

Mitteilungen und Informationen der Landesinnung Wien der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseure

Ihre Innung *aktuell 04*



© Foto: pikist.com

**Auch besondere Zeiten
bieten glanzvolle Momente**



©Foto: Nextshot

Fortbildung

Was hat sich abseits der Pandemie getan? Wir konnten trotz allem eine Vielzahl von Fortbildungsangeboten umsetzen.

Es gab zwei Online-Vorträge zum Thema **Hygiene**, die von den Mitgliedern sicher sehr gut in die Praxis umgesetzt werden können. Als Ergänzung dazu konnte man auch an einem themenbezogenen Workshop teilnehmen.

Zwei schöne **Kräuterwanderungen** im nahegelegenen Niederösterreich wurden zu einer Grundlage für eine neue Kräuterkolumne in der Innungszeitung. Dieses Angebot war für Masseur und Kosmetiker besonders interessant. Danke auch an **Wilrun Wanka-Wanström** für diese gute Idee!

Erste-Hilfe-Auffrischkurse konnten realisiert werden und waren sehr gut besucht. Leider mussten wir den Basiskurs coronabedingt absagen, was uns sehr leidtut! Wir werden dieses Angebot selbstverständlich im nächsten Jahr nachholen!

Der bewährte **Basiskurs** für die **diabetische Fußpflege** im Oktober und der traditionelle **Auffrischkurs** für die diabetische Fußpflege im November konnten erfreulicherweise stattfinden und waren ebenfalls gut frequentiert.

Mitte Oktober fand eine ganz besondere Wochenend-Veranstaltung mit der **thailändischen Community der Nuad-Praktiker** statt. Wir haben in Wien rund 130 Betriebe, die auf Nuad-Massage spezialisiert sind.

Durch viel Engagement und Initiative von **Susanne Erlach** konnten speziell für die Weiterbildung dieser Branche zwei Seminare auf die Beine gestellt werden. In kleinen Gruppen wurde jeweils ein vielseitiger Fortbildungstag vorbereitet. Auch die thailändische Wirtschaftsdelegierte besuchte die Teilnehmer und freute sich sichtlich über

den guten Kontakt zwischen thailändischen Unternehmern und der Landesinnung. Einen ausführlichen Bericht dazu finden Sie in dieser Ausgabe der Innungszeitung. Ich freue mich sehr über die tolle Durchführung und das Interesse der Mitglieder!

Kampagne zur Fußgesundheit

Wir haben zum **Welt-Diabetestag**, der immer am 14. November stattfindet, eine Kampagne mit dem Ziel gestartet, diese komplexe Erkrankung in Erinnerung zu rufen und auf eine der wichtigsten Vorsorgemöglichkeiten der Betroffenen hinzuweisen – die notwendige tägliche Selbstkontrolle der Füße!

Fußpfleger wissen, wie schnell es gehen kann, dass aus einer kleinen Bagatellverletzung, beispielsweise einer Blase oder einer kleinen Druckstelle, eine chronische Wunde entstehen kann. Wir zeigen in einem speziell dafür entworfenen Folder die Möglichkeit dieser Selbstkontrolle mittels Teleskopspiegel.

Der Betroffene kann aber auch mit einem Handy, das auf einem Handy-Stick befestigt wird, ein Foto aufnehmen und dieses eventuell gleich an den Arzt seines Vertrauens senden, falls ihm eine Veränderung am Fuß kurzfristig aufgefallen ist. Die Telemedizin kommt hier als modernes und nützliches Instrument zum Einsatz. **Danke für das Mitmachen bei dieser Kampagne!**

Übrigens wurde die **diabetische Fußpflege** in der rechtlichen Begründung zu der Mitte November ausgesendeten Verordnung erstmalig (und endlich!) als **Gesundheitsdienstleistung** bezeichnet! Die Fußgesundheit ist für jeden Menschen wichtig!

Pigmentfarben

Als sehr zähe Angelegenheit erweist sich die Regelung zur Beibehaltung zahlreicher Pigmentfarben. Einschneidende Veränderungen sind seitens der EU geplant – das würde in

einem großen Ausmaß die Tattoo- und Pigmentierbranche treffen!

Erich Mähner setzt sich mit ganzer Kraft für die Interessen der Branchen ein und für die besten Lösungen, die erreicht werden können. Es gibt unzählige Besprechungen, Interviews, Stellungnahmen und Abstimmungen – der Zeitaufwand ist enorm.

Danke Erich, fürs Durchhalten und Weiterkämpfen!

Wir hoffen auf ein gutes Ergebnis! Auch dazu gibt es in dieser Ausgabe Informationen zum aktuellen Stand der Verhandlungen.

Wenn die Zeitung bei Ihnen ankommt, sollten die 20 Tage Lockdown bereits vorbei sein. Aus heutiger Sicht kann das aber niemand sagen. Eines ist sicher – wir befinden uns in der Vorweihnachtszeit, Weihnachten kommt! Für viele ist das eine schöne und beschauliche Zeit mit einer besonderen Atmosphäre. Lassen wir uns doch ein wenig verzaubern und freuen wir uns auf ein Wiedersehen mit Menschen, die uns am Herzen liegen – darauf, dass wir einander haben und dass wir gesund sind – genießen wir das Leben auch ein bisschen!

Ich wünsche Ihnen schöne, friedvolle und gesegnete Weihnachten und alles erdenklich Gute für das neue Jahr!

Ihre

Petra Felber

Petra Felber

Landesinnungsmeisterin Wien der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur

Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen, liebe Mitglieder!

Heute, am 2. Tag des 5. Lockdowns, verfasse ich das Vorwort. Diese ersten Sätze an Sie habe ich mir vorige Woche und die Woche davor noch ganz anders vorgestellt. Im Moment geht es mir wie vielen von Ihnen – ich strukturiere meinen Alltag und den Betrieb mit meinen Mitarbeitern und Kunden wieder neu.

Das alles geht einher mit einem großen Potpourri an Emotionen wie Ärger und Enttäuschung, aber auch mit Dankbarkeit für meine Gesundheit und dem Gefühl des Durchhalten-Könnens sowie dem großen Wunsch nach Einigkeit. Ja, es ist in dieser Pandemie vieles schief gelaufen und ich hoffe und glaube, dass nun tatsächlich Lerneffekte bei den Entscheidungsträgern eingetreten sind. Als Unternehmer wissen wir, dass eine problematische Situation immer wieder 'plötzlich' auftreten kann – mittlerweile sind wir sicher zu Meistern der Improvisation und Flexibilität geworden. Und im Moment wird von jedem Einzelnen beides gefordert. Wer kennt nicht bereits die Phasen, in denen man sich selbst alles abverlangt hat? Was aber wirklich zählt – Sie haben es geschafft! Damit meine ich das Wiederaufmachen, das Weitermachen und das Durchhalten. Und ja, es wird wieder gut – es muss wieder gut werden!

Wie bekomme ich die neuesten Brancheninformationen?

Welche Neuigkeiten gibt es in der Branche? Welche rechtlichen Neuerungen gibt es für mein Arbeitsumfeld? Welche Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen und Branchentreffs bietet mir meine Innung an?

Aktuelles und Wissenswertes erhalten Sie regelmäßig über unseren digitalen Newsletter.

Aktualisieren bzw. überprüfen Sie hierfür Ihre Kontaktdaten und geben Sie auch eine allfällige E-Mail-Änderung bekannt!

Und so geht's:

- Suchen Sie im WKO Firmen A-Z unter <https://firmen.wko.at> nach Ihrem Un-

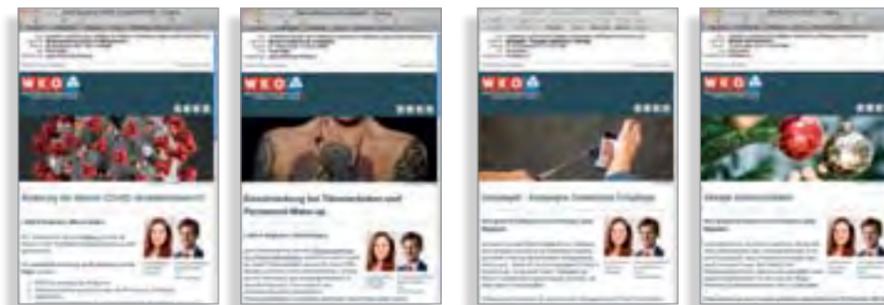
ternehmen und überprüfen Sie, ob die Angaben zu Telefon, E-Mail und Web vorhanden und aktuell sind.

- Nein? – Um Ihre Firmendaten zu bearbeiten, müssen Sie sich mit Ihrem Account in der WKO-Benutzerverwaltung <https://wkis.wko.at/benutzerverwaltung> einloggen. Wenn Sie noch keinen Account haben, können Sie gleich online einen anlegen.

- Damit Sie Ihre Firmendaten bearbeiten können, müssen Sie Administrator sein. Klicken Sie allenfalls auf "Administrator werden". Achtung: Nachdem Sie einen Antrag abgeschickt haben, kann es einige Stunden dauern, bis Sie Administrator-Rechte erhalten!

- Klicken Sie auf "Hilfe", falls Sie nicht zurecht kommen, und nehmen Sie allenfalls Kontakt mit dem Support auf. Unsere kostenlose WKO-Serviceline unterstützt Sie gerne unter der Nummer 0800 221 221 (von Montag bis Freitag 08–20 Uhr und Samstags 08–12 Uhr). Sie können auch eine E-Mail an benutzerverwaltung@wko.at schicken.

Sollten die Kontaktdaten im WKO Firmen A-Z korrekt sein, Sie aber dennoch keine Nachrichten unserer Landesinnung bekommen, wenden Sie sich bitte an das Innungsbüro unter fkf@wkw.at.



Unsere Newsletter. Absender: Landesinnung Wien der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur fkf@wkw.at

Beitrag: Benedikt Wolloner, LL.B.

Impressum

Medieninhaber, Verleger und Herausgeber: Wirtschaftskammer Wien, Landesinnung Wien der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur. Für den Inhalt verantwortlich/Redaktion: Petra Felber, Benedikt Wolloner LL.B. Fotos: pikist.com, Nextshot, Selina Neubauer, Petra Felber, Manuela Konarski, Alexandra Voger, Susanne Erlach, Thatphicha Spohner, Mayura Naksuwan, Wilailug Komarek, Twalib Fabian, Bettina Steixner, Dr. Leona Mörth-Nicola, Agnieszka Trzpit, Nicole Petrich, Erich Mähner, LI FKM Wien, Nikolaus Haan. Druck: Atlas-Druck. Produktion: Landesinnung Wien. Rechtliches: Artikel und Leserbriefe geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Artikel wurden mit bestem Wissen und Gewissen geschrieben, trotzdem übernehmen die Autoren, die WKO und die Landesinnung Wien der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur keine Verantwortung für die Richtigkeit der Angaben. Personenbezogene Bezeichnungen: Soweit im Content personenbezogene Bezeichnungen nur in männlicher oder nur in weiblicher Form angeführt sind, beziehen sie sich auf jedes Geschlecht in gleicher Weise. Der teilweise oder vollständige Nachdruck von Artikeln oder Fotos ist nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion erlaubt. Versandfolie aus umweltfreundlichem Material. Offenlegung: wko.at/wien/fkf/offenlegung

info exclusiv P.b.b. Verlagspostamt 1010 Wien, Nr. GZ 02Z032241M, Landesinnung Wien der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur, Nummer 037/2021

Inhalt

Vorwort 2
 Brancheninformationen 3
 Erste Hilfe Auffrischkurs 4
 Kurse für die Hygiene 4
 Kurse für die Diabetische Fußpflege . 5
 Das Nuad-Seminar – Impressionen . . 6

Kräuterwanderung 12
 Kräuter in den vier Jahreszeiten . . 14
 Mit Ayurveda gut durch die Feiertage und den Winter 15
 Geschenkeideen – Geschenke, die richtig guttun! . . . 18
 Haftpflichtversicherung für das Jahr 2022 19

Beschreibung der Haftpflichtversicherung 20
 Tattoofarben – die Petition 22
 Nachfolgebörse 23
 Kooperations-Service 23
 Termine 23
 Wichtige Kontaktdaten 24

Erste Hilfe Auffrischkurs

Leider kann jeden Tag etwas passieren, ob auf der Straße oder im Betrieb.

Auch wenn ich hoffe, nie Erste Hilfe leisten zu müssen, war der Auffrischkurs am Freitag, 01.10.2021, eine gute Gelegenheit, um für den Ernstfall gerüstet zu sein – also Gelerntes ins Gedächtnis zu rufen und wissen, was zu tun ist!

Gerade für mich als EPU war dieser Kurs sehr hilfreich, um in Notfallsituationen Ruhe zu bewahren, beispielsweise, wenn ein Kunde das Bewusstsein verliert.

Unter anderem wurden in diesem Vortrag

auch nützliche Informationen bezüglich der Pandemie besprochen: An erster Stelle steht immer der Selbstschutz – im Falle einer Wiederbelebung wird die Beatmung bei Fremden unterlassen und nur die Herzdruckmassage durchgeführt.

Vielen Dank für den (kostenlosen) Kurs!

PS: Wie ich auch erfahren habe, gibt es eine hilfreiche "RettungsApp":

<http://rettungsapp.com>

Diese dient der Standortbestimmung, wenn man im Freien unterwegs ist und den genauen Ort im Falle einer Rettungsaktion angeben müsste, beispielsweise auf einer Autobahn oder in der freien Natur.

Beitrag: Alexandra Insam



© Foto: Petra Felber

Auffrischung in Theorie und Praxis



© Foto: Selina Neubauer

Mitglieder bei 4-stündigem Auffrischkurs

Kurse für die Hygiene

Theorie in Online-Vorträgen, am 05. und 12. November 2021, Workshop vor Ort am 7. November 2021



© Foto: Petra Felber

Freitag, 05.11.2021, Hygiene-Webseminar für Fußpfleger, Kosmetiker, Nageldesigner mit Manuela Morawetz, (Natascha Schneider und Petra Felber nicht im Bild).

Eine perfekte Kombination hat sich nun ergeben. Die Ausübungsregeln für unsere FKM-Betriebe, die Interpretation der Gesetzestexte und die Umsetzung in der Praxis standen beim Webseminar wieder im Vordergrund.

Natürlich wurde auch die aktuelle Corona-Lage angesprochen. Zum ersten Mal nahm auch Herr Andreas Höbart, BSc. BSc. an der Besprechung teil, lieferte uns die wichtigsten Eckdaten über die von der Innung angebotene Gruppen-Haftpflichtversicherung und stand für Fragen zur Verfügung.

Danke an Susanne Erlach, Manuela Morawetz, Natascha Schneider fürs Dabeisein und ihre Unterstützung beim ersten Kurs für Fußpfleger, Kosmetiker und Nagelstudios und beim zweiten Kurs für alle Masseure, Heilmasseure und Visagisten!

Beim Präsenz-Workshop konnte vieles praxisorientiert erklärt und besprochen werden. "Diese knapp 3 Stunden zahlen sich aus", so der Tenor der Gruppe. Egal, ob unsere jungen Mitglieder oder bereits langjährige Kollegen – man kann immer etwas dazulernen oder das Gelernte auffrischen.

Beitrag: Petra Felber



© Foto: Manuela Konarski

Sonntag, 07.11.2021, Hygiene-Workshop für Fußpfleger, Kosmetiker, Nageldesigner



© Foto: Petra Felber

Freitag, 12.11.2021, Hygiene-Webseminar für Gewerbliche Masseure, Heilmasseure, in sich geschlossene Systeme und Visagisten mit Natascha Schneider, Susanne Erlach (und Petra Felber, nicht im Bild)



© Foto: Petra Felber

Kurse für die Diabetische Fußpflege

Basiskurs im Oktober

Unsere Freude war groß, dass diese stets nachgefragten Kurse wieder als Präsenzveranstaltung, unter den bereits üblichen Bedingungen, von Freitag bis Sonntag, 01. bis 03.10.2021 stattfinden konnten!

Frau Dr. Eleonora Schneider ist jetzt als neue ärztliche Leiterin mit dabei. Sie steht

am Ende ihrer Facharztausbildung auf dem Gebiet der Orthopädie im Wiener AKH und kann dadurch viel Wissenswertes in die Fortbildungen einbringen.

Ihre besonders nette und offene Art macht sie bei den Teilnehmern sehr beliebt. Sie hat den ärztlichen Part übernommen, da

unsere vorherige ärztliche Leiterin zurzeit ein Auslandsjahr in Australien verbringt.

Das Abschlussgespräch mit Teilnahmezertifikat fand am Sonntag, 10.10.2021, statt.

Wir freuen uns immer wieder über das große Interesse an diesen Basis-Kursen.



© Foto: Alexandra Voger

LIM Petra Felber besucht regelmäßig die Teilnehmer der Kurse für diab. Fußpflege



© Foto: Alexandra Voger

Kursleiterin Natascha Schneider, Petra Felber, die Teilnehmer und Dr. Eleonora Schneider

Auffrischkurs im November

Einmal pro Jahr – rund um den Welt-Diabetes-Tag am 14. November – gibt es ein Treffen der Wiener Kollegenschaft der Fußpflegerinnen.

In der Regel finden zwei Vorträge statt und es wird über Aktuelles, Wissenswertes und Interessantes zum Thema Diabetes mellitus gesprochen. Das immer noch aktuelle Corona-Thema wurde von Dr. Eleonora Schneider aufgegriffen und mit dem ärztlichen Wissen und den Erfahrungen aus dem Krankenhausalltag verknüpft.

Die Medizinerin referierte spannend und ausführlich über die Impfung, deren Neben-

wirkungen, den Krankheitsverlauf (bei Corona und Diabetes) und über die neuesten Studien dazu.

Sehr gerne habe ich diesmal als eine der Vortragenden ein Update zur praktischen Arbeit am Fuß mitgegeben, speziell im Hinblick auf den rechtlichen Aspekt. Natürlich

haben wir uns auch über die Wiener Diabetische-Fußpflege-Kampagne unterhalten und über deren große Bedeutung gesprochen. Den aktuellen Aufkleber für 2022 gibt es nun für die anwesenden Kursteilnehmer bzw. deren Betriebe.

Beitrag: Petra Felber



© Foto: Petra Felber

Dr. Eleonora Schneider brachte hochinteressante Zahlen, Daten und Fakten zu Corona und Diabetes mellitus



© Foto: Petra Felber

Kursleiterin Natascha Schneider, die selbst Typ-I-Diabetikerin ist, berichtet in den Kursen regelmäßig über die neuesten Entwicklungen bei Blutzucker-Messmethoden und moderne Therapien.

Das Nuad-Seminar – Impressionen

Die Idee, einen Nuad-Refresh-Kurs zu organisieren, entstand im Rahmen meiner Tätigkeit als Fachexpertin für Nuad.

Diesen Gedanken habe ich an unsere Innungsmeisterin Petra Felber hergetragen und sie hat das Seminar voll unterstützt, da sie selbst auch schon längere Zeit diesen Gedanken verfolgte. Obwohl viele unterschiedliche Menschen an der Veranstaltung mitgewirkt haben, entwickelte sie sich zu einem harmonischen Event.



©Foto: Mayura Naksuwan

07.45 Uhr: Start des Seminars, Eingang Hotel Kaiserhof. Petra Felber, Thatphicha Spohner, Wilailug Komarek, Susanne Erlach, Twalib Fabian, Andreas Höbart

แนวคิดในการจัดหลักสูตร Nuad Refresh เป็นส่วนหนึ่งของงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญของนวดไทย ฉันได้นำความคิดไปปรึกษาหัวหน้า คุณ เกตรา เฟลเบอร์ และเธอก็มีความคิดเหมือนกันว่าเราควรจะ พัฒนาศักยภาพของสมาชิกกลุ่มนวดไทย และให้การสนับสนุนการสัมมนาอย่างเต็มที่ เพราะคุณเกตราเองก็มีความคิดเรื่องนีมาตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาว่าจะทำอย่างไรที่จะพัฒนาและให้ความรู้ เพิ่มเติมสำหรับสมาชิกนวดไทยได้ การจัดงานครั้งนี้ถือว่าการจัดงานที่ลงตัวมากที่สุด ถึงแม้ว่าสมาชิกที่เข้าร่วมสัมมนาจะหลากหลายความคิดและมีความสงสัยมากมายถึงวัตถุประสงค์ในการจัดงาน เพราะพวกเขาเองก็ประกอบธุรกิจ กันมานานแล้ว

Es war schnell klar, dass es ein Zwei-Tages-Seminar werden würde, da es über 130 Nuad-Betriebe in Wien gibt.

Ich fragte die Fachexperten für Nuad – Frau Spohner, Frau Komarek, Herrn Fabian und dann noch, als externe Person, Herrn Andreas Höbart, BSc. – ob sie das Seminar mit einem Vortrag unterstützen würden und sie sagten ohne zu zögern zu.

จากการพูดคุย กับ ผู้จัดการซึ่งประกอบด้วย คุณ เกตรา เฟลเบอร์ , คุณซูซานเน แอร์ลัค คุณ ทวาลิบ ฟาเบียน,คุณทัตพิชา ชโพทเนอร์ และคุณวิลลิคชฌ์

โคมาเร็กซ์ นอกจากผู้เชี่ยวชาญเรื่องนวดจาก ที่กล่าวมาข้างต้น ดิฉันได้สอบถามคุณ โยบาร์ท ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญเรื่องประกันภัย และการประกันสุขภาพ ซึ่งคุณโยบาร์ท ได้ตอบตกลงทันทีโดยไม่มีเงื่อนไข ทำให้พวกเรามีความมั่นใจว่าการจัดสัมมนา ในครั้งนี้จะสมบูรณ์แบบที่สุด ด้วยภาคทฤษฎี และ ภาคปฏิบัติ ดังนั้น การวางแผนการจัดสัมมนาจึง เริ่มขึ้นโดยกำหนดวันสัมมนา ไว้ที่ 2 วันเนื่องจากผู้ประกอบการร้านนวดไทยในเวียนนา มีมากถึง 130 ร้าน



©Foto: Wilailug Komarek

Mit dem Wissen, dass es eine Mammut-Aufgabe werden würde, fanden sie trotz der Arbeit in ihren eigenen Betrieben und der Tätigkeit als Fachexperten Zeit, um einander in der Gruppe fast jedes zweite Wochenende und das über viele Wochen hindurch zu treffen und an den Powerpoint-Präsentationen zu arbeiten.

พวกเรารู้ว่ามันจะเป็นงานช้าง สำหรับพวกเราเพราะเป็นการจัดสัมมนาที่รวบรวมร้านนวดไทยครั้งใหญ่ในเวียนนา และผู้เชี่ยวชาญด้านนวด ต่างเองก็เป็นนักธุรกิจและมิงานที่ต้องทำงาน เป็นประจำ แต่พวกเขาก็หาเวลามาพบกัน ในกลุ่ม แทบทุกสุดสัปดาห์ เป็นเวลาหลายสัปดาห์เพื่อทำ Präsentation ใน รูปแบบ Powerpoint

Viele Stunden wurden in die Kontaktaufnahme zur Nuad-Community investiert, zunächst telefonisch und dann per E-Mail. Da viele Unternehmer die Mails nicht erhalten



©Foto: Mayura Naksuwan

Handelsdelegierte Phadoongvithee Onanood hält eine Ansprache und begrüßt die Teilnehmer am Samstag

Thatphicha Spohner übersetzt Kommunikation von Susanne Erlach am Samstag – links im Bild – Wilailug Komarek und Andreas Höbart, BSc. BSc. Rechts im Bild: Petra Felber und Phadoongvithee Onanood

ten haben, riefen wir noch einmal vier Wochen vor dem Seminar alle Betriebe an, um fixe Zusagen zu erhalten.

พวกเราเริ่มต้นจากการติดต่อสอบถามผู้ประกอบการทุกท่านว่าสนใจงานสัมมนาครั้งนี้มั๊ยโดยการ โทรศัพท์ไปสอบถามซึ่งพวกเขาคิดว่ามันเป็นวิธีการแรกที่พวกเราจะเข้าถึง มากที่สุด พวกเราใช้เวลาหลาย ชั่วโมงในการพูดคุย สอบถามในแต่ละร้าน และได้คำตอบที่ชัดเจนบ้าง และ ไม่ชัดเจนบ้าง แต่พวกเรา ก็ใช้ความพยายามอีกช่องทางโดยการส่งอีเมลล์ ไปเชิญและโดยส่วนใหญ่ไม่ได้รับอีเมลล์จากสมาชิก อาจเป็นข้อผิดพลาดทางเทคนิค พวกเราจึงใช้วิธีการโทรไปสอบถามและเชิญชวนอีกครั้งการสำรวจ ทางโทรศัพท์ที่เป็นที่ชัดเจนแล้วว่า ทุก คนให้ความสนใจงานสัมมนาครั้งนี้เป็นอย่างมาก

Es war uns ein sehr wichtiges Anliegen, auch die thailändische Botschaft einzuladen und so vereinbarten wir vorab schon einen persönlichen Termin bei der Handelsdelegierten Frau Phadoongvithee Onanood.

Wir waren äußerst erfreut, dass die persönliche Einladung unseres Geschäftsführers, Herrn Benedikt Wolloner, LL.B. und Frau Petra Felber von der Botschafterin angenommen wurde.

Die Anspannung stieg natürlich, als wir erfahren, dass die Handelsdelegierte kommen würde. Für das Team war es wie ein Sprung in das kalte Wasser, da wir bisher noch nie einen Vortrag vor so prominenten Gästen abgehalten haben.

นวดไทย เป็น ภูมิปัญญาของคนไทย และ เป็นมรดกโลกที่จับ ต้อง ไม่ได้ พวกเราจึงเห็นว่า ควรจะเรียนเชิญสถานทูต ไทยมาร่วมสัมมนาในครั้งนี้ด้วย ดังนั้นคุณวิลโลเนอร์ และ คุณ เฟลเบอร์ ได้เรียนเชิญ คุณ อรอนช ผดุงวิทย์ และ ท่านอัครราชทูต ที่ปรึกษา ฝ่ายการพาณิชย์ เป็นการส่วนตัว และ ท่านก็ตอบรับมาด้วยความยินดีเป็นอย่างดีสำหรับทีมพวกเราแล้วรู้สึกเป็นเกียรติอย่างยิ่งและก็มีความตึงเครียด เพิ่มขึ้นมาตามธรรมชาติเหมือนกับ การกระโดดลงในน้ำที่เย็นจัด เมื่อ ทราบว่า ท่านอัครราชทูต ที่ปรึกษา ฝ่ายการพาณิชย์ จะมาร่วมงานด้วย เพราะพวกเราไม่เคยบรรยายให้กับแขกผู้มีเกียรติ เช่นนี้มาก่อน เลย

Das Schwierigste jedoch war herauszufinden, welche Themen für die Nuad-Praktiker der Thai-Community von Interesse sind. Wir planten, die Bereiche Kommunikation, Recht, Erste Hilfe, Hygiene, Versicherungsschutz, Anatomie, Pathologie, Lagerungshilfen und den Bereich Praxis zu behandeln.

อย่างไรก็ตาม ส่วนที่ยากที่สุด ก็คือการหาหัวข้อที่น่าสนใจให้กับผู้ประกอบการร้านนวดไทย และ



Vortrag Hygiene Susanne Erlach, Erklärung des Hygieneplans am Samstag



©Foto: Mayura Naksuwan

Übergabe eines Geschenkcorbes mit Produkten aus Österreich an die Handelsdelegierte Phadoongvithee Onanood

พวก เราก้เริ่มระดมความคิดอีกครั้งด้วยประสบการณ์ทำงานจริง จากสาขาที่เราทำงานกันมา ซึ่ง ผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่าน มีประสบการณ์ในการทำงานในสาขานี้มายาวนาน บางท่านยาวนานมากกว่า 20 ปีพวกเรจึงสรุปหัวข้อที่น่าสนใจได้ดังนี้การสื่อสาร,กฎหมาย,การปฐมพยาบาล, สุขอนามัย ประกันภัย, กายวิภาคศาสตร์,พยาธิวิทยา,การจัดวางตำแหน่งของหมอนรองกระดูก ,การใช้อุปกรณ์ ช่วยเพิ่มความสบายและลดการบาดเจ็บ ในภาคปฏิบัติ

All diese Vorträge wurden von Frau Thatphicha Spohner und Frau Wilailug Komarek ins Thai übersetzt und es wurde auch während des Seminars zweisprachig vorgetragen.

Es war für sie eine sehr große Herausforderung, da viele Wörter aus unserer Sprache nicht eins zu eins zu übersetzen sind. So wurden alle Unterlagen für die Teilnehmer übersetzt und von unserem Büro ko-

piert und geheftet. Auf diesem Wege ein herzliches Dankeschön an das Büroteam!

การสัมมนาได้บรรยายเป็นสองภาษา คือ ภาษาเยอรมัน และ ภาษาไทย การบรรยายทั้งหมดเหล่านี้ ได้รับการแปลเป็นภาษาไทยโดยคุณทัตพิชา ชโพทเนอร์ และ คุณ วิลลิคชฌ์ โคมาเร็กซ์ ซึ่งมันเป็น ความท้าทายที่ยิ่งใหญ่มากสำหรับเรื่องทั้งสองเนื่องจากคำศัพท์จำนวนมากจากภาษาเยอรมัน ของเรา ไม่สามารถแปลแบบตัวต่อตัวเป็นภาษาไทยได้แต่พวกเรทั้งสองก็ทำออกมาได้เป็นอย่างดี เอกสารทั้งหมดได้รับการแปลเป็นภาษาไทยสำหรับเข้าร่วมสัมมนา และได้รับการสนับสนุน การคัดลอกและเย็บเล่มจาก สำนักงานของเรา พวกเราขอขอบคุณ ทีมงานสำนัก งานสมาคมเป็นอย่างมาก!

Der erste Tag des Seminars war sehr aufregend, da an diesem Tag die Botschafterin erscheinen sollte.

Am Vormittag des Seminars habe ich über die Themen Hygiene, Erste Hilfe, Kommunikation und Recht referiert. Gleichzeitig wurde von Frau Spohner übersetzt – für mich ein absolutes Highlight.

Die Teilnehmer hörten meinen Ausführungen aufmerksam zu, aber als Frau Spohner zu übersetzen begann, war die Aufmerksamkeit ganz besonders groß.

In einigen Momenten war ich so mitgeris-



Susanne Erlach Erklärung HWS / Buch Nuad von Noam Tyroler mit Unterstützung Mayura Naksuwan

bitte umblättern →

Fortsetzung: Das Nuad-Seminar – Impressionen

sen, dass ich das Gefühl hatte, jedes Wort zu verstehen. Die Betonung liegt natürlich auf "ich dachte", aber es war einfach ein tolles Miteinander und eine grandiose Idee, die Veranstaltung zweisprachig abzuhalten.

การเปิดตัวงานสัมมนาวันแรก เป็นอะไรที่น่าตื่นตาตื่นใจมาก เพราะ คุณอรอนุช ผดุงวิทย์ ท่านอัครราชทูต ที่ปรึกษาฝ่ายการพาณิชย์ประจำกรุงเวียนนาได้ให้เกียรติ มาร่วมงานเปิดตัวสัมมนา ในช่วงเช้าของการสัมมนา เป็นส่วนที่ดิฉันต้องบรรยาย โดยหัวข้อการบรรยายเริ่มจาก การติดต่อสื่อสารและข้อกำหนดกฎหมายที่ผู้ประกอบการควรทราบ ตามด้วย การประชุมพยาบาลเบื้องต้น หากเกิดเหตุการณ์ไม่คาดคิด และ ตบท้ายด้วยระบบสุขภาพอนามัย ซึ่งเป็นส่วนสำคัญอย่างมากสำหรับธุรกิจ ของพวกเรา ในระหว่างการบรรยายเป็นภาษาเยอรมัน ของดิฉัน ดิฉันได้เห็นแววตาของผู้มาสัมมนาซึ่งทำให้ดิฉันมั่นใจว่า หัวข้อที่พวกเราจัดมานั้นเป็นที่น่าสนใจมาก และในขณะที่เดียวกันคุณทศพิชา ชโพห์เนอร์ ได้ทำการแปลการบรรยาย เป็นภาษาไทย มัน เป็นไฮไลท์สำหรับดิฉันมาก เพราะทุกท่วงท่า แววดา และ ปฏิกริยาการตอบสนองของผู้เข้าร่วมสัมมนา ที่ให้ความสนใจและมีคำถามโต้ตอบตามมา ในช่วง เวลานั้น ดิฉันคิดว่า ผู้เข้าร่วมสัมมนา เข้าใจทุกคำบรรยายที่พวกเราพยายามจะสื่อ ในช่วงเวลาที่มีการ บรรยาย ดิฉันรู้สึกตื่นเต้น และ คิดว่า เป็นความคิดที่ดีมากสำหรับการจัดสัมมนา เป็นสองภาษาในครั้งนี้

Das Thema Kommunikation und Recht wurde von Herrn Höbart übernommen, da er ein Spezialist auf dem Gebiet des Versicherungsschutzes ist.



Teilnehmer bei der Theorie am Samstag Vormittag

Sein Vortrag war sehr gut aufbereitet, informativ und praxisbezogen.

Die Teilnehmer stellten sehr viele spontane Fragen an Herrn Höbart und das machte den Kurs sehr abwechslungsreich.

Zwar war dies für ihn und die Dolmetscherin, Frau Spohner, eine Herausforderung, aber beide haben es sensationell und mit viel Humor gemeistert.

เรื่องของการสื่อสารและข้อกำหนดกฎหมาย ถูก บรรยายและขยายความต่อ โดย คุณโฮบาร์ท เนื่องจากเขาเป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านการ คุ้มครองการ ประกันภัย การบรรยายของเขาได้รับการ จัดเตรียมไว้อย่างดี ให้ข้อมูล และนำไปปฏิบัติ ได้จริง ผู้เข้าร่วมอบรมมีคำถามที่เกิดขึ้น กับการปฏิบัติ งานจริง และถามตรง กับคุณโฮบาร์ท อย่างมากมาย ซึ่งทำให้หลักสูตรมีความหลากหลายมากยิ่งขึ้น มันเป็น ความท้าทายสำหรับเขาและล่าม คุณชโพห์เนอร์ เป็นอย่างมาก แต่ทั้งคู่ก็เข้าใจสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และตอบคำถามให้พร้อมทั้งให้คำแนะนำอย่างชัดเจนจากการสัมมนาในครั้งนี้ทำให้เรารู้ว่าข้อกำหนด บางอย่างที่เราไม่รู้ไม่ได้ และ ไม่สามารถเพิกเฉยได้เช่นกันจนทำให้เกิด วลีเด็ด "wer schreibt , der bleibt" ซึ่งแปลในภาษาไทยได้อย่าง ง่าย ง่าย ว่าถ้าใครมีหลัก ฐาน คนนั้นรอด

Nach diesem Vortrag hielt auch die Bot-schafterin eine Ansprache und offenbar haben wir sie so für unsere Themen begeistert, dass sie in Zukunft eng mit uns zusammenarbeiten und einen Deutschkurs für die Community auf die Beine stellen möchte. Anschließend machten wir ein Gruppenfoto mit allen Anwesenden – das war für uns alle ein wundervoller Moment.

หลังจากการบรรยายนี้คุณอรอนุช ผดุงวิทย์ ท่านอัครราชทูต ที่ปรึกษาฝ่ายการพาณิชย์ยังได้กล่าวปราศรัยด้วย และเห็นได้ชัดว่าเราทำให้เธอตื่นเต้นกับหัวข้อของเรามาก จนเธออยากมาร่วมงานกับเราอย่างใกล้ชิดในอนาคต และจัดหลักสูตรภาษาเยอรมันสำหรับร้านอาหารไทยให้ผู้ประกอบการ จากนั้นเราก็ถ่ายรูปหมู่กับทุกคนที่อยู่ที่นี่เป็นเวลาที่ยอดเยี่ยมสำหรับพวกเราทุกคน



©Foto: Mayura Naksuwan

Gruppenfoto in der Mittagspause am Samstag mit der thailändischen Handelsdelegierten Phadoongvithee Onanood

Schon während der Vormittagspause konnten wir Kontakt zu vielen Unternehmerinnen knüpfen, die sehr von der Weiterbildung begeistert waren und mit ihrer höflichen Art zu einer tollen Stimmung beitrugen.

Dann wurde es für die Teilnehmer spannend, als der Vortrag über Anatomie und Pathologie von Herrn Fabian Twalib – übersetzt von Frau Komarek Wilailug – begann. Es wurde still im Raum und es war beeindruckend, wie gefesselt alle von diesem Vortrag waren.

Die Themen trafen das Interesse der Anwesenden und die Fragen der Teilnehmer trugen dazu bei, dass die Veranstaltung noch packender wurde.

Als es Zeit für die Nachmittagspause war, wollten die Teilnehmer vorerst gar keine Pause machen, weil sie der Vortrag so in seinen Bann gezogen hat. Es gab dann doch eine kurze Unterbrechung – jetzt wurde allerdings die Thai-Community so richtig aktiv und es wurde viel geplaudert.

แม้แต่ในช่วงพักช่วงเช้า เราก็สามารถพูดคุยกับ ผู้ประกอบการสตรีจำนวนมากที่มีความกระตือรือร้นในการฝึกอบรมและมีส่วนร่วมในบรรยายที่พูดด้วยมารยาทที่สุภาพจากนั้นผู้เข้าร่วมสัมมนาที่รู้สึกตื่นเต้นในการบรรยายเกี่ยวกับกายวิภาคและพยาธิวิทยา โดยคุณเฟเบียน ทวาลิบ ซึ่งแปลโดยคุณโคมาเร็กซ์ การสัมมนาได้เริ่มต้นขึ้น ทั้งห้องเงียบลงเพราะทุกคนได้รับความประทับใจจากการบรรยายครั้งนี้หัวข้อต่างๆ ได้รับความสนใจจากผู้เข้าร่วมสัมมนา และคำถามจากผู้เข้าร่วมสัมมนาก็ช่วยให้เรามีความน่าสนใจมากยิ่งขึ้นเมื่อถึงเวลาพักกลางวัน ผู้เข้าร่วม ไม่ต้องการพักเลยในขณะที่นั้นเพราะพวกเขา รู้สึกถึงกับการบรรยาย มากมีช่วงพักสั้นๆ ผู้เข้าร่วมสัมมนาเริ่มคึกคักและมีการสนทนากันมากมาย

Dann folgte der Vortrag von Frau Spohner zum Thema "Gelenkschonende Lagerung". Sie trug in Deutsch vor und eine Angestellte, Frau Mayura Naksuwan, hat übersetzt. Der theoretische Teil war wie einzelne Puzzle-teile, die sich für die Teilnehmer beim praktischen Teil allmählich zu einem Ganzen zusammenfügten.

Die Stimmung war überwältigend und sie haben alle – trotz des langen Seminar-Tages – noch aktiv an der Praxis teilgenommen. Die Zeit ist wie im Flug vergangen, alle Teilnehmer waren sich darüber einig und freuen sich schon auf das nächste Seminar.

Wer nicht sät, der wird nichts ernten – mit diesem Seminar ist der Anfang gemacht!



Begrüßung von Petra Felber am Sonntag und Übersetzung von Thatphicha Spohner

ตามมาด้วยการบรรยายโดยคุณชโพห์เนอร์ ในหัวข้อ "การวางตำแหน่ง หมอนรองกระดูกและการใช้อุปกรณ์เพื่อลดการบาดเจ็บ" โดยการบรรยายเริ่มต้นด้วยภาษาเยอรมันผู้บรรยายภาษาเยอรมัน คือคุณ มยุรา นาคสุวรรณ ซึ่งได้ทำงาน และทดลองการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ด้วยตัวเอง รวมถึงการ พูดคุย กับลูกค้าที่ได้รับการนัดบำบัด การบรรยายในส่วนของคุณชโพห์เนอร์ของคุณ มยุรา นาคสุวรรณ เป็น เหมือนตัวต่อ จิ๊กซอ เล็ก เล็ก และ ค่อย ค่อยมารวมตัวกัน เป็นภาพใหญ่ เพื่อให้ผู้เข้าสัมมนานึกภาพออกและได้ใช้งานจริง บรรยายภาคในการสัมมนาเต็มไปด้วยความท้าทายและสนุกสนาน-แม้จะเป็นการสัมมนาที่ยาวนาน แต่ผู้เข้าร่วมสัมมนาไม่รู้สึกเหน็ดเหนื่อย และยังมีความเอ็ดคัพ กระตือรือร้นที่จะถามเรียนต่อ ทำให้ เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็วผู้เข้าร่วมสัมมนาทุกท่านเห็นด้วยกับการจัดสัมมนาในครั้งนี้ว่าเป็นประโยชน์ อย่างมาก และยัง คงที่ คำถามไว้ให้เรารู้ว่า พวกเค้าจะรอการ จัดสัมมนาในครั้ง ถัดไป ถ้ามีอะไร เพิ่มเติม ให้ช่วยแจ้งทางผู้ประกอบการอีกด้วย ถ้าคุณไม่หาพื้นที่ซุสก็อาจจะไม่ได้อะไรเลย-สัมมนาเป็นจุดเริ่มต้นที่จะพัฒนาศักยภาพของพวกเรา เหล่าร้านนวดไทย!

Beitrag: Susanne Erlach
ผู้เขียน : ชุซซานเน แอร์ลัค

Ich war von dieser Idee, den Kollegen der Nuad-Betriebe eine Möglichkeit anzubieten, ihr Wissen aufzufrischen, sofort begeistert und wollte einen Beitrag leisten.

Mein Thema aus dem Bereich Anatomie und Pathologie war schnell klar, aber ich habe lange gebraucht, den Inhalt festzulegen.

Schließlich entstand eine Mischung aus Anatomie-Basiswissen und degenerativer Erkrankungen der Wirbelsäule. Ich war zu Beginn der Veranstaltung neugierig und aufgeregt zugleich.

Die Nervosität hat sich aber schnell gelegt, denn es waren so viele interessierte Teilnehmerinnen im Seminar, die unsere Vorträge

mit Begeisterung verfolgten. Mir war es auch wichtig, nicht nur Wissen zu vermitteln, sondern auch einen zwischenmenschlichen Austausch zu ermöglichen, der am Vormittag und Nachmittag in den Pausen, bei Kaffee und Kuchen, stattgefunden hat.

Da ich mich mit dem oben erwähnten Thema sehr intensiv beschäftigt habe, konnte ich nicht nur mein Wissen auffrischen und erweitern, sondern es entstand auch eine neue Idee, die ich bald in die Tat umsetzen werde.

Es war für mich eine schöne und wertvolle Erfahrung, an die ich mich mit Freude länger erinnern werde. Auf diesem Weg möchte ich mich bei Susanne Erlach, Petra Felber und allen Mitwirkenden in der WKW bedanken, dass sie diese Veranstaltung ermöglicht haben.

จากความคิดริเริ่มของเพื่อนในกลุ่มนวด ที่จะร่วมมือกันฟื้นฟูความรู้ในสาขาวิชากายวิภาคศาสตร์และพยาธิวิทยา ผมเห็นด้วยเป็นอย่างมาก ผมรับหน้าที่เป็นวิทยากรดูแลหัวข้อสำคัญนี้ ผมใช้เวลาเตรียมงานนานมากในการเตรียมเนื้อหา ในที่สุด การผสมผสานของความรู้พื้นฐานทางกายวิภาคและเรื่องของโรคกระดูกสันหลังเลื่องจึงเกิดขึ้น ผมทั้งตื่นเต้นและอยาก จะรู้ผลตอบรับของการสัมมนาครั้งนี้ พอเริ่มสัมมนา ความประหม่าลดน้อยลงอย่างรวดเร็ว เพราะมีผู้เข้าร่วมสัมมนาจำนวนมากที่สนใจติดตามการบรรยายของผมอย่างตั้งใจ สำหรับผมไม่เพียงแต่จะให้ความรู้เท่านั้น แต่สิ่งสำคัญคือการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างบุคคลในตอนเช้าและตอนบ่ายระหว่างพักดื่มกาแฟและเค้กด้วย เนื่องจากหัวข้อที่ผมอภิปรายหนักและเข้มข้นมาก จึงไม่ใช่แค่การฟื้นฟูความรู้เท่านั้น แต่ยังทำให้ผมเกิดแนวคิดใหม่ในการเตรียมสัมมนาหรือถอดไป สำหรับผมมันเป็นประสบการณ์ที่ดีและประทับใจมาก ในโอกาสนี้ผมอยากจะขอขอบคุณ Susanne Erlach, Petra Felber และทุกคนที่เกี่ยวข้องใน WKW ที่ทำให้งานนี้เกิดขึ้นได้

Beitrag: Twalib Fabian
ลงชื่อ: ทวาลิบ ฟาเบียน

Das Nuad-Refresh-Seminar war für mich persönlich eine echte Herausforderung, da ich noch nie etwas mit Seminaren zu tun hatte.

Bei einem Fachexperten-Treffen wurden wir gefragt, ob wir uns vorstellen könnten, ein Seminar für die Nuad-Praktiker zu planen und durchzuführen.

Im ersten Moment klingt das alles sehr ein-

bitte umblättern →

Kräuterwanderung "Wurzelkraft und Beerenpower"

Bereits im Frühjahr 2021 hatten wir einen sehr interessanten Online-Vortrag von Frau Bettina Steixner, der uns die Kräuterkunde näherbrachte und viele praktische Anwendungen enthielt.

Zum Beispiel wurde über die Herstellung von Kräuterauszügen, Tinkturen und Ölen gesprochen. So stammen auch verschiedene wertvolle Tees aus der "Apotheke Gottes". Das Interesse war sehr groß und der Wunsch nach einer persönlichen Begegnung mit unserer "Kräuterhexe" wurde schnell geäußert. Am Sonntag, den 24. Oktober 2021, war es dann soweit.

Es gab zwei Gruppentermine: eine Vormittags-Gruppe und eine Nachmittags-Gruppe, an der auch ich teilnahm.

Wir trafen Frau Steixner und die anderen Teilnehmer der Wanderung bei herrlichem Wetter am Fuße der Hohen Wand. Schon am

Weg zum Wald, auf einer große Wiese, konnten wir einige Beeren und Wurzeln finden. Der Herbst schenkt uns mit seinen Kräutern alles, was wir für unser Immunsystem brauchen, um den Winter gut zu überstehen.

Vor allem Vitamin C und Vitamin A (Carotin), die in der Hagebutte enthalten sind, sind gesundheitsfördernd, doch die Hagebutte kann noch viel mehr, ebenso der Sanddorn.

Der Huflattich hat einen hohen Gehalt an Schleim- und Gerbstoffen, sein Extrakt wird aufgrund der adstringierenden, antiseptischen und hautklärenden Wirkung in der Kosmetik bei fetter und zu Entzündungen neigender Haut verwendet.



Bettina Steixner, Kräuter-Urfrau



©Foto: Petra Felber

Vor dieser wunderschönen Kulisse begann die Vormittags- und die Nachmittagsgruppe mit der Kräuterwanderung

Auch bei Haarpflegeprodukten wird seine tonisierende Wirkung geschätzt. Die Klette eignet sich ebenfalls sehr gut für die Haar- und Hautpflege.

Die Brennnessel ist ein echter Alleskönner und wird bei fettem Haar und zur Durchblutung der Kopfhaut angewendet. In der Kosmetik wirkt sie hautstraffend und durchblutungsfördernd und innerlich als Tee blutreinigend sowie äußerlich zur Unterstützung bei rheumatischen Beschwerden.

Der Weißdorn, die Pflanze des Herzens, hat einen positiven Einfluss auf den Blutkreislauf. Viele andere Pflanzen säumten unseren Weg, wie Beinwell und die Wilde Karde, aus der man auch Räuchersticks herstellen kann.

Der Wald mit seinen leuchtenden gelben und roten Blättern macht Lust auf einen bunten Herbststrauß für zu Hause. Leider haben viele Sträucher starke Dornen, die das Vorhaben erschweren.

Die Berberitze setzt mit ihren roten Früchten schöne Akzente.

Trotz der Dornen ist es mir gelungen, mit Hilfe einer guten Gartenschere einen farbenprächtigen Buschen nach Hause zu bringen. Außerdem bekam ich noch getrocknete Brennnessel für einen Tee und Weißdorn mit auf den Weg.

Herzlichen Dank an die Kräuter-Ur-Frau und ihren Mann, der sie tatkräftig unterstützt hat.

Es war ein wunderschöner Nachmittag mit viel Information und frischer Luft!

Beitrag: Wilrun Wanka-Wanström



Weißdorn



Beifußblätter



Wilde Karde



Es ist angesetzt: Hagebutte, Hopfen und Weißdorn



Berberitze



Ein schön gebundener Räucherstick



Kletten



Bettina Steixner mit der Nachmittagsgruppe



Sanddorn

Die Kräuter in den vier Jahreszeiten

Für die nächsten 4 Ausgaben der Innungszeitung haben wir eine Kräuterkolumne vorgesehen, in der jeweils drei Kräuter der Saison genauer beschrieben werden!

Ausschlaggebend dafür war das besonders große Interesse an den zwei Online-Fortbildungen, die bereits im Frühjahr stattgefunden haben.

Auf Wunsch der damaligen Online-Teilnehmer folgte im Herbst eine geführte Kräuterwanderung. Diese fand Oktober am Fuße der Hohen Wand statt.

Wir konnten für diese Kolumne eine erfahrene Kräuter-Expertin gewinnen, die bereits unsere Frühjahrs-Seminare begleitet hat.

Herzlichen Dank an Frau Bettina Steixner, die sich seit ihrer Kindheit für Kräuter interessiert und auch viel Wissen darüber von ihrer Großmutter vermittelt bekam.

Bettina Steixner beschäftigt sich mit Naturheilkunde und Ethnobotanik, ist Fasten- und Gesundheitscoach, Lomi-Lomi-Nui-Praktikerin, Wanderführerin und Kräuter-Ur-Frau.

Nachstehend beschreibt sie in ihrer ersten Kolumne 3 Kräuter, die jetzt Erntezeit haben.

Beitrag: Petra Felber

Die mächtigsten Heilpflanzen im Kreislauf der Jahreszeiten – zur Zeit: Hagebutte, Klette und Beifuß

Ab sofort nehme ich euch mit auf meinen Reisen in die wunderbare Welt der heimischen Heilpflanzen, Wurzeln und Beeren. Lasst uns gemeinsam in die magische Welt rund um die Hohe Wand eintauchen und lernen, wie wir gemeinsam diese Natur-Apotheke in unsere Arbeit einfließen lassen können.

Rezeptur Hautöl:

die Hagebutten aufschneiden, da die Kerne auch verwendet werden, in ein Schraubglas füllen und bis zum Glasrand mit hochwertigem Öl – wie Mandel- oder Jojobaöl – bedecken. Anschließend 4 Wochen lang verschlossen stehen lassen (nicht öffnen!), täglich schütteln und abseihen.

Das fertige Hautöl mit den enthaltenen Antioxidantien und den Vitaminen A, C, E ist ein wunderbares Anti-Aging-Mittel, hilft gegen Akne und kann in der Massage bei Arthrose, Gelenkschmerzen oder bei Narbenbehandlung gut eingesetzt werden.

Die Klette

– die vielseitige Heilerin

Wir wandern weiter querfeldein in den Wald. Was klebt denn hier an unseren Beinen und Jacken? Es ist die Klette.

Genau diese Eigenschaft macht die Klette für unser Blut so wertvoll. Es sind nämlich nicht nur ihre Früchte, die klebende oder bindende Fähigkeiten haben.

Auch die Wurzel der Klette kann – laut der Volksheilkunde – binden, allerdings nicht an Kleidung, sondern an Schwermetallen und Giften. Die Toxine werden auf diese Weise rasch aus dem Körper ausgeschwemmt.

Aus der Klettenwurzel gewonnener Tee ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Erhöhung der Urinmenge; auch als Spü-



Bettina Steixner und Räucherstick mit Beifuß

lung hilft der Tee gegen Haarausfall oder Kopfschuppen.

Rezeptur Kaltauszug: Manche Kräuter und Wurzeln dürfen nicht überbrüht werden, da sie die Heilkraft verlieren. Die Wurzel mit kaltem Wasser über Nacht ansetzen und am Morgen nur leicht erwärmen. Die Tagesmenge Tee in eine Thermosflasche füllen.

Aus der Wurzel hergestelltes Hautöl hat eine antibiotische Wirkung, welches wunderbar auf die Kopfhaut und außerdem auf entzündete Hautstellen aufgetragen werden kann.

Der Beifuß

– die mystische Zauberpflanze

Beifuß, das Kraut des Übertritts.

Mit dem Beifuß wird überall, wo er wächst, geräuchert.

Eine Räucherung mit einem Räucherstick aus getrockneten Stängeln, Blättern, Blü-

ten – mit Naturfaser gebunden – gilt als Schutzzauber gegen das Böse und die Gefahr. Er wirkt stark reinigend, bewusstseins-erweiternd und bietet deshalb die Möglichkeit, sich zu öffnen. Er hilft beim Prozess des Trauerns und somit auch beim Loslassen. Zudem stärkt er das Weibliche (wurde früher bei Fruchtbarkeits- und Geburtsritualen verwendet), die Intuition und das Traumbewusstsein – man sagt ihm auch nach, dass er das Herz wärmt.

In Asien ist der Beifuß heute noch ein geschätztes Heilmittel und wird vor allem zur Moxa-Behandlung verwendet.

Beifuß hat eine antibakterielle, antifungizide, beruhigende, durchblutungsfördernde, verdauungsfördernde und wehenfördernde Wirkung.

Als Massageöl verwendet, bringt er alles zum Fließen, alles in Bewegung und die Wärme zurück in den Körper – gut bei kalten Füßen, Verspannungen, Muskelkater und müden Beinen sowie zur Stärkung der Intuition.

Eine Tinktur aus Beifuß hilft innerlich zur Unterstützung bei Magen-Darm-Problemen und äußerlich als hilfreiches Einreibemittel bei müden Füßen und Beinen sowie bei Muskelkater.

Rezeptur Tinktur:

ein Schraubglas mit frischen Pflanzenteilen und der Wurzel etwa halb befüllen, mit 40-prozentigem Alkohol bis zum Rand auffüllen – täglich schütteln, nach 4 Wochen abseihen.

Im Frühling werde ich euch informieren, welche Heilpflanzen uns im Bereich der Entschlackung und der Frühjahrskuren unterstützen können. Bis dahin wünsche ich euch viele magische Entdeckungen auf euren winterlichen Wanderungen – habt eine schöne Zeit!

Beitrag: Bettina Steixner, Kräuter-Ur-Frau



Bettina Steixner beim Sammeln von Hagebutten



Die Klette in ihrer vollen Farbenpracht



Bettina Steixner beim Ausgraben der Klettenwurzel

Mit Ayurveda gut durch die Feiertage und den Winter

Oh du fröhliche ...

... Weihnachtszeit! Der Monat, in dem wir uns normalerweise von einem Keksteller zum nächsten Punschstand, von der Weihnachtsfeier weiter bis zu den Feiertagsfestessen bewegen, bis wir schlussendlich bei der rauschenden Silvesterparty angekommen sind. Kombiniert mit Einkaufsmarathons in überfüllten Kaufhäusern und stressigen Deadlines vor dem Jahreswechsel wird der Advent für viele zu einer anstrengenden Zeit, gesundheitlich als auch emotional.

Heuer ist wieder alles anders. Die Zeiten sind abermals sehr ungewiss, der Advent zum zweiten Mal vom Lockdown überschattet und vieles, auf das wir uns gefreut haben, findet nicht statt. Die Wochen sind von Homeoffice, Online-Shopping, Einsam-

keit auf der einen Seite und Überforderung auf der anderen Seite geprägt.

Ob Lockdown oder gewohnte Weihnachtsüppigkeit – diese Zeit ist auf jeden Fall eine Herausforderung. Was hilft, ist das rechte Maß!

Der Advent gilt als eine der schönsten Zeiten im Jahr und für viele machen gerade die Kekse und der Punsch das Besondere an der Vorweihnachtszeit aus.

Dieses Vergnügen bleibt uns erfreulicherweise auch während des Lockdowns erhalten. Damit wir uns aber mit all den Köstlichkeiten nicht ständig überfüllt fühlen, unsere Verdauung komplett aus dem Gleichgewicht gerät und zu allem Überfluss noch lästige zusätzliche Kilos auf die Waage kommen,

ist es hilfreich, unser richtiges Maß zu erkennen und zu halten.

Das heißt aber nicht, dass auf alles verzichtet werden muss, vielmehr, dass wir spüren, mit welcher Menge wir uns wirklich gut fühlen und so der Genuss auch Genuss bleiben kann und nicht in Völlegefühl und Übersäuerung resultiert. Ständiges Überessen führt nicht nur kurzfristig zu einem Unwohlsein, sondern stört auch die Verdauung nachhaltig.

Im Ayurveda, der alten indischen Gesundheitslehre, wird besonderes Augenmerk auf eine gut funktionierende Verdauung gelegt, denn sie ist für Energiegewinn und gesunde

bitte umblättern →

Fortsetzung: Mit Ayurveda gut durch die Feiertage und den Winter

Zellregeneration verantwortlich. Ist die Verdauung schlecht, werden auch alle nachfolgenden Prozesse im Körper negativ beeinflusst und es entsteht ein Ungleichgewicht. Wird dieses Ungleichgewicht längere Zeit missachtet und nicht wieder in Balance gebracht, können sich daraus Krankheiten entwickeln. Um gesund zu bleiben, empfiehlt der Ayurveda, sich an ein paar Ernährungsregeln zu halten, wie die richtige Menge zu essen, die sechs Geschmäcker zu verwenden (siehe Kasten), regelmäßig zu essen und ausreichend Pausen zwischen den Mahlzeiten zu lassen sowie die Ernährung den Jahreszeiten anzupassen.

Das rechte Maß

Das richtige Maß ist die Basis für ein Leben in Balance und Gesundheit. Und das gilt nicht nur für das Essen.

Auch bei Bewegung, Arbeit und Konsum ist es wichtig zu wissen, wie viel guttut und ab wann es zu viel des Guten ist. Gerade auch in der Weihnachtszeit ist es sinnvoll, sich beim Kauf von Geschenken zu überlegen, was es wirklich braucht, ob es nicht besser ist weniger, dafür qualitativvoller zu schenken und statt zu Plastikschnickschnack, der schnell kaputt wird, lieber zu wiederverwendbaren Alternativen zu greifen.



Eine Handvoll Essen

Verdauungsfeuer stärken

Ebenso wichtig ist es, die eigenen Grenzen in der Arbeit zu erkennen und einzuhalten und bewusst Entspannungsphasen einzubauen und wahrzunehmen. Kleine Pausen zwischendurch, wie die Augen schließen und ein paar Mal tief ein- und ausatmen, können ein wichtiger Beitrag sein, um Stress zu reduzieren. Manchmal ist es vielleicht auch ratsam, ein geselliges Beisammensein auszulassen, wenn man spürt, dass die eigenen Ressourcen am Limit sind.

Und es kann genau das Gegenteil der Fall sein und der Kontakt mit Menschen hilft dabei, den Alltagsstress zu verarbeiten. Um das zu erkennen ist es wichtig, mit sich selbst einen aufmerksamen Umgang zu pflegen.

Das richtige Maß in der Ernährung ist leicht zu bemessen und trotzdem für viele nicht so einfach einzuhalten. Das Fassungsvermögen des Magens entspricht etwa der Menge von Nahrung, die in die eigenen zwei Hände passt. Diese zwei Handvoll pro Mahlzeit gliedern sich in eine Handvoll feste Nahrung, eine halbe Hand flüssige und eine

halbe Hand sollte leer bleiben, damit der Magen noch genügend Platz hat. Ein Merkmal, dass dieses Maß erreicht wurde ist, wenn das erste Mal beim Essen aufgestoßen wird. Wer darauf achtet und mit diesem Aufstoßen die Mahlzeit beendet, wird merken, dass man sich nach dem Essen weniger müde fühlt und das Sättigungsgefühl länger anhält. Wird zu viel gegessen, kann die Nahrung nicht gut verdaut werden – man fühlt sich müde, voll und antriebslos.

Apfel gegessen werden, da auch Kleinigkeiten den Magen-Darmtrakt beschäftigen. Besonders hilfreich für ein gesundes Verdauungsfeuer ist die Verwendung von Gewürzen wie Ingwer, Fenchel, Ajwain (Königskümmel), Kreuzkümmel, Asafoetida oder der scharfen Mischung Trikatu (Ingwer, Pfeffer und langer Pfeffer). Diese Gewürze können sowohl zum Kochen als zum Nachwürzen verwendet werden und eignen sich teilweise auch hervorragend als Tee.

Tipps & Rezepte

Ingwer

- Tee aus frisch geriebenem Ingwer oder Ingwerpulver vor und zu den Mahlzeiten hilft bei der Verdauung, besonders auch bei der Verdauung von Alkohol.
- Etwas Ingwerpulver im Keksteig macht den süßen Genuss bekömmlicher.
- Immun-Booster Ingwersaft & Honig: Bei Kratzen im Hals, Erkältung, Schnupfen, Gliederschmerzen, Völlegefühl und Co. ein Fingerglied kleines Stück frischen Ingwer reiben und anschließend mit der Knoblauchpresse ausdrücken. Einen Teelöffel Honig dazu mischen und einnehmen. Je nach Bedarf 1–3 Mal täglich.

Tee bei Blähungen & Bauchschmerzen

Bei Blähungen, Völlegefühl oder Bauchschmerzen kann ein Tee aus Fenchel, Kumin (Kreuzkümmel) und Ajwain (Königskümmel) helfen. Je einen halben Teelöffel mit 0,25 Liter heißem Wasser aufgießen und fünf Minuten ziehen lassen. Zusätzlich können auch etwas frischer Ingwer oder eine Nelke beigefügt werden.



Ingwerhonig



Zutaten für den Ayurvedischen Granatapfel-Orangen-Punsch

Trikatu am Tisch

Um dem Essen jederzeit etwas mehr Feuer zu verleihen, kann man ein "Tisch-Trikatu" bereitleisten: Trikatu (im Ayurveda-Fachhandel oder online erhältlich) in einen Salz- oder Pfefferstreuer füllen oder gleich als "Table-Trikatu" kaufen.

Ayurvedischer Granatapfel-Orangen-Punsch

6–10 Personen

In einem größeren Topf:

- 50 g Ingwer geputzt und blättrig geschnitten (in der Schale sitzen die antioxidativen Wirkstoffe)
- 5 Stück Sternanis
- 5 Zimtstangen
- 5 Nelken
- 1 Hand voll Basilikumblätter geschnitten (wenn vorhanden)
- 5 Kardamomkapseln (leicht zerstoßen)
- 3 Orangen mit verzehrbare Schale in größere Würfel schneiden
- 3 Orangen auspressen oder 0,5 l Orangensaft direkt gepresst
- 1,5 l Wasser kurz zum Kochen bringen und 20–30 Minuten auf kleiner Hitze köcheln, dann alles über einem feinen Sieb abseihen, damit es nicht zu scharf oder gar bitter wird.

Dann

- 1 l Granatapfelsaft dazugeben und mit
- 3 EL braunem Zucker (je nach Geschmack kann es auch mehr sein) abrunden.

Nochmals kurz aufkochen und am besten gleich in eine Thermoskanne gießen.

- Orangen für die Deko schälen und in Scheiben schneiden. Entweder noch
- 1 Granatapfel oder
- 2 Äpfel schälen und in Würfel schneiden und in Gläser vor dem Servieren füllen.

... und wer es lieber mit etwas Alkohol hat, kann einen Schuss Bio-Rotwein dazugeben.

Rezept Ingwerkekse (Mürbteig mit Ingwer)

- 300 g Mehl, eventuell etwas mehr, weil der frische Ingwer Saft beinhaltet
- 200 g Butter
- 100 g Zucker
- Vanillezucker
- 1 Msp. Salz
- 1 TL Kardamom
- ca. 1/2 Ingwerknolle, frisch fein reiben
- ca. 1 EL gemahlener trockener Ingwer (je nach Geschmack)

Alle Zutaten zusammen zu einem Teig kneten und mindestens eine halbe Stunde ruhen lassen.

Kekse ausstechen und backen.

Beitrag: Dr. Leona Mörth-Nicola

Ayurveda

Ayurveda ist die alte indische Gesundheitslehre und Medizin. Übersetzt bedeutet Ayurveda das Wissen (oder die Wissenschaft) vom Leben und umfasst dementsprechend auch sämtliche Bereiche des Lebens, wie Ernährung, Lebensstil, Kräuterheilkunde etc.

Ausgehend von den fünf Elementen Äther, Luft, Feuer, Wasser und Erde werden drei Wirkprinzipien (Doshas) unterschieden, die sich jeweils aus zwei Elementen zusammensetzen. Die drei Doshas haben bestimmte Funktionen, Eigenschaften, Zeiten und Plätze im Körper und sind für die individuelle Konstitution jedes Menschen als auch für Gesundheit und Krankheit verantwortlich. Die drei Wirkprinzipien sind Vata – das Bewegungsprinzip, Pitta – das Transformationsprinzip und Kapha – das Prinzip der Stabilität.

Jedes Dosha kann durch bestimmte Lebensmittel, Geschmäcker, Verhaltensweisen und andere Einflüsse sowohl aus als auch in Balance gebracht werden.

Ayurveda Ernährung

- Verwendung der sechs Geschmäcker: süß, sauer, salzig, scharf, bitter und herb. Jeder Geschmack hat eine spezifische Wirkung auf Körper und Geist – etwa tröstet und nährt uns der süße Geschmack (in Maßen!).
- Die richtige Menge – die Zwei-Hand-Regel: Pro Mahlzeit eine Hand voll fester Nahrung, eine halbe Hand Flüssigkeit und eine halbe Hand bleibt leer.
- Essen zu fixen Zeiten: Der Körper ist ein Gewohnheitstier; essen wir immer um 12.00 Uhr, ist er um diese Zeit hungrig und bereitet sich optimal darauf vor.
- Pause zwischen den Mahlzeiten: Zwischen den Mahlzeiten mindestens 3–4 Stunden nichts essen, sodass alles gut verdaut werden kann.
- Der Jahreszeit entsprechend essen: Im Winter vor allem gut gekocht, wärmende Gewürze verwenden, auf Kaltes und Rohes verzichten.
- Am besten ist frisch und saisonal gekocht.

Geschenkideen – Geschenke, die richtig gut tun!

Das Weihnachtsfest rückt immer näher und viele suchen nach einem originellen und sinnvollen Geschenk für ihre Liebsten.

Ob für die beste Freundin, die immer auf der Suche nach den neuesten Beauty-Trends ist, für den Papa, der über Verspannungen und Rückenschmerzen klagt oder den Partner, der schon länger mit dem Gedanken spielt, sich tätowieren zu lassen – ein Gutschein für eine Behandlung beim Profi kommt immer gut an!

Wenn bekannt ist, dass der Beschenkte ein Stammkunde in einem Betrieb ist, kann die dortige Fachkraft dem Schenkenden bereits im Vorfeld beratend zur Seite stehen. Die Fachkräfte kennen ihre (Stamm-) Kunden und deren Lebens- und Familiensituation recht gut und können so am besten über den Kauf eines Gutscheins für eine individuelle Behandlung beraten.

So wird es nicht nur ein sehr persönliches Geschenk, sondern auch eines, das nicht gleich nach Weihnachten (mehr oder weniger heimlich) wieder umgetauscht oder weiterverschenkt wird.

Fußpflege

Wer kennt nicht jemanden im Familien- oder Freundeskreis, der über schmerzende und müde Füße klagt, speziell in der aufregenden und arbeitsintensiven Vorweihnachtszeit? Auch der eine oder andere Kunde eines Fußpflege-Betriebs kennt sicher eine Person, die von einer Fußpflege profitieren würde. Und falls dieser auf der Suche nach einer guten Geschenkidee ist, kann eine Fachkraft einen Gutschein für die geeignete Wohlfühl-Behandlung empfehlen, die eine schöne Belohnung für all den Alltagsstress sein wird, auch über Weihnachten hinaus. Von klassischer Fußpflege bis zur Fußmassage oder einer Paraffinbehandlung für ganz zarte Haut – die Auswahl an Genuss-Momenten ist groß und ein Fußpflege-Gutschein wird sicher viel Freude bereiten!

Kosmetik

Die beste Freundin einer Kundin studiert ständig die neuesten Ausgaben der Hochglanz-Magazine auf der Suche nach den aktuellen Trends und Tipps rund um das Thema Schönheit und findet nie die Pflege, die zu den Bedürfnissen ihrer Haut passt? Ein Gutschein für eine Kosmetikbehandlung

beim Profi kann die erfolglose und nervenaufreibende Suche beenden und zu einer langfristigen Lösung beitragen.

Ein wichtiger Aspekt dabei ist auch das Gefühl von Entspannung und Geborgenheit, die solche Behandlungen bieten. Einfach ein schönes Geschenk!

Massage

Der Lebensgefährte einer langjährigen Kundin leidet berufsbedingt unter Verspannungen und Rückenschmerzen. Was liegt näher als ein Gutschein für eine (oder mehrere) Massagebehandlungen bei erfahrenen Masseuren? Die Auswahl an Methoden ist groß: Klassische Massage, Shiatsu-, Ayurveda-, Tuina-Anmo- oder Jamche-Kunye-Praktik. Ein Geschenk, dessen Wirkung länger anhält und noch dazu einen entspannenden Wohlfühl-Effekt hat!

Permanent-Make-up

Eine Kundin berichtet von ausgedehnten Shopping-Touren mit ihrer Schwester, bei denen diese viel Zeit in Drogerien verbringt, auf der Suche nach dem perfekten und langhaltenden Lippenkonturenstift. Und jedes Mal aufs Neue beschwert sich die Dame darüber, dass man bereits nach kurzer Zeit die Konturen nachziehen muss, weil der Stift nicht lange hält. Möglicherweise wäre ein Termin in einem Permanent-Make-up-Studio genau das Richtige? Und falls die Augenpartie (speziell die Augenbrauen) einer kleinen Auffrischung bedarf, ist man auch in diesem Fall bei einer Fachkraft für Permanent-Make-up in sicheren Händen.

Ein Geschenk-Gutschein unter dem Weihnachtsbaum wäre hier ebenfalls wärmstens zu empfehlen!

Tattoo

Der Freund eines Kunden hat schon länger den heimlichen Wunsch, sich tätowieren zu lassen und bleibt beim Einkaufsbummel immer wieder vor den Auslagen von Tattoo-Betrieben stehen.

Ein Gutschein für einen Termin beim Tätowierer kann eine wirklich schöne Überraschung sein und die Aufmerksamkeit signalisieren, die man dem Beschenkten entgegenbringt.



©Foto: Agnieszka Trzpit

Piercen

Eine Kundin erzählt von der 14-jährigen Tochter einer lieben Freundin, die sich Ohringe zu ihrer Firmung wünscht, aber die Ohrläppchen müssen noch gestochen werden. Der beste Weg, um dies zu erreichen, ist ein Termin beim Piercer und nicht im Einkaufszentrum um die Ecke (Ohrlochpistole!). Ein solches Geschenk ist etwas Dauerhaftes und kann ein Leben lang Freude bereiten.

Nagelstudio

Vielleicht hat eine Ihrer Stammkundinnen von einer Freundin erzählt, die eine unverbesserliche Nägelbeisserin ist und sich nichts sehnlicher als schöne und herzeigbare Nägel wünscht?

Die Nageldesigner können professionell Abhilfe schaffen und obendrein zu mehr Selbstbewusstsein verhelfen.

Auch hier kann die Fachkraft den Kauf eines Geschenkgutscheines empfehlen, der wahre Freude bereiten wird.

Visagistik

Auch, wenn die zwölfjährige Nichte einer Kundin ihren bevorstehenden Geburtstag detailliert durchgeplant hat, kann das Fest immer noch bunter und lustiger werden. Es gibt kaum etwas Schöneres, als besondere Momente zu schenken. Den Besuch eines Visagisten zu buchen kann helfen, den Kindergeburtstag noch phantasievoller zu gestalten und den Kindern ein unvergessliches Erlebnis zu verschaffen.

Friseur

Ja, und weil Weihnachten ist, darf auch mal ein Geschenkgutschein für den Friseur dabei sein.

Viele Kunden wissen kurz vor Weihnachten noch nicht, womit sie ihren Liebsten in diesem Jahr eine Freude machen können. Ein Gutschein für eine Behandlung in einem Profi-Betrieb kann als eine wirklich sinnvolle Geschenkidee von unseren Fachkräften empfohlen werden und wird für unvergessliche Momente sorgen, auch lange nach Weihnachten!

Beitrag: Petra Felber

Unsere Haftpflichtversicherung für das Jahr 2022

So wie jedes Jahr kommt mit der letzten Innungszeitung in diesem Jahr unsere Erinnerung an die FKM-Gruppen-Haftpflichtversicherung.

Wir freuen uns sehr darüber, dass wir unseren Mitgliedern diese Möglichkeit weiterhin, insbesondere zu den sehr günstigen Konditionen, die wir voriges Jahr ausverhandelt haben, anbieten können.

Zusätzlich möchten wir uns an dieser Stelle bei unserem zuständigen Versicherungsspezialisten, Herrn Andreas Höbart, BSc.BSc., ganz herzlich bedanken! Seine Betreuung geht oft über den üblichen Beratungsumfang hinaus. Er unterstützte unsere Innung im abgelaufenen Jahr einige Male bei Fortbildungen zum Thema Haftpflichtversicherung und konnte dadurch viele Fragen aus erster Hand beantworten.

Im Innungsbüro ist aufgefallen, dass es manchmal bei den Mitgliedern bezüglich der Zuordnung der verschiedenen Bereiche zu Verwirrungen kommt, da gerade zum Jahreswechsel eine Vielzahl von Zahlscheinen und Rechnungen bei den Betrieben eintrifft.

Daher die wichtigsten Eckdaten:

Die Aussendung des Zahlscheins mit einem Informationsschreiben über die Versicherung wird vor dem 31. Dezember vom Innungsbüro an die Post zum Versand übergeben.

Die Einzahlung der Versicherungsprämie erfolgt auf freiwilliger Basis, Sie sind nicht dazu verpflichtet.

Der Versicherungsschutz beginnt, sobald die eingezahlte Prämie bei uns eingelangt ist. Mit dieser Einzahlung sind Sie für das laufende Kalenderjahr haftpflichtversichert. Sie erhalten keine Zahlungsbestätigung oder Polizze.

Der Einzahlungsbeleg ist Ihre Bestätigung.

Falls Sie die Prämie erst im Laufe des Jahres einzahlen, bleibt die Höhe des Betrags trotzdem gleich. Ruhend gemeldete Betriebe sind von der Versicherungsmöglichkeit ausgenommen, sofern der Nichtbetrieb über das ganze Kalenderjahr läuft.

Der Versicherungsschutz endet mit dem laufenden Kalenderjahr und läuft nicht automatisch weiter. Sie können sich jährlich dafür entscheiden.

Falls Sie mehrere Betriebsstandorte in Wien haben, muss pro Betriebsstätte die Prämie eingezahlt werden, damit jeder Standort den Versicherungsschutz erhält. Auch wenn Sie nur 1x wöchentlich, alle zwei Wochen an einem anderen Standort arbeiten (z.B. in einem Pflegeheim oder in einem anderen Geschäft eingemietet sind), gilt dieser Standort als weitere Betriebsstätte und muss sowohl beim Magistratischen Bezirksamt angemeldet als auch die Prämie für den Versicherungsschutz eingezahlt werden.

Bei ausschließlicher mobiler Tätigkeit zahlen Sie die Prämie nur 1 x für den Standort,

der in den meisten Fällen die Wohnadresse ist, ein.

Bitte achten Sie auf die auf Sie zutreffende Tätigkeit(en) und somit den für Sie entsprechenden Betrag. Es wird vom Innungsbüro nicht kontrolliert, erinnert oder gemahnt. Wenn im Schadensfall nicht der korrekte Betrag einbezahlt wurde, ist der Versicherungsschutz nicht vollkommen gedeckt.

Grundprämie pro Betriebsstätte	€ 30,00
Zusatzprämie pro Betriebsstätte für Permanent-Make-up und Microblading	€ 15,00
Plasma Pen	€ 50,00
Piercen und Tätowieren	€ 120,00

Beispiel:

Kosmetikerin, die auch für Permanent-Make-up die Berechtigung hat, zahlt:

- mit einer Betriebsstätte:
€ 30,00 + € 15,00 = € 45,00
- mit zwei Betriebsstätten:
2 x € 30,00 + 2 x € 15,00 = € 90,00

Bei zusätzlichen Fragen stehen Ihnen Frau Lipkovich im Innungsbüro oder unser Versicherungsberater, Herr Höbart, gerne zur Verfügung.

Beitrag: FKM Landesinnung

FAQ – oft gestellte Fragen:

- Q: Für welchen Zeitraum bzw. wie lange gilt der Versicherungsschutz?
A: Der Versicherungsschutz gilt für den Zeitraum, welcher mit Eingang der Prämie auf dem Abrechnungskonto beginnt und mit dem Einzahlungsjahr endet. Für alle Schadensfälle, welche in diesem Zeitraum auftreten, gilt eine unendliche Nachmeldefrist.
- Q: Ich löse meinen Betrieb auf und möchte meinen Versicherungsschutz auf einen Nachfolger übertragen. Geht das?
A: Ein Übergang des Versicherungsschutzes von einer Natürlichen Person auf eine andere Natürliche Person ist nicht möglich. Tatsächlich profitiert die Person, welche den Betrieb auflöst, noch vom Versicherungsschutz (unendliche Nachmeldefrist).
- Q: Ein Kunde klagt über Schmerzen und verlangt das Geld für die Behandlung zurück. Was mache ich?
A: Sie sagen Ihrem Kunden, dass der Schadensfall an Ihre Versicherung gemeldet wird, geben diese Information an das Innungsbüro weiter und nehmen mit unserem Versicherungsberater Kontakt auf. Lassen Sie sich vor weiteren Schritten von uns beraten!
- Q: Wann ist ein Beitritt zu der Gruppenhaftpflichtversicherung möglich und unter welchen Voraussetzungen?
A: Jederzeit. Vorausgesetzt wird lediglich ein aktiver Gewerbeschein und die Mitgliedschaft bei der Landesinnung Wien für Fußpflege, Kosmetik und Massage.

Beitrag: Andreas Höbart, BSc.BSc.

Auch 2022 – die Haftpflichtversicherung mit der besseren Deckung und den günstigen Konditionen!

Als Mitglied der Landesinnung Wien der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur können wir Ihnen auch 2022 eine Haftpflichtversicherung für Ihren Betrieb anbieten.

Die Prämien und der Leistungsumfang konnten in der Qualität von 2021 beibehalten werden.

- Die Grundprämie 2022 beträgt nur mehr € 30,00 pro Betriebsstätte. Bei Gewerben, die mobil in Form von Hausbesuchen betrieben werden, gilt der im Gewerbeschein festgehaltene Standort als Betriebsstätte.
- Für die Dienstleistung des Permanent-Make-ups und Microblading ist eine Zusatzprämie in der Höhe von € 15,00 pro Betriebsstätte zu bezahlen.
- Für die Dienstleistung der Anwendung von Plasma Pen ist eine Zusatzprämie in der Höhe von € 50,00 pro Betriebsstätte zu bezahlen.
- Für die Dienstleistung des Piercens und Tätowierens ist eine Zusatzprämie in der Höhe von nur mehr € 120,00 pro Betriebsstätte zu bezahlen.
- Der Versicherungsumfang hinsichtlich des Deckungsrisikos ist, im Vergleich zu einem Einzelvertrag, deutlich verbessert.
- Auch 2022 ist kein genereller Selbstbehalt vorgesehen. Ein geringer Selbstbehalt ist notwendig für die Versicherbarkeit

keit der Tätigkeitsschäden und der Umweltsanierungskosten.

- Der Beitritt zur Versicherung ist auf freiwilliger Basis.
- Der Versicherungsschutz beginnt, sobald die Versicherungsprämie bei uns eingelangt ist. Er gilt lediglich für das laufende Kalenderjahr 2022.

Mitglieder, die keine Prämie entrichten, genießen daher keinen Versicherungsschutz!

Die Prämie ist eine Einlöseprämie. Das heißt, dass der Versicherungsschutz nur durch rechtzeitige Prämienzahlung erreicht wird. Diese Einlöseprämie wird nicht eingemahnt.

Ruhend gemeldete Betriebe sind von der Prämienbezahlung ausgenommen, sofern der Nichtbetrieb über das ganze Kalenderjahr läuft.

Für den Fall einer Wiederbetriebmeldung besteht der Versicherungsschutz ab dem Tag der Einzahlung der Prämie. Eine Aliquotierung der Prämie ist in keinem Fall möglich.

Für die richtige Berechnung der Gesamtprämie pro Betriebsstätte – Grundprämie

plus allfällige Zusatzprämie(n) – ist das einzahlende Mitglied verantwortlich.

Zahlen Sie bitte Ihre Prämie auf folgendes Konto ein:

WKW, Verrechnung SGH, Wien
BAWAG PSK,
IBAN: AT94 6000 0000 0741 4400
BIC: BAWAATWW
Verwendungszweck:
Haftpflichtversicherung 2022, 138000

Wichtige Hinweise zur Haftpflichtversicherung

Schützen Sie sich vor dem Vorwurf eines durch Ihre Betriebsführung verursachten Personen- oder Sachschadens.

Der Versicherer prüft eine etwaige Haftung, wehrt unberechtigte Vorwürfe ab (passiver Rechtsschutz) und erfüllt berechnete. Die Haftpflichtversicherung ist der wichtigste und existenziellste Versicherungsschutz für Ihr Unternehmen.

Eine vergleichbare Versicherung ist für Einzelbetriebe in der ausgehandelten Variante am Markt nicht erhältlich. Die Prämie ist sehr günstig und der Deckungsumfang exzellent.

Nutzen Sie dieses Angebot. Der Erfolg unserer kollektiven Haftpflichtversicherung hängt von der Inanspruchnahme durch möglichst viele Mitglieder ab.

Versichertes Risiko

Sämtliche Eigenschaften, Rechtsverhältnisse und Tätigkeiten, die mit dem Umfang der Gewerbebefugnis üblicherweise verbunden sind.

Das sind grundsätzlich alle Bereiche der Fußpflege, Kosmetik und Massage, aber auch die Ausübung eines zulässigen Nebenrechts, etwa der Handel mit einschlägigen Produkten. Beachten Sie jedoch die Zusatzprämien für bestimmte gefahreneigte Bereiche.

Zu beachten ist, dass der erlaubte Gewerbeumfang nicht überschritten werden darf. Mit der Gewerbeberechtigung "Modellieren von Fingernägeln" ist daher die "dauerhafte Haarentfernung" nicht mitversichert.

Versicherungsumfang

- Für die Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur wurde die Pauschalversicherungssumme für Sach- und Personenschäden auf € 3.000.000,00 erhöht.
- Für Tätowierer und Piercer wurde die Pauschalversicherungssumme für Sach- und Personenschäden auf € 1.5 Millionen erhöht.
- Die Gesamtleistung des Versicherers beträgt für alle Versicherungsfälle eines Jahres der vorgenannten Deckungs-

summe maximal das Fünffache (max. € 15 Millionen)

- Inkludiert ist die Immaterialgüterrechtsdeckung für reine Vermögensschäden bis € 15.000,00. Dies inkludiert auch Haftpflichtansprüche nach datenschutzrechtlichen Bestimmungen.
- Inkludiert ist der Versicherungsschutz für Mietsachschäden aus Feuer- und Leitungswasserschäden bis zur Höhe der Versicherungssumme.
- Die Behandlung von Angehörigen gilt mitversichert.
- Verwahrungsschäden wegen Beschädigung, Verlust oder Verwechslung von Sachen der Kunden sind bis zu einer Versicherungssumme von € 15.000,00 inkludiert.
- Inkludiert ist der Versicherungsschutz für Tätigkeitsschäden an beweglichen Sachen. Diese sind bis € 15.000,00 versichert (Selbstbehalt € 200,00).
- Inkludiert ist der Versicherungsschutz für die eingestellten Fahrzeuge der Arbeitnehmer und Besucher.
- Inkludiert ist der Versicherungsschutz für das Be- und Entladen von fremden Fahrzeugen bis € 15.000,00 (Selbstbehalt € 100,00).
- Inkludiert ist eine Haftpflichtdeckung für die Inanspruchnahme als Veranstalter.
- Inkludiert ist selbstverständlich auch

die Privathaftpflichtversicherung, bis zur Höhe der Versicherungssumme von € 3 Millionen

- Ebenso ist die Haus- und Grundbesitzhaftpflicht inkludiert.
- Auch inkludiert ist die Versicherung von Umweltschäden bis zu einer Versicherungssumme von € 500.000,00.
- Für den Schutz vor Umweltsanierungskosten stehen € 300.000,00 zur Verfügung.
- Der örtliche Geltungsbereich des Versicherungsschutzes ist Europa (im geographischen Sinne).
- KEIN genereller Selbstbehalt!

Wie ist vorzugehen, wenn ein Kundenforderungsschreiben oder bereits eine Klagsandrohung durch einen Kunden bzw. Anwalt an Sie erfolgt?

Die Schadensmeldung erfolgt an das Innungsbüro der Wiener Landesinnung.

Im Innungsbüro wird die Einzahlung der Prämie kontrolliert und an den zuständigen Versicherungsfachmann, Herrn Höbart, weitergeleitet.

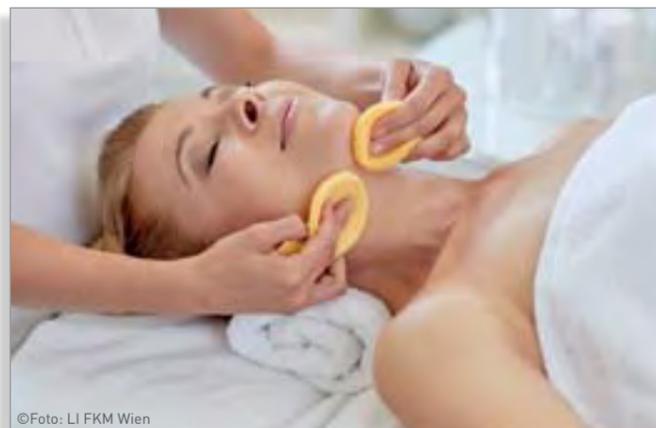
Bei detaillierten Fragen wenden Sie sich bitte an unseren Versicherungsberater:

Andreas Höbart, BSc. BSc.
1230 Wien, Talpagasse 1a
T 01/376 15 57
M 0699/1904 15 83

[E andreas@hoebartundhoebart.at](mailto:andreas@hoebartundhoebart.at)



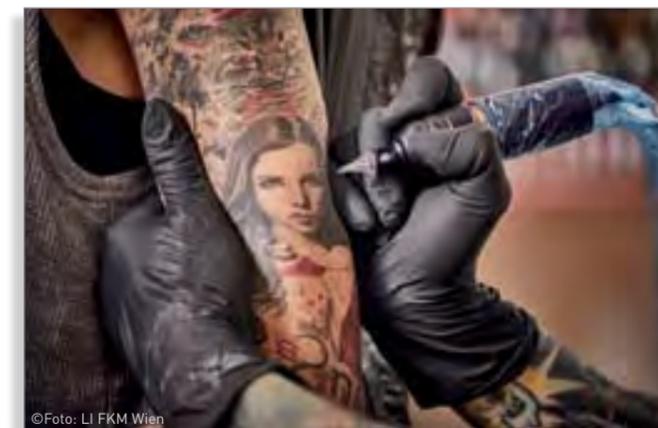
Alle FKM-Mitglieder können sich versichern: Fußpfleger, ...



Kosmetiker und Teilgewerbe daraus, Nagelstudios, Visagistik, ...



Masseur, Heilmasseur, in sich geschlossene Systeme, ...



... sowie Piercer, Tätowierer und Pigmentierer

Die Tattoofarben – die Petition

Bisher mehr als 126.000 Unterzeichner unterstützen die Online-EU-Petition zum Erhalt der beiden Pigmente Blau 15:3 & Grün 7.

Ab dem kommenden Jahr wird eine Änderung in der EU-Chemikalienverordnung REACH die Verwendung von mehr als 4.000 Chemikalien in Tätowierfarben und Permanent-Make-up einschränken.

Die Farbpalette wird durch diese Verordnung um zwei Drittel der möglichen Farben reduziert. "Das wird zu einer massiven Verschlechterung der wirtschaftlichen Wettbewerbsfähigkeit europäischer Tätowierer und Pigmentierer gegenüber Anbietern außerhalb der EU führen und die Existenz dieser Berufszweige stark gefährden," stellen Erich Mähner und DI Michael Dirks die Bilanz dar.

bei den kommenden Bestellungen von Tätowier- und Pigmentierfarben zu bedenken sind, da eine Vielzahl von Farbtönen in Zukunft nicht mehr verwendet werden darf.

"Die unterschiedlichen Anbieter sind bereits dabei, die betroffenen Farbtöne zu kennzeichnen und über den Wegfall dieser Farben zu informieren. Wir setzen uns aber weiter dafür ein, dass die Übergangsfrist verlängert wird." Mit dem EU-Abgeordneten DI Alexander Bernhuber hat die Branche der Tätowierer einen überzeugten Mitstreiter gefunden. "Klar ist, dass die Gesundheit immer an oberster Stelle steht.

Aber Verbote müssen verhältnismäßig sein und dürfen nicht eine Branche alternativlos zu Fall bringen," führt Bernhuber aus.

Man geht allein von ca. 200.000 Unternehmen im Bereich der Tätowierer sowie rund 700 Lieferanten in Europa aus.

Die Anzahl der betroffenen Kunden ist zudem ein Vielfaches größer.

Für praxistaugliche Lösung

Gemeinsam mit Alexander Bernhuber setzt sich der Berufszweig – unterstützt von fachkundigen Chemikern – für eine praxistaugliche Lösung ein, die auf Wissenschaftlichkeit basiert und die Tattoo-Branche berücksichtigt.

Ziel ist, dass weitere wissenschaftliche Daten von den Herstellern geprüft werden können, was zusätzliche Zeit braucht.

Es ist zudem nicht klar, ob die in der Verordnung enthaltenen Grenzwerte überhaupt eingehalten bzw. überprüft werden können. Auch hier ist eine genauere Analyse erforderlich.

Die neuen Vorschriften gelten seit 4. Jänner 2021 in der EU/im EWR.

Für die Farben Pigment Blau 15:3 und Pigment Grün 7 haben sich die Kommission und die EU-Mitgliedsstaaten auf einen 24-monatigen Übergangszeitraum geeinigt, der am 2. Jänner 2023 endet.

Für alle anderen Vorschriften ist ein 12-monatiger Übergangszeitraum vorgesehen, der am 3. Jänner 2022 endet.

Längere Übergangsfristen nötig

Erich Mähner möchte eindringlich darauf hinweisen, dass diese Veränderungen auch



© Grafik: Erich Mähner

Nun geht die Petition in die nächste entscheidende Runde.

DI Alexander Bernhuber wollte in der nächsten Plenarsitzung des EU-Parlaments einen Entschließungsantrag einbringen, der einen zeitlichen Aufschub von mindestens einem Jahr für die Branche erwirken sollte. Auf Drängen der Europäischen Grünen wurde allerdings ein bereits genehmigter Resolutionsantrag verhindert.

Nun wird von DI Alexander Bernhuber eine juristische Stellungnahme angefordert, um den geplanten Resolutionsantrag Ende November nochmals ins Koordinatoren-Meeting zu bringen.

Über den Ausgang der Abstimmung im EU-Parlament werden wir unsere Mitglieder natürlich zeitnah informieren.

Beitrag: Erich Mähner



Bitte unterschreibt die Petition! Einfach den QR-Code scannen und Petition Nr. 1072/2020 unterstützen!

Sie suchen einen Nachfolger für Ihren Betrieb?

Anbei eine Liste von Unternehmen, die durch die Nachfolgebörse der Wirtschaftskammer Wien betreut werden:

Auf unserer Plattform nachfolgeboerse.at finden Sie zahlreiche Fußpflege-, Kosmetik- und Massage-Betriebe, die eine Nachfolgelösung anstreben.

Neben dem Zusammenführen von Anbietern und Interessenten besteht unsere Aufgabe in der umfassenden Beratungsleistung im Übernahmeprozess.

Nähere Informationen erhalten Sie in der Nachfolgebörse der Wirtschaftskammer Wien T 01/514 50-1043 • E nachfolgen@wkw.at www.nachfolgeboerse.at

ID 208285 Kosmetiksalon, Massage, Fußpflege, 1040 Wien
ID 101469 Massage im Luxusbereich, 1010 Wien
ID 197452 Kosmetik, Nageldesign, Friseur, 1010 Wien
ID 101733 Praxis f. manuelle Therapie, 1030 Wien
ID 103312 Massage, Kosmetik, Nagelstudio, Friseur, 1070 Wien
ID 159313 Nagelstudio, Wimpernverlängerung, 1070 Wien
ID 101728 Kosmetiksalon, 1090 Wien

ID 205026 Kosmetik, Fußpflege, 1100 Wien
ID 205163 Fußpflege, 1120 Wien
ID 101641 Fußpflege und Kosmetik in Cottagelage, 1180 Wien
ID 101783 Massage Fachinstitut, 1190 Wien
ID 103518 Massageinstitut, 1210 Wien
ID 101772 Massage- und Wellnessinstitut, 1220 Wien

Haben Sie Interesse an Kooperationen?

Die Wirtschaftskammer Wien hilft Ihnen kostenlos und unterstützt Sie bei der Suche nach geeigneten Kooperationspartnern und berät Sie gerne. Zurzeit liegen folgende Anfragen vor:

Suche KooperationspartnerIn (Kosmetik, Fußpflege, Massage) für hübsch eingerichtetes Kosmetik-/Wellnessstudio

Ich führe neben einer Apotheke in Wien-Landstraße ein hübsch eingerichtetes und sehr gut frequentiertes Kosmetik-/Wellnessstudio (vis-à-vis meiner Apotheke). Bisher wurde das Studio für kosmetische Behandlungen verwendet. Aktuell ist das Lokal frei verfügbar und kann als Pacht- bzw. Mietobjekt genutzt werden. Das Objekt soll als kleines, feines Studio erhalten bleiben, da es sich für unsere Branche als optimale Ergänzung und Empfehlung für unsere KundInnen im Grätzl eignet (Standort gegenüber der Apotheke). Ein gut gepflegter Kundenstock ist vorhanden.

Inseratnummer 208581

Suche Fußpfleger/in

In meinem Studio in 1220 Wien biete ich Fußpflege, Maniküre und Gel-Nägel an und suche die Kooperation mit einer/m selbstständigen Fußpfleger/in.

Die Vision: "Gemeinsam an einem Strang ziehen, sich auf einander verlassen können und eine erfolgreiche ergänzende Zusammenarbeit erzielen". Zwei Kabinen mit Arbeitstisch stehen zur Verfügung.

Inseratnummer 208635

Biete Geschäftslokal neben EUROSPAR für Fußpflege/Kosmetiker/Masseur in 1210 Wien

Im Zuge der Modernisierung des EUROSPAR Marktes in Floridsdorf, Pragerstraße, suchen wir selbstständige Kooperationspartner z.B. Fußpflege, Kosmetik, Masseur, Friseur, ... die die Frequenz des EUROSPARs für sich nutzen möchten. Zur Verfügung steht ein 80m² großes Geschäftslokal. Parkplätze (124 Kundenparkplätze) sowie eine Tabak Trafik sind vorhanden.

Da das Geschäftslokal neu errichtet wird, ist ein Mitspracherecht bei der Raumteilung gegeben – die Räumlichkeiten könnten auch von mehreren Kooperationspartnern genutzt werden. Die Eröffnung ist für März 2022 geplant.

Inseratnummer 205046

Pediküre, Nageldesigner/in, Wimpernstylist/in

Ich betreibe ein sehr geräumiges Massageinstitut im 11. Bezirk, welches von mir neu renoviert wurde. Daher suche ich für einen freien Raum von ca. 15 m² mit eigenem Wasseranschluss einen Kollegen/Kollegin, welcher/welche diesen Raum nutzen möchte.

Die Nachfrage nach Zusatzleistungen neben der Massage ist groß. Das Ziel ist eine Erweiterung des Angebotes für meinen Kundenstock im Bereich Schönheitspflege/Wellness.

Inseratnummer 208385

Biete Räume für Yoga/Entspannung/Massage, Trainings und (Koch-)Workshops

In meinem neu eröffneten Wohlfühlzentrum "Change Now" in 1070 Wien biete ich verschiedene Räume, die von zukünftigen Kooperationspartnern stundenweise genutzt werden können. Meine persönlichen und beruflichen Schwerpunkte sind gesunde Ernährung, Sport und Entspannung.

Inseratnummer 208449

Massageinstitut in Wien – Simmering sucht UnternehmerkollegInnen (Massage, Shiatsu, Suche KooperationspartnerInnen für Fußpflege-Institut in Wien Penzing)

Fußpflege-Institut (Standort Wien-Penzing) sucht folgende selbstständige KooperationspartnerInnen zur Angebotserweiterung: PMU-Stylisten, MasseurIn, WimpernstylistIn und NageldesignerIn.

Inseratnummer 208523

Bei Interesse kontaktieren Sie uns:

T 01/514 50-1010
E iks@wkw.at
W wko.at/wien/kooperationsservice
W wko.at/wien/kooperationsboerse

Termine für 2022

Leider können wir aufgrund der aktuellen Situation keine sichere Planung vornehmen. Wir gehen davon aus, dass wir in unserer nächsten Ausgabe wieder verlässliche Termine nennen können. Der Fortbildungskalender wird erstellt und per Post an Sie versendet, sobald die Durchführbarkeit der Seminare wieder gewährleistet werden kann. Sie werden per Newsletter rechtzeitig vorab informiert. Bitte um Ihr Verständnis!

Die neuesten Coronainformationen finden Sie unter:

www.fkm.at
wko.at/coronavirus