Senioren-WG haben die Bewohner und Bewohnerinnen die Möglichkeit, Pflegeleistungen nach individuellem Bedarf in Anspruch zu nehmen. Die Pflege wird durch einen ambulanten Pflegedienst geleistet.

3. KOSTEN

In einem Pflegeheim gilt der jeweilige Kostensatz, abhängig vom Pflegegrad der zu pflegenden Person, diese Kosten sind sehr hoch. In einer Senioren-WG bezahlt man zunächst nur die Miete für das eigene Apartment oder Zimmer, diese beträgt natürlich nur einen kleinen Bruchteil der Kosten eines Pflegeheims. Je nach Bedarf nimmt man eventuell Leistungen eines ambulanten Pflegedienstes in Anspruch, aber das hat mit den Kosten für die Unterbringung in der WG nichts zu tun – es ist genau wie in der früheren, eigenen Wohnung, in der man Miete gezahlt hat.

Eine Senioren-WG ist kein Pflegeheim. Man lebt selbstbestimmt weiter wie früher, ist jedoch nicht mehr alleine und hat jederzeit Zugriff auf Pflegeleistungen. Das schafft Sicherheit und man behält die Kosten unter Kontrolle.

BIANCA MAIER betreut als Geschäftsführerin von Prolivo in Bayern insgesamt vier Standorte von Senioren WGs in Niederbayern: Pocking, Mamming, Hohenthann und Gottfrieding. In Planung sind derzeit drei weitere

re Häuser. Die Nachfrage nach dieser Wohnform steigt stetig, da hier die Vorteile eines selbstbestimmten und aktiven Lebens zu absolut leistbaren Kosten mit der Sicherheit einer betreuten Einrichtung kombiniert wird.

Information von:

innWG
Hartkirchener Straße 24a
94060 Pocking
Tel.: +49 (0) 8531 / 914 69 37
b.maier@prolivo.de
www.prolivo.de



Ich habe meiner Frau zum Hochzeitstag
eine Lebensversicherung geschenkt.
Sie hat sich sehr gefreut.
Seitdem schläft sie irgendwie
besser als ich.

Witz des
MONATS



*Gemeinsam für
Ihre Gesundheit.*

VERSTÄRKE UNSER TEAM!

ERGOTHERAPEUT (M/W)

in Voll- oder Teilzeit | zum nächstmöglichen Zeitpunkt

DAS BIETEN WIR DIR



Überdurchschnittliche
Vergütung



Übernahme der
Fortbildungskosten



Zusätzlicher
Fortbildungsurlaub



SANARIS Kreditkarte
mit 50 € monatlicher
Beladung



Kostenfreies
Mittagessen



Kostenfreie
Arbeitskleidung



Geregelte Arbeitszeiten
ohne Spätdienst und
Wochenenddienst



Betriebliche
Altersvorsorge

DEINE AUFGABEN

- Ergotherapeutische Behandlung unserer Patienten im Bereich der ambulanten Rehabilitation und Rezeptbehandlung
- Interdisziplinäre Zusammenarbeit mit unserem Therapie- und Ärzteteam
- Sehr abwechslungsreiche Tätigkeit mit verschiedensten Therapieformen in Gruppentherapie und Einzeltherapie

DAS ERWARTET DICH

- Kollegiales und wertschätzendes Team
- Moderne Therapie- und Trainingsmöglichkeiten
- Moderne Top-Klinik mit Wohlfühlambiente

VIelfältige MöglicHkeiten

- Vielfältige Möglichkeiten zur Fort- und Weiterbildung
- Ein sicherer Arbeitsplatz in einer etablierten Reha-Klinik



INTERESSE?
Wir freuen uns auf
Deine Bewerbung!

Bewerbung an:
m.lustig@sanaris.de



SANARIS Reha-Klinik
Danziger Straße 51
94036 Passau



www.sanaris.de

» souveränes fahrverhalten
und jede menge komfort

Der Hyundai Tucson

Er fällt auf und das nicht erst auf den zweiten Blick. Die markante Front, die präzise gezeichneten Linien und die charakteristischen LED-Lichtsignaturen verleihen ihm eine eigenständige Optik. Dabei wirkt er weder übertrieben sportlich noch zu zurückhaltend, sondern bringt eine gelungene Mischung aus Präsenz und Eleganz auf die Straße.

Hinter dem Steuer zeigt sich schnell, dass der Tucson nicht nur mit seinem Äußeren überzeugen möchte. Das Fahrwerk ist optimal abgestimmt und lässt den SUV auch auf längeren Strecken angenehm ruhig unterwegs sein. Gleichzeitig reagiert die Lenkung direkt und vermittelt ein sicheres Gefühl. Bei den Antrieben setzt Hyundai auf Auswahl und zeitgemäße Technik. Neben Benzinmotorisierungen stehen auch Hybrid- und Plug-in-Hybrid-Varianten zur Verfügung. Damit lässt sich der Tucson an unterschiedliche Ansprüche und Fahrprofile anpassen – vom täglichen Pendeln bis zur längeren Reise.

Im Innenraum geht es klar und hochwertig zu. Das digitale Cockpit und die modernen Displays fügen sich harmonisch in das aufgeräumte Interieur ein. Gleichzeitig wurde an den Seiten nicht gespart: Viel Bewegungsfreiheit, komfortable Sitze und ein großzügiger Kofferraum machen den Tucson zu einem Fahrzeug, das auch bei voller Besetzung komfortabel bleibt.

Unterstützt wird das Fahrerlebnis von modernen Assistenzsystemen, die in vielen Situationen für zusätzliche Sicherheit und Entlastung sorgen.

FAZIT: Der Hyundai Tucson verbindet einen eigenständigen Auftritt mit hohem Reisekomfort und moderner Antriebstechnik. Er ist damit ein SUV für alle, die Wert auf Komfort und Qualität legen, ohne auf ein markantes Erscheinungsbild verzichten zu wollen.

Information von: www.huberautomobile.de

Hyundai TUCSON Lucky you.



Leasing mtl. für:
189,00 EUR¹

Abbildung zeigt ggf. aufpreispflichtige Zusatzausstattung.

Wie für Sie gemacht – Lucky you.

Erleben Sie den Hyundai TUCSON – die perfekte Kombination aus Technologie, progressivem Design und Komfort. Freuen Sie sich auf einen neugestalteten Innenraum mit zwei 12,3-Zoll-Curved-Displays und neuem Infotainment. Erfahren Sie den Hyundai TUCSON bei uns – am besten bei einer Probefahrt.

Ihr Kilometer Leasing für Privatkunden: Hyundai TUCSON Select 1.6 T-GDI 110 kW (150 PS) Frontantrieb 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe

Einmalige Leasingsonderzahlung	1.790,00 EUR
Laufzeit	48 Monate
Gesamtlauflistung	40.000 km
Leasingrate mtl.:	189,00 EUR¹

Hyundai TUCSON Select 1.6 T-GDI 110 kW (150 PS)
Frontantrieb 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe: Energieverbrauch kombiniert: 7,0 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 158 g/km; CO₂-Klasse: F.



**Huber Automobile
GmbH & Co. KG**

Simbacher Str. 36-40
94060 Pocking
Tel: 08531 / 9028-0



* Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: www.hyundai.de/garantien

¹ Ein unverbindliches Leasingbeispiel für Privatkunden der HYUNDAI Finance, ein Geschäftsbereich der Hyundai Capital Bank Europe GmbH, Europa-Allee 22, 60327 Frankfurt am Main. Bonität vorausgesetzt. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Kostenpflichtige Zusatzausstattung möglich. Überführungs- und Zulassungskosten in Höhe von 1.290,00 EUR werden bei Lieferung des Fahrzeugs separat in Ansatz gebracht. Alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis 30.09.2026.

Plakette fällig?

DEKRA Hauptuntersuchung

Dann am besten gleich zu DEKRA – Ihrem Partner für Sicherheit rund um Ihr Fahrzeug. Mit und ohne Termin.

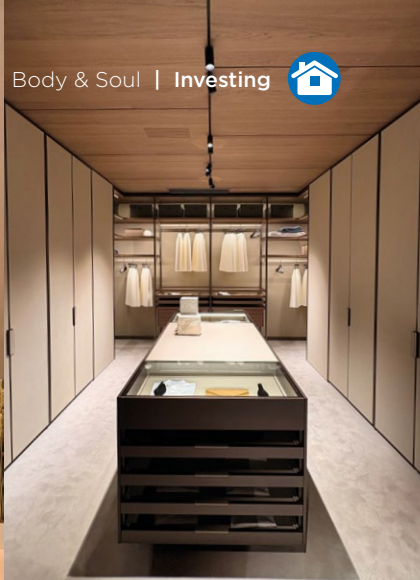
DEKRA Automobil GmbH

Dr.-Geiger-Weg 3a
94032 Passau
Telefon 0851.95967-0

Mo – Do: 8.00 – 18.00 Uhr
Fr: 8.00 – 17.00 Uhr
Sa: 9.00 – 12.00 Uhr

dekra.de/passau





Auf der internationalen Möbelmesse in Mailand werden alljährlich die neuesten Trends und Innovationen vorgestellt. Das Team von Gupfinger war vor Ort.

> viva italia

Mailänder Impressionen

NOCH IMMER GILT ITALIEN IN SACHEN DESIGN, WOHNEN UND MODE ALS EINE DER WICHTIGSTEN TRENDSETTER UND INNOVATIONSKOMPASS. DAS SCHÄRDINGER EINRICHTUNGSHAUS GUPFINGER IST JEDES JAHR AUF DER „SALONE DEL MOBILE“ UM SICH ÜBER DIE NEUESTEN ENTWICKLUNGEN ZU INFORMIEREN.

Die „Salone del Mobile“ ist die vielleicht wichtigste Messe der gesamten Möbel- und Einrichtungsbranche. Hier werden die kommenden Trends gesetzt und spannende Neuheiten vorgestellt. Das Team des Einrichtungs-Traditionshauses Gupfinger in Schärding war auch in diesem April wieder vor Ort, um sich zu informieren und die spannendsten Ideen mit in unserer Region zu bringen.

Wir trafen Philipp Kastinger, Juniorchef des Familienbetriebes

um mehr über die angesagtesten Entwicklungen zu erfahren: „Tatsächlich war bei nahezu allen namhaften Herstellern eine bemerkenswerte Einigkeit festzustellen, was Farben und Formen angeht. Runde, organische Formen dominieren das Möbeldesign, warme, wohlige Naturtöne wie Ocker, Bordeaux und Salbei bestimmen das Farbschema. Hölzer werden wieder dunkler, Walnuss überholt nun endgültig die Eiche, die ja schon viele Jahre an der Spitze stand. Tatsächlich haben

wir dies schon seit längerer Zeit erwartet. Schon seit dem letzten Jahr haben diese Farben in unserer Ausstellung Einzug gehalten und wir werden – behutsam wie immer – in diese Richtung weiter gehen.“

Im 2. Obergeschoss bei Gupfinger wird in diesen Tagen der Totalumbau der Ausstellung abgeschlossen sein und die Besucher können sich dann von den jeweils neuesten Innovationen der Branche persönlich und direkt inspirieren lassen.

Save the Date:
Hausmesse bei Gupfinger
01.-03. Oktober 2026!

Ausgezeichnet!

Die Firma Gupfinger konnte im vergangenen Jahr gleich mehrere Preise und Auszeichnungen für sich verbuchen. Unter 140 Fachhändlern, die inkognito getestet wurden erreichte man den ersten Platz beim „Service Star“, darüber hinaus wurde das Familienunternehmen Sieger bei der „Top Handels Trophy“ in der Kategorie Wohnen.



Familie Kastinger – Firma Gupfinger:
v. li.: Hubert, Karin und Philipp

Information von:

Gupfinger Einrichtungsstudio GmbH
Linzer Straße 37 | A-4780 Schärding, 00
Tel.: +43 (0) 7712 / 32 61
office@gupfinger.at | www.gupfinger.at



So wird die neue Ausstellung im 2. OG bei Gupfinger aussehen. Küchen mit neuester Technik – aber nicht nur zum Anschauen, auch zum Ausprobieren.

was macht edelstahlpools so besonders?

Es ist das elitäre Material, das elegante Erscheinungsbild,
die lange Lebensdauer und die Nachhaltigkeit.



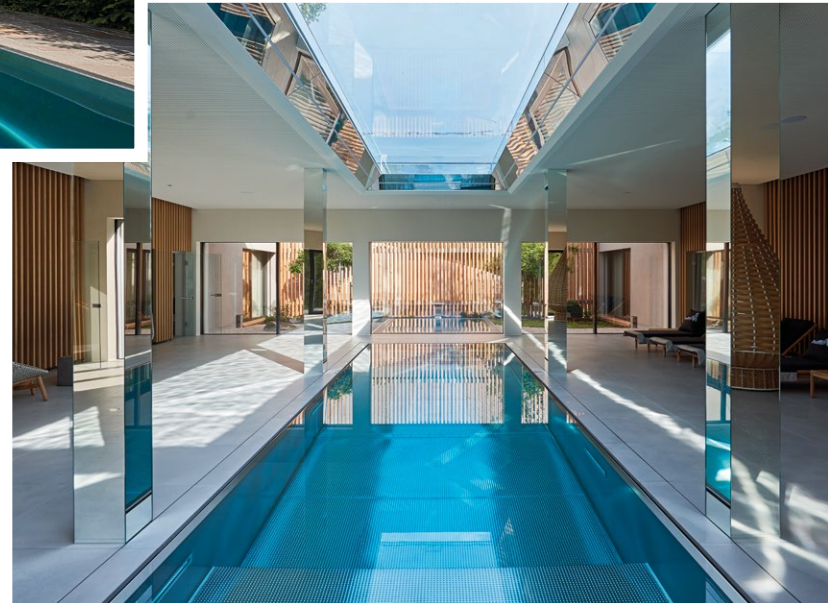
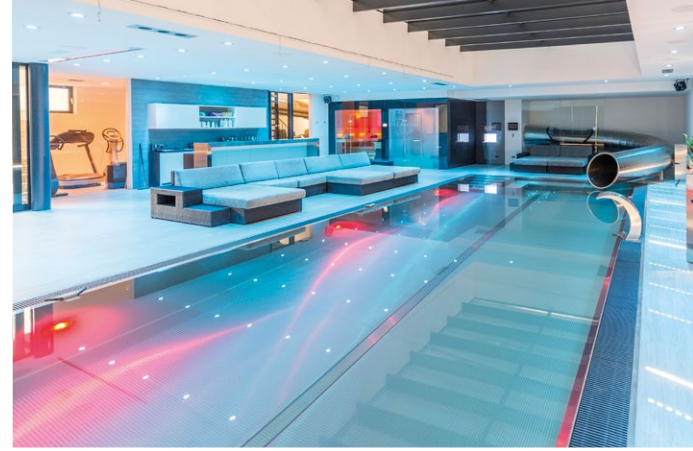
Ausgezeichnet mit dem Oscar der Schwimmbadindustrie

POLY
THERM

POOLKOMPETENZZENTRUM
pools in edelstahl

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin!

Polytherm GmbH | A-4675 Weibern | Pesendorf 10 | T +43 7732-3811 | office@polytherm.at
www.polytherm.at



› zeitlose eleganz trifft auf höchste qualität

Edelstahlpools aus Österreich

EIN POOL IST WEIT MEHR ALS NUR EINE ERFRISCHUNG AN HEISSEN SOMMERTAGEN. ER IST EIN ORT DER ENTSPANNUNG, DES WOHLBEFINDENS UND EIN ARCHITEKTONISCHES HIGHLIGHT IM EIGENEN GARTEN. **WER BEI DER WAHL DES MATERIALS AUF LANGLEBIGKEIT, DESIGN UND HYGIENE SETZT, ENTSCHEIDET SICH IMMER HÄUFIGER FÜR EINEN EDELSTAHPOL.**

Edelstahl zählt zu den hochwertigsten Werkstoffen im modernen Poolbau. Seine glatte, porenfreie Oberfläche sorgt für optimale Hygiene, da sich Schmutz und Ablagerungen kaum festsetzen können. Dadurch reduziert sich der Reinigungsaufwand und Pflegemittel lassen sich effizient einsetzen. Zudem ist Edelstahl frost-, UV- und witterungsbeständig, bleibt dauerhaft formstabil und überzeugt auch nach vielen Jahren mit einer hochwertigen Optik. So wird ein Edelstahlpool zu einer Investition, die über Jahrzehnte Freude bereitet.

INDIVIDUELLE GESTALTUNG

Ob Skimmerpool, Überlaufpool, Infinity-Pool oder exklusiver Edelstahl-Glaspool – Form, Größe und Ausstattung werden individuell nach den Wünschen der Bauherren ge-

fertigt. Auch Einstiege, Beleuchtung, Wasserattraktionen und Poolabdeckungen lassen sich flexibel an Haus, Garten und persönliche Ansprüche anpassen.

BESTEHENDE POOLS MODERNISIEREN

Auch ältere Beton-, Fliesen- oder Folienbecken müssen nicht abgerissen werden. Stattdessen kann ein passgenaues Edelstahlbecken in die bestehende Poolkonstruktion integriert werden. Das spart häufig Bauzeit und Kosten und verleiht dem Pool ein modernes Erscheinungsbild. Gleichzeitig profitiert er von den Vorteilen eines Edelstahlbeckens – von der einfachen Reinigung bis zur hohen Langlebigkeit.

Im Zuge der Sanierung lassen sich außerdem moderne Wasseraufbereitung, energieeffiziente Pumpen, LED-Beleuchtung und komfortable

Poolabdeckungen integrieren. So erreicht auch ein bestehender Pool wieder den Komfort und die Effizienz eines Neubaus.

QUALITÄT AUS ÖSTERREICH

Seit beinahe vier Jahrzehnten entwickelt und produziert Polytherm hochwertige Edelstahlpools in Oberösterreich. Das familiengeführte Unternehmen verbindet österreichische Qualitätsarbeit mit modernster Fertigungstechnologie und individueller Planung.

Mit tausenden realisierten Projekten im In- und Ausland zählt Polytherm zu den führenden Spezialisten für Edelstahlpools und Schwimmbadtechnik. Erfahrung, Innovation und persönliche Beratung machen das Unternehmen zu einem verlässlichen Partner für anspruchsvolle Poolprojekte.

Information von:

POLYTHERM Poolkompetenzzentrum
Pesendorf 10 | A-4675 Weibers, 00
Tel.: +43 (0) 77 32 / 38 11
www.polytherm.at

Inspiration und Beratung aus erster Hand Im Poolkompetenzzentrum von Polytherm erleben Besucher bis zu 14 Edelstahlpools, verschiedene Ausstattungsvarianten und innovative Pooltechnik. Erfahrene Experten beraten Bauherren, Architekten und Planer persönlich – von der ersten Idee bis zur individuellen Umsetzung.

Wer auf Qualität, Design und Werterhalt setzt, trifft mit einem Edelstahlpool eine Investition, die über viele Jahre hinweg große Freude bereitet.

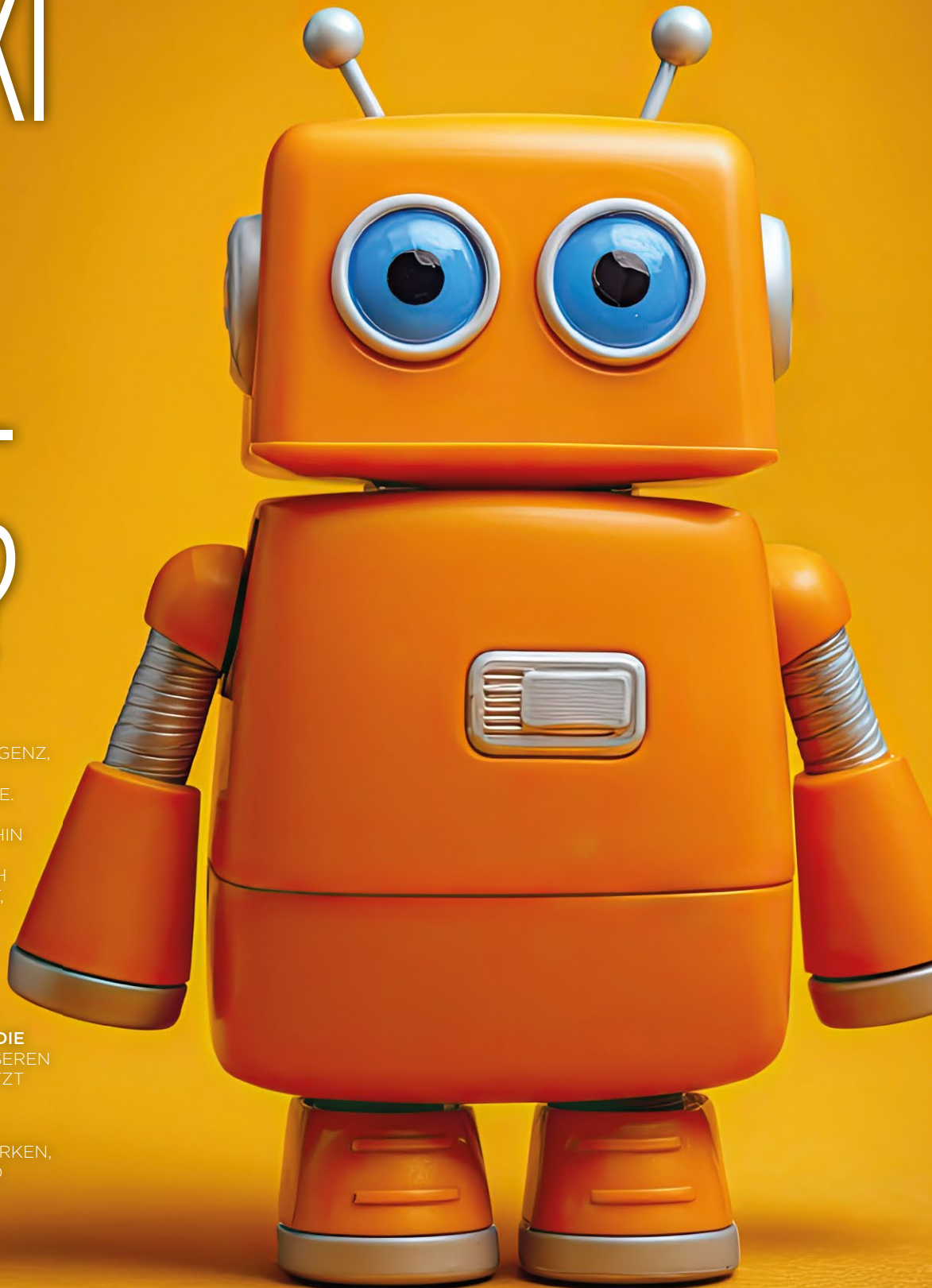


› historische chance oder überschätzter hype?

Kann KI auch Mittel- stand?

„KI“ – DIE KÜNSTLICHE INTELLIGENZ, IST DERZEIT IM DEUTSCHEN MITTELSTAND IN ALLER MUNDE. WIRD AUCH ZEIT, SAGEN DIE BEFÜRWORTER, DENN IMMERHIN HÄLT DEUTSCHLAND IM INTERNATIONALEN VERGLEICH WAS KI-INTEGRATION ANGEHT, MIT GROSSEM ABSTAND **DIE ROTE LATERNE IN DER HAND. DER ANTEIL AN UNTERNEHMEN, DIE BEREITS FORTSCHRITTLICHE KI-ANWENDUNGEN NUTZEN, IST HIERZULANDE WENIGER ALS DIE HÄLFTE** DESSEN, WAS BEI UNSEREN NACHBARN BEREITS UMGESETZT IST.

DOCH WAS KANN KI IM MITTELSTAND WIRKLICH BEWIRKEN, WO LIEGEN DIE GRENZEN UND WELCHE RISIKEN GIBT ES?





Matthias Müller,
Wissenschafts-
journalist & KI-Coach

Matthias Müller schreibt nicht nur für unser Magazin, sondern ist schon seit den 90er Jahren als Unternehmenscoach in ganz Deutschland unterwegs. Sein Schwerpunkt ist seit fast 35 Jahren der Mittelstand. Seit Beginn des KI-Hypes beschäftigt er sich mit der Technologie - zunächst journalistisch, heute gibt er 1:1 Coachings und Workshops zur KI-Integration für den Mittelstand.

Ein Interview.

Herr Müller, momentan wird der Mittelstand von einer regelrechten KI-Hysterie erfasst.

Jeder hat Angst etwas zu verpassen, wenn er nicht so schnell wie möglich irgendein KI-Tool in seinem Unternehmen integriert. Können Sie uns einen Überblick über den Stand der Dinge in Sachen KI im Mittelstand' geben?

Matthias Müller: Der KI-Hype im Mittelstand erinnert im Moment an die Geburtsstunde des Internets. Als die ersten Firmen damit anfangen, eine eigene Internetseite zu haben, musste plötzlich jeder eine haben. Jetzt sehen wir dasselbe mit KI-Automatisierungen, nur ist der Hype noch schriller und die Entwicklung etwa 100x dynamischer. Grundsätzlich ist Deutschland jedoch im internationalen Vergleich praktisch das Schlusslicht, zumindest was die Industrialisationen angeht. Weniger als 30% der KMU hierzulande nutzen wenigstens eine fortschrittliche KI-Anwendung in ihrem Betrieb. Zum Vergleich: in Dänemark, Europas Nr. 1 in diesem Bereich, sind es über 75%. Darüber, was eine fortschrittliche Anwendung überhaupt ist, ist sich aber noch nicht jeder sicher. Soviel vorweg: Emails durch Chat GPT schreiben zu lassen oder eine schicke Power-Point-Präsentation aus einem PDF zu basteln, ist es nicht.

Was ist eine fortschrittliche KI-Anwendung, nur damit der Begriff eine Konkretisierung erfährt und wir wissen, worum es geht?

Matthias Müller: Allgemein ist eine fortschrittliche KI-Anwendung eine Anwendung, die die Intelligenz der modernsten Modelle möglichst vollumfänglich nutzt und durch automatisierte Workflows tief in die eigenen Unternehmensprozesse integriert. Konkret sehen wir in der Breite gerade drei Hauptfelder, in denen KI-Automatisierungen eingesetzt werden: das erste ist das

automatische Erzeugen von Social-Media Beiträgen und Marketingvorlagen wie Anzeigen, POS-Materialien, Broschüren und Internetseiten. Anstatt teure Agenturen zu beschäftigen, erstellt ein KI-Agent die kompletten Werbematerialien automatisch. Der zweite Bereich ist das Intelligente Dokumenten-Processing (IDP). Weit über das Rechnungswesen hinaus gehend, ist IDP das Erfassen von Dokumenten nach Art, Inhalt und Kontext samt Anstoßen und Erledigung einfacher Prozesse. Beispiel: Nachfragen und Vervollständigen von Informationen, Anlegen von Ordnern, die in natürlicher Sprache befragt werden können. Und das dritte große Feld ist die Auslagerung von Kommunikationsaufgaben an KI-Agenten, entweder als schriftlicher Chat-Bot oder als Sprachmodul, ein so genannter Voice-Agent.

Momentan gibt es tatsächlich gefühlt ganze Heerscharen von KI-App-Entwicklern, die schnell zusammengezwimmte Automatisierungs-Workflows in diesen drei Bereichen anbieten. Sie behaupten jedoch, dass die eigentliche Arbeit für KMUs nicht im Bauen dieser Tools liegt, sondern darin, das Unternehmen überhaupt erst 'KI-fähig' zu machen. Was ist damit gemeint?"

Matthias Müller: Viele Geschäftsführer glauben, wenn sie jetzt ein schickes KI-Tool einkaufen oder sich von einer jungen Agentur einen automatisierten Workflow hinklatschen lassen, hätten sie ein Problem gelöst. Das ist wahrscheinlich ein Trugschluss.

Nehmen wir das Beispiel Social-Media-Marketing: Für die meisten Firmen ist 'Social Media' ein Schmerzpunkt. Man will irgendwie in diesen Kanälen sichtbar sein, und deswegen muss sich irgendjemand im Unternehmen darum kümmern. Erst hat es die Empfangssekretärin mit gemacht, doch ihr gingen nach dem 7. Post die

Ideen aus und außerdem hat sie gemerkt, wie viel Zeit das frisst. Dann hat man eine Agentur gesucht, doch die kostete 1000,- Euro monatlich für einen Insta-Beitrag die Woche. Nun kommt KI. Ein KI-Workflow generiert auf Knopfdruck 5, 10, 50, 200 oder auch 1000 Beiträge in der Woche und spielt sie komplett selbstständig auf Insta, Facebook und LinkedIn aus – und das für ein paar Cent. Aber was bringt das einem mittelständischen Maschinenbauer oder einem Handwerksbetrieb? Es verstopft die Kanäle mit belanglosem Rauschen, das niemand lesen will. Es kuriert ein Symptom: 'wir müssen auf Social Media präsent sein'. Sinnvoller wäre es, stattdessen fragen: Welchen echten Mehrwert können wir in den sozialen Medien stiften?

Die Wahrheit ist: Die eigentliche Arbeit ist unspektakulär, aber unverzichtbar. Sie erfordert Konzeptarbeit: Wie fließen welche Daten bei uns? Wer darf wann welche Entscheidung treffen und auf Grundlage welcher Informationen? Gibt es Daten oder Informationen, mit deren Hilfe wir bessere Entscheidungen treffen, Prozesse beschleunigen oder vereinfachen könnten? Wo ist unser Wissen dokumentiert? Solange ein Unternehmen seine eigenen analogen oder halbdigitalen Abläufe nicht präzise wie ein Uhrwerk beschreiben kann, kann keine KI der Welt sie automatisieren. Die KI ist nur der Motor. Ohne Fahrwerk und Räder kommt auch ein 500-PS-Motor nicht vom Fleck.

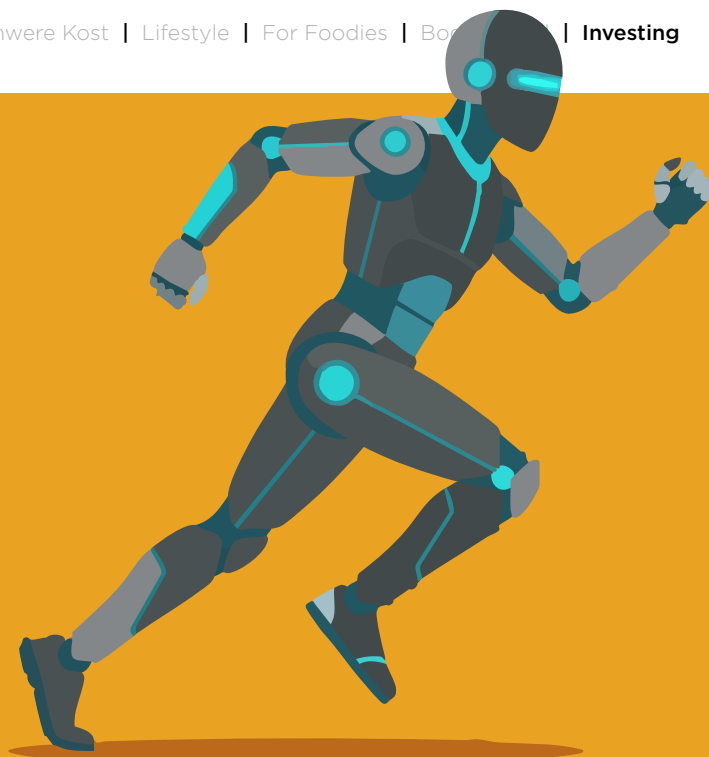
Streifen wir kurz das Thema der automatisierten Workflows. Nicht jeder Inhaber eines mittelständischen Betriebes weiß, was das überhaupt ist und wie so etwas funktioniert. Können Sie uns einen kleinen technischen Einblick geben, damit wir den Unterschied zwischen „Email mit KI schreiben“ und „KI-Workflow“ verstehen?

Matthias Müller: Ok, ein fiktives

KI EINFÜHREN ODER NICHT?

KI bietet sowohl eine historische Chance, sich Wettbewerbsvorteile zu verschaffen und dringende Personalengpässe zu überwinden, indem man Aufgaben an einen KI-Agenten abgibt.

Gleichzeitig stellt KI auch eine Gefahr für den Mittelstand dar – und diese Gefahr rührt hauptsächlich daher, dass die Technologie ignoriert wird.



Beispiel. Nehmen wir ein Bauunternehmen.

In der Braubranche gilt das Gesetz: „Wer schreibt, der bleibt!“. Nun gibt es den Anwendungsfall A: Kunde schreibt eine eMail, der Geschäftsführer sagt Chat GPT: „schreib zurück, dass... und verwende eine seriöse Tonart, aber gib klar zu erkennen, dass... bla-bla-bla...“ Das ist im Moment der Normalfall in den Unternehmen. KI wird punktuell genutzt, meistens um Korrespondenztexte zu schreiben oder mal schnell eine Excel-Tabelle analysieren, ein Gutachten zusammen fassen. KI auf Zuruf, nicht im System integriert.

Nun der Fall B: Ein automatisiertes IDP-System könnte einen Schritt weiter gehen, indem es sämtliche eingehenden Schreiben, eMails, Bestellungen, Änderungen, Vermerke, Mängelanzeigen, Regieberichte etc. nach Art und Kontext erkennt und automatisch veraktet. Nun kommt aus heiterem Himmel ein Jahr nach Fertigstellung ein Anwaltsschreiben mit einer Mängelanzeige. Die KI liest den Schriftsatz noch vor dem Chef, versteht den Inhalt und weiß aus der Bauakte, dass es zu diesem Gewerk bereits in der Bauphase Schriftverkehr gab. Sie meldet:

„Hier ist eine Klagedrohung vom Kunden X durch Anwalt Y, betreffend die Baustelle Z. Die Frist habe ich bereits gekennzeichnet. Zu dieser Sache haben wir einen vom Kunden unterschriebenen Regiebericht vom 23.04.2025, in dem er bestätigt, Eigenleistungen in diesem Gewerk erbracht zu haben. Der Mangel scheint eine unmittelbare Folge dieser Eigenleistungen zu sein. Unser Mitarbeiter Meier hat diesbezüglich eine handschriftliche Notiz auf einem Lieferschein vom 16.05.2025 verfasst. Hier sind die Dokumente, die das belegen. Ich habe unser Archiv für Rechtsstreitigkeiten durchsucht und einen ähnlichen Fall aus dem Jahr 2006 gefunden, den wir damals gewonnen haben. Ich habe eine vollständige Akte mit dem gesamten Schriftverkehr und den Bildern aus dem Projektordner von damals erstellt, die wir sofort an unseren Hausanwalt übergeben können. Bitte prüfen und weitere Anweisung geben.“

Die Leistung der KI ist also nicht nur, dass sie einen schön klingenden eMail-Text verfassen kann. Sie kann Ordnung in eine Zettelwirtschaft bringen, alle Dokumente nach Datum und Kontext erkennen und ablegen, den Inhalt fachlich verstehen, Zusammenhänge

mit anderen Dokumenten oder fachlichen Themen erkennen, Fragen dazu beantworten und Handlungen vorschlagen oder einleiten, alles in Sekunden.

Was sind die häufigsten Fehler beim Bau von KI-Anwendungen?

Matthias Müller: Der häufigste fundamentale Fehler ist, dass wir nicht exakt definieren, was die KI eigentlich tun soll – oder, noch besser, was sie im Idealfall tun könnte. Die meisten Menschen haben noch nicht ansatzweise eine Vorstellung davon, wie leistungsfähig die heutigen Modelle sind und wozu sie in der Lage wären, wenn man ihr Potenzial umfassend nutzen wollte. Die Frage, die man sich bei der geplanten Einführung von KI im eigenen Unternehmen stellen sollte, ist also nicht „Welche bestehenden Prozesse könnte zukünftig die KI übernehmen?“, sondern: „Kann uns KI helfen etwas zu tun, das wir bisher NICHT tun konnten?“

Der zweite Fehler ist mangelndes Systemwissen: wir müssen nicht nur wissen, was KI kann, sondern auch und vor allem, was sie NICHT kann. KI kann keine Wahrheitsgarantie geben. Daher müssen wir geplante Anwendungen gemäß ihrem Wahrheitsanspruch kon-

zipieren. Damit das nicht zu abstrakt klingt, ein einfaches Beispiel: nehmen wir einen faulen Anwalt, der einen Schriftsatz von Chat GPT ausarbeiten lässt. Der Schriftsatz ist einwandfreiem Juristendeutsch verfasst, die Argumentationskette ist lückenlos und plausibel. Doch ob die Zitate aus Gerichtsurteilen darin tatsächlich stimmen, ob es die genannten Aktenzeichen wirklich gibt und ob die zitierten Gesetzestexte tatsächlich den Inhalt haben, der behauptet wird, ist nicht garantiert. Chat GPT könnte diese Passagen auch halluziniert (*Halluzination: KI denkt sich „Fakten“ einfach aus, Fachausdruck, Anm.d.Red.*) haben. Also bräuchte eine solche Anwendung eine harte Validierungsebene, auf der der Schriftsatz z.B. gegen eine juristische Fachdatenbank geprüft wird. Das ist eine komplett andere Wahrheitsklasse und der Entwicklungsaufwand für eine solche Anwendung ist natürlich höher.

Der dritte, konkrete und vielleicht noch wichtigere Fall ist, dass die KI von jedem Unternehmer das Überdenken seiner Sicherheitskonzepte erfordert, und zwar sowohl als Anwender, wie auch als potenzielles Opfer. Als Anwender unterliegen wir in Deutschland und der EU zum Beispiel der



ARBEITSPLÄTZE VERNICHTEN ODER SICHERN?

KI kann beides – und sie wird ganz sicher auch beides tun. Die Frage ist nicht, ob bestimmte Tätigkeiten in Zukunft von KI übernommen werden, sondern ob man als mittelständischer Unternehmer von dieser Entwicklung überrollt wird, oder sich entschließt, davon zu profitieren.

DSGVO oder bei buchführungsrelevanten Themen, der GoBD. Das bedeutet: eine KI-Anwendung hat unter Umständen rechtliche Implikationen, die berücksichtigt werden müssen, um empfindliche EU-Bußgelder bei Regelverstößen zu vermeiden. Aber auch wer keine KI in sein Unternehmen integrieren möchte, ist trotzdem von dieser Technologie betroffen, ob er will oder nicht – und zwar als potenzielles Opfer von KI-Angriffen.

Was bedeutet das?

Matthias Müller: Das Thema Cyber-Kriminalität wird „demokratisiert“ – und zwar im schlechten Sinne. Ein Hacker-Angriff war noch bis vor Kurzem eine Disziplin, die echtes IT-Insiderwissen erforderte und eine gewisse technische Ausrüstung brauchte, um erfolgreich durchgeführt zu werden. Das hat sich nun geändert. Jeder halbwegs clevere Jugendliche kann heute von seinem Kinderzimmer aus einen KI-Agenten erschaffen, der sich in das Netzwerk einer kleinen Firma einschleust, alle Daten verschlüsselt und Lösegeld für die Entschlüsselung erpresst. Firewalls und Virenschutzsoftware nützen hier nichts mehr. Früher waren kleine Firmen vor Hacker-

angriffen relativ sicher, weil sie schlicht zu unbedeutend und zu wenig zahlungskräftig waren – ein Angriff lohnte sich nicht. Heute ist die Hack-Technologie so einfach und billig, dass es sich rechnet, auch einen kleinen Handwerker anzugreifen. Daher müssen selbst kleine Betriebe ab sofort höhere Anforderungen an ihre IT-Sicherheit stellen und umsetzen.

Sie sagen, dass KMUs, bevor sie vorschnell irgendein KI-Tool einführen, zunächst „KI-kompatibel“ werden müssen – dass also das „KI-Enablement“ vor der eigentlichen KI-Einführung steht. Können Sie diesen Ansatz für unsere Leser etwas ausführlicher beschreiben? Was genau muss ein KMU tun, um „KI-fähig“ zu werden, bzw. maximal von KI-Leistungen profitieren zu können?

Matthias Müller: Der Mittelstand steht vor einer historischen Weggabelung. Wir befinden uns mitten in einer gigantischen Flutwelle, die uns entweder anheben, oder ertränken kann. ‚KI-Enablement‘ bedeutet, Prozesse zu definieren und zu standardisieren. In der Industrie macht man das schon immer, im Mittelstand ist es eher die Ausnahme. Eine KI kann aber nur automatisieren, was logisch

aufgebaut ist. Wenn im Betrieb der Ablauf bei einer Kundenreklamation davon abhängt, ob Mitarbeiter A oder Mitarbeiter B im Büro sitzt und wie gut deren Laune ist, dann kann das keine KI der Welt abbilden.

Was empfehlen Sie einem Mittelständler heute, der sich mit dem Thema KI befassen möchte?

Matthias Müller: Die große Stärke des Mittelstandes ist seine Flexibilität und die persönliche Kundennähe. Gerade weil man über KEINE starren Standard-Prozesse verfügt, ist man so leistungsfähig. Diesen Vorteil sollte man nicht im Zuge eines KI-Hypes aufgeben. Was KI jedoch im Mittelstand tun kann und auch sollte, ist Hilfe bei Bürokratie und Informationsfluss zu leisten. Durch die rasant sinkenden Kosten für KI-Modelle kann ein agiles KMU mit minimalem finanziellen Aufwand die lästigen, unproduktiven Teile des Tagesgeschäftes an die KI delegieren.

Wir alle spüren den erdrückenden Fachkräftemangel. Wir finden schlicht keine Mitarbeiter mehr für monotone, administrative Fleißarbeit. KI ist dafür gemacht, Arbeiten auszuführen, die dröge,

monoton und wiederholend sind. Alles was mit Verwaltung, Bürokratismus und Papierkram zu tun hat ist perfekt für die Maschine. Durch den richtigen Einsatz von Technologie sinken die operativen Kosten, steigt die Produktivität pro Kopf und die bestehende Mannschaft wird von dem lästigen, zeitraubenden, administrativem Ballast befreit. Die Mitarbeiter, die wir mühsam gesucht und gefunden haben, können sich endlich wieder auf das konzentrieren, was den echten Kern des Mittelstands ausmacht: echte Wertschöpfung, exzellenten Kundenservice und echte menschliche Innovation. Aber am Anfang steht die Frage: was geht überhaupt? Was ist in meinem Betrieb möglich, sinnvoll und umsetzbar? Das kann man nur durch ein Gespräch beantworten, in dem man sich einfach mal alle Prozesse anschaut dann den Gedanken freien Lauf lässt. Wenn man sich hinsetzt und sich ergebnisoffen über die Möglichkeiten informiert, kommen die Ideen meist von ganz alleine.

Information von:

Matthias Müller | Com Serv
Kommunikationsdienstleistungen
Tel. +49 (0) 171 85 66 079



➤ rückstellungen steueroptimiert bilden und auflösen

Steueroase auf dem Dach.



BRINGEN LICHT INS DUNKEL: Eugen Meisner und Manuel Stanek, BEZ Energiezentrum, Metten.

DEUTSCHLAND IST EINES DER LÄNDER MIT DER WELTWEIT HÖCHSTEN BESTEUERUNG. NICHT IMMER KANN MAN MIT DER VERWENDUNG DIESER GELDER SEITENS DES STAATES BEDINGUNGSLOS EINVERSTANDEN SEIN, **DAHER ERSCHEINT DER WUNSCH NACH STEUERLICHEN ENTLASTUNGEN OFTMALS NACHVOLLZIEHBAR.**

ES GIBT EINE MÖGLICHKEIT, LEGAL, SICHER UND GARANTIERT SEINE STEUERLAST MASSIV ZU SENKEN - ALLERDINGS NUR FÜR UNTERNEHMER. FÜR DIESE LEUCHTET DER STEUERVORTEIL JEDOCH IM WAHRSTEN SINNE DES WORTES SO HELL WIE DIE SONNE.

Was kann man tun, um der unerträglichen Steuerlast in Deutschland wenigstens teilweise zu entkommen? Diese Frage bringt Unternehmer und hochbelastete Gutverdiener in Deutschland regelmäßig um den Schlaf. Wir verfügen jedoch nicht nur über eine der höchsten Steuerbelastungen weltweit, sondern auch über die wohl komplizierteste und umfangreichste Steuergesetzgebung – und manche Regelungen darin offenbaren Vorteile, die man nutzen kann, wenn man weiß wie. Wir treffen Manuel Stanek, Inhaber und Geschäftsführer des Bayerischen Energiezentrums BEZ GmbH in Metten bei Deggendorf, sowie seinen Spezialisten für Großanlagen, Eugen Meisner, zu einem im wahrsten Sinne erhellenden Interview.

Herr Stanek, Sie sagen dass die Photovoltaik nicht nur aus ökologischer, sondern auch aus steuerlicher Sicht eine nähere Betrachtung verdient – was hat es damit auf sich?

Manuel Stanek: Zunächst eine wichtige Sache vorweg: wir sind keine Steuerberater. Nur der Steuerberater des Kunden kann letztlich zuverlässige Aussagen über die steuerlichen Auswirkungen jedweder Investitionsentscheidung eines Kunden treffen.



Aber natürlich kennen wir die rechtlichen Grundlagen eines der spannendsten steuerlichen Gestaltungselemente unserer Zeit. Die Rede ist vom §7g EStG, dem so genannten IAB, dem Investitions-Abzugs-Betrag.

Wenn wir richtig informiert sind, handelt es sich dabei um das, was umgangssprachlich als „Rückstellung“ bekannt ist. Als Unternehmer bildet man einen IAB, beispielsweise 100.000 EUR im Jahr 2026 und darf diesen Betrag vom Gewinn abziehen, muss ihn also nicht versteuern. Jedoch muss man innerhalb von drei Jahren eine Investition tätigen, sonst wird rückwirkend nachver-



GELD VOM HIMMEL
unter bestimmten Voraussetzungen wird eine PV-Großanlage zur steuergeförderten Kapitalanlage.



steuert. Der Betrag aller gebildeten IAB ist auf 200.000 EUR gedeckelt, richtig? Und was tut man dann mit dem IAB?

Eugen Meisner: Das letzte Wort dazu hat der Steuerberater. Steuerlich ist der Begriff „Rückstellung“ nicht ganz korrekt, aber wir wissen, was gemeint ist. Das Problem mit IABs ist, dass die Investition mindestens das Doppelte des IAB betragen sollte. Wenn man also 200.000 EUR IAB gebildet hat, sollte die Investition mindestens 400.000 EUR betragen, ansonsten ist das Modell nicht empfehlenswert. Aber – und hier wird es erst richtig spannend: auf die Investition gibt es seit 2024 eine Sonder-Abschreibung (AfA) von 40%. Das bedeutet, dass bis zu 40% der Anschaffungskosten abzüglich der aufgelösten IAB steuerlich in freier Stückelung innerhalb von 5 Jahren abgesetzt werden können.

Können wir das mit einem Zahlenbeispiel verständlicher machen?

Eugen Meisner: Sie hatten z.B. im Jahr 2025 und 2026 jeweils einen Gewinn von 200K und bilden jeweils 100K IAB, also insgesamt 200K. Diese

lösen Sie in 2027 auf, indem Sie eine betriebliche Investition von 1,2 Mio. in ein bewegliches Wirtschaftsgut tätigen. Das heißt: von den 1,2 Mio müssen sie die 200K IAB abziehen und von den verbleibenden 1,0 Mio haben sie 40% Sonder-AfA, die Sie nach Belieben auf die nächsten fünf Jahre steuerlich anwenden können. Das ist das Grundprinzip.

Verstanden. Wenn der Kunde es richtig anstellt, dann zahlt er damit sozusagen über Jahre hinaus so gut wie keine Steu-

ern mehr? Doch nun kommen wir zum entscheidenden Punkt: es muss ein bewegliches Wirtschaftsgut sein, darf also keine Immobilie sein. Und es muss zu mindestens 90% betrieblich genutzt werden. Aber nicht jedes Unternehmen kann sich einfach irgendeine Maschine für 1,2 Mio kaufen. Was soll man denn kaufen?

Manuel Stanek: Technisch gesehen ist es eine Steuerstundung, kein Geschenk, aber das erklärt am besten der Steuerberater. Was die Investition angeht, bringen wir die erneuerbaren Energien ins Spiel. Man kauft eine PV-Anlage. Mit einer PV-Großanlage ab 30,1 kW ist man gewerblicher Erzeuger, also hat man eine volle betriebliche Nutzung der Investition.

Aber nicht jeder Unternehmer hat ein Firmengebäude oder eine Lagerhalle, wo eine 30,1kW-Anlage oder größer drauf passt?

Manuel Stanek: Genau deswegen braucht er uns. Wir verfügen nämlich bereits über mehrere 40-Jahres Pachtverträge über Dachflächen für Anlagen von insgesamt 3,4 Megawatt Leistung – und nicht nur das: wir haben dazu auch die Genehmigung der Netzbetreiber, die Anlage bauen und an das öffentliche Netz anschließen zu dürfen. Das ist im

derzeitigen Markt nämlich der kritischste Punkt. Da die Netzkapazität nahezu ausgereizt ist, kann nicht mehr jedes Projekt genehmigt werden. Wir haben genehmigte Projekte – aber die Zeit läuft. Wenn sie weg sind, ist diese Steueroase ausgetrocknet.

Fassen wir das kurz zusammen, damit das nicht zu verwirrend ist: es handelt sich also um zwei kombinierte Steuervorteile. Erstens der IAB, der es erlaubt unter bestimmten Voraussetzungen bis zu 200.000 Euro steuermindernd als „Rückstellung“ zu bilden. Die Investition die dann getätigt werden muss, erhält auch eine steuerliche Sonderbehandlung, durch die Sonderabschreibung von 40%. Aber man sollte sich gut überlegen, was man kauft – nicht dass man in ein PV-Projekt investiert, das nie ans Netz geht, richtig?

Eugen Meisner: So ist es. Maßgeblich für IAB Hinzurechnung und Sonder-AfA ist die Anschaffung, also die Betriebsbereitschaft – eine Anlage ohne Netzanschluss ist nicht betriebsbereit. Hinzu kommt die Verbleibensvoraussetzung: mindestens 90% betriebliche Nutzung im Jahr der Anschaffung und im Folgejahr. Unser Tipp: nur vom Netzbetreiber genehmigte oder fertig gestellte Projekte, nur von seriösen Anbietern die sich am Markt etabliert haben. Die BEZ gibt es seit 2015, zu unseren Kunden zählen Behörden, Wissenschaftsinstitute und zahlreiche große Namen aus der Industrie. Zusammen mit dem Steuerberater des Kunden finden wir die passende Lösung.

Information von:

**Bayerisches Energiezentrum
BEZ GmbH**
Donaustraße 51 | 94526 Metten
Tel. +49 (0) 991 / 9876330
Email: anfrage@bez-energie.de
www.bez-energie.de





Veranstaltungstipp:
Der große Bau-Infotag
am 19. September 2026



HAUS STARNBERG: einzigartiges Hausdesign und Wohnerlebnis aus Holz mit stilvollem Interieur und Privat-Spa auf 207 m² Wohnfläche.

Bau-Infotag am 19. September 2026:

Sonnleitner öffnet die Türen und lädt dazu ein, einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Freuen Sie sich auf die Präsentation der neuen Modulhausserie ELEMENTS, eine spannende Werksführung und persönliche Beratung rund um modernes Bauen mit Holz.

Infos und Anmeldung:
www.sonnleitner.de



› **zentrum für modernes & gesundes
bauen nahe passau**

Die Zukunft des Wohnens

**HOCHWERTIGEN HOLZBAU MIT ALLEN SINNEN
ERLEBEN:** AUF DEM GELÄNDE DER SONNLEITNER
HOLZBAUWERKE IN ORTENBURG ERWARTET
DIE BESUCHER EINE HAUSBAUWELT MIT
EINZIGARTIGEM MUSTERHAUSPARK, DER DIE
FASZINIERENDE WELT DES ÖKOLOGISCHEN
BAUENS LEBENDIG WERDEN LÄSST.

Vom charmanten Landhaus in zeitgemäßer Interpretation bis zu innovativen Modulbaukonzepten: In der Sonnleitner Hausbauwelt wird nachhaltiges Bauen nicht theoretisch erklärt, sondern ganzheitlich erfahrbar. Wer die Häuser betritt, spürt sofort die besondere Atmosphäre der speziellen Massivholzbauweise – das warme Raumklima, den natürlichen Duft und die Klarheit in der Gestaltung.

Ein wesentliches Highlight bildet das Interieur: Küchen, Möbel und komplette Raumlösungen entstehen in der hauseigenen Möbelmanufaktur. Sie werden individuell geplant, präzise gefertigt und harmonisch auf die Architektur abgestimmt. Besucher können Materialien



fühlen, Schubladen öffnen und perfekt integrierte Lösungen entdecken – ein sinnliches Erlebnis, das die Musterhäuser von Planungsbeispielen zu echten Inspirationsquellen macht.

Darüber hinaus präsentiert das Kundenzentrum auf 1.800 m² Ausstellungsfläche eine stilvolle Welt der Innenausstattung – von Fenstern über Böden bis hin zu maßgefertigten Möbelstücken. Abgerundet wird der Besuch durch ein gemütliches

Café mit Terrasse, wo Interessierte die Eindrücke nachwirken lassen und sich von Sonnleitner-Baubiologen und Experten persönlich beraten lassen können.

Besonderen Wert legt Sonnleitner zudem auf Regionalität, kurze Lieferketten sowie eine hohe Fertigungstiefe – alle Häuser werden vom ersten Entwurf bis zur letzten Schreinerarbeit am Hauptsitz in Niederbayern geplant und gefertigt. Diese konsequente Wertschöpfung aus einer Hand schafft nicht nur Sicherheit, sondern garantiert auch Langlebigkeit



und Werthaltigkeit. Wer in Sonnleitner investiert, entscheidet sich für ein Baukonzept, das Tradition, Innovation und ökologische Verantwortung vereint – und damit schon heute Antworten auf die Fragen des Bauens von morgen liefert.

Ein Besuch in der Sonnleitner Hausbauwelt ist der ideale erste Schritt auf dem Weg zum eigenen Massivholzhaus. Erleben Sie moderne Architektur, natürliche Materialien und ein Wohngefühl, das man sehen, fühlen und erleben muss.

Information von:

Sonnleitner Holzbauwerke GmbH & Co. KG
Afham 5 | 94496 Ortenburg
Tel.: +49 (0) 8542 / 96 11-0
info@sonnleitner.de
www.sonnleitner.de



› bleibende werte

Sommer auch im Winter

EIN WINTERGARTEN IST FÜR VIELE EIGENHEIMBESITZER SO ETWAS WIE DIE KIRSCHEN AUF DER SAHNETORTE - **DIE ULTIMATIVE AUFWERTUNG DER IMMOBILIE UND EIN WOHLFÜHLPLATZ FÜR DIE FAMILIE, GUTE FREUNDE UND LIEBE GÄSTE. DAMIT EIN WINTERGARTEN ABER ZUM ECHTEN KRAFTORT WIRD, DER ÜBER JAHRZEHNTE FREUDE UND BEHAGLICHKEIT SCHENKT, SOLLTE MAN AUF HANDWERKLICHE QUALITÄT ACHTEN.**

Tradition, jahrzehntelang gewachsenes Know How und mittelständische Innovationsfreude sind die Markenzeichen eines Betriebes, der aus dem beschaulichen Neuhaus am Inn zu den Innovations- und Qualitätsführern im europäischen Markt der Wintergartenhersteller geworden ist. Ausgezeichnet mit zahlreichen Preisen wie dem Bundes-Innovationspreis, dem Bayerischen Staatspreis

und vielen anderen Ehrungen zeigt die Schreinerei Eichinger, dass das hiesige Handwerk immer noch weltweit seinesgleichen sucht.

Eichinger Wintergärten und Glasfassaden setzen seit Jahrzehnten die Qualitätsmaßstäbe. Möglich wird dies nicht nur durch das Fachwissen eines traditionellen Handwerksbetriebes, sondern vor allem auch durch Innovationen und Eigenentwicklungen, die zum Teil durch

zahlreiche internationale Patente geschützt sind. Darunter auch das revolutionäre mineralische Verblendungssystem EICOR®.

Ein Wintergarten sollte eine Anschaffung sein, die über Jahrzehnte hinaus dem Besitzer Freude und Zufriedenheit schenkt, indem er sein hochwertiges Aussehen behält und auch in Sachen Funktionalität alle Erwartungen zuverlässig erfüllt. Hochwertige Isolation durch intelligente Konstruktion und modernes Wärmeschutzglas ist besonders im Zusammenhang mit den steigenden Energiepreisen ein wichtiges Argument. Auch die statische Qualität ist besonders bei größeren, mehrstöckigen Wintergärten und Glasfassaden absolut unverzichtbar.

Bei der Firma Eichinger in Neuhaus gilt das Motto „Alles aus einer Hand“ – vom Aufmaß über die Planung, Fertigung in der eigenen Produktion und Montage stellt man hier über die gesamte Produktions- und Lieferkette die höchstmögliche Qualität und Termintreue sicher. So wird aus dem Traum vom eigenen Wintergarten ein Wohlfühlort für Generationen.



GEMACHT FÜR DIE EWIGKEIT

Klassischer Weise besteht das Tragwerk eines Wintergartens aus Holz. Das ist aus statischer wie auch aus energetischer Sicht nach wie vor die optimale Lösung. Jedoch sollte Holz idealerweise vor der Bewitterung geschützt werden, damit es schön und stabil bleibt. Lasuren oder Lacke halten jedoch nur wenige Jahre und selbst Aluverkleidungen können nach 15 oder 20 Jahren an ihre optischen Grenzen geraten.

EICOR® jedoch ist eine von Eichinger entwickelte und patentierte Lösung für ein Verblendungssystem aus mineralischem Vollmaterial. Es übersteht UV-Licht, Witterung und sonstige Einflüsse über Jahrzehnte ohne die geringsten Veränderungen. Mit EICOR® sieht ein Wintergarten auch nach zwei Generationen aus wie neu.



Information von:

Eichinger Wintergarten GmbH & Co. KG
Rothof 33 | 94152 Neuhaus am Inn
Tel.: +49 (0) 8503 / 15 94
info@eicor.de
www.eicor.de



„Kümmerer“ für die Immobilie

► **DIE ÖKONOMIE** der feinen Details

EINE IMMOBILIE IST WEIT MEHR ALS DIE SUMME IHRER QUADRATMETER – SIE IST EIN LEBENDIGER ORGANISMUS, DER PERMANENTE AUFMERKSAMKEIT ERFORDERT. WÄHREND KLASSISCHE MAKLER SICH MEIST AUF DEN REINEN TRANSAKTIONSAKT BESCHRÄNKEN, DEFINIERT DIE PASSAUER CONFIANCE AG DIE BETREUUNG VON SACHWERTEN GRUNDLEGENDE NEU. ALS SPEZIALISIERTER PARTNER FÜR MEDIZINER UND UNTERNEHMER VERSTEHT SICH DAS HAUS NICHT ALS BLOSSER VERMITTLER, SONDERN ALS GANZHEITLICHER „KÜMMERER“ ÜBER DEN GESAMTEN LEBENSZYKLUS EINES OBJEKTS.



Das Immobilienteam der Confiance AG in Passau: Oxana Franz, Herbert Langhansl, Karl-Heinz Münch, Max Jahrman, Jasmin Zacher, Christian Wildfeuer.



Wer Vermögen in Immobilien anlegt, trifft diese Entscheidung selten aus reiner Liebhaberei. Für anspruchsvolle Mandanten – allen voran Mediziner und mittelständische Unternehmer – steht die langfristige Rentabilität, gepaart mit steuerlicher Effizienz und verlässlichem Werterhalt, an erster Stelle. Doch genau an dieser Schnittstelle offenbart sich häufig eine empfindliche Lücke im traditionellen Markt: Nach der Unter-

schrift beim Notar und der Auszahlung der Finanzierung wird der Eigentümer mit den komplexen Realitäten des Immobilienalltags allein gelassen.

Die Confiance AG schließt diese Lücke mit einem konzeptionellen Rundum-Sorglos-Ansatz, der in der Finanzbranche Seltenheitswert besitzt. Das Unternehmen begleitet seine Mandanten durch den gesamten Existenzzyklus eines Objekts. Dies beginnt bei der maßgeschneiderten Akquisitions- und Sanierungsfinanzierung, führt über die



WERTERHALT BIS IN DEN GARTEN

Die beste Anlagestrategie verliert ihre Kraft, wenn die handwerkliche und infrastrukturelle Basis vernachlässigt wird. Aus diesem Grund endet die Dienstleistung der Confiance AG nicht am Schreibtisch des Verwalters. Die unternehmenseigene Hausverwaltung deckt die gesamte operative Bandbreite ab, die für ein makelloses Erscheinungsbild und den reibungslosen Betrieb einer Liegenschaft unverzichtbar ist.

Vom professionellen Hausmeisterservice über die regelmäßige Unterhalts- und Gebäudereinigung bis hin zur fachgerechten Gartenpflege und dem pünktlichen Winterdienst werden alle Aufgaben zentral gesteuert. Für den Eigentümer bedeutet diese Bündelung einen unschätzbaren Effizienzgewinn: Anstatt sich mit einer Vielzahl externer Handwerker, Dienstleister und unklarer Verantwortlichkeiten auseinanderzusetzen, genügt ein einziger Kontakt zur Confiance AG.

Schäden werden sofort behoben, Instandhaltungen vorausschauend disponiert und Mieteranliegen geräuschlos gelöst. Das Konzept „Alles aus einer Hand“ garantiert extrem kurze Entscheidungswege, eliminiert Schnittstellenverluste und sichert das, worauf es anspruchsvollen Investoren ankommt: die ungetrübte Freude am Sachwert bei vollständiger Entlastung der eigenen Zeitressourcen.



diskrete Vermittlung von An- und Verkäufen und erstreckt sich über die vollumfängliche Miet- und Hausverwaltung bis hin zum operativen Facility Management.

Hinter diesem weitreichenden Portfolio steht ein klarer ökonomischer Befund: Der reale Marktwert einer Immobilie wird nur zu einem Teil von den harten Eckdaten wie Mikrolage, Wohnfläche und Stellplatzanzahl bestimmt. Über die langfristige Performance und die Wertwahrnehmung bei solventen Mietern, Kaufinteressenten oder bankinternen Gutachtern entscheiden maßgeblich die sogenannten „Soft Facts“. Eine gepflegte Liegenschaft, in der die Mieterstruktur harmonisch abgestimmt ist, der Aufzug einwandfrei gewartet wird, die Beleuchtung funktioniert und die Mülltonnen nach der Entleerung verlässlich an ihren Platz zurückkehren, erzielt dauerhaft Spitzenmieten und minimiert Leerstände. Es sind diese vermeintlich kleinen Details, die ein durchschnittliches Gebäude von einer echten Premium-Im-

moblie unterscheiden. Um diese maximale Steuerungsqualität zu garantieren, setzt die Confiance AG auf eine klare strategische Abgrenzung: Betreut werden konsequent Immobilien im Einzelbesitz. Wohnungseigentümergeinschaften (WEG-Anlagen) werden bewusst gemieden.

Dieser Fokus hat gewichtige Gründe. Einerseits erlaubt das Alleineigentum kurze, reibungslose Entscheidungswege ohne lähmende Mehrheitsbeschlüsse oder bürokratische Eigentümerversammlungen. Andererseits bietet diese Struktur für die Klientel der Confiance AG erhebliche steuerliche Gestaltungsmöglichkeiten und bilanzielle Vorteile, die sich im Rahmen von WEG-Konstruktionen kaum realisieren lassen.

Das dynamische Wachstum der Immobiliensparte hat im vergangenen Jahr auch infrastrukturelle Konsequenzen nach sich gezogen. Um der steigenden Nachfrage gerecht zu werden, wurden die Büroflächen am Standort in der Akitastraße in Passau umfassend

erweitert und modernisiert. Hier laufen alle Fäden des Immobilienmanagements zusammen. Klienten profitieren über ihre gesamte Laufbahn als Immobilienhalter von dem Versprechen, zu keinem Zeitpunkt ein Anliegen zu haben, das nicht unmittelbar, lösungsorientiert und über einen einzigen, festen Ansprechpartner geregelt wird.



Information von:

CONFIANCE AG
Kleiner Exerzierpl. 11 | 94032 Passau
Tel.: +49 (0) 851 / 98 69 08 00
www.confiance-ag.de



> firmengeschichte

60 Jahre bestes Klima

SEIT MITTLERWEILE 60 JAHREN IST DIE FIRMA HERZIG AUS WALDKIRCHEN DER BESTÄNDIGE GARANT FÜR ZUVERLÄSSIGKEIT UND BODENSTÄNDIGES UNTERNEHMEN IM BEREICH HAUSTECHNIK - UND HAT SICH VON DER KLEINEN 1-MANN-WERKSTATT ZUM PARTNER FÜR PROJEKTE JEDER GRÖSSENORDNUNG ETABLIERT.

Seit sechs Jahrzehnten steht die Firma Herzig in Waldkirchen für Verlässlichkeit im Bereich Heizung, Lüftung, Klima, Sanitär und Bäder. Von der kleinen Ein-Mann-Werkstatt bauten Karl und Rosemarie Herzig das Unternehmen schrittweise zu einem der renommiertesten Fachbetriebe der Region aus, seit 1997 schreiben Jürgen Herzig und seine Frau Rita die Erfolgsgeschichte fort. Seine Leistungsfähigkeit beweist die Firma Herzig regelmäßig bei anspruchsvollen Großprojekten – etwa aktuell beim Neubau der JVA Passau, der Erweiterung des Wellnesshotels Jagdhof in Röhrnbach, dem Neubau der Fertigungshalle



FAMILIE HERZIG, Waldkirchen

Haidl Fensterbau und den Umbauten im Modehaus Garhammer sowie dem Wohnbauprojekt „Giardino Living Passau“.

Doch das Herzstück der Unternehmensphilosophie schlägt für den privaten Bauherrn. Bei moderner Heizungs- und Klimatechnik setzt Herzig konsequent auf eine systemneutrale Beratung, sorgfältige Planung und präzise Umsetzung. Statt starrer Energiekonzepte „von der Stange“ analysieren die Experten die individuellen Gegebenheiten jedes Gebäudes. Das klare Ziel nach 60 Jahren Erfahrung: immer die für den Bauherren beste, maßgeschneiderte Lösung zu realisieren, die langfristig Nachhaltigkeit und Komfort garantiert.

Information von:

Herzig GmbH
Jandelsbrunner Str. 56
94065 Waldkirchen
Tel.: +49 (0) 8581 / 97 17-0
www.herzig-gmbh.de



In den Ausstellungsräumen in Waldkirchen kann man sich inspirieren lassen und sich von den vielfältigen Designmöglichkeiten des modernen Bades überzeugen.

1966 - heute

Sechzig Jahre Beständigkeit:
Wo Präzision auf zukunftsichere Technologie trifft.





› nachfrage ungebrochen

Langfristig denken

DER NAME HALLABRIN STEHT IM ROTTAL UND BÄDERDREIECK VOR ALLEM FÜR BODENSTÄNDIGKEIT UND BESTÄNDIGKEIT BEI IMMOBILIENINVESTITIONEN. VOR ALLEM BEI DEN SELBST GEBAUTEN PROJEKTEN GEHT ES UM NACHHALTIGKEIT UND ECHTEN WOHNWERT.

Wenn die Immobilienprofis von Hallabrin in Bad Birnbach wieder mal ein eigenes Neubauprojekt in Angriff nehmen, dann heißt es für die potenziellen Käufer: schnell sein. Der Ruf des Unternehmens, seit über 40 Jahren für Nachhaltigkeit, Wertbeständigkeit und defensive Kalkulationen einzutreten, hat dazu geführt, dass auf die

Wohnungen, die das Immobilienunternehmen selbst baut und verkauft, ein regelrechter Ansturm von Interessenten entsteht.

Der Grund ist einfach: Hallabrin baut ausschließlich Objekte von überschaubarer Größe, mit hochwertiger und individuell nach Kundenwunsch wählbarer Ausstattung, in bevorzugten Lagen, intelligenten Grundrissen und nachhaltigen Energiekonzepten. Höchster Wohnwert bedeutet langfristig zufriedene Kunden und stabile Wertentwicklungen auch in schwierigen Zeiten. Informieren Sie sich am besten heute schon über die nächsten Projekte.

Immobilien Hallabrin ist seit über 40 Jahren Experte für Immobilien und nachhaltige Vermögensstrategien. Nach ihrer Überzeugung bleiben Immobilien auch heute

einer der wichtigsten Grundpfeiler zum Schutz vor Inflation und Krisen – ein Sachwert, der sich in jeder wirtschaftlichen Lage bewährt hat.

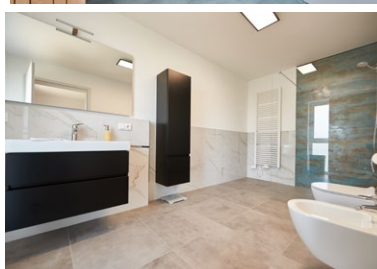
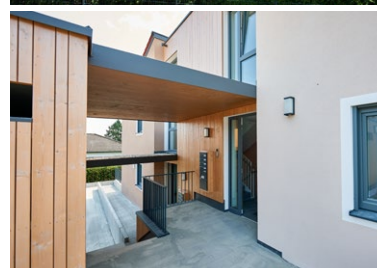
Expertise, die Sicherheit gibt

verlässlich, erfahren & wertbeständig

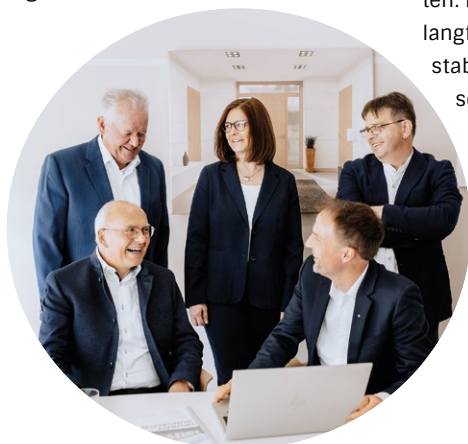


Immobilien Hallabrin begleitet Käufer seit Jahrzehnten durch diesen komplexen Prozess – von der ersten Beratung bis zum unterschriebenen Vertrag. Ihr Credo: Wer gut informiert und beraten ist, trifft bessere Entscheidungen. Denn Immobilien sind nicht nur ein Zuhause, sondern auch einer der stabilsten Werte zum Schutz vor Inflation und Krisen.

Weitere Informationen und detaillierte Tipps finden Interessierte im Blog unter: www.immobiliien-hallabrin.de



HIER WILL MAN WOHNEN Das erst kürzlich fertig gestellte Objekt in Bad Birnbach ist natürlich längst abverkauft – es zeigt jedoch eindrücklich die Philosophie von Hallabrin: Nachhaltig, hoher Wohnwert, intelligente Architektur.



Information von:

Immobilien Hallabrin GmbH & Wohnbau Hallabrin GmbH
84364 Bad Birnbach | Tel.: +49 (0) 8563 / 20 66
94072 Bad Füssing | Tel.: +49 (0) 8531 / 220 51
www.immobiliien-hallabrin.de



» volltreffer für den alltag

DACIA STRIKER

Mit dem neuen Dacia Striker geht Dacia einen ungewöhnlichen Weg und kombiniert die Vorteile verschiedener Fahrzeugklassen. Der neue Lifestyle-Kombi verbindet die erhöhte Sitzposition und den robusten Auftritt eines SUV mit der Vielseitigkeit eines Kombis und der Effizienz einer Limousine. Mit seiner dynamischen Silhouette, der markanten Front und der leicht abfallenden Dachlinie wirkt der 4,62 Meter lange Striker modern, kraftvoll und eigenständig.

Auch im Innenraum steht Alltags-tauglichkeit im Mittelpunkt. Fünf vollwertige Sitzplätze, einzeln umklappbare Rücksitze und zahlreiche praktische Ablagemöglichkeiten machen den Striker zum vielseitigen Begleiter für Familie, Freizeit und Reise. Der Kofferraum bietet rund 600 Liter Platz, während das clevere YouC-lip-System zusätzliche Möglichkeiten schafft, Zubehör flexibel im Innenraum zu befestigen. Ein optionales Panoramadach sorgt für ein besonders großzügiges Raumgefühl.

Für den Antrieb stehen mehrere elektrifizierte Varianten zur Wahl. Der

Striker kommt als Hybrid mit 155 PS, als Hybrid 150 4x4 mit Allradantrieb sowie als Mild Hybrid-G 140 mit Benzin- und LPG-Antrieb. Damit bietet Dacia unterschiedliche Lösungen für effizientes Fahren, lange Strecken und Ausflüge abseits befestigter Wege. Die erhöhte Bodenfreiheit von bis zu 200 Millimetern unterstreicht dabei den Outdoor-Charakter des neuen Modells.

Auch beim Preis bleibt Dacia seiner Philosophie treu: Der Einstieg soll bei unter 25.000 Euro liegen. Damit positioniert sich der Striker als interessante Alternative für alle, die viel Platz, robuste Eigenschaften und moderne Antriebstechnik suchen, ohne dafür tief in die Tasche greifen zu müssen.

FAZIT: Der Dacia Striker ist ein ungewöhnlicher Mix aus SUV, Kombi und Limousine – und genau das macht ihn interessant. Er verbindet markantes Design, viel Platz und vielseitige Antriebe mit dem für Dacia typischen Fokus auf Alltags-tauglichkeit und attraktives Preis-Leistungs-Verhältnis. Der Marktstart in Deutschland ist für Dezember 2026 geplant.



Dacia Bigster Journey mit 0% Leasing¹ für 229 €/Monat²

mit bis zu 7 Jahre Garantie⁷



Dacia Bigster hybrid 155: Gesamtverbrauch kombiniert (l/100 km): 4,7; CO₂-Emissionen kombiniert (g/km): 106; CO₂-Klasse: C.

¹ 0% Leasing für alle ADAC Mitglieder auf alle hybrid 155 Modelle. ² Angebotsbeispiel Platin Leasing exklusiv für ADAC Mitglieder: Dacia Bigster Journey hybrid 155: Fahrzeugpreis inkl. Dacia Full Service Vertrag³ im Wert von 2.683 €: 38.596 €.

Leasingsonderzahlung: 4.900 €. Laufzeit: 48 Monate. Gesamtlauflistung 40.000 km. Gebundener Sollzins: 0,00 %. Monatsrate: 229 € inkl. darin enthaltener monatlicher Versicherungsprämie Reastratenversicherung⁴ i.H.v. 13,24 €, GAP-Versicherung⁵ i.H.v. 34,83 €. Gesamtbetrag: 11.435 €. Ein Kilometer-Leasingangebot für Privatkunden von Mobilize Financial Services, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstr. 1, 41468 Neuss, zzgl. Überführungskosten. Gültig für Dacia Neuwagen mit hybrid 155 und Leasingverträge vom 01.08.2026 bis 30.09.2026. Bei allen teilnehmenden Dacia Partnern. ³ Bestehend aus Garantieverlängerung der Renault Deutschland AG⁶, Abdeckung aller Kosten der vorgeschriebenen Wartungs- und Verschleißarbeiten, HU sowie Mobilitätsgarantie für 36 Monate bzw. 30.000 km ab Erstzulassung gemäß Vertragsbedingungen. HU nach § 29 StVZO. Die HU wird nur durch zugelassene Prüfer und zu den von der zuständigen Prüforganisation festgelegten Preisen durchgeführt. ⁴ Über RCI Versicherungs-Service GmbH, Jagenbergstr. 1, 41468 Neuss. Versicherer: RCI Life Limited und RCI Insurance Limited, Level 3 Mercury Tower, The Exchange Financial & Business Centre, Elia Zammit Street, St. Julian's, STJ 3155, Malta. Es gelten die allgemeinen Versicherungsbedingungen. ⁵ Über RCI Versicherungs-Service GmbH, Jagenbergstr. 1, 41468 Neuss. Versicherer: RCI Insurance Limited, Level 3 Mercury Tower, The Exchange Financial & Business Centre, Elia Zammit Street, St. Julian's, STJ 3155, Malta. Es gelten die allgemeinen Versicherungsbedingungen. ⁶ Garantiegeberin ist die Renault Deutschland AG. Die Inanspruchnahme der gesetzlichen Gewährleistungsansprüche ist unentgeltlich. Diese Ansprüche bestehen unabhängig von der Garantie und werden durch diese nicht eingeschränkt. ⁷ Dacia Treuegarantie der Renault Deutschland AG, nach Ablauf der Herstellergarantie bis maximal 7 Jahre oder 150.000 km. Mit Garantiespruch gemäß Garantiebedingungen bei regelmäßiger Wartung nach Herstellervorgabe bei Ihrem Dacia Vertragspartner. Weitere Informationen unter: <https://www.dacia.de/treuegarantie.html>. Abb. zeigt Dacia Bigster mit Sonderausstattung. Gültig für Privatkunden mit Mitgliedschaft beim ADAC.

Autohaus Spindler GmbH

DACIA VERTRAGSHÄNDLER

Fürstenecker Str. 2 • 94116 Hutthurm • 08505-90040



› weiches wasser, starke technik

Wenn Kalk zum echten Kostentreiber wird

KALK IM WASSER IST FÜR VIELE HAUSHALTE LÄNGST ALLTAG. DOCH HINTER DEN SICHTBAREN ABLAGERUNGEN STECKT MEHR ALS EIN SCHÖNHEITSPROBLEM: **HARTES WASSER KANN ARMATUREN, HAUSTECHNIK UND ENERGIEEFFIZIENZ BELASTEN.** EIN GENAUER BLICK AUF DIE WASSERHÄRTE LOHNT SICH DAHER IN VIELERLEI HINSICHT.

Kalk im Leitungswasser gehört für viele Haushalte zum Alltag. Sichtbar wird das Problem spätestens dann, wenn sich unschöne Ablagerungen auf Armaturen und Oberflächen zeigen. Doch hinter den lästigen Kalkflecken steckt weit mehr: Kalk kann die Haustechnik belasten, die Energieeffizienz beeinträchtigen und langfristig hohe Kosten verursachen.

Warum das Thema gerade wieder stärker in den Fokus rückt, hat vor allem mit aktuellen Trends bei Küchen und Bädern zu tun.

„Ein relativ junger Trend sind schwarze Armaturen in Küche und Bad. Die hochwertigen Oberflächen sehen attraktiv aus, allerdings wird jeder kleine Kalkfleck sofort sichtbar. Dadurch beschäftigen sich viele Kunden wieder intensiver mit dem Thema Wasserenthärtung.“

Dabei sind sichtbare Ablagerungen nur die Spitze des Eisbergs. Kalk setzt sich vor allem an Heizelementen

fest und kann Waschmaschinen, sowie Heizungsanlagen belasten. Noch dazu lagert er sich in Leitungen ab, kann diese langfristig zusetzen und die Wärmeübertragung beeinträchtigen. Die Folge: Die Energieeffizienz sinkt und Heiz- sowie Stromkosten können steigen, ohne dass die Ursache auf den ersten Blick erkennbar ist. Gerade bei modernen Heizsystemen und steigenden Energiekosten lohnt sich deshalb ein genauer Blick auf die Wasserqualität.

Auch beim Trinkwasser spielt

Kalk eine Rolle. Besonders im Trinkwasserspeicher können sich Kalkablagerungen an den Innenwänden bilden und einen geeigneten Nährboden für Keime schaffen. Gerade deshalb sollte man die Wasserqualität und die Wasserhärte nicht unterschätzen.

Ab einer Wasserhärte von etwa 15 °dH empfiehlt sich die Installation einer Enthärtungsanlage. Die Investition kann sich mehrfach bezahlt machen: weniger Kalkablagerungen, geringerer Verbrauch von Reinigungs- und Waschmitteln, eine effizientere Haustechnik und weniger Belastung

für teure Geräte und Anlagen. Auch Armaturen, Fliesen und Duschflächen bleiben länger sauber und ansehnlich. Und auch der Genuss kommt nicht zu kurz – Kaffee, Tee und Trinkwasser schmecken mit weicherem Wasser vielen Menschen deutlich besser.



Kalk im Leitungswasser zerstört nach und nach Armaturen, Haustechnik und Leitungen. Zudem bilden seine Ablagerungen einen Nährboden für gefährliche Keime im Wasser. Enthärtungsanlagen wie von Grünbeck (Bild) lassen sich mit geringem Kostenaufwand jederzeit nachrüsten.



HAUSTECHNIK
BAUMGARTNER ist auf *moderne Lösungen rund um Haustechnik und Wasserqualität spezialisiert. Gerade beim Thema Kalk und Wasserhärte sind viele Hausbesitzer unsicher, wann eine Enthärtung sinnvoll ist.*

Eine fachkundige Beratung schafft Klarheit und zeigt, wie sich Haustechnik langfristig schützen, Energie effizient nutzen und unnötige Kosten durch Kalkablagerungen vermeiden lassen.

Information von:

Haustechnik Baumgartner
Kellerstraße 8
94550 Forsthart b. Künzing
Tel.: +49 (0) 8547 / 16 93
www.haustechnik-baumgartner.de

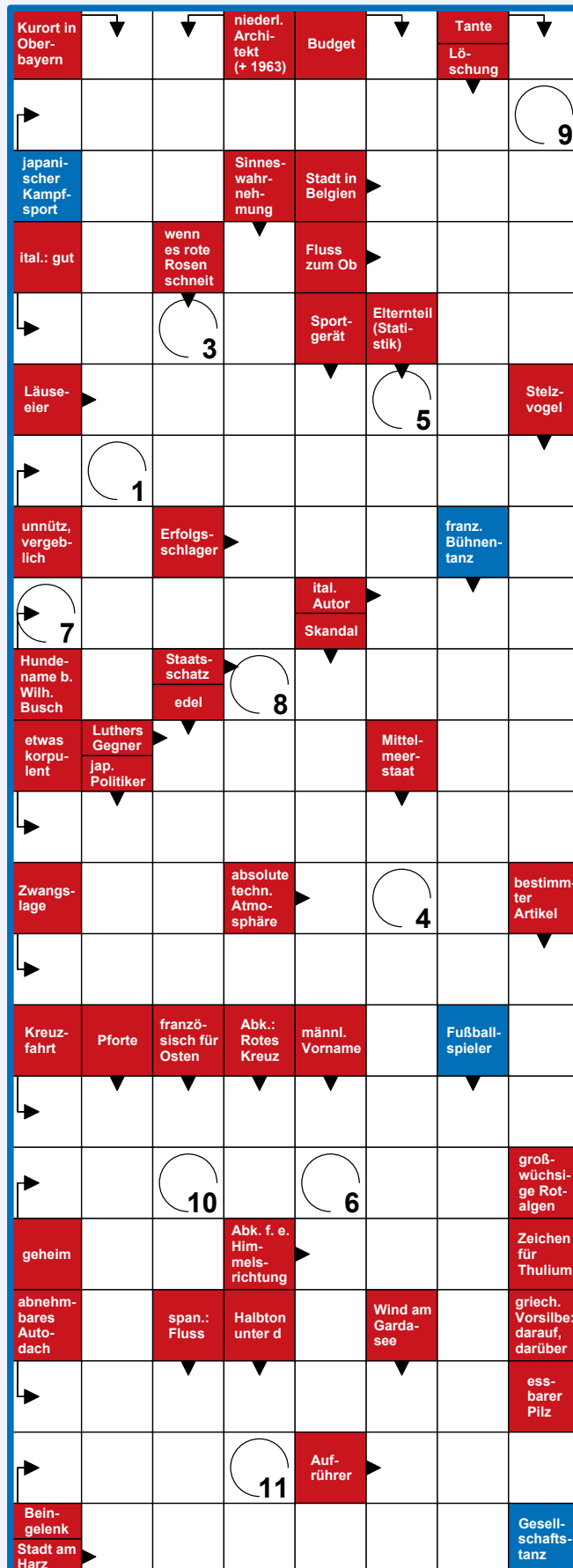
MEISTERWERKE *Fehler-Suchrizzel*

Passing the Ace Under the Table (Dog Poker) – Cassius Marcellus Coolidge, 1844 - 1934



FINDEN SIE DIE 6 FEHLER IM UNTEREN BILD?





**STAHLZEIT - DIE RAMMSTEIN
TRIBUTE SHOW**

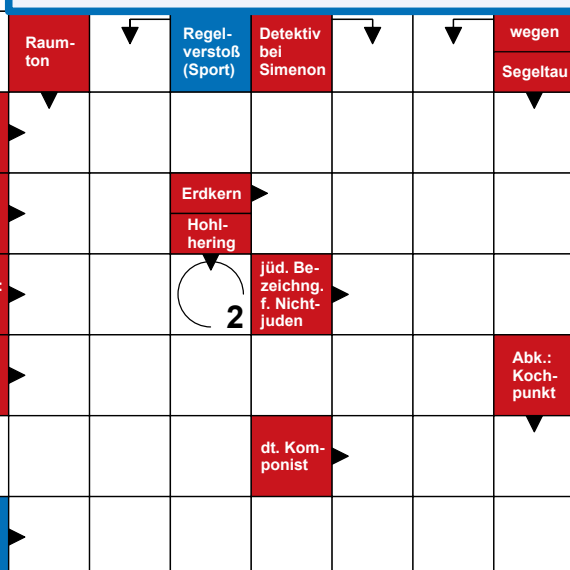
Am 27.11.26 kommt die spektakuläre RAMMSTEIN Tribute Show mit ihrer „JUBILÄUMSTOUR 20 PLUS“ in die Passauer Dreiländerhalle. Seit 20 Jahren begeistert STAHLZEIT mit brachialem Sound, aufwendiger Pyrotechnik und einer energiegeladenen Bühnenshow. Die rund zweieinhalbstündige Show bringt den Spirit von RAMMSTEIN hautnah auf die Bühne – mit Feuer, Schweiß und jeder Menge Energie. Eine gigantische Tribute-Show, die RAMMSTEIN-Fans sehen, hören und spüren müssen!

Details zu diesem Konzert finden Sie unter: **www.cofo.de**

Die Einsender der richtigen Lösung nehmen an der Verlosung zweier Eintrittskarten für die **STAHLZEIT TRIBUTE JUBILÄUMSTOUR am 27.11.26 in der Dreiländerhalle Passau**, gestiftet von **CoFo Entertainment** teil. Senden Sie eine ausreichend frankierte Postkarte mit der richtigen Lösung unter Angabe Ihrer Telefonnummer an:

CUSTOMMEDIA VERLAG
BAHNHOFSTRASSE 33 • 94032 PASSAU
EINSENDESCHLUSS IST DER 30.09.2026

Es gilt das Datum des Poststempels.
Nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter des Verlags und deren
Angehörige.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----



Strahlende Gesichter bei Anna-Maria Mandl aus Ruhstorf und ihren beiden Jungs: Das exklusive Raumduft-Set von Maison Berger hat ein neues Zuhause gefunden.

Herzlichen Glückwunsch und viel Freude beim Genießen!

Gewürz	Retungs- gerät der Flieger	wieder- holt	Speise- leitung (Funk- wesen)	beliebte Kaltblut- Pferde- rasse
→	↘		↘	↘
→	8			ver- einigen
Beam- tentitel/- Mz.		Früchte- gattung	Neben- fluss des Rio Meta	
nicht an- rührig, einwand- frei			Indust- riemaß f. Norm- größen	10
→				
Spiel- marke			Wende- kom- mando b. Segeln	5
→			frz. For- scher- paar	
Ein- schüch- terung			Kfz-Z. Helm- stadt	freund- lich
→				4
→				Abk.: Zentiliter
Riech- stoff	nie		engl.: Eis	2
			freudig	
→				
Lohn		griechi- scher Wortteil: Luft...	jap. Er- finder	Krän- kung (Fremd- wort)
engli- sche Königin (*)	7			Faul- schlamm
Strom in Thailand				Birken- gewächs, Nuss- strauch
Brom- wasser- stoffsalz			ind. religiös. Lehrer	Neckar- zufluss
→				Kose- name der Katze

Die Einsender des richtigen Lösungswortes nehmen an der Verlosung eines LAMPE BERGER KOMPLETT-SET - gesponsert von Fa. Stephani, Bahnhofstraße 17, teil. Senden Sie eine ausreichend frankierte Postkarte mit der richtigen Lösung unter Angabe Ihrer Telefonnummer an:

CUSTOMMEDIA VERLAG

**BAHNHOFSTRASSE 33 • 94032 PASSAU
EINSENDESCHLUSS IST DER 30.09.2026**

Es gilt das Datum des Poststempels. Nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter des Verlags und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Lösung: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

SUDOKU

ZUM LERNEN

			5		8		
					6		
		9	3		1		4
	3		7				
8		1			4		3
4			2	9		5	1
		6				2	
					7	1	
	8		6				

ZUM ÜBEN

			6	2			8
	9	3				7	
1				5			
2			4		3		
		7		8		6	9
		8			1		2
		5					9
					5	3	1

ZUM VERZWEIFELN

3			1		2		
						7	9
					6	8	
	9	1					2
				4			
			9	7		5	
2	3						
			5				

MAERZ MUENCHEN OUTLET EGGLHAM
AMSHAMER STRASSE 2 | 84385 EGGLHAM
MO-FR 9.30-17.30 UHR, SA 9.00-13.00 UHR

HERBST SPECIAL

15 €

AUF IHR HERBST-/WINTER LIEBLINGSTEIL

MAERZ

MUENCHEN
OUTLETS

*Beim Kauf von Herbst-/Winterware ab 100€ Einkaufswert. Der Rabatt wird direkt an der Kasse vom Einkaufswert abgezogen.
Aktionszeitraum: 01.09.-30.09.2026. Ausgenommen sind Artikel zu Spezialpreisen. Keine Barauszahlung.

ZEITLOS

SCHÖN



Klassische Automobile zeugen von Charme und Eleganz vergangener Zeiten. Kaum jemand bleibt davon unberührt. Das macht sie zu begehrten Sammlerobjekten und Sachwerten in der Kapitalanlage. Unsere einzigartige Sammlung umfasst ca. 50 Classic Cars – im Originalzustand oder professionell restauriert. Die meisten davon können käuflich erworben werden.

Besuchen Sie uns!

Autohaus
Platzer & Wimmer GmbH