

VÖLKLINGEN ENTDECKEN – in allen Facetten

Familienfreundliche Fachgeschäfte und moderne Dienstleister. Wälder, Seen, grüne Wege. 100 Kulturen und ein Herz aus Stahl. Ja, Völklingen steckt voll spannender Kontraste. In kaum einer anderen Stadt lässt sich die Chronologie des industriellen Wandels eindrucksvoller dokumentieren als hier und heute – im 1200. Jahr ihres Bestehens ...

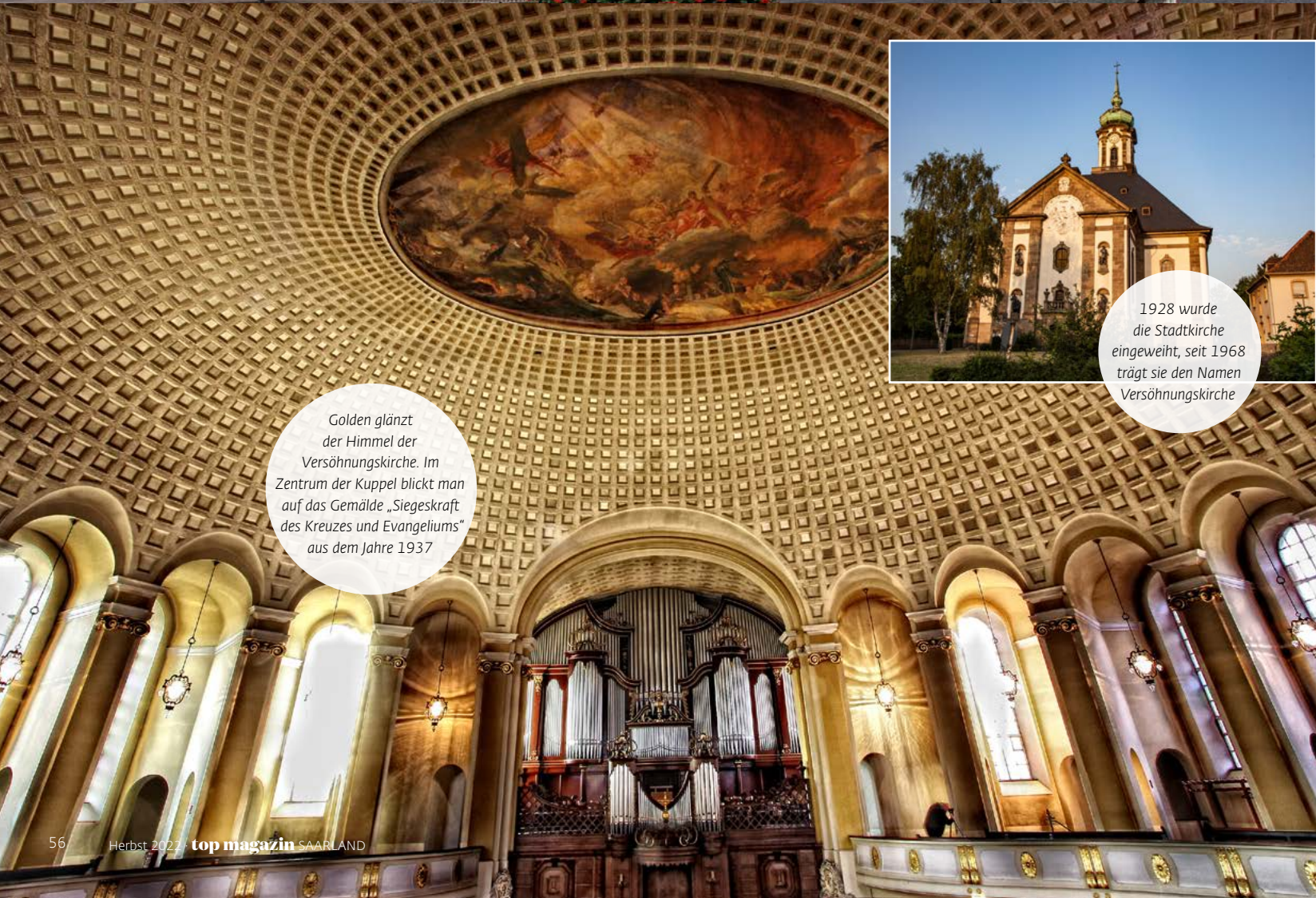
KIRCHEN, BRUNNEN



Das Alte Rathaus wurde 1875 erbaut und diente bis 1970 als Amtssitz des Bürgermeisters. Heute sind hier Stadtbücherei und Volkshochschule untergebracht



Der 1.600 m² große Alte Bahnhof wurde 1893 erbaut und steht heute unter Denkmalschutz. Das Gebäude mit seinen markanten Ziegelmauern wurde um die Jahrtausendwende für knapp 3 Millionen Euro modernisiert und beherbergt heute ein Restaurant



Golden glänzt der Himmel der Versöhnungskirche. Im Zentrum der Kuppel blickt man auf das Gemälde „Siegeskraft des Kreuzes und Evangeliums“ aus dem Jahre 1937



1928 wurde die Stadtkirche eingeweiht, seit 1968 trägt sie den Namen Versöhnungskirche



Die 1906 erbaute Mühlgewannschule steht aktuell leer. Nun wird überlegt die Stadt, ob sie in dem Gebäude ein Kunst- und Kulturzentrum eröffnet



Zahlreiche Brunnen und Skulpturen zieren die Innenstadt Völklingens

... UND EIN HAUCH VON HOLLYWOOD!

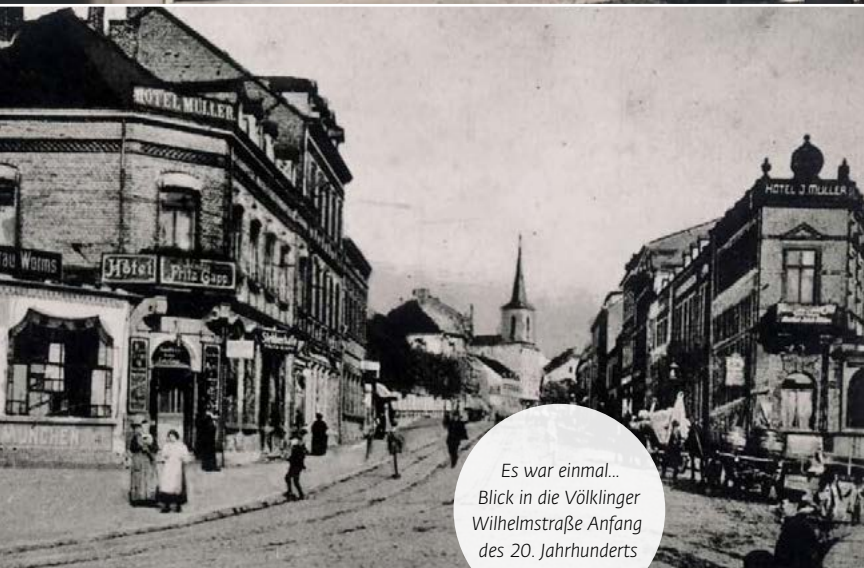


Ein Hauch von Hollywood an der Autobahn: Autofahrer auf der A 620 und Ausflügler auf dem Leinpfad blicken auf den riesigen „Völklingen“-Schriftzug am Luisenthaler Saarufer

MENSCHEN, MASCHINEN...



Schichtwechsel
an der Völklinger
Hütte um 1950



Es war einmal...
Blick in die Völklinger
Wilhelmstraße Anfang
des 20. Jahrhunderts

Die Grube
Luisenthal, hier ein
Foto aus Jahre 1905, war ein
Steinkohle-Bergwerk im Völklinger
Stadtteil Luisenthal, das 1820 den
Betrieb aufnahm und die Kohleförderung
am 17. Juni 2005 einstellte. Die
Grube wurde durch das schwerste
Grubenunglück in der Geschichte der
Bundesrepublik bekannt, bei dem
vor 60 Jahren 299 Bergleute
starben



Früher Lärm, Staub
und Höllenhitze. Heute
Industriedenkmal. Das
Weltkulturerbe Völklinger Hütte,
laut Eigenwerbung „einer der
spannendsten Orte der Welt“,
lockt jährlich mehr als
200.000 Besucher an

... UND EIN HERZ AUS STAHL!

OLYMP

CARL GROSS

ESPRIT

CAMEL ACTIVE

CECIL

MORE & MORE

CASA & MODA

JACK & JONES

TALLY WEIJL

name it

s.Oliver

FASHION FOR LIFE

TOM TAILOR

StreetOne

BETTY BARCLAY

VILA

CLOTHES

VERO MODA

ONLY

zero

MARCO TOZZI

... und viele weitere.

MODEPARK RÖTHER



exklusive
Rabatt-
aktionen

Sie sparen

5%*

bei jedem
Einkauf

10€

Gutschein zum
Geburtstag

Ihre Vorteile mit der Kundenkarte

* Bitte haben Sie Verständnis, dass auf bereits reduzierte Ware kein Rabatt gewährt werden kann. Nicht mit anderen Aktionen und Rabatten kombinierbar. Barauszahlung und Gutscheinkauf sind ausgeschlossen.

WÄLDER UND WIESEN, WEIHER & WILDGEHEGE

So idyllisch ist Völklingens grüner Gürtel



Erdarbeiten

Mauer- und
Betonarbeiten

Abbrucharbeiten

Hoch- und
Tiefbauarbeiten

In privaten wie auch in
öffentlichen Bereichen.

MBG Hoch- und Tiefbau GmbH
Vorderster Berg 8
66333 Völklingen

Tel. +49 (0) 68 98 / 4 96 09 11
Fax +49 (0) 68 98 / 7 95 98 20

info@mbg-bau.com

www.mbg-bau.com

Natur
pur rund um die
Hüttenstadt! Umgeben von
einem weitläufigen Waldgebiet
bietet Völklingen beste Erholung für
Wanderer und Radler. Mehrere Weiher
und Wildgehege laden zu Ausflügen in
die Natur ein. Und aus den Brunnen
sprudelt Wasser von höchster
Qualität aus den Wäldern
des Warndts

Gute Zeiten, schlechte Zeiten? Keine Frage: Völklingen hat schon alles durchlebt. Vor allem aber: überlebt! Viele von uns werden sich noch an das Schicksalsjahr 1986 erinnern. Damals, am 4. Juli, Punkt 12.30 Uhr, wurde im Leitwerk des Völklinger Eisenwerks der „Aus“-Hebel betätigt. Das stählerne Herz der Stadt, die ehemalige Eisenhütte der Familie Röchling, hörte auf zu schlagen. Die lodernden Flammen der sechs Hochöfen erloschen. Über 100 Jahre Roheisen-Produktion waren plötzlich Geschichte. Tausende Völklinger verloren quasi über Nacht ihren Job. Die Wunden sind bis heute zwar spürbar verheilt, dennoch gibt es immer noch vereinzelte Leerstände in der Innenstadt, die Arbeitslosigkeit liegt höher als in den benachbarten Städten und Gemeinden. Doch Völklingen lässt sich nicht unterkriegen. Und punktet längst auf anderen Gebieten wie Natur und Industriekultur, Tourismus, Handel, Gesundheit, Bildung und Dienstleistungen.



Kunst gehört ins Museum. Und in die Straßen unserer Stadt! Wie dieses Riesen-Mikado, in dem auch Kinder herumklettern dürfen. Oder der kleine „Saubermann“, der kritischen Auges darüber wacht, dass kein Passant den Asphalt verschmutzt. Auch wer offenen Blickes durch Völklingen streift, wird manches Kunstwerk entdecken

KUNSTVOLLE PERSPEKTIVEN



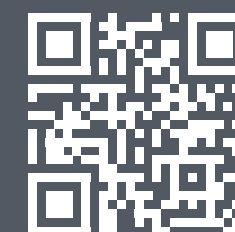
BUNK
die Autoflüsterer



**DIE
LEGENDE.
BEI UNS!**

FORD GT CARBON EDITION

ZUM
VIDEO



Ford GT NEFZ Kraftstoffverbrauch (kombiniert): 15 l/100 km; CO₂-Emissionen (kombiniert): 343 g/km. WLTP Kraftstoffverbrauch (kombiniert): 13,7 l/100 km; CO₂-Emissionen: 315 g/km.

Der deutsch-französische Warndt war über Jahrhunderte ein Siedlungsgebiet für Glasbläser. In Völklingen-Ludweiler lädt das erste und einzige Glasmuseum des Saarlandes ein, diesen fast vergessenen, aber ehemals sehr wichtigen Teil der Industriegeschichte erkunden.

Das Museum bietet neben zahlreichen Informationen zur Glasherstellung zwei Dauerausstellungen an: „Glas auf den Tisch!“ zeigt in 13 Kojen Gebrauchsglas aus der Region in Szenen aus dem Alltagsleben unserer Vorfahren, Das „Schaudepot“ präsentiert in 8 Vitrinen Erzeugnisse der ehemaligen Fenner Glashütte, der benachbarten Cristallerie Wadgassen und lothringischer Glashütten. ■



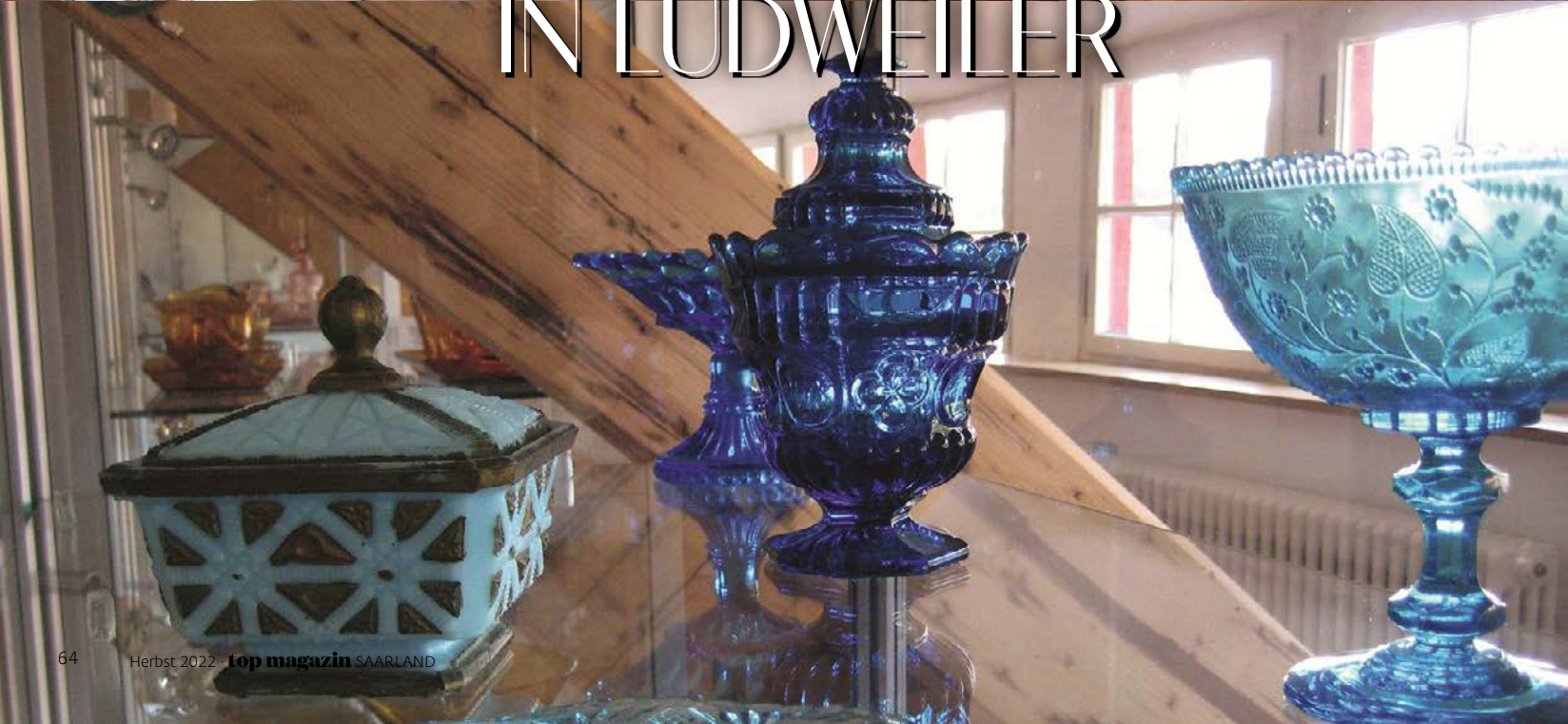
Das ehemalige Bürgermeisteramt von Ludweiler. In ihm befindet sich seit 50 Jahren das Museum des „Heimatkundlichen Vereins Warndt“ und seit 2007 das „Glasmuseum“.



„Schaudepot“ mit Fenner Pressglas

2000 Jahre Geschichte der Kelten und Römer im Warndt

FEUER & GLAS IN LUDWEILER



Kompetenz erschafft Qualität.

Mitten im Weltkulturerbe Völklingen



Präzision.Perfektion.

Mehr als 25 Jahre Erfahrung

Seit der Gründung von itp im Jahr 1994 in Völklingen, hat sich der Hersteller von Präzisionstastelementen an sein Motto „Präzision.Perfektion.“ gehalten und ist daher zum Ausstatter international technologisch führender Messmaschinenhersteller und -anwender aufgestiegen.



! Ein Messtaster ist im Grunde genommen ein aufwendiger mechanischer Schalter, der bei Berührung einer Werkstückoberfläche präzise abtastet und dadurch, wiederholgenaue geometrische Daten liefert.

* = © Marcus Krüger Hamburg

Jedes Produkt in höchster Qualität bei itp - garantiert!



Die itp GmbH schmückt nicht nur Messräume. Für Events, Messen und für Ihre Kunden stellt sie auch eine eigene Schmuckkollektion aus Titan her.



Geschäftsführer
Frank Breidenich leitet seit 2020 erfolgreich die itp GmbH. Mit neuen Visionen und viel Energie führt er den Betrieb in die Zukunft.

Der itp Service

Bei allen Fragen zu Präzisionstastelementen und Zubehör steht Ihnen die technische Beratung der itp und der Kundenservice mit Kompetenz zur Seite. Auch im Internet findet man die itp GmbH unter www.taster.de



MÄRKTE, BUHNEN, FESTPARADEN

In Völklingen wohnt die Lebensfreude



Doch drehen wir die Uhr zunächst um 1.200 Jahre zurück – ins Jahr 822. Damals wurde Völklingen erstmals unter dem Namen „Fulcolingas“ urkundlich erwähnt. Im Laufe seiner Geschichte wandelte sich der bäuerliche Markt zu einem industriellen Zentrum mit florierender Glas- und Eisenproduktion. Zu Recht sind die Völklinger stolz auf ihre wechselvolle Historie – und feiern ihr großes Jubiläum gebührend. Höhepunkt des dreitägigen Bürgerfestes vor wenigen Wochen war der historische Festumzug mit Fußgruppen und zahlreichen Motiv-Wagen – eine wunderschöne, große Feier für Jung und Alt, und eine großartige Werbung für Völklingen. Rot im Kalender ankreuzen sollte man sich derweil den 16. Oktober. Dann lädt der Völklinger Wirtschaftskreis wieder zum Großen Herbsttag mit verkaufsoffenem Sonntag, Autoausstellung und dem traditionellen Oldtimerkorso am Hindenburgplatz. Ein buntes Spektakel ist überdies der alljährliche Mondscheinmarkt. In den Abendstunden des 4. Novembers werden Gaukler, Akrobaten, Feuerschlucker, Händler und Kunsthandwerker das Publikum begeistern.

Überhaupt – die Menschen: Zählt man die zehn Stadtteile hinzu, dann leben rund 40.000 Einwohner in Völklingen. Somit gehört Völklingen zu den größten Städten des Saarlandes. Seit Jahren ist Völklingen eine typische Einwandererstadt, die Interkulturalität ist überall sichtbar. Menschen aus rund 100 Nationen leben hier zusammen und machen Völklingen zu einer vielfältigen und weltoffenen Stadt. Einer Stadt, in der sich eine Vielzahl traditionsreicher Vereine und Organisationen um das gemeinschaftliche Leben verdient machen. Nicht von ungefähr trägt Völklingen das Landessiegel als „Familienfreundliche Kommune“.

Besonders beeindruckend ist der Freizeitwert, den die Hüttenstadt zu bieten hat. Wer mit Völklingen bis dato nur graue Häuserfassaden verband, wird schnell eines Besseren belehrt. Völklingen ist weit aus grüner, als man denkt. Eine Oase der Ruhe bildet beispielsweise der Bürgerpark im Herzen der Stadt. Ein großzügiger Landschaftsgarten mit Linden, Pyramiden-Pappeln, Rotdorn und exotischen Affenbrotbäumen. Auch im Umland floriert die Natur! Zahlreiche Weiheranlagen, Grünflächen und gleich zwei Wildgehege laden zu Ausflügen. Dabei findet man in jedem der zehn Stadtteile eine Völklinger Besonderheit: Trinkwasserbrunnen laden dazu ein, sich mit Wasser von höchster Qualität aus dem Warndtgebiet zu erfrischen.

Farbenfrohe Feier-Tage: Völklingen blickt auf 1.200 Jahre wechselvolle Stadtgeschichte

Immer beliebter wird Völklingen unter Pedalrittern. So bildet die Stadt eine der markantesten Stationen des Saarland-Radweges. Auch Wanderfreunde sind auf den zahlreichen Strecken gut unterwegs. Wanderwege von mehr als 200 Kilometer führen durch Flora und Fauna rund um Völklingen.

Überhaupt ist die Stadt einen Besuch wert – allein schon wegen ihrer Sehenswürdigkeiten. Historische Bauwerke wie der sogenannte „Warndtdom“ in Lauterbach und Museen, etwa das Glas- und Heimatmuseum Warndt (Ludweiler), stehen für die Kulturgeschichte der Stadt. Das abwechslungsreiche Veranstaltungsangebot bietet ein ganzjähriges Programm mit Musik, Bühnenkunst, Märkten und Festen für Jung und Alt. Kunstliebhabende kommen bei Projekten der aktiven Kunst- und Kulturszene auf Ihre Kosten.

Auch im Handel tut sich was. Gerade bekommt die Innenstadt ein neues Gesicht – und gewinnt mit dem neuen, modernen Modepark Röther wieder stark an Attraktivität. Im Zusammenspiel mit der Fassaden-Sanierung des Alten Rathauses sowie dem neu gestalteten Platz erstrahlt

die City wieder in frischem Glanz. Oberbürgermeisterin Christiane Blatt ist jedenfalls guter Dinge, dass all diese Maßnahmen dazu führen, neue Besucher nach Völklingen zu locken und weitere Geschäfte anzusiedeln zu können.

Wirtschaft und Bildung

Seit jeher ist die Mittelstadt eng verbunden mit Kohle, Eisen und Stahl. Ihrer Tradition als Stahlstadt wird Völklingen bis heute gerecht, stellt doch die Stahlproduktion einen wesentlichen Wirtschaftsfaktor dar. Gleichzeitig hat sich die Stadt längst zu einem modernen Wirtschafts- und Industriestandort mit stetig wachsendem Dienstleistungssektor entwickelt.

Auch Bildung wird in Völklingen großgeschrieben. Neben verschiedenen Schulen verfügt die Stadt über ein Berufsbildungszentrum sowie über einen Standort der Hochschule für Bildende Künste Saar. Nicht zu vergessen: Die städtische Volkshochschule, in der man Business-Englisch büffeln kann, Ikebana-Figuren bastelt oder seine Kenntnisse am PC vertieft.

Gesundheitsstadt

Mens sana in corpore sano. Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper. Diesem Credo fühlen sich auch Völklingens Mediziner verbunden.

So finden sich in der Stadt nicht nur zahlreichen Facharztpraxen, Gesundheitszentren und Fachunternehmen, auch die SHG-Kliniken bündeln mit ihren Spezialisten für Kardiologie und Herzchirurgie medizinische Kompetenz auf internationalem Niveau. Von überregionalem Renommee sind zudem das Lungenzentrum Saar sowie das Psychiatrische Zentrum. Mit ihrer Initiative „Völklingen lebt gesund“ ist die Stadt Vorreiterin für eine saarlandweite Kampagne.

Ja, Völklingen hat viele Facetten. Jetzt liegt es an uns, die Stadt zu entdecken ... ■

Veranstaltungen:

bis 16. Oktober • Völklinger Hütte
„World of Music Video“

16. Oktober • Innenstadt
18. Völklinger Oldtimerkorso
und verkaufsoffener Sonntag

4. November • Innenstadt
Mondscheinmarkt

Infos unter www.voelklingen.de

Einatmen. Ausatmen. Innehalten.

Yoga-Praktiken dienen dazu, Gedanken loszulassen und den Geist zu entspannen. Welche Technik man hier anwendet, spielt keine Rolle. Unbestritten ist jedoch die positive Auswirkung auf Körper und Wohlbefinden. Und wer meint, Yoga sei nur etwas für Esoteriker oder Gurus, der irrt.



Ursprung vor über 3000 Jahren

Yoga ist eine jahrtausendealte philosophische Lehre, die aus Indien stammt und ihren Ursprung im Hinduismus hat. Der Begriff leitet sich aus dem Sanskrit von yuga „Joch“ ab und kann sowohl „Vereinigung“ als auch „Anschirren“/„Anspannen“ des Körpers an die Seele bedeuten. Die Praxis der Atemübungen, der Meditation und des Eins-Werdens mit dem Körper wurde in Indien bereits vor 3.000 bis 4.000 Jahren praktiziert.

Das, was heute meistens mit Yoga assoziiert wird, nämlich Körperübungen (Asanas), war ursprünglich kein Teil der alten Praktiken. Damals ging es rein darum, Körper und Geist durch Meditation miteinander zu verbinden. Zwar gab es auch wenige körperliche (Dehn-)Übungen, jedoch dienten sie dazu, den Körper für möglichst lange und konzentrierte Meditationssitzungen im Lotussitz vorzubereiten.

Frühe Schriften

Frühe Schriften des Hinduismus, die sogenannten Upanishaden, geben erste Hin-

weise auf damalige Atemübungen und Meditationstechniken. Die Upanishaden sind Teil einer Textsammlung, die sich mit existentiellen Fragen nach Gott, dem Ursprung und der Bestimmung des Menschen befassen. Die Grundlagen des Yoga sind ebenfalls stark geprägt von Patanjali, einem indischen Gelehrten, auch „Vater des Yoga“ genannt, der verschiedene Wege notierte, um Erleuchtung zu finden.

Modernes Yoga

Das Yoga, wie wir es heute kennen und in der westlichen Welt hauptsächlich praktizieren, entwickelte sich ab Mitte des 19. Jahrhunderts. In den 1920er und 30er Jahren bildeten sich in Berlin erste Schulen, die Hatha-Yoga praktizierten: eine mehr körperlich orientierte Yoga-Technik, die weiterhin spirituell geprägt war, jedoch eher eine Lebenseinstellung widerspiegelte als die alten hinduistischen Lehren und Traditionen.

Einfach mal an gar nichts denken

Fast jeder kennt das Gedankenkarussell, das uns so oft nach der Arbeit, beim Ein-

schlafen oder mitunter sogar nachts begleitet und innerlich aufwühlt. Gründe dafür gibt es unzählige. Wie schön wäre es, wenn sich das manchmal per Knopfdruck ausschalten ließe. Ganz so einfach ist es nicht, aber es gibt verschiedene Techniken, um sich ein wenig ranzutasten.

Zum Beispiel körperliche Übungen, wie sie im Yoga beschrieben werden. Denn: Egal, ob jemand interessiert an Meditation und Spiritualität ist, wenn ich mich meinem Körper widme und mich auf ihn konzentriere, haben andere störende Gedanken erst mal keinen Raum mehr. Das kann sehr befreiend sein.

Energiefluss anregen

Stress, Anspannung oder auch Kälte führen dazu, dass wir uns verkrampfen und unausgeglichen fühlen. Yogaübungen regen den Energiefluss an und bringen unseren Organismus in Einklang. Das führt häufig zu einer besseren Selbstwahrnehmung und mehr Ausgeglichenheit. Yoga hat allerdings noch wesentlich mehr positive Eigenschaften zu bieten. ■

Fotos: Sergio/chayathon2000/Syda Productions/nakedm/junky_jess/AdobeStock



Yoga Asanas

Psychische Wirkung

Ein Aspekt, den wir vermutlich oft vernachlässigen, ist die Achtung und Liebe zu sich selbst. Wer sich selbst wertschätzt und annimmt, erlangt mehr innere Ausgeglichenheit und strahlt diese auch aus. Die Yogapraktiken unterstützen uns dabei, auf den Körper einzugehen, Bedürfnisse wahrzunehmen, nach innen zu horchen. So schärft sich das Gefühl für den Körper, für das, was er gerade wirklich braucht oder auch nicht. Das betrifft auch Bereiche außerhalb des Yogas wie Ernährung, Ruhepausen oder andere Freizeitaktivitäten. Eine große

Rolle spielt übrigens auch das Unterbewusstsein. Studien zufolge werden nur circa 5 Prozent unseres Tagesablaufs aktiv gesteuert, die verbleibenden 95 Prozent übernimmt das Unterbewusstsein. Umso wichtiger also, diesen Bereich von negativen Gedanken und inneren Blockaden zu befreien. Yoga hilft dabei, sich auf das Positive zu konzentrieren und es zu stärken. Bei regelmäßiger Praxis speichert sich dieser Effekt langfristig ab.

Körperliche Fitness

Auch wenn bei den meisten Yoga-Stilen die Übungen langsam und ohne Gewichte ausgeführt werden, stärken sie die Muskulatur. Denn: in der Ruhe liegt die Kraft. Häufig wird das Eigengewicht des Körpers genutzt, was enorm anstrengend sein kann. Die Körperübungen (Asanas) sind außerdem ganzheitlich aufgebaut, das heißt, während einer Yoga-

Einheit werden nahezu alle Muskelpartien im Körper angesprochen und bewegt. Die Dehnübungen bringen unsere Faszien (Bindegewebshäute) wieder in Schwung und beugen so Verspannungen, etwa im Rücken, oder Durchblutungsstörungen vor. Wer es beim Yoga dynamischer und schneller mag, kann es mit Ashtanga oder Jivamukti Yoga probieren...

Immunsystem stärken

Einer der wohl wichtigsten Aspekte beim Yoga-Praktizieren ist die Atmung. Durch das bewusste tiefe Atmen verbessert sich der Gasaustausch in den Lungen. Es wird mehr Blut in den Kreislauf gepumpt und somit auch mehr Sauerstoff. Das belebt Gehirn und Körper und gibt mehr Energie für den Tag. Langfristig gesehen stärkt

es auch das Immunsystem, da sich kranke Zellen in sauerstoffreichem Milieu schlechter ansiedeln. Eine bewusste Atempraxis dient also dem gesamten Organismus und wirkt als natürlicher Schutz gegen Krankheiten. Die Atemtechniken, Pranayamas genannt, umfassen verschiedene Techniken wie Bauchatmung oder Wechselatmung.



Auf allen Vieren: Lena übt den „Herabschauenden Hund“



Und jetzt noch kurz lächeln fürs Foto...



Beine strecken und die Zehen berühren? Leichter gesagt als getan... mit Yoga-Lehrerin Jeanette Schweizer (rechts) zeigt wie's geht

Ich mach' die Biege ...!

Namasté! Yoga ist nichts für Feiglinge, meint TOP Reporterin Lena Scheidt.
Was sie in ihrer ersten „Matte-Stunde“ erlebte, hat sie für uns dokumentiert

Eben noch lag ich bäuchlings wie ein toter Käfer auf der Gummi-Matte. Doch nun heißt es: Oberkörper aufrichten. Die Fußknöchel mit den Händen packen. Und soweit hochziehen, bis meine Wirbelsäule einem Riesen-Smiley gleicht. Uff! So also müssen Gummi-Artisten in der Zirkus-Manege ihr Geld verdienen, denke ich noch bei mir. Auf meiner Stirn glitzern erste Schweißperlen. Doch Loslassen gilt jetzt nicht. Eine Stimme aus dem Hintergrund macht mir Mut: „Sehr gut, Lena. Und jetzt stark machen“.

Die Stimme gehört Jeanette Schweizer, Inhaberin des bekannten Studios „Yogastate“ in der Saarbrücker Innenstadt. Hier, in einem Hinterhof der Bleichstraße, nur wenige Schritte vom St. Johanner Markt entfernt, habe ich mich zur ersten Matte-Stunde meines Lebens angemeldet.

Dabei hatte ich mir eigentlich vorgenommen, mich in meinem Leben möglichst wenig verbiegen zu lassen. Doch schnell merke ich: Beim Yoga geht es genau darum. Beweglichkeit, aber auch Entspannung, Achtsamkeit, Gelassenheit, das innere Licht.

Nun, ein bisschen mehr Beweglichkeit kann ja generell nicht schaden, denke ich bei mir. Wo ich doch sonst den lieben langen Tag mit gekrümmtem Rücken über dem Laptop hänge und für die nächste Anglistik-Klausur büffle.

Aber muss es denn gleich Yoga sein? Ist die uralte, indische Bewegungslehre nicht so was Esoterisches mit Räucherstäbchen-Duft und Mantra-Singsang? Nicht unbedingt. Der Raum des Saarbrücker Yoga-State ist erstaunlich nüchtern



Das „Yogastate“ in der Saarbrücker Bleichstraße

gehalten. Dunkler Dielenboden, weißgetünchte Wände, ein paar Klangschalen – ansonsten wenig Schnickschnack. Aus gutem Grund! Schließlich geht es ja darum, sich nicht von irgendwelchem Deko-Zeug ablenken zu lassen, sondern Körper und Geist Raum zu geben, in den eigenen Körper hineinzuhorchen – und seinen eigenen Atem bewusst wahrzunehmen.

Ob Kobra, Katze oder Kamel: Jede Übung trägt einen anderen Namen
Tatsächlich wundere ich mich, wie intensiv sich alle Kurs-Teilnehmer auf den eigenen Atem konzentrieren. Bis dato habe ich übers Luft holen noch nie groß nachgedacht. Doch hier im Yogastate geht jede Bewegung mit bewusster Atmung einher. Der Atem, so erklärt mir Jeanette, ist die Verbindung von Körper und Seele.

Im Laufe der Stunde lerne ich Übungen kennen, die so kuriose Namen tragen wie „Heraufschauender Hund“, „Schmetterling“, „Baum“, „Kobra“, „Krieger“, „Drache“, „Kamel“, „Liegende Katze“ oder „Heuschrecke“.

Jede Übung sieht einfach aus, erfordert aber durchaus Kraft und Konzentration.

Beispiel: Der herabschauende Hund. Dabei steht man auf Händen und Füßen, der Hintern wird in die Luft gereckt, der Brustkorb Richtung Oberschenkel gedrückt. Puh, denke ich, als Arme und Beine vor Anstrengung zu zittern beginnen – das ist ja heftiger als im Fitness-Studio mit 100 Geräten.

Manchmal habe ich mich gefragt, ob ich den Knoten, in dem ich mich befand, auch wieder aufbekomme. Kein Wunder: Brustkorb, Nacken, Rücken, Gliedmaßen, Gesäß – von Kopf bis Fuß wird der Körper komplett beansprucht.

Gut für die Sehnen. Gut für die Seele.
Die Stunde vergeht wie im Flug. Zum Abschluss schaut Jeannette noch einmal in die Runde und spricht mit sanfter Stimme drei Friedenswünsche: für uns

selbst, unsere Familie und Freunde und jedes Lebewesen auf der Erde.

Mein Fazit: Yoga aktiviert nicht nur Muskeln, Faszien und Sehnen, sondern beflügelt vor allem die Seele. Zugleich wird der gesamte Körper gedehnt, gekräftigt und mobilisiert. Mich persönlich hat die Stunde nicht nur angenehm entspannt, sondern auch spirituell bereichert. Endlich konnte ich mal vollkommen abschalten, einfach den ganzen Uni-Stress mal hinter mir lassen. Ommm ... das hat gutgetan! ■

„Innovative Leistungen im Zeichen der Gesundheit –

*Gesundheitsvorsorge aus
Saarbrücken für das ganze Land!“*

Isabella Martorell Naßl, Katharina Jessel und Martin Fleischer bilden gemeinsam den Vorstand der Union Krankenversicherung (UKV), dem zentralen Kranken- und Reiseversicherer der Sparkassen-Finanzgruppe und der öffentlichen Versicherer in Deutschland. TOP sprach mit dem Trio über den Standort Saarbrücken, Kassenbeiträge und das jüngste Erfolgsprodukt – die „betriebliche Krankenversicherung“.

Frau Martorell Naßl, neun Zehntel unseres Glücks beruhen auf Gesundheit, meinte einst der große Philosoph Arthur Schopenhauer. Was sagt die Vorstandsvorsitzende der Union Krankenversicherung dazu? Geben Sie Schopenhauer Recht?

Martorell Naßl: Absolut! Unsere Gesundheit sollte immer an erster Stelle stehen. Oft merken wir erst, wie wichtig sie ist, wenn wir erkranken. Aber Gesundheit ist viel mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Wer fit, vital und ausgeglichen ist, hat einfach mehr vom Leben.

Man sollte also rechtzeitig die Weichen stellen – hin zu einem gesünderen, proaktiven Lebensstil?

Martorell Naßl: Dazu raten wir von Herzen. Die Corona-Pandemie hat uns noch einmal mehr gezeigt, wie wertvoll unsere Gesundheit ist. Um sie zu schützen, ist es immens wichtig, selbst Sorge dafür zu tragen. Zahnvorsorge, Impfungen, regelmäßige Besuche bei Ärzt*innen, Sport, gesunde Ernährung – es gibt unzählige Möglichkeiten. Deshalb rücken wir das Thema Prävention immer stärker in den Fokus. Wir bieten unseren Kund*innen eine Vielzahl an Gesundheitservices an – von der Raucherentwöhnung bis zum Rücken-Kurs, von Achtsamkeit bis hin zur gesunden Ernährung.

„Stark für mich“. So lautet der Claim Ihrer Versicherung. Von welchen Stärken sprechen wir da konkret?

Jessel: Vertrauen, Kundennähe, Transparenz. All dies und mehr sind Werte, auf die wir bauen und stolz sind. Wir haben stets ein offenes Ohr für die Belange unserer Kund*innen und Vertriebspartner*innen und verstehen durch unsere starke regionale Verankerung mit den öffentlichen Versicherern und den Sparkassen vor Ort, was die Menschen bewegt. Dazu kommen unsere Mitarbeitenden, die hoch kompetent, serviceorientiert,



UKV-Gebäude am Saarbrücker Eschberg

freundlich und zuverlässig sind. Das spüren unsere Kunden*innen in ganz Deutschland. Wir nehmen die Kundenbelange ernst; bei der UKV haben sie ihre festen Ansprechpartner.

Mit 3,2 Millionen Versicherten ist die UKV gemeinsam mit ihrer Konzernschwester, der Bayerischen Beamtenkrankenkasse, derzeit die drittgrößte private Krankenversicherung Deutschlands. Warum ist die Zentrale eines solch erfolgreichen Big Players seit Gründung im beschaulichen Saarbrücken verortet und nicht in eine der großen Versicherungsmetropolen gezogen?

Martorell Naßl: Die Versicherungskammer, zu deren Konzerngruppe wir seit 22 Jahren gehören, versteht sich als Versicherer der Regionen. Wir möchten ganz bewusst nah am Menschen sein, vor allem im Saarland, wo wir seit über 40 Jahren mit der UKV zuhause sind. Aus dieser Tradition heraus stehen wir zu diesem Standort - und zu unseren Wurzeln. Wir haben den Menschen hier vieles zu verdanken. Seit der Gründung im Jahr 1979 haben wir mehr als acht Milliarden Euro an Leistungen an unsere Kund*innen ausbezahlt und zählen über 1.200 Beschäftigte in ganz Deutschland, wovon mehr als 700 in Saarbrücken arbeiten. Viele unserer Mitarbeitenden haben hier

ihre Lebenspartner*innen gefunden und eine Familie gegründet. Gemeinsam mit der Union Reiseversicherung und den Saarland Versicherungen gehören wir zu den TOP 5 Arbeitgebern im Saarland. Wir sind sehr stolz auf das Geleistete und die gesamte Belegschaft bei der UKV und den Saarland Versicherungen, ohne die das alles nicht möglich ist.

Herr Fleischer, Sie sind erst vor ein paar Monaten zur UKV dazugekommen. Wie war Ihr Start im neuen Team?

Fleischer: Die UKV war für mich kein Neuland, schließlich bin ich seit über 15 Jahren Teil des Teams Versicherungskammer und kannte Isabel und Katharina bereits von meinen früheren Funktionen. Mit Beiden habe ich das Glück, zwei exzellente, erfahrene und hochqualifizierte Top-Managerinnen als Kolleginnen zu haben. Wir sind ein gutes Team, das sich zum Ziel gesetzt hat, die UKV-Familie und unsere Versicherungskund*innen auch durch turbulente Zeiten in eine gute Zukunft zu begleiten.

Frau Jessel, anlässlich des Weltgesundheitsstages im Frühjahr dieses Jahres initiierten Sie eine „Fahrradtour um die Welt“. Was hatte es mit dieser Aktion auf sich?

Jessel: Wir hatten uns als Ziel gesetzt, gemeinsam mit Fahrradbegeisterten und solchen, die es werden wollen, einmal um den Äquator zu radeln. Die gefahrenen Kilometer haben wir anschließend verdoppelt und in Euro an die Hilfsorganisation „Ärzte ohne Grenzen“ gespendet. Damit wollten wir Aufmerksamkeit auf die Bedeutung der gesundheitlichen Vorsorge lenken und gleichzeitig Menschen in Krisengebieten unterstützen, die dringend humanitäre Hilfe benötigen. Die vollständige Äquatorlänge haben wir nicht ganz geschafft. Fast 30.000 Kilometer sind dennoch ein großer Erfolg, der zeigt, wie stark eine Gemeinschaft sein kann.

Auch im Rahmen anderer Marketingkampagnen setzen Sie neuerdings auf Influencer*innen, wie etwa zum Weltfrauentag. Warum?

Jessel: Das war wirklich eine tolle Aktion zum diesjährigen Weltfrauentag. Unsere Influencer*innen durften auf Instagram über persönliche Erfahrungen beim Thema Gesundheitsvorsorge für Frauen berichten und hatten dabei inhaltlich weitgehend freie Hand. Mit ihrer authentischen Kommunikation haben sie dabei stark dazu beigetragen, ihre Altersgenossinnen für die eigene Gesundheit und Vorsorge zu sensibilisieren und zu informieren. Die Resonanz dieser Kampagne spricht für sich. Daher werden wir auch zukünftig unsere wichtigen Themen rund um die Gesundheit und die Pflege- und Reiseversicherungen auf innovativen Kanälen platzieren. Aktuell arbeiten wir beispielsweise an einer Kampagne mit der Zielgruppe Firmenkunden. Darin wollen wir Arbeitgeber über die Vorsorgemöglichkeit für ihre Mitarbeitenden informieren. Seien Sie gespannt!

Herr Fleischer, Sie verantworten in der UKV den Bereich Produktentwicklung. Warum sollte ich mich als Selbstständiger bei Ihnen privat krankenversichern?

Fleischer: Bei der UKV genießen Sie beste, kompetente sowie individuelle Beratung. Wir verstehen uns nicht nur als Versicherer, sondern als Gesundheits-, Reise- und Pflegepartner. Die individuelle Absicherung von Privatversicherten ist weit mehr als ein kostensparender Versicherungstarif. Uns geht es darum, dass unsere Kund*innen ein auf ihre individuelle Lebenssituation maßgeschneidertes Vorsorgeangebot erhalten. Ob für den Berufseinstieg, als Ruheständler*in oder im Pflegefall: Wir haben eine Lösung für unsere Kund*innen parat. In der gesamten Produktentwicklung schauen wir über den Tellerrand hinaus und scheuen uns auch nicht vor neuen Möglichkeiten und arbeiten gezielt mit innovativen Startups und der Wissenschaft zusammen. Die regelmäßigen Auszeichnungen renommiertester Rating-Agenturen und unabhängiger Experten – zum Beispiel vom TÜV Saarland oder Focus Money, zeigen uns, dass wir damit auf dem richtigen Weg sind.

Von den Top-Leistungen und Services der UKV kann sich jeder überzeugen. Dennoch hört man immer wieder, dass die Beiträge der privaten Krankenversicherungen mit den Lebensjahren erheblich steigen.

Tappe ich im Alter automatisch in eine Kostenfalle?

Fleischer: Nach einer Studie des Wissenschaftlichen Instituts der PKV stiegen die Beiträge im Zeitraum 2011 bis 2021 bei den gesetzlichen Versicherungen um 3,3 Prozent, bei den Privaten um 3,0 Prozent. Dass Gesundheitsleistungen insgesamt immer teurer werden, ist jedoch evident und auf viele Ursachen zurückzuführen. Neue Medikamente, bessere Verfahren, höherwertigere Versorgung – und jetzt kommt auch noch die Inflation dazu.

Die UKV versteht sich als starker Partner in allen Lebenslagen. Auch in besonderen Lebenssituationen – wie nach einem schweren Verkehrsunfall oder einer schweren Erkrankung?

Martorell Naßl: Gerade bei Schicksalsschlägen oder in besonderen Lebenslagen lassen wir unsere Kund*innen nicht allein, sondern stellen ihnen qualifizierte Kundenlotsen zur Seite. Ob schwere, chronische Krankheit oder unerfüllter Kinderwunsch, ob Sie ein Kind mit Behinderung haben oder die 24-Stunden-Intensivpflege für einen Angehö-

kommen wir mit einem ganzheitlichen telemedizinischen Ansatz nach, der die Telefon-, Video- und Smartphone-Sprechstunde abdeckt. Seit Jahresbeginn arbeiten wir mit dem Telemedizin-Dienstleister Medgate Deutschland zusammen. Gemeinsam wollen wir den Zugang zu medizinischer Versorgung moderner und zukunftsorientierter gestalten und feilen auch schon an weiteren Projekten.

Und wer nutzt die digitalen Angebote? Wohl eher die jüngere Zielgruppe.

Martorell Naßl: Keineswegs. Neben einer digital affinen Zielgruppe, die nicht nur aus jüngeren Leuten besteht, nutzen vor allem chronisch kranke oder mobil eingeschränkte Menschen sowie Familien mit Kindern unsere digitalen Sprechstunden. Stark nachgefragt werden zudem Impfberatungen oder Ersteinschätzungen bei akuten Erkrankungen. Auch Covid-Erkrankte nehmen zunehmend digitale ärztliche Beratung bei Medgate in Anspruch. So haben wir während der Hochzeiten der Pandemie eine Verdoppelung der Nachfrage nach telemedizinischen Leistungen registriert.



„Wir gehören zu den TOP 5 Arbeitgebern im Saarland.“

Isabella Martorell Naßl

rigen übernehmen: Die Kundenlotsen helfen mit den vielfältigen Herausforderungen zurechtzukommen. Diese persönliche, individuelle Hilfe reicht von der Suche nach optimaler medizinischer Versorgung über Terminvereinbarungen mit Spezialisten bis hin zur Einforderung gesetzlicher Ansprüche.

Stichwort „Digitalisierung“: Die Telemedizin liegt derzeit voll im Trend. Fluch oder Segen für die Patienten?

Martorell Naßl: Hier überwiegen eindeutig die Vorteile. Daher etabliert sich die Telemedizin immer stärker. Der digitale Arzt*innenbesuch ist einfach, bequem und sicher. Der wachsenden Nachfrage

Nicht wenige Menschen trauen sich auch nicht in eine Arztpraxis, weil sie sich wegen ihres Krankheitsbildes schämen.

Martorell Naßl: Das stimmt. Dabei geht es meist um optische Veränderungen an Haut, Haaren und Nägeln oder manche Geschlechtskrankheiten. Lange Wartezeiten oder Schamgefühle halten viele Menschen von einem Besuch ab. Die UKV ermöglicht hier - in Kooperation mit der vom TÜV zertifizierten Online-Hautarztpraxis dermanostic – eine diskrete Behandlung per Smartphone an. Weitere digitale Apps richten sich zum Beispiel an Herzpatienten und Schwangere.



„Vertrauen, Kundennähe, Transparenz – Dafür steht die UKV.“

Katharina Jessel



„Ob Gesundheit, Reise oder Pflege: Wir verstehen uns als Partner der Versicherten.“

Martin Fleischer

Ein wahres Erfolgsprodukt Ihres Konzerns ist die betriebliche Krankenversicherung – kurz bKV. Was hat es damit auf sich?

Jessel: Die gesetzliche Krankenversicherung deckt die Grundversorgung ab. Für individuelle, auf die persönliche Lebenssituation zugeschnittene Gesundheitsleistungen müssen die Versicherten selbst sorgen. Mit der betrieblichen Krankenversicherung haben Unternehmen die Möglichkeit, ihren Mitarbeitenden eine weitgehende Behandlung auf Privatpatienten-Niveau zu ermöglichen. Das stärkt die Motivation und Leistungsfähigkeit ihrer Belegschaft, vor allem aber ist es ein wichtiges Mitarbeiter-Bindungsinstrument. In der betrieblichen Krankenversicherung haben wir fast 30 Jahre Erfahrung und waren seinerzeit der erste Anbieter eines solchen Produkts. Jede*r Fünfte, der hierzulande betrieblich krankenversichert ist, ist das bei uns.

Von welchen Extra-Leistungen sprechen wir da eigentlich?

Fleischer: Die Unternehmen und ihre Mitarbeitenden können aus einer Art Baukasten ihre Gesundheitsleistungen auswählen. Darin enthalten sind etwa Leistungen für stationäre Krankenhausaufenthalte, für alternative Heilmethoden, Zahnmedizin, Hör- und Sehhilfen und vieles mehr. Die Produkte mit dem Tarifbaustein „VorsorgePro“ bieten zudem sinnvolle Vorsorgeleistungen zur Früherkennung von Krankheiten sowie Impfungen, so dass die Mitarbeitenden im Krankheitsfall besser abgesichert sind. Davon profitieren Arbeitgeber und Arbeitnehmer*innen.

Um meine Belegschaft zu motivieren, könnte ich doch einfach Gehaltserhöhungen aussprechen ...

Jessel: Theoretisch ja. Die Herausforderung fängt allerdings mit der Anwerbung

von Mitarbeitenden an! Derzeit wird von deutschen Unternehmen ein Fachkräftemangel als das Geschäftsrisiko Nummer 1 wahrgenommen. Da ist es besonders wichtig, dass Arbeitgeber attraktive Konditionen schaffen, um neue Talente zu gewinnen und die bestehenden, älter werdenden Know-how-Träger zu halten, und gleichzeitig ihre Fitness zu unterstützen. Wer sich als Arbeitgeber um die Gesundheit der Mitarbeitenden kümmert, trifft mit diesem Angebot den Puls der Zeit – erst recht im Hinblick auf den demografischen Wandel. Ein gesundes Unternehmen lebt von gesunden Mitarbeitenden. Und mit der betrieblichen Krankenversicherung zeigen die Arbeitgeber, dass ihnen die Gesundheit ihres Teams am Herzen liegt. Die Mitarbeitenden werden es ihnen danken!

An welche Betriebe richtet sich Ihr Angebot?

Jessel: Wir richten uns vor allen Dingen an kleine und mittelständische Betriebe ab zehn versicherungspflichtigen Mitarbeitenden – perfekt also für saarländische Unternehmen! Sprechen Sie uns einfach an, unsere Spezialisten freuen sich auf eine ausführliche und individuelle Beratung der Unternehmen.

Firmen-Chefs werden zunächst aber erstmal den zusätzlichen Papierkram fürchten, ganz abgesehen von den Mehrausgaben.

Fleischer: Keine Bange: Der Aufwand für den Arbeitgeber ist minimal, denn die Tarife sind schnell, flexibel und einfach im Abschluss. Nehmen wir z. B. unseren Gesundheitsbudget-Baustein. Hier legen die Arbeitgeber eine jährliche Budgethöhe fest, die den Mitarbeitenden zur Verfügung steht. Diese können frei aus einem Leistungskatalog wählen, wofür sie dieses Budget verwenden. Das Angebot des Arbeitgebers können die Angestellten

flexibel nutzen, indem sie verschiedene Gesundheitsleistungen kombinieren. Ein weiterer Vorteil für die Unternehmen ist, dass die Beiträge zur betrieblichen Krankenversicherung als Betriebsausgaben von der Steuer absetzbar sind.

Die UKV und die SAARLAND Versicherungen treten nach außen eigenständig auf, sind aber miteinander verbandelt.

Martorell Naßl: UKV und Saarland Versicherungen sind beides Unternehmen des Konzerns Versicherungskammer, dem größten öffentlichen Versicherer in Deutschland. Wer bei den Saarland Versicherungen eine vollumfängliche Absicherung wünscht, bekommt im Krankenversicherungsgeschäft ein Angebot der UKV. Aber die Zusammenarbeit geht natürlich noch weiter. Denn im Konzern profitieren wir gemeinsam von zentralen Fachfunktionen. Im Sinne einer effizienten Aufstellung sind unsere Mitarbeitenden wie beispielsweise im Personal, Marketing und Kundenservice übergreifend auch für die Marken und Unternehmen des Konzerns im Einsatz. Wir bilden gemeinschaftlich unseren Nachwuchs aus und im nächsten Jahr rücken wir auch räumlich enger zusammen, wenn am Eschberg unser modernisierter Smart Working-Campus eröffnet wird.

Apropos Eschberg. Die Firmenzentrale in der Peter-Zimmer-Straße 2 am Fuße des Eschbergs beeindruckt jeden Besucher mit ihrer futuristischen Architektur. Dabei hat sie schon 40 Jahre auf dem Buckel.

Martorell Naßl: Der gläserne Stahlbau war schon damals architektonisch seiner Zeit weit voraus und setzt bis heute Maßstäbe –so wie jetzt der Campus Eschberg, den wir derzeit zu einem modernen Smart Working-Campus umbauen.

Wir befinden uns hier mitten in einem Veränderungsprozess: neben innovativen Arbeitsformen ist das mobile Arbeiten fester Bestandteil unserer zukünftigen Arbeitswirklichkeit. Wir passen unsere Arbeitswelt an unsere veränderten Lebens- und Arbeitsweisen an und werden damit den Bedürfnissen jedes Einzelnen, aber auch denen unserer Vertriebspartner*innen und Kund*innen noch besser gerecht. Mit Smart Working an allen Standorten des Konzerns bleiben wir zukunftsfähig - und den Anfang macht unter anderem unser Campus am Eschberg. ■

Internationaler Gourmet Markt

11.-13.11.2022
Industriekathedrale Alte Schmelz
St. Ingbert

Tickets und Tischreservierungen:
www.ticket-regional.de



Freitag 16-22 h

Samstag 11-22 h

Schaukochen u.a. moderiert von
St. Ingberter Sternekoch
CHRISTIAN RACH

Sonntag 11-19 h

Schaukochen, Tastings, Live-Musik, u.v.m.



AUTOHAUS
DECKERT

BIOSPHEREN
STADTWERKE
ST. INGBERT

Bitte ein Bit
Bitburger

LVM5
VERSICHERUNG
Ralf Drautzburg

WOCHENSPIEGEL

Guide O.

PLAN-events
DIE EVENT- UND MARKETINGAGENTUR

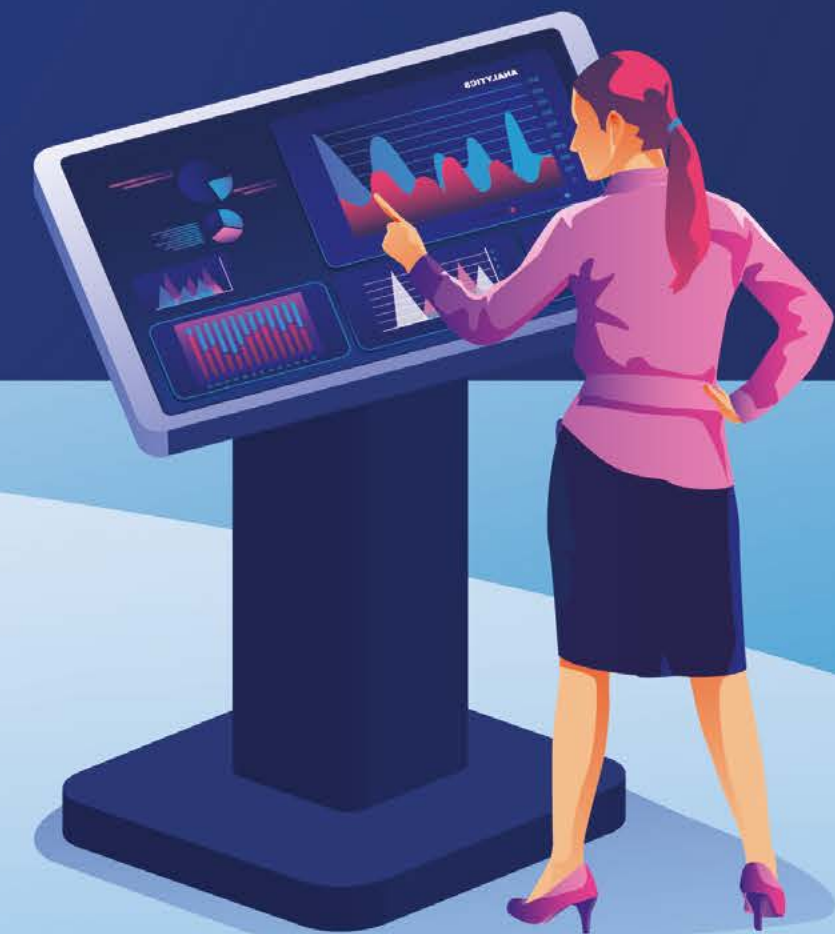
www.gourmetmarkt-saarland.de



START IT UP!

Mutige Macher, kreative Köpfe, findige Tüftler:

In Saarlands Gründer-Szene tut sich was. TOP stellt die spannendsten Projekte vor – und verrät, wer den Newcomern wertvolle Starthilfe leistet.



Seine Geschäftsidee war von Anfang an echt abgefahren – im wahren Sinne des Wortes. Pascal Klein steht auf seinem Betriebsgelände in Dillingen. Um ihn herum: Berge von alten, abgefahrenen Autoreifen. Tausende türmen sich hier.

Zugegeben – es gibt sicher Start-ups, die mehr Sex-Appeal versprühen. Doch selbst mit altem Gummi lässt sich Geld verdienen. Pascal Klein, Inhaber der Pyrum Innovations AG, ist das beste Beispiel dafür. Der Saarländer ist, neben inexo-Gründer David Zimmer, einer der Pioniere der saarländischen Start-up-Szene. Vor 16 Jahren hatte Pascal Klein gemeinsam mit seinem damaligen Geschäftspartner die Firma gegründet – in einer alten Gartenlaube. Eine Million Euro gab es damals an Fördermitteln von der EU. Genau die richtige Finanzspritze, damit die Start-up-Rakete zünden konnte.

Heute steht Pyrum glänzend da. Klein ist mittlerweile Vorstandsvorsitzender eines europaweit agierenden börsennotierten Recycling-Unternehmens, das mit Big Playern wie BASF und Mercedes-Benz zusammenarbeitet. Auf dem Firmengelände in Dillingen werden derzeit jährlich 6.000 Tonnen Altreifen geschreddert und nach

einem patentierten Thermolyse-Verfahren so zersetzt, dass einzelne Bestandteile wie Öl, Karbonstaub, Gas und Wasserstoff wiederverwendet werden können. Ohne dass Restmüll zurückbleibt. Gerade wird die Anlage für 25 Millionen Euro erweitert, schon bald wird sich damit die Kapazität verdreifachen – auf über 20.000 Tonnen. Neue Rohstoffe aus alten Reifen – die Umwelt dankt es ihm.



Die Histaminikus-Gründer Michaela und Thomas Zinser

Leute wie Pascal Klein gibt es mittlerweile zuhauf. Immer mehr junge, mutige Unternehmer entscheiden über die Zukunft unserer Wirtschaft, ihre Start-ups sind im besten Fall die Weltkonzerne von morgen. Jährlich wird eine Vielzahl von Start-ups in Deutschland gegründet. Mehrere Milliarden werden Jahr für Jahr in vielversprechende Newcomer aus unterschiedlichen Branchen investiert. Deren häufigste Themen: Digitalisierung, Green Economy, gesunde Ernährung.

Auch unser kleines Saarland braucht junge, innovative, engagierte Gründer, die mit kreativer Power, zündenden Ideen, frischem Mut und großen Visionen das Land in eine neue Zukunft führen. Dabei lässt man die Neu-Starter nicht allein. Mehr als 25 staatliche, öffentliche und private Initiativen stehen den Gründern hierzulande mit Rat, Tat und oft auch mit Kapital zur Seite, um den Nachwuchs gezielt zu fördern.

Doch trotz dieser Maßnahmen seitens Wirtschaftsministerium, saar.is, IHK, Handwerkskammer, Universität, Banken und weiterer Akteure, trotz bester Rahmenbedingungen und unbestreitbarer Standortvorteile erblicken in unserem Bundesland noch immer viel zu wenige Start-up-Unternehmen das Licht der Welt. So kamen im vergangenen Jahr auf eine Million Einwohner im Bundesschnitt 2.879 Gründungen, im Saarland lediglich 2.341. Schade eigentlich, schließlich kann unser Bundesland mit einer munteren Gründerszene, kurzen Wegen, Frankreich-Nähe und einer starken Hochschullandschaft punkten. Räumlichkeiten sind

auch vorhanden. In Coworking-Locations wie „Fase 15“, „DudoPark“ oder „The Place“ können Ideen und Konzepte gedeihen. Auch am Geld sollten Gründungen hierzulande nicht scheitern. Dafür sorgen die Saarländische Investitionskreditbank (SIKB) und die Saarländische Kapitalbeteiligungsgesellschaft, die im besten Fall zinsvergünstigte Darlehen von bis zu 2 Millionen Euro vergeben.

„Geld ist jedoch nicht alles“, betont IHK-Hauptgeschäftsführer Dr. Frank Thomé. „Entscheidend ist auch, Gründergeist zu wecken und jungen Unternehmen ein spannendes Ökosystem zu bieten.“ Thomé: „Hier braucht es in erster Linie eine positive Einstellung zu den Themen Unternehmertum, Selbstständigkeit und Gründung.“ Dabei seien Schulen und Universitäten gefordert. Thomés Wunsch: „Unternehmerisches Denken und Handeln sollten Schlüsselkompetenzen sein, Themen wie Unternehmensgründung und Unternehmensführung gilt es, in den Lehrplänen von Schulen und Universitäten zu verankern.“



IHK-Hauptgeschäftsführer Dr. Frank Thomé

7 wichtige Tipps für Gründer

1. Zeige Haltung! Ohne Überzeugung und innere Haltung wird keine Geschäftsidee bestehen. Denn wer nicht von sich, seinem Angebot und dessen Qualität überzeugt ist, der wird auch niemand anderen glaubhaft überzeugen können.

2. Die Idee - denke groß! Eine klar definierte Geschäftsidee ist das Fundament jedes Gründers. Dazu gehört auch die Formulierung eines Leitbilds inklusive Vision, Strategie und Ziel.

3. Positioniere Dich! Mit welchen Stärken und Qualitäten kann ich mich von Mitbewerbern abheben und am Markt punkten? Was macht Dich einzigartig? Diese Alleinstellungsmerkmale gilt es zu verdeutlichen.

4. Deine Zielgruppe. Wen möchte ich ansprechen? Wer seine Kunden kennt, der kann auch zielgenau werben.

5. Marketing. Mache Deine Marke sichtbar, Sorge für ein entsprechendes Image. Und behalte stets die 4 P im Blick: Product, Price, Place, Promotion.

6. Vertrieb ist alles. Neue Kunden fallen Dir nur selten einfach vor die Füße. Also: Was nutzt das beste Produkt, wenn es nicht aktiv vertrieben wird? Sorge für Präsenz im Zielmarkt – und individuelle Kunden-Ansprache beim Verkauf.

7. Erfolgskontrolle. Agiere – und kontrolliere. Welche Maßnahmen waren erfolgreich, welche überflüssig, welche zu kostspielig? Nur wer solide hält und die Kennzahlen in Bezug auf Kosten und Nutzen im Blick behält, kann solide für die Zukunft planen.

Wie junge Unternehmen vom saarländischen Business Angels Netzwerk profitieren können, zeigt das Beispiel des Merziger Start-ups Histaminikus.

Das Start-up schien optimal aufgestellt. „Wir hatten Produkte entwickelt, wir hatten Lieferanten, wir hatten einen Online-Shop eingerichtet – alles war zum Verkaufen perfekt. Bloß zu wenige haben gekauft“, erinnert sich Thomas Zinser an die Anfänge. Zu wenig, um ordentlich zu wachsen.



Sprechen Sie Gründisch? Das ABC für Firmen-Gründer: Diese Begriffe sollten Start-up-Helden kennen

Branding

Das Etablieren einer Marke durch gezielte Werbung. Es wird dabei versucht, bestimmte Botschaften, Gegenstände oder Zeichen mit dem Produkt und der Marke zu verknüpfen.

Corporate Design

Corporate Design umschreibt das visuelle Erscheinungsbild eines Unternehmens nach innen und nach außen. Durch formale Gestaltungskonstanten wie Firmenlogo, Schrift oder Farbe soll das Unternehmen als Einheit erscheinen.

Venture Capital

Beteiligungskapital, das Investoren außerhalb der Börsen zur Verfügung stellen. Dieses Kapital fließt vornehmlich in Start-ups, die sich in innovativen Bereichen wie der IT-Branche engagieren. Niemand kann vorhersagen, wie sich solche Firmen entwickeln: Von der Insolvenz bis hin zu Milliarden-Umsätzen ist alles möglich.

Content-Marketing

Marketing-Methode, bei der nicht das Produkt vermarktet wird, sondern bei der die Marke durch wertvolle Inhalte bekannter wird und man eine Community aufbaut.

Call to Action

Call to Action, kurz: CTA, ist eine Handlungsaufforderung im Marketing. Diese kann beispielsweise in Form eines Buttons – z.B. „Jetzt herunterladen“ – oder auch in Form eines TV-Werbespots eine Aufforderung zum Kauf eines Produktes sein.

Skalieren

In der Betriebswirtschaft bedeutet Skalierung, dass ein Unternehmen wächst, ohne dass dafür größere Investitionen oder höhere Fixkosten notwendig sind. Dadurch steigt sowohl der Umsatz als auch der Gewinn des Unternehmens. Skalierbarkeit meint in diesem Zusammenhang die Expansionsfähigkeit eines Geschäftsmodells.



Drei Saarländer möchten mit ihrer Idee die Gastro-Szene revolutionieren: Florian Stauer, Cham Sourzac und Joachim Schuh vom Startup „Fastlane“



Die junge Firma Kraftblock um die Gründer Dr. Martin Schichtel und Susanne König widmet sich der Entwicklung moderner Energiespeichertechnik

Bei einem Besuch in der IHK bekamen die beiden Gründer den Tipp, sich doch an das Business Angels Netzwerk Saarland (BANS) zu wenden. In diesem Netzwerk engagieren sich erfahrene Unternehmer und Führungskräfte, um Gründer zu unterstützen. So präsentierten die Zinsers

ihre Geschäftsidee und ihr Problem in einer Runde von Business Angels. Schließlich hatten sie drei Business Angels, die sich um sie kümmerten: den Zweibrücker Unternehmensberater Holger Maaß, Dr. Michael Bauer, Chef der St. Ingberter Firma Carbolution, sowie Erik Münz, Ge-

schäftsführer der Saarbrücker Investmentgesellschaft x-invest.

Überzeugende Vorstellung

Das Ehepaar Zinser sah von Anfang an ein Riesen-Potenzial in seiner Idee, histamin- und glutenfreie Lebensmittel zu

Wichtige Start-up-Initiativen im Saarland

Gründerzentrum der IHK

Die Industrie- und Handelskammer des Saarlands bietet eine eigene Anlaufstelle für Start-ups und Gründer an.

Saarland Offensive für Gründung

25 Partner aus allen Bereichen der Gründerförderung haben sich zur Saarland Offensive für Gründung vereinigt.

Business Angels Netzwerk Saarland

Das Netzwerk verhilft Gründern aus dem Saarland zu Geld, Management-Wissen und Kontakten.



Saarländer contra Amazon! Alocalo möchte den stationären Handel in der Region fördern

WIR STELLEN EUCH VOR: DR. JULIA GRAEVE



Fachärztin für Plastische und Ästhetische Chirurgie

Spezialisiert auf

- LIDPLASTIKEN
- FETTABSAUGUNGEN
- STRAFFUNGSOPERATIONEN in Form von Mini-Abdominoplastik (Mini-Bauchdeckenstraffungen)
- OHRANLEGEPLASTIKEN
- BOTOX-, FILLER- & SCULPTRABEHANDLUNGEN
- FADENLIFT / THREAD-LIFT



www.belstetica.com

BELSTETICA Privatklinik GmbH
Mirko Matthias Fuchs,
 Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie

Brunnenstraße 20 | 66538 Neunkirchen
 TEL. 06821/18-2358 | EMAIL info@belstetica.com



Cooler Start-ups aus der Region

Kunstschule Couleurs de la Vie
Bunt fürs Leben! Dima Alrefai hat eine Kunstschule mit Mal-, Musik-, Theater- und Sprachunterricht in Saarbrücken gegründet. Angesprochen werden Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Vor allem sollen Migranten kreativ gefördert werden.

Alocalo
Start-up-Zwerg contra Amazon! Seit anderthalb Jahren arbeiten zwölf Saarländer daran, die lokalen Händler zu unterstützen. In wenigen Schritten ist der Shopping Assistant im Browser installiert. Er zeigt an, ob das gewünschte Produkt auch lokal verfügbar ist und bestellt es beim lokalen Händler.

Massi E Manu
Massimo Uhrig und Manuel Angel sind seit 1994 befreundet und haben während der Pandemie entschieden, ihre gemeinsame Leidenschaft für leckere Getränke mit uns zu teilen. 2021 gründeten sie ihr Start-up und produzieren nun seit kurzer Zeit Limoncello und Arancello aus Zitronen und Orangen von der Amalfiküste. Die Früchte sind unbehandelt, aus den Fruchtresten werden leckere Marmeladen und Chutneys hergestellt.

GUSE:
German Urban Safety Egg GmbH
Ei, so sind die Kinder sicher! IHK-Coach Roman Didier und Diplom-

Ingenieur Andreas Seydell haben das German Urban Safety Egg entwickelt. Der innovative GUSE – Fahrradsitz schützt das Kind besonders, da es über eine spezielle Schutzhaube verfügt.

Enduco
Das Team um André Siegl entwickelt einen von künstlicher Intelligenz unterstützten Trainingsassistenten für Sportler. Im Wesentlichen handelt es sich um eine mobile App und eine Online-Plattform, ausgelegt auf Ausdauersport wie Joggen oder Schwimmen.

Klar 2O
Nicht nur sauber, sondern rein! Mit einer neuartigen Filtertechnologie zur rückstandsfreien Filterung von Mikroplastik aus unserem Trinkwasser möchte das Team um Gründer Fäzhan Ahmad H2O in Klar2O verwandeln.

Kraftblock (Nebuma GmbH)
Kraftblock entwickelt Energiespeicher-Container, aus denen sich eine Alternative zu Beton herstellen lässt, die etwa Sonnen- und Windenergie in Thermalenergie umwandeln und bei Bedarf wieder als Strom freisetzen können.

SEAWATER Cubes
Die SEAWATER Cubes in Saarbrücken sind eine innovative Fischzuchtanlage zur regionalen Produktion von frischem Meeresfisch.

Das vermeidet lange Transportwege, die natürlichen Bestände werden geschont.

Fanomena
Mit der Software Eventbaxx lassen sich stark abgespeckte Internetseiten bauen, die auf die Nutzer zugeschnitten sind. Unternehmen können diese Microsites auf Messen und Events nutzen, um Interessenten personalisiert anzusprechen.

AcesoMed GmbH
Das Team entwickelt innovative Medizintechnik, die eine bessere Patientenversorgung ermöglicht und die Anwendung leicht macht.

Climbtrack
Das Start-up unterstützt den Klettersport mit innovativer Technologie. Diese ermöglicht die Analyse der Fähigkeiten und Entwicklung, hilft beim Erlernen neuer Moves und erleichtert das Planen der Routen.

Pxio
Die Software ermöglicht es, visuelle Informationen in Echtzeit zwischen verschiedensten Geräten auszutauschen. Videokabel als Standard-Verbindungsmedium werden überflüssig.

Natif.ai
natif.ai ist ein High-Tech-Start-up, das IT-Systemen das Lesen beibringt.

HexaFarms
HexaFarms ist ein Food-Tech-Start-up, das automatisierte Lösungen für Vertical Farming entwickelt und betreibt. Mit einem Sensornetzwerk erhebt das Start-up Daten über das Wachstum verschiedener Pflanzen, Salate, Kräuter, Früchte und Gemüsearten.

Fast Dine (Fastlane GmbH)
Mit der Lösung „Fast Dine“ möchte das Team von Fastlane die Gastronomie digitalisieren. Die Gründer haben es sich zur Aufgabe gemacht, das Restaurantlebnis sowohl für den Gast als auch den Wirt zu revolutionieren, indem sie den Bestell- und Zahlungsprozess vereinfachen. Auf der Website oder in der App bei lokalen Restaurants bestellen und kontaktlos über das Handy bezahlen sind zwei Vorteile des Systems.

3D Cyclelab
Fest im Sattel: Radsportler Clemens Schwöbel entwickelte einen Fahrradsattel, der passgenau wie ein Maßschuh angefertigt wird.

Gegenwind
David Schiel entwickelt den ersten individuellen digitalen Fahrradschuh. Dabei wird der Fuß des Kunden gescannt und mit Hilfe moderner Software via 3D-Druck gefertigt.

entwickeln, zu produzieren und zu verkaufen. Michaela Zinser weiß aus leidvoller Erfahrung, was Histamin-Unverträglichkeit bedeutet, von der Millionen Menschen in Europa betroffen seien, wie sie sagt. Bauchkrämpfe, Migräneanfälle, Hautekzeme waren nur einige der Symptome, die sie seit der Kindheit plagten – bis nach einer Odyssee von Arzt zu Arzt endlich die Diagnose feststand. Sie stellte daraufhin ihre Ernährung um und machte die frustrierende Erfahrung, dass der Einkauf im Supermarkt schwierig wurde. Diese Lücke soll Histaminikus füllen. Im Angebot sind unter anderem Backmischungen, Gewürzmischungen, Tees, Tütengerichte und Nahrungsergänzungsmittel.

Einmal im Monat trafen sich die Zinsers mit ihren Business-Engeln. Ein wichtiges Thema sei die strategische Ausrichtung gewesen. Etwa die Frage, ob Histaminikus sich auf Firmen- oder auf Privatkunden konzentriert. Das Coaching brachte schließlich Struktur ins Unternehmen.



Hoch hinaus: Mit „ClimbTrack“ bringt genau die Griffe zum Leuchten, die der Kletterer als nächstes fassen soll



HEITZ & SOHN
Bauunternehmung



Wir bauen für die Zukunft!

Tel: 06835 / 92190
info@heiz-bau.de



Dieses Zusammenspiel zwischen Business Angels und Existenzgründern hat sich bewährt. Je nach Bedarf des Start-ups wird im Netzwerk nach passenden Unterstützern gesucht. Die rund 50 Mitglieder brächten vielfältige Berufserfahrungen mit, zum Beispiel aus Vertrieb, Industrie, Software-Entwicklung, Unternehmensberatung, Management oder Anwaltskanzleien, sagt die Saarbrücker Unternehmerin Anne Kaufmann, die ebenfalls dem BANS-Vorstand angehört. Die Chance ist daher groß, dass Gründer die passenden Mentoren finden.

Ratschläge aus der Praxis

„Fast allen Netzwerkmitgliedern ist gemeinsam, dass sie in ihrem Leben schon mal ein Unternehmen aufgebaut haben und wissen, was auf Gründer zukommt, oder dass sie wissen, was auf Leute zukommt, die ein Unternehmen führen“, sagt Angels-Vorstand Maaß. „Im Saarland gibt es vielfältige Institutionen, die Gründer unterstützen. Wir haben das Alleinstellungsmerkmal, dass wir ihnen aus unseren praktischen Erfahrungen heraus Ratschläge geben können“, erläutert er den besonderen Mehrwert einer Beratung durch die Business Angels.

Noch etwas sei für Gründer wichtig zu wissen, erwähnt Anne Kaufmann: „Wir sind unabhängig in unserer Beratung. Alle Business Angels arbeiten ehrenamtlich – und kostenlos.“

Histaminikus hat neben der Beratung in verschiedener Weise vom BANS-Netzwerk profitiert. 2019 hat das Unternehmen beim Businessplan-Wettbewerb 1,2,3 GO, den die Angels mitveranstalten, den ersten Platz belegt. Die junge Firma erhielt auch einen Kredit aus dem Business-Angels-Starterfonds Saarland. Bis zu 25.000 Euro, in Einzelfällen bis zu 50.000 Euro, können Unternehmen beantragen.

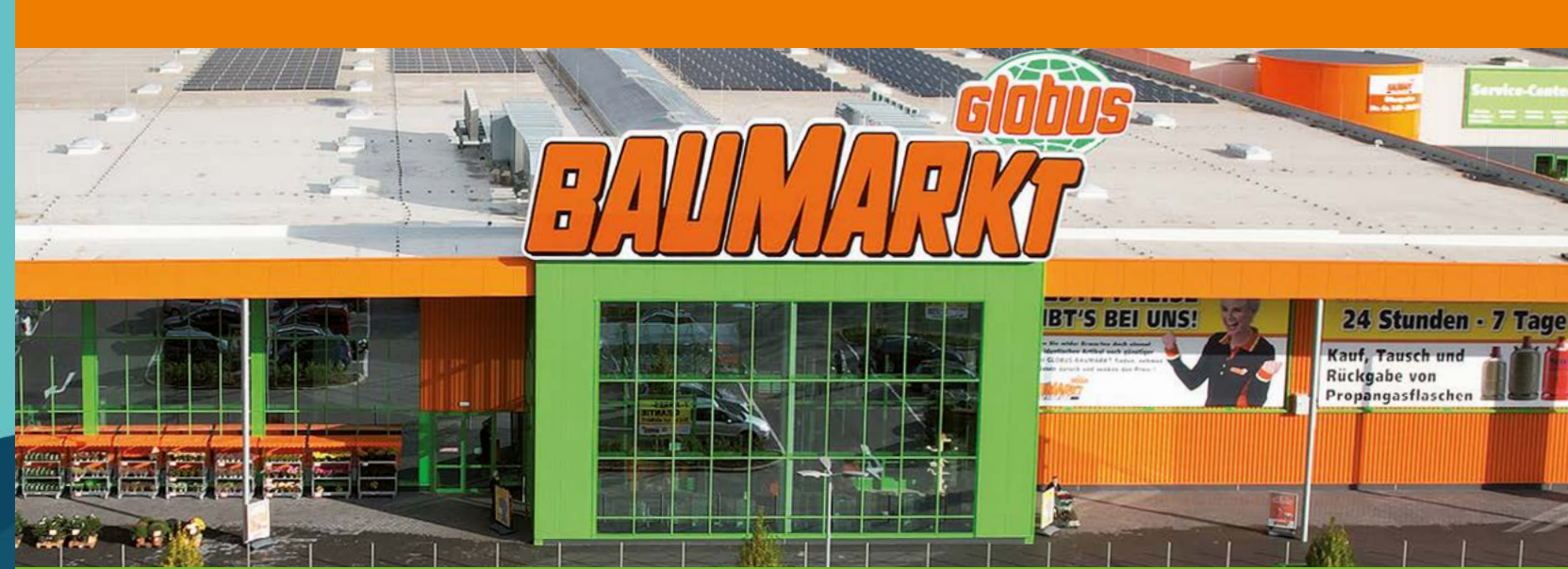
Vom Mentor zum Gesellschafter

Zu Business Angel Holger Maaß hat Histaminikus ein besonderes Verhältnis. Er ist seit drei Jahren Mitgesellschafter. Es kommt nicht selten vor, dass Mentoren bei Firmen einsteigen. Mittlerweile zeigt die Wachstumskurve der jungen Firma steil nach oben. Im vorigen Jahr habe der Umsatz im mittleren sechsstelligen Bereich gelegen, sagt Maaß. „Dieses Jahr wollen wir ihn verdoppeln“, ergänzt Thomas Zinser.

Selbst wer einmal mit seiner Geschäftsidee scheitert, sollte nicht gleich den Kopf in den Sand stecken, wie Gründerberaterin Julia Luckenbill (i²Q.Konzept) betont. Die 45-jährige Saarbrückerin unterstützt im Auftrag von saar.is junge Startups im Bereich Development, Projektmanagement, Vertrieb, Marketing und Kommunikation. Luckenbill zu TOP: „Jeder darf und soll sogar Fehler machen – gerade in der Anfangsphase“. In Amerika pflege man eine wesentlich tolerantere Fehlerkultur. Damit weder gute Gründungsideen noch Gründer mit Potenzial verloren gehen, ermuntert sie „gescheiterte“ StartUps und ruft sie mit ihrer Unternehmensberatung i²Q.Konzept zum ReStartUp ihres Business auf. Damit der Erfolg zumindest im zweiten Anlauf klappt ...



Julia Luckenbill berät Gründer



UNSERE BESONDEREN SERVICELEISTUNGEN



24/7 Gasflaschenautomat

Kauf, Tausch und Rückgabe von Propangasflaschen an unserem Gasflaschenautomaten*

*z.Zt. noch nicht in St. Wendel, Zweibrücken und Luxembour



Maschinenvermietung

Mieten Sie bei uns Ihre Profimaschine! Direkt im Markt oder online**

**z.Zt. noch nicht in Heusweiler und Junglinster



Farbmischservice

Wandfarben, Fassadenfarben, Buntlacke, Lasuren oder Putze. Fertig gemischt in nur 5 Minuten!

Unser Online-Shop: globus-baumarkt.de



Reservieren & Abholen

Online reservieren und nach nur 1 Stunde abholen



Heusweiler Am Bahnhof 13 66265 Heusweiler	Homburg Am Forum 6 66424 Homburg	Losheim Saarbrücker Str. 207 66679 Losheim am See	Merzig Zum Wiesenhof 80 66663 Merzig	St. Wendel Linxweiler Str. 20 66606 St.Wendel	Saarbrücken Käthe-Kollwitz-Str. 16 66115 Saarbrücken
Saarlouis Schanzenstr. 18 66740 Saarlouis	Völklingen Zechenstr. 8 66333 Völklingen	Zweibrücken Wilkstr. 2 66482 Zweibrücken	Bettendorf Z.A.E. Wolser A, 239 L-3225 Bettendorf	Junglinster Centre Com. Laangwiss 1 L-6131 Junglinster	...und an weiteren 79 Standorten in ganz Deutschland!