

A man with short brown hair and a beard, wearing a light blue polo shirt, is sitting on a balcony and playing an acoustic guitar. He is looking towards the right. A woman with long blonde hair, wearing a blue and white plaid shirt, is sitting next to him, smiling and looking towards the camera. They are on a balcony with a railing, and a cityscape and hills are visible in the background under a clear sky.

Mit der VHS in den Herbst

Jetzt zum vielfältigen Kursangebot der
Volkshochschule Steiermark anmelden!

www.vhsstmk.at

Teuerungswelle

Unruhe auch im Mittelstand. Seite 3

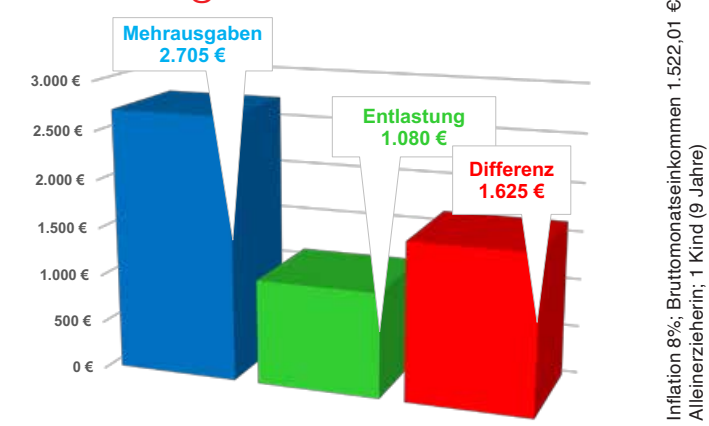
Kinderbetreuungsatlas

Mangel an Personal. Seite 17

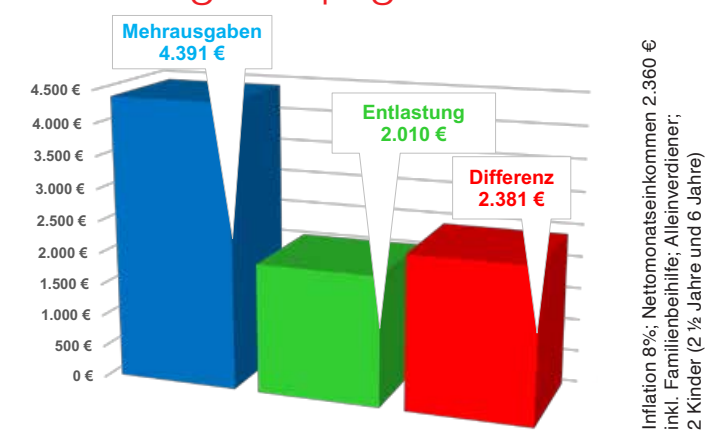
ZAK Inhalt

- 2-6 **Schwerpunkt:** Teuerung
- Leben & Konsum**
- 7 **Inflation:** Mieten steigen und steigen
- 8 **Flugchaos:** Was ist zu tun?
- 9 **Russland:** Sanktionen trafen Grazer Fluggast
- 10 **Hörgeräte:** Was hast du gesagt?
- 11 **Nachhaltige Finanzen:** Angebot ausbaufähig
- Beruf & Recht**
- 12 **Die digitale Bibliothek** der Zukunft
- 13 **Fairness-Check** brachte 900 Euro
- 14/15 **Betriebsreportage:** Oberndorfer
- 16 **Filialleiter** schickte „Dickpics“ an Mitarbeiterin
- 17 **9. Kinderbetreuungs-atlas** der AK Steiermark
- 18 **Änderungen** für pflegende Angehörige
- 19 **Tageszentren** helfen Betreuten und Betreuern
- Bildung & Wissen**
- 20 **Neues Schuljahr:** Plan für einen guten Start
- 21 **Studienwechsel** bedeutet einen Neustart
- 22 **Wohnungssuche:** Tipps für Studierende
- 23 **Ernährungstipps:** Vitamin E
- 24 **Lesecke:** Tipps aus der AK-Bibliothek
- 25 **Zeitreise:** 20 Jahre Euro
- 26/27 **Blitzlichter** aus der AK Steiermark

Belastung Alleinerzieherin



Belastung 4-köpfige Familie



AK kritisiert Stückwerk

Schon im Frühjahr hat die Vollversammlung der Arbeiterkammer auf die beginnende Teuerung reagiert und wirkungsvolle Maßnahmen verlangt. Passiert ist bisher Stückwerk, das nur kurzfristig hilft und die Teuerung nicht nachhaltig abfedert.

Sie heißen Gutschein, Bonus oder Ausgleich und alle haben gemein, dass es Einmalunterstützungen und keine nachhaltigen Entlastungen der Haushalte sind. Die steirische Arbeiterkammer mit ihren gewählten Kammerrätinnen und Kammerräten in der Vollversammlung – also das Arbeiterparlament – hat bereits im Frühjahr wirkungsvolle Maßnahmen gegen die beginnende Teuerung gefordert. Die Bundesregierung solle dafür sorgen, dass die Preise für das Leben auf ein erträgliches Ausmaß gesenkt werden. Besonders dringend seien Lösungen für die Bereiche Energie, Treibstoffe, Mieten und Lebensmittel.

4.400 Euro Mehrausgaben
Bei einer angenommenen Jahresinflation von acht Prozent betragen heuer laut Statistik Austria die Mehrausgaben für eine Familie mit zwei kleinen Kindern rund 4.400 Euro. Knapp die Hälfte davon geht für Energie, Treibstoffe, Mieten und Lebensmittel drauf, die andere Hälfte betrifft Gesundheits- und Bildungsausgaben, die Kosten für Freizeit und Kultur, den Kauf von Kleidung und Schuhen, Zahlungen für Hausrat und Instandhaltung sowie Ausgaben für Körperpflege und Kosmetik sowie für Kommunikation. Die AK kritisiert die bisherigen Hilfen. Die Einmalzahlungen seien

Teuerung frisst das Einkommen eines Monats

Es kommen harte Zeiten auf die Menschen zu. Die Teuerungen in allen Bereichen des täglichen Lebens verursachen tiefe Löcher in den Familienbudgets, ergab eine AK-Analyse.

Berechnet wurden vom AK-Wirtschaftsexperten Bernhard Koller die Situationen einer Familie mit zwei kleinen Kindern und einer Alleinerzieherin mit einem Kind für das heurige Jahr. Laut offizieller Berechnung der Statistik Austria werden heuer diese Familien in beiden Beispielen so hohe Zusatzausgaben durch die Teuerung haben, dass sie trotz aller Einmal-Maßnahmen der Bundesregierung (Energiebonus, Teuerungsausgleich, Sonder-Familienbonus, Klimabonus, Teuerungsbonus) mit rund einem Monatseinkommen zusätzlich belastet sind.

zwar richtig und wichtig, würden die Teuerung aber nur ungenügend abfedern und brächten keine nachhaltige Entlastung für die Haushalte. Dramatisch werde die Situation spätestens im Winter, wenn eine warme Wohnung und anständige Mahlzeiten für viele zu so kostbaren Gütern werden, die sie sich nicht mehr leisten können.

„Preise runter!“-Demos
Ähnlich analysiert auch der ÖGB die bisherigen Maßnahmen der Regierung. Auf der Aktionsseite im Internet wird für einen österreichweiten Demotag am 17. September geworben. Um 14 Uhr geht es etwa in der Steiermark am Brucker Hauptplatz um einen Stopp der Teuerungswelle. SH

preiserunter.oegb.at
Aktionen gegen die Teuerung

Die extreme Teuerung sorgt für Unruhe im Mittelstand

Die Teuerung frisst sich bereits in den Mittelstand, beklagt die Opposition. Die Entlastung im Herbst soll in der Breite greifen, da die Teuerung im Mittelstand deutlich spürbar ist, antwortet die Regierung. Wer oder was ist eigentlich der Mittelstand?

Anfang des Jahres, als die Kosten für Strom und Treibstoffe massiv zu steigen begannen, kamen gut gemeinte Ratschläge zum Energiesparen. Man solle doch beim Kochen einen Deckel auf den Topf geben oder duschen statt ein Vollbad nehmen. Ja eh, will man sagen, denn eigentlich gehören solche Tipps zum Allgemeinwissen. Bizarr abgehoben war da der Rat der NÖ-Landeshauptfrau, man solle statt zehn nur drei Ballkleider kaufen. In allen Fällen ging es aber darum, mit Spargesinnung der Teuerung eins auszuweichen.

lung wiederherstellen will. Über allem schwebt der Klimawandel mit Dürren, Überschwemmungen und Hitzewellen, die ein grundsätzliches Umdenken unseres Wirtschaftens erfordern. Und nun diese extreme Inflation, die mit allem irgendwie zusammenhängt.

2.435 Euro im Median

Das Medianeinkommen betrug 2020 in Österreich 2.435 Euro brutto im Monat. Der Mittelstand liegt zwischen Unter- und Oberschicht. Von der Statistik Austria wird dabei der Einkommensbereich zwischen 60 Prozent (1.460 Euro) und 180 Prozent (4.380 Euro) des Medianeinkommens als Mittelschicht definiert.

Und die Gewinne?

Bei diesen Werten ist klar, dass die Teuerung bis weit in den Mittelstand hinein zu Problemen führt und Verzicht auf liebe Gewohnheiten keine Frage des Wollens, sondern des Müssens geworden sind. Aber machen alle dabei mit? Schmerzt es den Millionär, wenn das Beheizen des Pools plötzlich das Doppelte kostet oder auch der Besuch des Haubenrestaurants?

Verzicht – aber für wen?

Tatsächlich ist Verzicht zu üben für arme Menschen das tägliche Brot. 1,2 Millionen Menschen in Österreich gelten als armutsgefährdet. Viele Alleinerziehende, Familien mit mehreren Kindern, Arbeitslose oder Zugewanderte wissen genau, wo es günstige Lebensmittel gibt, dass ein zusätzlicher Pullover im Winter die Kälte erträglich macht oder dass man jahrelang ohne Urlaub auskommen muss, weil das Geld fehlt. Nun frisst sich die Teuerung aber tief in breitere Schichten der Bevölkerung. Die Zeiten werden insgesamt unsicherer. Gerade erst ist Corona einigermaßen bewältigt, als Russland mit einem Krieg in der Ukraine seine Weltmachtstel-

SH



www.akstmk.at/diak
Mehr zum Thema

Der Mittelstand muss aufgrund der Teuerung erstmals auf liebe Gewohnheiten, etwa feine Restaurantbesuche, verzichten. Die AK fordert bessere Hilfen, auch mitfinanziert aus den Übergewinnen der Energiekonzernen.

ZAK info

„Not-Euro“ anzapfen und Lohnsteuerausgleich machen

Viele Beschäftigte lassen Geld am Finanzamt liegen, weil sie keine Arbeitnehmeranlagung (Lohnsteuerausgleich) durchführen. Jedes Frühjahr bietet die Arbeiterkammer mit den AK-Steuerpartnern ein Service dazu an. Wer das verpasst hat, kann sich noch heuer bei der AK beraten lassen, um diese „Not-Euros“ bis zu fünf Jahre im Nachhinein einzufordern.

Einkaufen im Sozialmarkt: „Der erste Schritt ist der schwerste“

Die Preisexplosion sorgt dafür, dass immer mehr Menschen in finanzielle Schieflage geraten und nicht mehr wissen, wie sie Miete, Strom und Lebensmittel bezahlen sollen. Die Sozialmärkte erleben einen ordentlichen Zuwachs: Rund ein Drittel mehr Kundinnen und Kunden kommen pro Tag.

Eine junge Frau schiebt ihre kleine Tochter im Kinderwagen über die Schwelle des Vinzimarktes im Grazer Bezirk Eggenberg. Sie grüßt freundlich, man kennt sich schon. Sofort bekommt sie von Werner Laminger ein Einkaufswagen gereicht. Der Pensionist arbeitet ehrenamtlich

mehrmals die Woche in dem Sozialmarkt. Dort können Menschen mit niedrigem Einkommen Lebensmittel und Hygieneartikel zu stark vergünstigten Preisen kaufen. Die Regale des kleinen Geschäfts sind gut gefüllt: In der Obst- und Gemüsecke gibt es einen Sack Äpfel um einen Euro,

im Kühlregal die Milch um 50 Cent. „Wir wissen nie, was wir an dem Tag bekommen“, sagt die Leiterin des Vinzimarktes, Sigrid Wimmer. Die Waren werden von Lebensmittelgeschäften, Bäckereien, Bauernhöfen und Privatpersonen gespendet. Seit rund fünf Jahren leitet Wimmer das Geschäft, zuvor war sie schon mehrere Jahre ehrenamtlich tätig.

Immer mehr Kundschaft
Die Teuerung bemerkt sie deutlich: 30 bis 40 Prozent mehr Kunden

innen und Kunden würden kommen. Mittlerweile kaufen täglich um die 190 Personen im Vinzmarkt ein. Betroffen seien besonders auch jene Menschen, für die es sich schon immer knapp ausging und die jetzt in die Armut abrutschen. Wer dort einkaufen will, benötigt eine Berechtigungskarte. Die Einkommensgrenze liegt hier für Einzelpersonen bei 1.050 Euro pro Monat.

Erster Besuch eine Überwindung
Doch die Hemmschwelle, in einem Sozialmarkt einzukaufen, sei für viele zu Beginn hoch. Einige würden zunächst vor dem Geschäft auf und ab gehen, bis Wimmer rauskommt und sie überzeugt, einmal einen Blick reinzuwerfen: „Der erste Schritt über die Ladenschwelle ist der schwerste.“ So ging es auch Andreas Ganahl. Dem Pensionisten war es zunächst unangenehm, seit einem halben Jahr kommt er aber regelmäßig: „Mit meiner Invaliditäts-Pension geht es sich anders einfach nicht mehr aus.“ Vor allem dass er sich hier Obst und Gemüse unverpackt und bio leisten kann, findet er toll.



Um dem Kundenzuwachs gerecht zu werden und damit nachmittags die Regale nicht schon leer sind, werden die gelieferten Spenden im Vinzmarkt rationiert und über den Tag verteilt aus dem Lager gebracht.



Sigrid Wimmer leitet seit fünf Jahren den Vinzmarkt in Eggenberg.



Mehrmals am Tag werden neu eingetroffene Lebensmittelspenden von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in die Regale sortiert.



Monika Geier, Gerlinde Schiester und Bernhard Schreiber sind Teil des Caritas Solidarmarkt-Teams in Hartberg (v.l.n.r.).

Lebensmittel werden knapp
Auch der Caritas Solidarmarkt in Hartberg wird von immer mehr Menschen aufgesucht. Im vorderen Teil des Ladens gibt es günstige Second-Hand-Kleidung, im hinteren befindet sich eine kleine Ecke für Lebensmittelspenden. „Bunt gemischt“ beschreibt Ger-

linde Schiester ihre Kundschaft: Von Alleinerziehenden über Familien bis hin zu Pensionistinnen und Pensionisten, aber auch ukrainische Flüchtlinge. Durch die starke Zunahme an Kundinnen und Kunden kämpfen sie mit der Menge an Lebensmittelspenden. „Eigentlich würden wir das Doppelte an Pro-

dukten brauchen“, so Schiester, die schon seit über zehn Jahren in der sozialen Einrichtung tätig ist. Der Solidarmarkt sei aber generell kein Lösungsmittel für die teils prekäre Situation, in der sich die jeweilige Person befindet, lediglich ein Angebot: „Eine Hilfe zur Selbsthilfe.“

Teuerung: Steirerinnen und Steirer am Wort



Tanken, Lebensmittel und Heizen sind die Bereiche, wo ich die Teuerung am stärksten merke. Beim Einkaufen achte ich darauf, dass es weniger kostet. Ich bestelle auch viel weniger online. Beim Heizen habe ich leider keine Wahl.

Istrud Rinner, technische Redakteurin



Ich spüre die Teuerung schon, deshalb habe ich auch einen Lebensmittelpass für den Sozialmarkt beantragt. Ich habe auch zwei Kinder, deshalb bin ich froh über dieses Angebot.

Jacqueline Gruber, in Karenz



Dass die Preise gestiegen sind, spüre ich am meisten bei den Spritkosten, da ich Pendler bin. Ich fahre jetzt öfter mit dem E-Scooter in die Arbeit – zumindest bei Schönwetter.

David Hochleitner, Tischler



Die Teuerung spüre ich überall – ganz einfach. Lebensmittel sind für mich am teuersten, da muss ich aufpassen, was ich kaufe, und nehme nur das, was wirklich notwendig ist.

Mara Misis, Labortechnikergehilfin



Die Teuerung bemerke ich vor allem beim Einkaufen. Mich einschränken oder auf etwas verzichten tue ich aber noch nicht, da mein Mann und ich schon immer mit Bedacht eingekauft haben.

Maria Adler, Pensionistin

Mit Hoffnung gegen die Angst

AK-Chefökonom Markus Marterbauer fordert eine Wirtschaftspolitik, die Hoffnung macht, indem sie Armut mindert und höhere Löhne, bessere Bildung, leistbares Wohnen sowie letztlich eine gerechte Gesellschaft ermöglicht.

Herr Dr. Marterbauer, in Ihrem Buch geht es um Angst und Hoffnung. Warum befasst sich ein Ökonom mit Gefühlszuständen? **Markus Marterbauer:** Angst lässt die Menschen sich klein machen, nicht für eigene und die Rechte anderer eintreten. Konservative Politik macht den Menschen Angst, etwa durch Kürzung des Arbeitslosengeldes oder der Mindestsicherung. Eine Wirtschaftspolitik der Hoffnung will Angst mindern, soziale Standards für die vielen verbessern und den Reichtum der wenigen begrenzen.

Wie kann man Ängsten durch eine andere Wirtschaftspolitik entgegenwirken? **Marterbauer:** Angst wird ge-

mindert durch eine „Null-Armut-Strategie“, durch höhere Mindestlöhne, bessere Bildung und Pflege, leistbares Wohnen. Wirtschaftspolitik, die Angst mindert, macht Hoffnung auf eine gerechte Gesellschaft. Das haben wir nicht allein in der Hand, wir müssen es gemeinsam mit anderen umsetzen. Deshalb brauchen wir neue Möglichkeiten demokratischer Beteiligung und die Verteidigung der Demokratie gegen den Versuch der Vermögenden, Politik, Medien und Wahlen zu beeinflussen.

Sie wollen Reichtum begrenzen. Braucht Österreich überhaupt Milliardäre? **Marterbauer:** Exzessives Privateigentum, das die Demokratie ge-

© LISI SPECHT



AK Wien-Chefökonom Markus Marterbauer

fährdet, muss begrenzt werden. Die Höhe eines Maximalvermögens wäre demokratisch auszuhandeln. Aber eine Milliarde Euro ist bestimmt ein plakativer Ausgangspunkt. Ebenso wichtig ist aber die Beschränkung der Rechte des Eigentums. Ein Beispiel: Das Forstgesetz 1975 erlaubt den Erholungsbedürftigen den Aufenthalt im Wald. Das beschränkt die Freiheit der Waldbesitzerinnen und Waldbesitzer, erhöht aber die Freiheit derer, die wandern oder Pilze sammeln. Auch Vermögens- und Erbschaftssteuern sind Begrenzung von Reichtum. Sie sind notwendig, um die Verhinderung von Armut, bessere Bildung und Pflege, sozialen Fortschritt zu finanzieren.

Mehr Sozialstaat gegen Angst vor dem Abstieg

Welche Rolle spielt Angst im Wirtschaftsleben? Am 17. Oktober diskutiert das der Ökonom und Buchautor Markus Marterbauer in den Grazer Kammersälen.

Neoliberale Wirtschaftspolitik betrachtet Angst als mobilisierenden Faktor. Sie schürt Angst vor Altersarmut, sozialem Abstieg und dem bevormundenden Staat. Markus Marterbauer und Martin Schürz plädieren in ihrem Buch „Angst und Angstmacherei – Für eine Wirtschaftspolitik, die Hoffnung macht“ für ein Wirtschaften, das Ängsten entgegenwirkt, die Verängstigten bestärkt, Hoffnung weckt und Freiheit schafft. Die beiden Autoren sind studierte Volkswirte, Schürz auch Politikwissenschaftler und Psychotherapeut. Marterbauer ist Chefökonom der AK Wien, Schürz arbeitet in der Nationalbank.

www.akstmk.at/events
Infos zur Veranstaltung

Europäische Ansätze gegen die Teuerungswelle

Steigende Preise für Strom, Gas und Sprit – der russische Angriffskrieg auf die Ukraine hinterlässt deutliche Spuren in der Energieversorgung. Europaweit fragen sich Bürgerinnen und Bürger, wie sie die Teuerungswelle stemmen sollen. Ein Gegensteuern auf EU-Ebene ist nach Ansicht von EU-Budgetkommissar Johannes Hahn nur begrenzt möglich, da die „eigentliche Macht und Kraft, hier einen Beitrag zu leisten“, bei den Mitgliedstaaten liegt.

Österreich liegt mit einer Inflationsrate von 8,7 Prozent (Juni 2022) knapp über jener der Eurozone von 8,6 Prozent, jedoch weit unterhalb der Inflationsraten anderer EU-Staaten wie zum Beispiel Estland (22 Prozent). Bleibt die Teuerungswelle anhaltend hoch, hat das bald nicht nur für Menschen mit geringeren Einkommen fatale Folgen.

Wie den Preisanstieg eindämmen? Europaweit setzen die EU-Länder auf unterschiedliche Methoden, um die Bevölkerung zu entlasten. Das reicht von Preisdeckeln wie in Ungarn bis hin zu gezielten Maßnahmen für besonders betroffene Haushalte, wie sie in Italien oder Slowenien zu finden sind. Andere EU-Länder, wie beispielsweise Tschechien, setzen

auf vorübergehende Steuererhöhungen. Österreich geht hier mit Energiegutscheinen und einer Art „Klimabonus“ einen anderen Weg, welcher von AK und ÖGB als zu kurzfristig gedacht kritisiert wird.

Bisher nur Ankündigung Spanien beispielsweise schöpft Übergewinne von Energiekonzernen und Banken mit einer

Sondersteuer ab, welche für zwei Jahre gelten und 3,5 Milliarden Euro jährlich in die Kasse spülen soll. Auch Italien hat bereits eine Sondersteuer von 25 Prozent auf Zusatzgewinne von Gasproduzenten und Energieversorgern eingehoben. Frankreich oder Griechenland haben schon einen Energiepreisdeckel für Haushalte eingeführt, der in Österreich noch diskutiert wird und derzeit nicht über eine Ankündigung der Bundesregierung hinausgekommen ist.

akeuropa.eu
Mehr zum Thema

Leben & Konsum

Seite 7 – 11



Mietzinserhöhungen, angetrieben durch die Inflation, stellen immer mehr Menschen vor große Probleme.

Inflation: Immer mehr Hilferufe an AK, weil Mieten steigen und steigen

Die hohen Inflationsraten machen Wohnen zunehmend teurer. Mieten werden mittlerweile mehrmals innerhalb kurzer Zeit erhöht. Möglich machen das die Indexklauseln in den Mietverträgen – wer einen neuen Vertrag abschließt, sollte daher auf genau diesen Punkt achten.

Die Teuerung wirkt sich immer massiver auf nahezu alle Lebensbereiche aus. Auch Wohnungsmieten sind davon nicht ausgenommen – ganz im Gegenteil: Weil die Inflationsrate stetig steigt, werden auch die Mieten angehoben. Und das passiert – im Gegensatz zu früheren Jahren – nicht selten mehrmals binnen einiger Monate.

Schwellenwerte „Wir haben enorme Steigerungen bei den Anfragen“, berichtet

AK-Wohnexperte Karl Raith über verzweifelte und verärgerte Mieterinnen und Mieter, die sich hilfesuchend an die Arbeiterkammer Steuermark wenden. Hintergrund: Mieten sind an den Verbraucherpreisindex (VPI) gekoppelt. In den Mietverträgen ist in der Regel festgeschrieben, dass der Mietzins angepasst bzw. erhöht wird, wenn der VPI gewisse Schwellenwerte übersteigt – in den meisten Verträgen ist das eine Drei- oder Fünf-Prozent-Grenze. „Bei der bisherigen Inflationsentwicklung

ist bei den Mieten circa zwei bis drei Jahre lang nichts passiert“, meint Raith. Doch aufgrund der rasant wachsenden Inflation sei das nun vollkommen anders: „Jetzt kommen mehrmals im Jahr Anpassungen – weil regelmäßig die Drei- und Fünf-Prozent-Grenze überschritten wird.“

Drei Erhöhungen im Jahr Heuer habe es beim VPI innerhalb nur eines halben Jahres eine Steigerung von deutlich mehr als fünf Prozent gegeben, erklärt der AK-Experte: „Das gab es vorher vielleicht in drei Jahren.“ Und die Aussichten sind laut Raith nicht gut: „Wenn es so weitergeht, hat man bei fünf Prozent Schwankungsbreite im Mietvertrag noch vor Jahresende die zweite Erhö-

hung. Bei drei Prozent wären es sogar drei Erhöhungen im Jahr.“

Zehn Prozent Bei bestehenden Mietverträgen könne man nicht viel machen, betont Raith. Doch wer einen neuen Vertrag abschließt, kann zumindest die Höhe der Schwankungsbreite verhandeln. Raith empfiehlt, eine Schwankungsbreite von zehn Prozent in den Vertrag aufzunehmen: „Das ist vor allem für kurzfristige Mietverträge interessant. Um eine Mieterhöhung hinauszuschieben und vielleicht auch in der Erwartung, dass sich die Inflationsentwicklung entspannt.“

www.akstmk.at/wohnen
Mehr zum Thema

ak tipp



Reise verpatzt?
So wird richtig
reklamiert

AK-Expertin Birgit Auner erklärt:

Konnten die Probleme im Urlaub nicht beseitigt werden, haben sich Urlauberinnen und Urlauber schriftlich (Einschreiben!) an den Reiseveranstalter zu wenden. In dieser Reisebeschwerde werden die aufgetretenen Schwierigkeiten geschildert und finanzieller Ersatz gefordert. Wichtig ist, dass Beweise beigelegt werden. Zur Bewertung der unterschiedlichen Mängel dient die Frankfurter Tabelle.

Frist beginnt mit
der Heimkehr

Reisemängel unterliegen der Gewährleistungsfrist von zwei Jahren. Diese Frist beginnt mit der Rückkehr aus dem verpatzten Urlaub zu laufen. Betroffene Reisende sollten dem Veranstalter eine Frist zur Beantwortung ihrer Reklamation (meist 4 Wochen) setzen. Wichtig: Die Reklamation unterbricht die Frist nicht. Schadenersatzansprüche für entgangene Urlaubsfreude verjähren je nach Vertrag innerhalb von zwei bis drei Jahren.

Flugchaos: Was ist zu tun?

Hat ein Flug Verspätung oder fällt gleich ganz aus, haben Urlauberinnen und Urlauber ein Recht auf einen Ausgleich. Die Ansprüche dafür müssen direkt bei der Airline geltend gemacht werden.

Grundsätzlich unterscheidet die Fluggastrechte-Verordnung zwischen drei Arten von Leistungsstörungen:

Nichtbeförderung

Eine Nichtbeförderung liegt vor, wenn einer Passagierin bzw. einem Passagier die Inanspruchnahme des Fluges verweigert wird, obwohl sie bzw. er mit einem gültigen Ticket und hinreichenden Reisedokumenten rechtzeitig am Check-in war. Der Hauptgrund für die Nichtbeförderung von Passagieren sind Überbuchungen. In allen Fällen von ungerechtfertigten Nichtbeförderungen – auch bei freiwilligem Platzverzicht bei Überbuchungen – ist die Fluglinie zur Rückerstattung des Ticketpreises oder der anderweitigen Beförderung zum Zielort verpflichtet. Das Wahlrecht liegt beim Fluggast.

Weiters stehen ihm Betreuungsleistungen (Verpflegung, Telekommunikation, Hotel) zu.

Flugannullierung

Von einer Flugannullierung spricht man, wenn ein Flug gestrichen wird. Passagierinnen und Passagiere haben wiederum die Wahl zwischen einer alternativen Beförderung zum Endziel oder der Rückerstattung des Ticketpreises.

Verspätung

Relevant ist primär die Verspätungszeit beim Abflug. Während dieser Wartezeit stehen den Urlaubenden die bereits erläuterten Betreuungsleistungen zu. Beträgt die Abflugverspätung fünf Stunden oder mehr, so haben Passagierinnen und Passagiere auch das Recht, alternativ zu einer späteren Beförderung die Rückerstattung

des Ticketpreises zu fordern.

Finanzielle Entschädigung

In allen Fällen können den Betroffenen Ausgleichzahlungen zustehen. Bei Nichtbeförderung und Annullierung bedeutet dies bei Flügen bis zu 1.500 km 250 Euro, bei längeren Flügen innerhalb der EU sowie bei anderen Flügen zwischen 1.500 und 3.500 km 400 Euro und bei Flügen über 3.500 km außerhalb der EU 600 Euro. Kommen Reisende mindestens drei Stunden verspätet an ihrem Endziel an, sind ihre Ansprüche gleich zu behandeln wie bei einer Annullierung. Dies alles gilt nur, wenn die Störungen nicht auf außergewöhnliche Umstände zurückzuführen sind. JF

www.akstmk.at/urlaub
Mehr zum Thema



(@)Arno Bachert 2015 – www.stock.adobe.com

Russland: Sanktionen trafen Grazer Fluggast

Wegen des Ukraine-Kriegs musste ein Grazer einen geplanten Flug mit einer russischen Airline stornieren. Die Fluglinie wollte dem Mann die Kosten für das Ticket rückerstatten – doch aufgrund der Sanktionen gegen Russland verweigerte der Finanzdienstleister Mastercard die Rückbuchung.

Der Grazer hatte zu Jahresbeginn einen Flug mit einer russischen Airline gebucht. Doch Ende Februar brach der Ukraine-Krieg aus, russische Fluglinien wurden europaweit mit einem Flugverbot belegt. Da der Grazer seinen Flug nicht antreten konnte, forderte er von der Fluglinie die fürs Ticket bezahlte Summe (470 Euro) zurück. Die Airline war zur Rückerstattung bereit – doch am Konto des Mannes ging kein Geld ein. Nach Rückfrage bei seiner Bank stellte sich heraus, dass der Zahlungsdienstleister und Bankomatkartenanbieter Mastercard die

Rückbuchung verhinderte. Das Argument: Die Überweisung aus Russland könne nicht abgewickelt werden, da solche Geschäfte unter die internationalen Sanktionen gegen Russland fallen würden. „Der Mann ist österreichischer Staatsbürger und steht auf keiner Sanktionsliste – warum soll er von den Sanktionen betroffen sein?“, wundert sich AK-Konsumentenschützerin Sandra Battisti. Sie wandte sich im Auftrag des Grazers an dessen Bank und forderte die Rückbuchung des Geldes. Mit Erfolg: Anfang Juli erhielt der Grazer endlich sein Geld zurück. DW

Kreditvermittler klagte AK-Mitglied

Die Kosten für die Vermittlung eines Kredites müssen zuvor festgelegt sein, um danach gültig eingefordert werden zu können. Das besagt ein Gerichtsurteil, das einem AK-Mitglied eine Zahlung von mehr als 5.000 Euro erspart. Der Kreditvermittler ist in Berufung gegangen.

Ein Haus im Grünen für sich und seine Familie war der Wunsch eines Südoststeirers. Eine geeignete Immobilie war gefunden, und auch die Finanzierung war mit Hilfe einer Grazer Vermögensberatung gesichert, die einen Hypothekarkredit über 250.000 Euro vermittelt hat. Der Kauf wurde abgeschlossen.

Streit um Provision

Im Vermittlungsauftrag war vereinbart, dass die Vermögensberatung für die Kreditvermittlung einen nicht näher genannten Teil der Bearbeitungsgebühr von

der Bank erhält. Doch die Bank wählte einen anderen Weg, verlangte nur 1.900 Euro Gebühr und zahlte nichts an die Vermögensverwaltung. AK-Experte Peter Jerovschek: „Unser Mitglied sollte nun 5.625 Euro an die Firma als Kredit-Provision zahlen.“ Da der Südoststeirer die Zahlung verweigerte, klagte die Vermögensberatung. Die AK übernahm die Rechtsvertretung und blieb vor Gericht erfolgreich: Die Klage gegen das AK-Mitglied wurde in erster Instanz abgewiesen, weil die Höhe der Provision im Vorfeld nicht festgelegt worden war. SH

Elektrobefund: Vermieter müssen zahlen

Immer wieder melden sich Mieterinnen und Mieter mit Fragen zum Thema Elektrobefund bei der Arbeiterkammer. Dabei geht es auch um die Frage, wer die Kosten eines solchen E-Attests tragen muss.

Seit dem Jahr 2010 existiert seine Verordnung, die den Elektrobefund regelt“, erklärt AK-Experte Herbert Erhart. Wird eine Wohnung neu vermietet, müssen Vermieterin oder Vermieter einen Elektrobefund (auch „E-Befund“ oder „E-Attest“) vorweisen, dass

die elektrische Anlage der Wohnung sicher ist bzw. funktioniert.

Klauseln im Mietvertrag

Üblicherweise sind die Kosten für einen E-Befund von Vermieterin oder Vermieter zu tragen. In einzelnen Fällen wird aber versucht,

die Kosten auf Mieterinnen und Mieter abzuwälzen. „Eventuelle Klauseln im Mietvertrag, die das ermöglichen sollen, würden nach unserer Meinung gegen das Gesetz verstoßen“, stellt Erhart klar. Und er hat für Mieterinnen und Mieter einen Tipp: „Wenn man in eine sichtlich ältere Wohnung einzieht, lohnt sich ein Blick in den Sicherungskasten oder auch die Nachfrage beim Vermieter, ob ein E-Attest vorliegt.“ DW

Wo der Spaß niemals zu kurz kommt...

VOLKSHOCHSCHULE STEIERMARK

Mehr unter www.vhsstmk.at

Mittelalterliche Literatur in der Steiermark

Ein Kurs für Personen aller Alters- und Berufsgruppen, die an Literatur und an der steirischen Landesgeschichte interessiert sind.
12 Einheiten/3 Tage, Beginn: 21.10.2022, 16 Uhr
Kursort: AK Leoben, Buchmüllerplatz 2
Kursbeitrag: 90 Euro

Resilienz: Gestärkt durch die Krise

Du möchtest schwierige Situationen und Krisen erfolgreich meistern? Resilienz ist dabei der Schlüssel zum Erfolg, um kritische Ereignisse im Leben besser zu bewältigen.
6 Einheiten/1 Tag, Beginn: 21.10.2022, 14 Uhr
Kursort: AK Bruck/Mur, Schillerstraße 22
Kursbeitrag: 60 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.



Michael Radspieler

f diskutiert

Nach dem Tod einer österreichischen Ärztin, die massiven Hass- und Gewalt-Postings ausgesetzt war, ist eine Diskussion über Cybermobbing entbrannt – und das ist auch gut so. Doch warum braucht es einen solchen Fall, um ein entschlossenes Vorgehen gegen „Hass im Netz“ zu beschließen? Seien wir uns ehrlich: Cybermobbing stellt seit vielen Jahren ein enormes Problem dar! Denn im Ge-

Hass im Netz

gensatz zu kritischen Bemerkungen, die natürlich zu jeder Diskussion dazugehören, kennen Hass-Kommentare nur ein Ziel: das Entladen der eigenen Frustration! Ganz egal, ob andere Menschen dadurch diffamiert, beleidigt oder – wie im Fall der Ärztin – sogar massiv bedroht werden. Zwar ist Cybermobbing eine moderne Form eines alten Problems, doch gibt es einen dramatischen Unterschied: Postings können in kurzer Zeit tausende von Personen erreichen und somit zu einem „Shitstorm“ werden, dem das Mobbing-Opfer plötzlich allein gegenübersteht. Und: Viele der Täter bleiben anonym! Was man dagegen tun kann? Ergreifen Sie Partei für die Opfer und posten Sie Worte der Unterstützung! Denn auch wenn es keinen Sinn macht, mit den Tätern zu diskutieren, ist es wichtig, den Betroffenen beizustehen und zu zeigen, dass die Mehrheit der Menschen auf ihrer Seite steht.

Hörgeräte: Bitte, was hast du gesagt?

In Österreich leiden etwa 1,6 Millionen Menschen unter Schwerhörigkeit. Steirische und deutsche Hörakustiker wurden nun unter anderem auf ihre Beratungsleistung getestet.

Hörprobleme sind höchst individuell und können durch Hörgeräte gelindert werden. Die AK Steiermark hat den Verein für Konsumenteninformation (VKI) beauftragt, sieben Akustiker (fünf in der Steiermark und zwei in Passau/Deutschland) hinsichtlich der Beratungsqualität und der Preise der Hörgeräte zu testen.

Teil der Kosten wird übernommen
Aufgrund ärztlicher Verordnung können Standard-Hörgeräte durch den Sozialversicherungsträger bewilligt und deren Kosten übernommen werden. Oft wollen Konsumentinnen und Konsumenten aber bessere Geräte und müssen dann für Zusätzliches selbst bezahlen. Das kann ins Geld gehen:

Laut der stichprobenartigen VKI-Erhebung ist mit Kosten von 1.847 bis zu 4.350 Euro zu rechnen.

Beratung und Preis im Test

Eine Testperson gab an, eine Verordnung zu haben, diese aber nicht mitzuführen. Auf Kundenbedürfnisse, den Ablauf der Anpassungen und die Kosten wurde bei allen Anbietern bis auf einen eingegangen. Nur ein Akustiker wies auf die Möglichkeit eines Kassengerätes ausdrücklich hin. Weiters zeigt der Test, dass die Kosten für ein Hörgerät ohne Verordnung je nach Anbieter stark variieren, wobei die Preise in Passau geringer ausfielen als die in der Steiermark. AK-Marktforscher Josef Kaufmann rät Betroffenen, sich über Kosten, die Reparaturen und Wartung mit sich bringen, zu informieren. „Wird ein teureres Gerät empfohlen, immer nachfragen, was das Gerät alles leistet.“

TW



Dragana Gordic - stock.adobe.com

www.akstmk.at/vergleiche
Die Tests im Detail

Jausenboxen: Atemnot fürs Pausenbrot

Die AK Steiermark hat 14 Plastik- und Edelstahlboxen im Labor untersuchen lassen. Neben der Qualität und der Schadstoffbelastung wurde auch auf den Preis geachtet.

Jausenboxen sind aus dem Schulleben und auch für Erwachsene nicht wegzudenken. Benötigt werden sie für den Transport oder die Aufbewahrung von Essen. Sie werden in jeder Handelssparte breit vertrieben. Daher wurde der Verein für Konsumenteninformation (VKI) von der Arbeiterkammer Steiermark beauftragt, 14 Jausenboxen, zwei davon aus Edelstahl, unter die

Lupe zu nehmen. So wurden sie einem Belastungstest unterzogen: Wenn sie herunterfallen, dürfen sie nicht brechen und sollten auch die Reinigung im Geschirrspüler länger überleben. Beim Qualitätstest wurde geprüft, ob sich Schadstoffe aus dem Material lösen und auf die Lebensmittel übergehen.

Billig = schlecht?

Die Ergebnisse waren erfreulich.

Am robustesten erwies sich die vergleichsweise günstige Box Campus Animal Planet Tiger von Mepal um 7,99 Euro. Bezüglich der Schadstoffbelastung wurde festgestellt, wenn sich in der Box saure und fettige Lebensmittel befinden, sich zwar aus allen Kunststoffprodukten Stoffe lösen, jedoch in so geringem Ausmaß, dass es gesundheitlich unbedenklich ist. Marktforscher Josef Kaufmann rät: „Die Boxen im Geschäft testen. Sind sie für Kinder bestimmt, so sollten sie von diesen einfach bedient werden können.“

TW

Finanzen nachhaltig regeln: Angebot ist ausbaufähig

www.akstmk.at/vergleiche
Details zur Studie

Um private Kapitalströme in Richtung nachhaltiger Investitionen umzuleiten, sind nun seit August Vermögensberater und Finanzdienstleister zur Abfrage der Nachhaltigkeitspräferenzen ihrer Kundinnen und Kunden verpflichtet.

Ohne private Investitionen im Bereich Nachhaltige Investments, die den ESG-Kriterien unterliegen, wird nach Ansicht der EU der umfassende Wandel der Wirtschaft und Gesellschaft in Richtung Nachhaltigkeit und die Erreichung der Klimaschutzziele 2050 kaum möglich sein.

Kunden schauen auf Rendite

Laut einer aktuellen AK-Studie ist Konsumentinnen und Konsumenten die Erzielung einer höchstmöglichen Rendite aber deutlich wichtiger ist als die Frage, ob ein

Investment nachhaltig ist. Außerdem verbinden sie mit Nachhaltigkeit eher Umwelt- und Klimaschutz als das Hintanhalten von Menschen- und Arbeitsrechtsverletzungen.

Fonds selten nachhaltig

In der Studie wurden zudem 14.300 Fonds hinsichtlich ihrer Investments mit dem MSCI World Index, dem weltweit wichtigsten Referenzindex für Fondsmanager und Institutionen (Pensionskassen, Versicherungen etc.) verglichen. Dabei konnten lediglich 15 Prozent dieser Fonds als nachhal-

tig eingestuft werden. Sowohl die nachhaltigen Fonds als auch die Fonds ohne oder mit kaum einem Bezug zur Nachhaltigkeit investieren hauptsächlich in die Software- und Bankenbranche sowie in Pharmafirmen. Themen wie Wasser spielen selbst bei nachhaltigen Fonds eine erstaunlich geringe Rolle, während 50 Prozent der Titel der Öl- und Gasindustrie sowie 40 Prozent der Kohleindustrie, die alle im MSCI World Index gelistet sind, noch immer auch von nachhaltigen Fonds finanziert werden. Noch höher ist die Überschneidung bei Airlines sowie Bahn und Schiene (70% bzw. 80%).

Tipp für Konsumenten

AK-Marktforscher Josef Kauf-

mann: „Sollte ein Konsument sein Geld nachhaltig anlegen wollen, wird geraten, genau zu fragen, in welche Einzeltitel der ins Auge gefasste Fonds investiert.“

JF

zak info

Environmental, Social and Governance (ESG)

Die Abkürzung ESG steht für Umwelt, Soziales und gute Unternehmensführung und hat sich etabliert, wenn allgemein von Nachhaltigkeit gesprochen wird. ESG beschreibt, wie ökologische und soziale Aspekte sowie die Art der Unternehmensführung bei Finanzdienstleistungen bewertet und berücksichtigt werden.

Cross Training

Ein abwechslungsreiches Zirkeltraining. Die Teilnehmenden verbrennen Kalorien, bauen Muskeln auf, verbessern die Ausdauer und straffen ihren Körper. **10 Einheiten/10 Tage, Beginn: 3.10.2022, 18 Uhr**
Kursort: Volksschule, Eibiswald 56, Deutschlandsberg
Kursbeitrag: 60 Euro

Rückenfit – Workout

Ein Workout für Mann und Frau zur Verbesserung und Aufrechterhaltung eines gesunden Muskelkorsetts. **10 Einheiten/10 Tage, Beginn: 26.9.2022, 19.30 Uhr**
Kursort: VHS AK-Bildungszentrum, Köflacher Gasse 7, Graz
Kursbeitrag: 65 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.



Wo Freundschaften fürs Leben entstehen...

VOLKSHOCHSCHULE
STEIERMARK

Mehr unter www.vhsstmk.at

Beruf & Recht

Seite 12 – 19

Bei der „digitalen Bibliothek der Zukunft“ können Jugendliche online interaktive Bücher erstellen und Texte mit Bildern, Links, Videoclips erweitern oder Fragen stellen.



Gorodenkoff - stock.adobe.com

Lesen wird interaktiv: Die digitale Bibliothek der Zukunft

Lesen für junge Menschen attraktiver und die Suche nach seriösen Quellen einfacher machen – das ist das Ziel des Digital-Projekts „Fidel“, das von der Arbeiterkammer gefördert wurde. Indes baut die AK ihre Förderungen im Bereich Digitalisierung weiter aus.

Sinnerfassendes Lesen wird vor allem bei Kindern und Jugendlichen immer mehr zum Problem: für die berufliche Zukunft in der Arbeitswelt jedoch eine unverzichtbare Kompetenz. Dass die Digitalisierung, Smartphones und Co. nicht Auslöser dafür, sondern auch Lösungsmittel sein können, beweist das Projekt „Fidel“. Bei der „digitalen Bibliothek der Zukunft“ können Jugendliche online interaktive Bücher erstellen und Texte mit Bildern, Links, Videoclips erweitern oder Fragen stellen. Zudem erleichtert es die Recherche, da es sich um seriöse, überprüfte Quellen handelt. Die Idee wurde vom Institut für Kinder- und Ju-

gendphilosophie sowie dem gemeinnützigen Verein Austria Forum entwickelt und gemeinsam mit der Digital Mittelschule Graz und der Polytechnischen Schule Leibnitz umgesetzt. Gefördert wurde das Projekt im Rahmen des Projektfonds Arbeit 4.0 der AK Steiermark. Die Einreichfrist für die aktuelle Förderrunde endet am 31. Oktober 2022.

Podcast der AK

Mehr über „Fidel“ gibt es im Rahmen der Podcast-Reihe „Meine Arbeit. Meine Zukunft“ der AK Steiermark zu hören. Im Podcast kommen Menschen zu Wort, die erzählen, wie sich ihr (Job-)Alltag durch Digitalisierungsprojekte erleichtert hat. Alle zwei Wochen erscheint eine neue Folge.

Neue Ausbildungsförderung

Die AK erweitert indes ihr Förderprogramm im Bereich Digitalisierung und Arbeitswelt. Neben dem Projektfonds, dem Digi-Bonus Plus und der gemeinsam mit der Steirischen Wirtschafts-

förderung SFG initiierten Aktion „Top!Job“ bietet die AK nun auch eine Ausbildungsförderung für Unternehmen in der Steiermark an. Damit soll ein Anreiz geschaffen werden, Beschäftigte im Hinblick auf den technologischen Wandel zu qualifizieren, um so die Arbeitsplätze im Betrieb zu sichern. Gefördert werden sowohl interne als auch externe Aus-, Weiterbildungs- und Qualifizierungsmaßnahmen sowie (duale) Weiterbildungsangebote bzw. Studiengänge. Die Förderhöhe ist mit maximal 200.000 Euro pro Unternehmen begrenzt, gefördert werden 50 Prozent der anrechenbaren Schulungskosten. Wichtig: Für diese Förderung kommen die De-minimis-Fördergrenzen für gewinnorientierte Unternehmen nicht zur Anwendung, weil das Bundesministerium für Arbeit und Wirtschaft die Ausbildungsförderung bei der EU-Kommission entsprechend registriert hat.

ID DW

www.akstmk.at/extra

Infos zu Digital-Förderungen der AK

Lehrling sollte als Falschparker zahlen

Eine Parkstrafe für das Firmenfahrzeug habe sein Lehrling zu verantworten, behauptete ein Grazer Tischler. Doch die Beschuldigung war falsch, dank der AK musste der 18-Jährige nichts bezahlen.

Es war kein Vorzeigebetrieb, bei dem der 18-Jährige und ein zweiter Lehrling das Tischlerhandwerk lernen sollten. Für beide Jugendliche erstritt die AK-Jugend tausende von Euros, die der Lehrherr für Tagesdiäten, Reisekosten, Urlaubs- und Weihnachtsgeld schuldig geblieben war. Nach dem Erwirken des Exekutionstitels zugunsten der Lehrlinge, kam für einen von ihnen das nächste Problem: Der Lehrherr hatte den

jungen Mann als jenen Fahrer angegeben, der für das mehrfache Falschparken des Firmenautos in Graz verantwortlich sei. Das Grazer Parkgebührenreferat verlangte als Behörde 1. Instanz 300 Euro Verwaltungsstrafe vom Lehrling. Der junge Mann war sich keiner Schuld bewusst, und da die angebliche Übertretung im Zuge der Arbeitsleistung erfolgte,

erhob die AK Beschwerde beim Landesverwaltungsgericht. Hier konnte der Lehrling glaubhaft nachweisen, dass er zu den fraglichen Zeitpunkten das Firmenauto nicht benutzt hatte. In einem Fall etwa hatte er dienstlich in Wien zu tun gehabt. Sämtliche Verwaltungsstrafverfahren gegenüber dem Tischlerlehrling wurden eingestellt. SH

Vom Chef als Falschparker bezichtigt: Ein Lehrling sollte 300 Euro Strafe zahlen.



elmar gubisch - stock.adobe.com

Fairness-Check brachte 900 Euro

Der „Fairness-Check“ ihrer Lohnabrechnung bei der Arbeiterkammer hat sich für eine Kellnerin ausgezahlt. Sie bekam 900 Euro vom Ex-Chef nachgezahlt, weil er auf das Urlaubs- und Weihnachtsgeld der Frau „vergessen“ hatte.

Die junge Frau hatte als Kellnerin in einem kleinen Lokal nahe Graz gearbeitet. Wie vereinbart endete ihr Vertrag nach acht Monaten, sie bekam vom Wirt eine Endabrechnung ausgehändigt, aus der sie nicht schlau wurde.

Check der Abrechnung

Beim Arbeitsrechtsservice der Arbeiterkammer zeigte die Überprüfung der Unterlagen der Kellnerin schnell, dass der Unternehmer die laut Kollektivvertrag zustehenden Sonderzahlungen, also Urlaubs- und Weihnachtsgeld, nicht gezahlt hatte. Nach der schriftlichen Intervention teilte der Arbeitgeber mit, er habe auf diese Zahlungen vergessen. Die Kellnerin erhielt 900 Euro brutto nachgezahlt. Die AK bietet allen Mitgliedern kostenlos an, Lohnzettel und Endabrechnungen auf ihre Richtigkeit zu prüfen. SH

Entlassung nach Krankenstand

Obwohl sich eine Schul- und Kindergartenassistentin nach ihrem Krankenstand vorschriftsmäßig wieder arbeitsfähig meldete, folgte die Entlassung. Völlig unberechtigt, wie vor Gericht geklärt werden konnte.

Ein Krankenstand sowie die wiedererlangte Arbeitsfähigkeit müssen der Firmenleitung schnellstmöglich mitgeteilt werden. Daran hielt sich auch eine Schul- und Kindergartenassistentin aus Deutschlandsberg, die sich ordnungsgemäß krankmeldete und nach einer Woche Bescheid gab, wieder arbeitsbereit zu sein. Ihre Chefin teilte ihr daraufhin mit, dass sie die restliche Woche nicht mehr kommen müsse, da bereits eine Vertretung organisiert worden war. Umso verwunderter war die Frau, als ihr ein paar Tage später die Entlassung – mit der Begründung, sie hätte ihre Arbeit verweigert – mitgeteilt wurde. Dies geschah zu Unrecht, lautete das Urteil des Gerichts, nachdem AK-Arbeitsrechtsexperte Lukas Lecker Klage gegen die Entlassung eingebracht hatte. Die 36-Jährige erhielt eine Kündigungsentschädigung von rund 3.400 Euro. ID

ak tipp



Was versteht man unter Homeoffice?

AK-Expertin Christina Ettl antwortet:

Homeoffice liegt vor, wenn Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer regelmäßig Arbeitsleistungen in der Wohnung erbringen. Unter dem Begriff Wohnung versteht man die Privatwohnung, den Nebenwohnsitz oder die Wohnung eines nahen Angehörigen oder der Lebensgefährtin bzw. des Lebensgefährten. Voraussetzung für Homeoffice ist eine schriftliche Vereinbarung zwischen Arbeitnehmerin bzw. Arbeitnehmer und der Firmenleitung.

Unternehmen hat Arbeitsmittel zu stellen

Grundsätzlich haben Arbeitgeberinnen bzw. Arbeitgeber die erforderlichen digitalen Arbeitsmittel (z. B. Computer, Drucker, Telefon, Internet) zur Verfügung zu stellen, andernfalls haben sie die angemessenen und erforderlichen Kosten zu bezahlen. Diese Kosten können auch in Form einer Pauschale abgegolten werden.



Oststeirische Betonteile für große Bauvorhaben

Betonfertigteile: Sie beschleunigen den Bau von Objekten für Industrie, Gewerbe und Wohnen. Sie sparen Material und damit auch CO₂. Erzeugt werden sie im oststeirischen Großwilfersdorf, wo eines von acht Werken der Traditionsfirma Oberndorfer steht.

Stolz klingt durch, wenn Betriebsleiter Gerald Stern berichtet, bei welchen großen Bauvorhaben Betonfertigteile aus seinem Werk im oststeirischen Großwilfersdorf eingesetzt wurden: beim neuen Rapidstadion in Wien, beim Lager des Internethändlers Amazon in Kärnten, bei der Green City in Graz oder beim riesigen Lutz-Zentrallager im Burgenland. Zu diesen klingenden Bauprojekten kommen die vielen weniger bekannten Objekte aus Industrie, Gewerbe und Wohnen,

die ebenfalls mit Betonfertigteilen errichtet wurden.

Traditionsreiches Unternehmen
Das Werk in der Steiermark ist eines von acht der Firma Oberndorfer, die ihren Sitz in Oberösterreich hat. Es ist ein traditionsreiches Familienunternehmen, das in vierter Generation von Simone Oberndorfer geleitet wird. Aus einem Handwerksbetrieb, der Dach- und Mauersteine und Betonrohre erzeugte, wurde ein international tätiges Unternehmen,

das eine breite Produktpalette an Betonfertigteilen anbietet. Das Werk in Großwilfersdorf entstand 1999 und produziert Decken- und Wandelemente.

Vorgespannte Hohldiele
„Das hier ist die Halle für die Produktion der vorgespannten Betonhohldielen“, erklärt Betriebsratsvorsitzender Karl Heinz Kummer beim Rundgang. Es ist eine endlos lang erscheinende Halle, in der ein Betonierkasten von der Decke hängt und das Material unter

stetigem Vortrieb auf gespannte Stahlseile aufbringt, wobei ein Extruder die Hohlräume erzeugt. „Die Hohldiele werden dann je nach Auftrag in Längen bis zu 22 Meter abgesägt“, sagt Kummer. „Der Vorteil ist, dass die Elemente rasch eingebaut sind und man ohne Stützung den Fußboden betonieren kann.“ Spannbetonfertigteile benötigen bei ähnlicher Funktionalität wie vor Ort hergestellte Betondecken weniger Material und sind daher weniger umweltbelastend.

Wolfgang Zeiler, der hier mit zwei Fingern das tonnenschwere Spannbeton-Element manövriert, ist seit Beginn dabei: „Ich habe hier schon bei der Errichtung des Werks im Jahr 1999 den Hallenboden betoniert.“ Er kann auf viele gute Jahre mit „Klasse Kollegen“ zurückblicken, freut sich jetzt aber schon auf seine Pensionierung in wenigen Monaten.

Deckenelemente nach Maß
Eine Halle weiter werden Deckenelemente nach Maß angefertigt. Dabei werden auch Aussparungen für Leitungen und andere Öffnungen schon bei der Produktion berücksichtigt. Die dritte Produktparte sind durch Gitterträger verbundene Hohlwandelemente,



Hannes Linshalm leitet die Tagesschicht bei der Hohldielenproduktion. Der gelernte Koch ist schon seit 17 Jahren dabei und sehr zufrieden.



Carmine Saporito aus Italien hat die Liebe hierhergeführt. Er sagt, die Arbeit und das Geld passen und vor allem das gute Klima unter den Kollegen.

ebenfalls bereits mit allen benötigten Aussparungen, die auf der Baustelle mit Beton gefüllt werden. Dadurch werden umständliche Verschalungsarbeiten vor Ort überflüssig.

Gute Standortfaktoren
Das Werk im Südosten Österreichs

war ein strategischer Schritt zur Expansion, dem weitere folgten. Die Südbahn garantiert gute Erreichbarkeit, Schotter – „pro Tag bis zu 20 Fuhren“ – und Zement kommen aus der näheren Umgebung, die Wärme für die Trocknungsanlagen von der Klärschlammverbrennung nebenan.

Fotos: Radspieler

der Betriebsrat



Betriebsratsvorsitzender Karl Heinz Kummer

Gemeinsame Lösungen

Karl Heinz Kummer ist der Vorsitzende des gemeinsamen Betriebsrates der Arbeiterinnen und Arbeiter und der Angestellten. Sein großes Anliegen ist ein gutes Betriebsklima. Dafür sucht er gemeinsame Lösungen mit der Betriebsleitung. Dafür ist er aber auch umtriebig auf Sponsorsuche, um ein gemeinsames Grillfest im Sommer oder einen Schnitzsemmel-Tag zu finanzieren und so die Gemeinschaft zu fördern.

die firma



Betriebsleiter Gerald Stern

Zusammenarbeit

Betriebsleiter im Werk Großwilfersdorf ist Ing. Gerald Stern. Es ist eines von acht Werken der Oberndorfer GmbH & Co KG aus Oberösterreich. Insgesamt werden mehr als 1.000 Menschen beschäftigt, in der Oststeiermark sind es 65. Die Auftragslage ist gut, sagt Stern, man denke an zusätzliche Beschäftigte. Derzeit sind neue Sozialräume im Fertigteile werden, mit dem Betriebsrat arbeiten er gut zusammen.



Josef Krenn: Sein Stapler und die Last wiegen bis zu 95 Tonnen.



Thomas Wagner und sein Schweißroboter produzieren Stahlmatten.



Manuela Kaimel ist seit vielen Jahren dabei und hat ihre „Männer im Griff“. Sie ist Disponentin und dirigiert Mensch und Material.



Christian Harp ist Maschinenführer bei den Schalungselementen. Er sorgt dafür, dass Aussparungen für Fenster und Elektroinstallationen frei bleiben.



Johann Neubauer liefert die Betonteile zu den Baustellen.

Filialleiter schickte „Dickpics“ an Mitarbeiterin

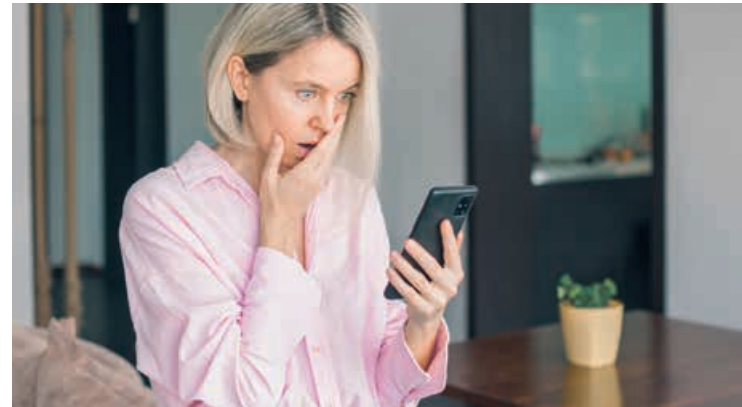
Eine Oststeirerin sah sich eine Zeit lang mit unerwünschten Fotos vom Geschlechtsteil ihres Chef konfrontiert. Als sie schlussendlich den Mut hatte, ihn zu bitten, damit aufzuhören, wollte er ihre Stunden kürzen und drohte mit Kündigung. Sie erhielt 1.000 Euro Schadenersatz.

Die 36-Jährige war erst wenige Monate als Verkäuferin bei einer Sportkette beschäftigt, als ihr Vorgesetzter begann, aufdringlich zu werden: Nach einem gemeinsamen Feierabendumtrunk mit weiteren Arbeitskollegen fasste der Filialleiter ihr beim Einsteigen ins Auto wortlos ans Gesicht. In weiterer Folge schickte er ihr ungefähr ein Dutzend Fotos von seinem Geschlechtsteil – sogenannte Dickpics. Gleichzeitig wollte er auch Fotos von ihr sehen. Die Mitarbeiterin wusste nicht, wie sie

damit umgehen sollte. Nachdem sie weitere sexuell angehauchte Nachrichten bekam, teilte sie ihm schriftlich mit, dass sie kein Interesse an ihm habe und es besser sei, alles professionell zu belassen.

Mit Kündigung gedroht

Der Vorgesetzte akzeptierte diese Entscheidung zwar, wollte der alleinerziehenden Mutter dann aber Stunden kürzen. Als sie sich damit nicht einverstanden zeigte, drohte er ihr mit Kündigung. Die Vorfälle belasteten die 36-Jährige nerv-



Tatyana Gladskih - stock.adobe.com

Eine Verkäuferin erhielt dutzende Fotos des Geschlechtsteils ihres Chefs.

lich sehr. Nach einem Gespräch mit dem Regionalleiter wurde ihr eine Versetzung angeboten. Die 36-Jährige wollte aber nicht mehr länger für das Unternehmen tätig sein.

Schlussendlich wurde eine Klage über eine Schadenersatzforderung von 2.000 Euro gegen den Filialleiter eingebracht. Im Rahmen eines Vergleichs zahlte der Beklagte 1.000 Euro. **JF**



Wo fremde Sprachen neue Welten eröffnen...

VOLKSHOCHSCHULE STEIERMARK

Mehr unter www.vhsstmk.at

Griechisch für den Urlaub

Dieser Kurs ist für Anfänger ohne jegliche Vorkenntnisse der griechischen Sprache. Ein interaktiver Kurs mit viel Humor und Musik.

20 Einheiten/10 Tage, Beginn: 30.9.2022, 18 Uhr
Kursort: AK, Ringstraße 5, Feldbach
Kursbeitrag: 110 Euro

Slowenisch Grundstufe

Alltagssituationen werden nachvollzogen und eingeübt. Spielerisch werden die Grundlagen der Grammatik erlernt und der Grundwortschatz erweitert.

16 Einheiten/8 Tage, Beginn: 19.9.2022, 18 Uhr
Kursort: AK, Karl-Morre-Gasse 6, Leibnitz
Kursbeitrag: 100 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.

Kinderbetreuung: Verbesserungen und Personalnot

Der „9. Kinderbetreuungsatlas“ der Arbeiterkammer Steiermark zeigt Verbesserungen auf, zugleich ist der Mangel an Betreuungspersonal ein großes Thema. Der gemeinsam mit der Kinderdrehscheibe Steiermark erstellte Kinderbetreuungsatlas liegt in digitaler und interaktiver Form vor.

Von 286 steirischen Gemeinden erfüllen 153 (im Jahr 2021 waren es noch 144) die Kriterien für die „Kategorie A“: „Für diese Kategorie müssen eine Betreuungseinrichtung für Kinder unter drei Jahren, ein Ganztageskindergarten und eine Nachmittagsbetreuung für Volksschulkinder vorhanden sein“, erklärt Bernadette Pöcheim, Leiterin der AK-Abteilung Frauen und Gleichstellung.

Vereinbarkeit

Seltener sind hingegen Gemeinden, die den zusätzlichen Kriterien des „Vereinbarkeitsindikators für Familie und Beruf“ (VIF) gerecht werden. Mittlerweile 74 Gemeinden (2021: 76) haben Betreuungsangebote für Kinder von null bis

zehn Jahren mit Öffnungszeiten, die beiden Elternteilen Vollzeitjobs ermöglichen. Andererseits werden nur noch in 43 Gemeinden (2021: 51) Kinder in Halbtageskindergärten betreut. Indes bieten 21 Gemeinden (2021: 20) keine Betreuung von unter Dreijährigen an. Grundsätzlich ist die Zahl der Kinderkrippen seit Beginn der Erhebungen zur Kinderbetreuung im Jahr 2014 stetig gestiegen, zugleich ist allerdings die Zahl der Tageseltern deutlich zurückgegangen – 388 aktive Tageseltern gibt es aktuell, 2021 waren es noch 404.

Personalmangel

Ein positiver Aspekt: Jede einzelne Gemeinde in der Steiermark bietet

mindestens eine Bildungs- und Betreuungseinrichtung für Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren an. Viele Gemeinden sind bemüht, Ferien- und Tagesöffnungszeiten dem Bedarf von Eltern anzupassen. Einige Gemeinden bieten in Kooperation mit Nachbargemeinden Ferienbetreuung für Kindergarten- und teils auch Kinderkrippenkinder an, sofern es die eigenen Kapazitäten erlauben. Womit jedoch praktisch alle steirischen Gemeinden und Einrichtungen zu kämpfen haben, ist der dramatische Mangel an Betreuungspersonal. „Nicht nur die Elementarpädagoginnen brennen aus und wandern schließlich ab – auch die Kinder und ihre Eltern leiden, die Versor-

gung ist nicht mehr gewährleistet“, warnen AK-Präsident Josef Pessler und AK-Frauenreferatsleiterin Bernadette Pöcheim und fordern bessere Arbeitsbedingungen für die Beschäftigten sowie eine bessere Finanzierung des gesamten Kinderbetreuungsbereichs.

Online-Service

Den AK-Kinderbetreuungsatlas gibt es seit dem Vorjahr übrigens in digitaler und interaktiver Form: Unter der Internet-Adresse kinderbetreuungsatlas.akstmk.at können alle Details zu den einzelnen steirischen Gemeinden abgerufen werden. **DW**

kinderbetreuungsatlas.akstmk.at
Mehr zum Thema



AK-Präsident Josef Pessler, AK-Frauenreferatsleiterin Bernadette Pöcheim (r.) und Cordula Schlamadinger, Leiterin der Kinderdrehscheibe, stellen den neuen AK-Kinderbetreuungsatlas vor.

Pflegereform: Änderungen für pflegende Angehörige

www.akstmk.at/pflegereform
Mehr zum Thema

Die angekündigte Pflegereform bringt nicht nur für die Beschäftigten in diesem Bereich Änderungen, sondern auch für die Pflegebedürftigen und deren Angehörige. Ein wichtiger Schritt, denn Angehörige leisten den Großteil der Pflegearbeit in Österreich.

Menschen mit schweren psychischen Behinderungen/ Demenz sollen ein höheres Pflegegeld erhalten. Die angekündigte Erhöhung des pauschalen Zeitwerts von 25 auf 45 Stunden wird in der Einstufungspraxis etlichen betroffenen Personen eine höhere Pflegegeldstufe ermöglichen, was zum Beispiel den Zukauf von zusätzlichen externen Pflegeleistungen ermöglicht.

Längere Pflegekarenz
Die Regelung von drei Monate

Rechtsanspruch auf Pflegekarenz bietet Platz für Verbesserungen gegenüber der derzeitigen Situation. Die AK hätte allerdings eine einheitliche gesetzliche Regelung für alle Betroffenen gewünscht. Da die Bedürfnisse der zu Pflegenden und deren Angehörigen sich nicht nach Branchen oder Betrieben unterscheiden, erscheint es nicht sehr zielführend, die Regelung in Kollektivverträge bzw. Betriebsvereinbarungen zu verschieben. Keine Anrechnung der erhöhten Familienbeihilfe auf das Pflege-

geld: Diese Regelung verbessert die finanzielle Situation für Menschen mit Behinderung und ihre Familien, wenn Anspruch auf erhöhte Familienbeihilfe besteht.

Neuer Angehörigenbonus
Neu eingeführt werden soll eine Zahlung von 1.500 Euro pro Jahr für pflegende Angehörige. Das bedeutet 125 Euro pro Monat und ist weder der Leistung pflegender Angehöriger angemessen, noch stellt diese Zahlung einen Beitrag zur Entlastung dar. Einschränkend ist überdies die Bedingung, dass eine aufrechte Selbst- oder Weiterversicherung der pflegenden Angehörigen bestehen muss. Laut einer Studie nehmen dieses Angebot nur 16 Prozent aller pfle-

genden Angehörigen, die nicht im Pensionsalter sind, in Anspruch. Damit erhält der überwiegende Teil der pflegenden Angehörigen gar nichts.

Verbesserungen bei der Personenbetreuung oder 24h-Betreuung wurden angekündigt, doch dieser Punkt wurde noch nicht näher definiert, weshalb eine Bewertung der Maßnahme derzeit nicht möglich ist.

Es soll künftig leichte Verbesserungen bei der Ersatzpflege geben: Hier sollen Angehörige eine Ersatzpflege flexibler konsumieren können. Statt einer Mindestbezugsdauer von einer Woche soll man sie nunmehr auch schon für drei Tage in Anspruch nehmen können. SH

Tageszentren helfen Betreuten und Betreuern

Trotz Pflege- und Betreuungsbedarfs in den eigenen vier Wänden zu verbleiben, ist vielen Menschen ein großes Anliegen. Die vom Land Steiermark mitfinanzierten Tageszentren für ältere Menschen können hier eine gute Lösung bieten.

Tageszentren für ältere Menschen erfüllen die individuellen Betreuungsbedürfnisse der zu betreuenden Person und entlasten gleichzeitig pflegende Angehörige. Die Tagesbetreuung wird hierbei von Montag bis Freitag angeboten und soll einerseits die körperlichen und geistigen Fähigkeiten erhalten bzw. fördern und andererseits eine Teilnahme in einer Gemeinschaft ermöglichen. Für an Demenz erkrankte ältere Menschen gibt es darüber hinaus in Graz drei Demenztageszentren.

Kosten zwischen 3 und 77 Euro
Voraussetzung für die Aufnahme in ein Tageszentrum ist neben dem vollendeten 60. Lebensjahr



© Robert Kneschke - stock.adobe.com

AK
Pflegeberatung
05 7799-2273

Alltagsbegleitung für mehr Eigenständigkeit

Diese als „Lückenschluss“ zwischen der 24-Stunden Betreuung und der Hauskrankenpflege konzipierte Betreuungsform bietet die Möglichkeit, betreuungsbedürftige Menschen in ihrem Zuhause zu begleiten und gleichzeitig die betreuenden Angehörigen zu entlasten.

Die mobilen Pflege- und Betreuungsdienste in der Steiermark bieten seit 2019 die „mehrstündige Alltagsbegleitung“ an. Die Begleitperson unterstützt pflegebedürftige Menschen in ihrem Alltag, wie etwa bei außerhäuslichen Aktivitäten (z. B. beim Einkaufen), der Förderung von sozialen Kontakten sowie beim Essen und Trinken. Medizinisch-

pflegerische Tätigkeiten werden von der Alltagsbegleitung dabei allerdings nicht erbracht. Diese obliegen der Hauskrankenpflege.

Sieben Tage die Woche verfügbar
In Anspruch nehmen können die Alltagsbegleitung Menschen ab dem vollendeten 60. Lebensjahr mit einem Pflegegeldbezug. Dazu wird zuerst der individuelle Be-

treuungsbedarf vor Ort erhoben. Diese Ersterhebung ist grundsätzlich kostenlos. Ein Einsatz dauert mindestens vier Stunden und kann von Montag bis Sonntag in der Zeit von 6 bis 22 Uhr erbracht werden. Pro Stunde ist ein KundInnenbeitrag von 10 Euro zu entrichten. An Wochenenden sowie Feiertagen verdoppelt sich dieser Betrag.

AK-Pflegeexperte Michael Nitsch: „Für die Vereinbarung der Erstabklärung des Betreuungsbedarfes wenden sich Interessierte an die für ihren Bezirk zuständige Hauskrankenpflegeorganisation.“

zak in kürze

Tag der Pflege in Leoben

Für alle Betroffenen und ihre pflegenden Angehörigen veranstaltet die AK Steiermark den „Tag der Pflege“: am 16. September 2022 in den Kammersälen in Leoben-Donawitz. Von 16 bis 20 Uhr werden vielfältige Informationen geboten: Kurzvorträge, Infostände sowie eine Aktivitätenecke, in der praktische Tipps gegeben werden. Anmeldung unter: www.akstmk.at/pflege

Sprachenfest in Graz

Anlässlich des Europäischen Tages der Sprachen findet am 22. September von 9 bis 18 Uhr das Grazer Sprachenfest am und um den Schloßbergplatz statt. In diesem Rahmen bietet die Volkshochschule Steiermark unter anderem ab 10 Uhr einen eineinhalbstündigen Sprachen-spaziergang an. Treffpunkt ist beim Infostand der VHS.

www.sprachennetzwerkgraz.at
Alle Infos zur Veranstaltung

Bücherbazar der Pfarre Herz Jesu

Die Pfarre Herz Jesu lädt von 1. bis 15. Oktober wieder zu ihrem traditionellen Bücherbazar. Auf 3.000 Quadratmetern in den Räumen unterhalb der Herz-Jesu-Kirche wird eine riesige Auswahl geboten: rund 50.000 Bücher, dazu DVDs und CDs wurden von einem fachkundigen Team sorgfältig nach Sachbereichen sortiert, sodass Interessierte leicht jene Bücher finden, die sie suchen. Das Angebot umfasst Kinder- und Jugendliteratur, Romane, Krimis, Kunst, Philosophie, Geschichte, Reiseführer, Kochbücher, Styriaca und auch antiquarische Raritäten. Mit dem Erlös werden pastorale und soziale Projekte der Pfarre finanziert.

Ukulele – Liedbegleitung für Anfänger

Holen Sie sich das ALOHA-Hawaii-Feeling nach Hause! Wir beginnen mit einer kurzen Einführung und gehen schnell dazu über, das Spielen von Akkorden zu lernen.

10 Einheiten/10 Tage, Beginn: 26.9.2022, 18 Uhr
Kursort: Mittelschule Frohnleiten, Schulweg 3
Kursbeitrag: 65 Euro

Tanz ab der Lebensmitte

Erfahren Sie die anregende Wirkung der Musik und die Vielfalt der Tänze. Nähern Sie sich spielerisch neuen Herausforderungen und finden Sie tanzend zu einem positiven Lebensgefühl.

12 Einheiten/8 Tage, Beginn: 3.10.2022, 18 Uhr
Kursort: LAZ Hartberg, Josef-Hallamayr-Straße 19
Kursbeitrag: 100 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.



Wo man (fast) immer den richtigen Ton trifft...

VOLKSHOCHSCHULE STEIERMARK
Mehr unter www.vhsstmk.at

Bildung & Wissen

Seite 20 – 27



Die Schule startet wieder und mit ein paar Tipps gibt es einen reibungslosen Ablauf.

Neues Schuljahr: Wochenplan für einen guten Start

Sonntag: Schlafenszeitroutine

Der wichtigste Tipp für große und kleine Schülerinnen und Schüler ist, eine Schlafenszeitroutine zu entwickeln. So sind rund zehn Stunden für ein Volksschulkind wichtig und sieben bis acht Stunden für einen Teenager, um leistungsfähig zu bleiben.

Montag: Kein übertriebener Ehrgeiz

Der erste Schultag! Erstklässler müssen nicht schon vor der Einschulung lesen, schreiben und rechnen können. Eltern und Kinder sollten deshalb nicht übertrieben ehrgeizig sein. Die Kinder sollten aber den eigenen Namen schreiben, Alltagsgegenstände klar und richtig benennen sowie ihre Wünsche und Meinungen immer in vollständigen Sätzen artikulieren können. Zudem sollten sich Erstklässler selbstständig an- und ausziehen, ihr Besteck richtig handhaben und eine Schleife binden können.

Für alle anderen gilt, in den Wochen vor Schulbeginn den Stoff der vorigen Klasse wiederholen, sich wieder mit Schulfreunden treffen etc.

Dienstag: Zum Lesen begeistern

Gemeinsames Lesen kann Wunder bewirken. Leseabende, wo die Großen zwei Seiten und die Kleinen eine Seite lesen, helfen dem Kind auf dem Weg zu mehr Lesefreude. Sobald das Kind lesen kann, nicht aufhören vorzulesen – es macht auch älteren Kindern Freude.

Mittwoch: 7 Tipps gegen Hausaufgabenfrust

Eine gute Umgebung fördert eine bessere Konzentration (eigener Schreibtisch, Ruhe etc.). Das Kind soll sich im kleinen Maße selbst organisieren: das heißt, dass Eltern z.B. nur nachschauen, ob die Schultasche richtig gepackt wurde. Ordnung halten lernen, einen Schul- und Hausaufgabencheck zu einer festen Zeit einführen,

fixe Pausen beim Lernen einplanen (etwa alle 30 Minuten), das Handy weglegen und die Kinder – egal welchen Alters – belohnen.

Donnerstag: Staatliche Schulbeihilfe ansuchen

Anspruch: Schülerinnen und Schüler, die eine mittlere oder höhere Schule ab der 10. Schulstufe besuchen. Die Beurteilung erfolgt nach Einkommen, Familienstand und Familiengröße. Der jährliche Grundbeitrag liegt bei 1.356 Euro. Ansuchen unter: www.bildung-stmk.gv.at

Freitag: Schulbeihilfe der AK Steiermark

Anspruch: Eltern bzw. Schülerinnen und Schüler ab der 9. Schulstufe, die Mitglieder der AK Steiermark sind und auch Anspruch auf die Schulbeihilfe des Bundes haben. Höhe: 250 Euro pro Schuljahr. Formulare sind ab 15. Oktober zum Download auf www.akstmk.at/beihilfen

Studienwechsel bedeutet einen Neustart

Wer in den kommenden Wochen über einen Studienwechsel nachdenkt oder überlegt, das Studieren aufzugeben, ist nicht gescheitert. Vielleicht ist es eine Chance auf einen Neustart. Beim Erkennen, was die neuen Ziele sein könnten, hilft die AK-Bildungsberatung.

Der AK-Bildungsberater Thomas Hrabá hat schon viele enttäuschte Gesichter gesehen: „Viele Studierende kommen in die Beratung mit einem mulmigen Gefühl, äußern sogar, dass sie nicht intelligent genug für ein Studium sind.“ Im Gespräch ergeben sich dann die wahren Gründe: enttäuschte Hoffnungen, Druck von Freunden und Verwandten und das Gefühl, Zeit vergeudet zu haben. Natürlich können nicht alle Vorlesungen und Seminare erfüllend und interessant sein, aber

bei ernsthaften Schwierigkeiten sollte doch ein Studienwechsel ins Auge gefasst werden. Manchmal zeigen sich Zweifel schon nach wenigen Wochen an der Uni, aber spätestens nach dem ersten Jahr sollte man genug Einblick haben, um aktiv zu werden. Veränderung erfordert immer Mut und ist oft unbequem, aber Faktum bleibt, dass es allemal sinnvoll ist, einen klaren Schnitt zu machen. Wertvolle Unterstützung bietet dabei die Arbeiterkammer mit der Bildungsberatung.

Plan B(ildung)

Oft bleibt es beim Wunsch nach einem bestimmten Studienplatz, weil es in Zeiten von Aufnahmeprüfungen und Studienplatzbeschränkungen im ersten Anlauf nicht geklappt hat. Einen Plan B haben viele nicht parat. Auch hier hilft die AK-Bildung Alternativen zu entwickeln. Eine Möglichkeit ist, ein Studium zu inskribieren, das dem Wunschstudium nahekommt und einige anrechenbare ECTS-Punkte bringt. Als Überbrückung bis zur nächsten Aufnahmeprüfung können Auslandsaufenthalte den Horizont erweitern. Beim freiwilligen sozialen Jahr kann man in die Berufswelt schnuppern und Berufswünsche an der Realität testen. **SH**

Geld fürs Studieren

Wie das eigene Studium finanzieren? Das fragen sich derzeit viele Studienanfänger, aber immer wieder auch ältere Semester. Erste Anlaufstelle ist die Stipendienstelle, die für die staatliche Unterstützung zuständig ist. Infos finden sich auf www.stipendium.at. Wer hier die Kriterien erfüllt, kann auch die AK-Studienbeihilfe von 250 Euro pro Studienjahr beantragen. Die Familienbeihilfe kann während des Studiums bis zum 24. Geburtstag, bei vorheriger Ableistung von Präsenz- oder Zivildienst bis zum 25. Geburtstag bezogen werden. Als Zuverdienst zur Familienbeihilfe sind jährlich bis zu 15.000 Euro erlaubt. Wer sich vor seinem Studium vier Jahre lang durch Erwerbsarbeit selbst erhalten hat, kann das Selbsterhalterstipendium beantragen. **SH**

Modernes Aquarellieren

Einfache Motive mit großem Effekt – im Kurs werden die Grundlagen des Arbeitens mit Aquarellfarben erarbeitet und anschließend moderne Motive, wie man sie oft in sozialen Medien sieht, entworfen. **18 Einheiten/2 Tage, Beginn: 21.10.2022, 18 Uhr**
Kursort: Mittelschule Kalsdorf, Fritz-Matzner-Weg 5
Kursbeitrag: 85 Euro

Upcycling – Reparieren statt wegwerfen

Mit ein bisschen Geschick kannst du ohne großen Aufwand kleine Schäden an deiner Kleidung reparieren. Für die meisten kleineren Makel gibt es einfache Lösungen. **6 Einheiten/2 Tage, Beginn: 26.9.2022, 18 Uhr**
Kursort: VHS Voitsberg
Kursbeitrag: 60 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.

Wohnungssuche: Tipps für Studierende

Feste, Freunde, Freiheit – damit assoziieren viele angehende Studierende das Ausziehen von daheim. Für Mietneulinge ist allerdings einiges zu beachten. Vor Vertragsabschluss ist gut zu wissen, wann Provision und Kautionszahlung zu bezahlen sind oder wie sich WGs organisieren bzw. wo man Hilfe findet.

Wird eine Wohnung per Makler angemietet, ist dafür Provision zu zahlen: bei bis zu drei Jahren Vertragsdauer eine Bruttomonatsmiete, bei längerer Dauer höchstens zwei. Die meisten Maklerbüros fordern diese Höchstprovision – sie ist aber verhandelbar. Gefällt die Wohnung, kann man ein Mietanbot inklusive Gültigkeitsfrist legen. Dieses ist verbindlich.

Mängel vorher festhalten

Die übliche Kautionszahlung beträgt drei

Bruttomonatsmieten. Dieses Geld erhalten die Mieter zu Vertragsende zurück, sofern sie keine über die übliche Abnutzung hinausreichenden Schäden an Wohnung und Inventar verursacht haben. „Es empfiehlt sich, gleich beim Einzug mit dem Vermieter zusammen ein schriftliches Übergabeprotokoll zu erstellen, in dem bestehende Mängel festgehalten werden. Etwaige Schäden sollten fotografiert werden“, rät AK-Mietrechtsexpertin Birgit Götz. Jede spätere Meldung von Mängeln sollte schrift-

lich erfolgen. Ablösezahlungen, die oft vom Vermieter verlangt werden, sind nur im Zeitwert der übernommenen Sache zu leisten.

Regeln für das WG-Leben

Wer mit seinen WG-Kollegen befreundet bleiben möchte, regelt zuallererst die Hauptmieterfrage. Dabei gibt es zwei Varianten: Eine Person wird Haupt- und kann Untermieter aufnehmen. Oder der Vertrag nennt als Hauptmieter mehrere gleichberechtigte Mitmieter. Im ersten Fall haftet einer für den gesamten Mietzins. Gibt ein WG-Kollege sein Zimmer auf, muss der Hauptmieter schnell einen Nachfolger suchen oder selbst für das leerstehende Zimmer zahlen. Bei der zweiten

Variante verteilt sich die Haftung auf alle Mitmieter, allerdings kann die Wohnung auch nur im Einvernehmen gekündigt werden. Jedenfalls sollte das Weitergaberecht explizit geregelt sein: Darf jeder selbst einen Nachmieter bestimmen oder müssen die anderen einverstanden sein. „Je klarer die Regelung im Vertrag, desto besser“, betont Götz.

Wo Mieter Hilfe finden

„Grundsätzlich sollte man sich den Vertrag durchlesen und alles Unverständliche erklären lassen“, erklärt Götz. „Es empfiehlt sich auch, vorab eine Kopie zu verlangen und diese einem Experten zu zeigen.“ Gerne überprüft die AK bei Unklarheiten die Mietverträge ihrer Mitglieder. Ausgenommen sind allerdings Vermietungen durch Privatpersonen. Die Städte Graz und Leoben haben eigene Schlichtungsstellen eingerichtet, die für Altbauten Hauptmietzins, Ablöse, Möbelmiete, aber auch die Betriebskosten überprüfen. JF



Wo Freude die beste Zutat ist...

VOLKSHOCHSCHULE
STEIERMARK

Mehr unter www.vhsstmk.at

Buon Appetito! Italienisch für Genießer...

Anfänger und Fortgeschrittene bereiten gemeinsam italienische Gerichte zu und lernen nebenbei spielerisch den grundlegenden Wortschatz.

12 Einheiten/6 Tage, Beginn: 4.10.2022, 17 Uhr
Kursort: VS Irdning, Grimminggasse 84, Liezen
Kursbeitrag: 120 Euro

Buon appetito! Es lebe die italienische Küche!

Entdecken wir gemeinsam „la cucina italiana“ und bereiten ein italienisches Abendessen zu!

4 Einheiten/1 Tag, Beginn: 4.11.2022, 18 Uhr
Kursort: HLW Lipizzanerheimat Voitsberg
Kursbeitrag: 60 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.

Vitamin E

Das mit den Vitaminen ist so eine (komplizierte) Sache. Wofür sind sie eigentlich gut? Diesmal wollen wir uns mit Vitamin E auseinandersetzen. Ein bedeutender Unterstützer für Wohlbefinden und Gesundheit. Welchen Effekt hat es im Körper und gibt es eigentlich Lebensmittel mit besonders viel Vitamin E?

Was ist Vitamin E und wofür ist es gut?

Ganz grundsätzlich: Vitamin E zählt zu den fettlöslichen Vitaminen, es braucht Fett als Transportmedium. Nur so kann es der Körper überhaupt nutzen. Es ist relativ hitzebeständig (bis 200 Grad), aber licht- und sauerstoffempfindlich.

Und – Vitamin E ist eines der wichtigsten Antioxidantien, übernimmt so eine führende Rolle bei der Abwehr von oxidativem Stress. Antioxidantien, freie Radikale, oxidativer Stress: Fachchinesisch, das wohl näher erklärt werden muss.

Freie Radikale

Freie Radikale sind sauerstoffhaltige Moleküle, die im Zuge normaler Stoffwechselfvorgänge im Körper entstehen. Vermehrt werden sie gebildet bei unterschiedlichen Krankheitsprozessen, aber auch durch äußere Einflüsse wie UV-Licht, Ozon oder Rauchen. Das Besondere: Sie sind, bedingt durch ihre chemische Struktur, extrem reaktionsfreudige und aggressive Moleküle – also im wahrsten Sinne des Wortes radikal.

Die Wirkung im Körper

Sie zerstören Zellstrukturen. Damit werden Zellen in ihrer Funktion eingeschränkt, verändert oder sterben ab. Nicht besonders förderlich für unsere Gesundheit, wenn Zellen im Körper nicht optimal arbeiten. Haben freie Radikale auch einen positiven Effekt?

Pixel-Shot - stock.adobe.com



Pflanzliche Öle sind tolle Vitamin-E-Lieferanten.



Dr. Michaela Felbinger

tipps

vorbei mit dem ausschließlich positiven Effekt.

Antioxidantien

Antioxidantien wiederum wirken als „Radikalfänger“. Sie binden freie Radikale, sorgen für ein gesundes Gleichgewicht und fungieren damit als Zellschutz. Vitamin E ist somit ein wichtiges Zellschutzvitamin. Zusammen mit weiteren Antioxidantien wie etwa Vitamin A, Beta Carotin (Vorstufe des Vitamin A), Vitamin C oder die Mineralstoffe Selen und Zink.

Wo ist Vitamin E drin?

Spitzenreiter sind ganz klar pflanzliche Öle. Allen voran das Weizenkeimöl, aber auch andere Öle (etwa Raps-, Sonnenblumen-, Maiskeim-, Olivenöl) schneiden gut ab. Nüsse (von der Mandel bis zur Haselnuss) und Samen (Sonnenblumenkerne, Leinsamen

und viele mehr) sind tolle Vitamin-E-Lieferanten. Gemüse, Obst, Getreide, Milchprodukte, Fisch, Fleisch: na ja, zwar nicht besonders berühmt hinsichtlich Vitamin E, aber für eine ausgewogene Ernährung natürlich unerlässlich. Übrigens: Wie schon gesagt, Vitamin E ist licht- und sauerstoffempfindlich. Konkret bedeutet das für Öle: Dunkel und immer gut geschlossen aufbewahren. Wenn es ranzig riecht oder schmeckt, nicht mehr verwenden.

Wie viel Vitamin E?

Eine Überdosierung von Vitamin E über die Nahrung ist praktisch kaum möglich. Derart große Mengen, die dafür erforderlich wären, können gar nicht gegessen werden.

Für Erwachsene werden täglich ca. 12-15 mg empfohlen. Schon allein ein kleiner Esslöffel Weizenkeimöl deckt den Bedarf. Bei älteren Menschen und Kindern ist der genannte Grenzwert allerdings niedriger.

Bei Nahrungsergänzungsmitteln ist die Situation eine andere. Bei falscher oder zu langer Anwendung kann eine Überdosierung (mit Nebenwirkungen) erreicht werden. Auch Wechselwirkungen mit Medikamenten sind möglich. Beispielsweise bei Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten kann ev. die Blutungsneigung erhöht werden, und das kann gefährlich werden.

Vor der Einnahme also grundsätzlichen ärztlichen Rat einholen. Und – ob der Vitamin-E-Wert passt, kann mittels Blutabnahme bestimmt werden.

E-Mail:

M.Felbinger@mozartpraxis.at

lesen sehen hören

www.akstmk.at/bibliothek



Werner Schandor

Künstliche Intelligenz am Arbeitsplatz – Ein Download-Handbuch. IFZ. 95 Seiten.

Was haben Österreichs Beschäftigte zu erwarten, wenn Künstliche Intelligenz (KI) in Arbeitsschritte integriert wird? Antworten gibt das neue Handbuch „Verantwortungsvolle Einbindung von KI-Assistenzsystemen am Arbeitsplatz“. Von der Datenbrille bis zum computergesteuerten Stützskelett, das beim Heben schwerer Lasten hilft: Es gibt viele Anwendungen, bei denen Künstliche Intelligenz (KI) den Arbeitsalltag erleichtert. Die neue Technologie nützen, aber

die Gefahr eines „Big Brother“-Szenarios schon bei der Einführung vermeiden – das versucht das Handbuch für Belegschaftsvertretungen und Interessierte aufzubereiten. Auf den 95 Seiten des E-Books werden Chancen und Risiken von KI in der Arbeitswelt Schritt für Schritt erklärt. Das Buch ist eine Kooperation Grazer Forscher der Interdisziplinären Forschungszentrum für Arbeit, Technik und Kultur mit der Linzer KI-Firma Pro2Future GmbH. Anregungen für den Inhalt kamen bei Workshops mit Belegschaftsvertretungen und Gewerkschaften. Das Handbuch informiert, wie die in Unternehmen geplanten KI-basierten Technologien eingeschätzt und mitgestaltet werden können. SH

QR-Code für den kostenlosen Download.



Jugendbuch: Jakob Wegelius – Sally Jones und die Schmugglerkönigin. Gerstenberg. 528 Seiten.

Der zweite Teil der Abenteuer um die Gorilladame Sally Jones, die als Heizerin auf dem Schiff ihres Freundes Henry arbeitet. Ein geheimnisvoller Besucher mit Hahn an Bord der „Hudson Queen“, eine kostbare Perlenkette, eine verschollene Tochter, eine uralte Chinesin, eine geheime, schottische Schmugglerbande, das sind die Zutaten dieser spannenden Abenteuer Geschichte für Kinder ab 12 Jahren. Wie schon der erste Teil „Sally Jones – Mord ohne Leiche“ vom preisgekrönten schwedischen Autor selbst illustriert. Standort: 44:5:895/2



Gerstenberg

Hörbuch: Christiane Hoffmann, Alles, was wir nicht erinnern. Zu Fuß auf dem Fluchtweg meines Vaters. 1 mp3-CD, ca. 500 Minuten. Gelesen von Martina Gedeck

Zu Fuß und alleine macht sich die Journalistin Christiane Hoffmann auf einen 550 km langen Weg von Niederschlesien nach Westen. Es ist der Fluchtweg ihres Vaters, der 1945 im Alter von 9 Jahren vor der anrückenden Roten Armee floh. Als Kind unter dem Küchentisch sitzend, hörte Christiane Hoffmann, die Geschichte der Flucht immer wieder. Nun kämpft sie sich durch Hagelstürme und sumpfige Wälder, sitzt in Kirchen, Küchen und guten Stuben. Ein sehr persönliches, literarisches Buch über Flucht und Heimat, über die Schrecken des Krieges und über das, was wir verdrängen, um zu überleben. AF



C.H.Beck

Vor 20 Jahren ersetzte der Euro den Schilling

Nach jahrzehntelangen Vorarbeiten wurde 1999 der Euro als Währung aus der Taufe gehoben. Tatsächlich bezahlen konnte man mit der europäischen Gemeinschaftswährung aber erst ab 2002, als das Euro-Bargeld offiziell eingeführt wurde.

Heuer ist es 20 Jahre her, dass die Geschichte des Schillings als österreichische Währung zu Ende ging. Ab 1. Jänner 2002 konnte man offiziell mit der europäischen Gemeinschaftswährung Euro bar bezahlen. Heute ist der Euro in 19 Staaten der Europäischen Union die offizielle Landeswährung, mit Kroatien kommt 2023 ein weiteres EU-Land dazu. Doch bis es so weit war, waren jahrzehntelange politische Anstrengungen notwendig.

Langer Weg zur Währungsunion Bereits Ende der 1960er Jahre strebten die Mitgliedsstaaten der damaligen Europäischen Gemeinschaft (EG) eine Wirtschafts- und Währungsunion (WWU) an. Wirtschaftliche Turbulenzen wie der Ölshock 1973 und unterschiedliche politische Standpunkte erwiesen sich jedoch als Hindernisse. 1979 wurde mit dem Europäischen Währungssystem (EWS) ein Wechselkurssystem geschaffen, das zu große Schwankungen der europäischen Währungen verhindern sollte. 1990 begann ein mehrstufiger Prozess zur Umsetzung einer WWU. Am 1. Jänner 1999 erblickte der Euro das Licht der Welt – zunächst (ähnlich wie der Vorgänger ECU) als reine „Buch-Währung“ für Verrechnungs- und elektronische Zahlungszwecke. Im Zuge der größten Bargeldumstellung der Geschichte wurden am 1. Jänner 2002 in zwölf EU-Ländern Euro-Münzen und -Banknoten eingeführt. Gleichzeitig gaben die Mitgliedsstaaten der Eurozone ihre geldpolitischen Agenden an die Europäische Zentralbank (EZB) ab, die seither als „Hüterin“ der Europa-Währung agiert.

Monopol des US-Dollars brechen Ein erklärtes Ziel der EU war die Schaffung eines Gegengewichts zum globalen Monopol des US-Dollars als Reservewährung. Auch wenn der Dollar weiterhin die dominante Reservewährung der Welt ist, so hat der Euro doch einen unangefochtenen zweiten Platz erobert. Die weltweiten Währungsreserven beliefen sich im Jahr 2016 auf 64 Prozent in US-Dollar und 20 Prozent in Euro. Betrachtet man internationale Zahlungen, so wurden diese zu 42 Prozent in US-Dollar und zu 31 Prozent in Euro durchgeführt.

Euro-Krisen und Erfolge Obwohl der Euroraum auch schwere Krisen überstehen musste – etwa die griechische Finanzkrise ab 2010 –, blieb die europäische Währung über die Jahre hinweg relativ stabil. Der Euro erleichterte den internationalen Handel für heimische Unternehmen, da keine Wechselkurskosten entstehen und Preise damit transparenter werden. Die österreichische Exportquote erhöhte sich von 39 Prozent (1999) auf 52,4 Prozent (2020). Fast 58 Prozent der Exporte gehen in den Euroraum und sichern in Österreich rund eine halbe Million Arbeitsplätze. Zudem exportiert Österreich seit 1999 durchgängig mehr Güter und Dienstleistungen, als es importiert, was zu Überschüssen in der Leistungsbilanz seit 2002 führte.

Blick in die digitale Zukunft Auch die EZB muss sich der zunehmenden Digitalisierung stellen und beschäftigt sich seit längerem mit einem „digitalen Euro“. Dieser soll als offizielles Zahlungsmittel in allen Ländern des Euroraums gelten. Laut EZB soll der digitale Euro nicht das Bargeld ersetzen, sondern neue Zahlungsmöglichkeiten eröffnen. Dies ist den Menschen vor allem in Österreich enorm wichtig. Außerdem soll ein digitaler Euro Privatsphäre, Sicherheit und breite Nutzbarkeit gewährleisten. DW



Comugnero Silvana - stock.adobe.com

Euro und Cent ersetzen ab 2002 den alten Schilling und den Groschen. Seit damals ist die europäische Gemeinschaftswährung offizielles Zahlungsmittel in Österreich.

AK-Bibliothek: Hanuschgasse 3, 8020 Graz, Tel. 05 7799-2371. Öffnungszeiten: Mo 10–16 Uhr, Di 10–19 Uhr, Mi 10–16 Uhr, Do 10–19 Uhr, Fr 10–13.30 Uhr

MOFF. HADERERS FEINES SCHUNDHEFTL

www.scherzundschund.at



Marcel Pollauf

Flusserlebnis pur

Gleich fünfmal ging es heuer zum großen AK-Paddelfest an die Sulm. Vom Start in Heimschuh ging es vorbei am Sulmsee bis zur Steinernen Wehr in Leibnitz. Bis zu drei Stunden dauerte die wunderschöne Flussfahrt durchs Steirische Weinland, geführt von der mehrfachen Paddel-Weltmeisterin Uschi Profanter und ihrem Team. AK-Eventchefin Claudia Dicker freut sich, denn im heurigen Jahr nahmen über 200 Mitglieder der AK an den Paddelnachmittagen teil. Die Planung für 2023 läuft bereits.



AK (2)

Auftakt zum großen AK-Paddelfest: die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim Massenstart in Heimschuh.



Antrittsbesuch

Der neue steirische Landeshauptmann Christopher Drexler schaute im Rahmen einer „Antrittstour“ auch einen Sprung bei AK-Präsident Josef Pessler vorbei. Die AK ist für Drexler kein Neuland, er war von 1999 bis 2000 Fraktionsführer der ÖAAB/ÖVP-Fraktion in der steirischen Arbeiterkammer, 2000 wurde er dann Mitglied des Vorstandes der Bundesarbeitskammer. Ein gestandener Sozialpartner kann man sagen.



Pollauf | AK

Auf gute Zusammenarbeit!

5 Jahre Aktiv Lernen – Besucherrekord

Das beliebte AK-Sommerprogramm wurde im heurigen Jahr von fast 300 Kindern besucht, freuen sich AK-Bildungschefin Alexandra Hörmann und Projektleiterin Julia Rodlauer. Geboten werden neben Vormittags-Lerneinheiten in Mathe,

Deutsch und Englisch Kreativ-Workshops am Nachmittag. Den Kindern gefällt's. Vor allem die Kreativ-Einheiten wie Musizieren, Malen, Töpfern, Backen, Fotografieren und kreatives Gestalten erfreuen sich großer Beliebtheit.



Graf-Putz | AK



Wo man auch manchmal ins Schwitzen kommt...

VOLKSHOCHSCHULE STEIERMARK

Mehr unter www.vhsstmk.at

Be Fit, Have Fun!

Neben den körperlichen Aspekten – Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination – wird auch die geistige Fitness optimiert. Dabei gilt: jede Einheit ist anders, jede Einheit ist individuell.

15 Einheiten/10 Tage, Beginn: 29.9.2022, 19 Uhr
Kursort: BG/BRG Dr.-Hermann-Hornung-Gasse, Gleisdorf
Kursbeitrag: 75 Euro

Feldenkrais® für Schulter und Nacken

Beschwerden wie Golf- & Tennisarm, Karpaltunnelsyndrom und Arthrosen in Handgelenken können gelindert werden.

7,5 Einheiten/1 Tag, Beginn: 19.11.2022, 10 Uhr
Kursort: Volkshaus, Hauptplatz 12, Fürstenfeld
Kursbeitrag: 75 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.



Betriebsport | AK

Radwandertag

Es wird wieder geradelt, und das mit der ganzen Familie. Wann und Wo? Am 11. September in Weiz. Start ist um 9 Uhr beim JUFA. Nach der Radrunde gibt es ein kleines Familienfest direkt beim JUFA.

Minigolf

Zeige deine besten Schläge und melde dich mit deiner Kollegin oder deinem Kollegen zum Turnier auf der Abenteuer-Minigolfanlage Gleisdorf am 15. September an. Start: 17.30 Uhr.

Wandertag

Der Familienwandertag führt diesmal aufs Rennfeld zum Ottokar-Kernstockhaus. Tourstart am 18. September ist ab der Pischkalm oder ab Frauenberg jeweils ab 9 Uhr.

Infos & Anmeldung: www.akstmk.at/betriebsport

AK-ÖGB Betriebsportverband
05 7799-2329 | betriebsport@akstmk.at
www.akstmk.at/betriebsport • www.betriebsport.st





Wo der Kurs auch einmal länger dauern darf...

VOLKSHOCHSCHULE
STEIERMARK 
Mehr unter www.vhsstmk.at

Umgang mit Stress

Neben der Theorie gibt es in diesem Kurs zahlreiche praktische Übungen für den Umgang mit Stress, damit wir zukünftig mit mehr Gelassenheit in unseren Alltag starten.

6 Einheiten/2 Tage, Beginn: 5.11.2022, 9 Uhr
Kursort: AK, Karl-Morre-Gasse 6, Leibnitz
Kursbeitrag: 60 Euro

Fit im Job – Deutsch für Gastronomie

Deutsch-Wortschatz und Konversation für Gastronomie/Hotellerie für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die im Tourismus tätig sind oder sein möchten.

8 Einheiten/8 Tage, Beginn: 19.9.2022, 16.30 Uhr
Kursort: Mittelschule Haus/Ennstal, Schulgasse 150, Liezen
Kursbeitrag: 90 Euro

English Conversation Course for Everyday Life and Business

Ein Kurs für Hörer mit Vorkenntnissen, auch für Wiedereinsteigerinnen, um vorhandene Englischkenntnisse aufzufrischen und die Ausdrucksfähigkeit zu verbessern.

20 Einheiten/10 Tage, Beginn: 5.10.2022, 19 Uhr
Kursort: Haus der Vereine, Marktgasse 22, Knittelfeld
Kursbeitrag: 95 Euro

Körpersprache – was haben positives Denken und Körperhaltung gemeinsam?

Lernen Sie, wie Sie durch die richtige Körperhaltung Ihre Emotionen und Ihr Problemerkennen schnell und zuverlässig verändern können.

8 Einheiten/1 Tag, Beginn: 19.11.2022, 9 Uhr
Kursort: Volkshaus Franz-Pichler-Straße, Weiz
Kursbeitrag: 90 Euro

Für Mitglieder der AK gibt es ermäßigte Kursbeiträge.

zak impressum

Medieninhaber: Kammer für Arbeiter und Angestellte für Steiermark, 8020 Graz, Hans-Resel-Gasse 8–14, Tel.: 05 7799 • www.akstmk.at
Redaktion: Isabella Deckan, Michaela Felbinger, Alexander Fritz, Julia Fruhmann (Chefin vom Dienst), Gerhard Haderer, Stephan Hilbert, Marcel Pollauf (Gesamtleitung), Michael Radspieler, Petra Völkerer, Daniel Windisch, Thomas Wisiak
Fotoredaktion: Barbara Buchsteiner, Kathrin Derler
Lektorat: ad literam • **Produktion:** Wolfgang Reiterer • **Druck:** Walstead Leykam Druck GmbH & CO KG • **Offenlegung gemäß Mediengesetz §25:** siehe www.akstmk.at/impressum • **Auflage:** 394.031 Stück