

# ZAK

MEIN AK-MAGAZIN MIT ACARD

**75,7 Millionen Euro**  
für unsere Mitglieder

**284.000**  
Anfragen beantwortet

**2,7 Millionen Klicks**  
auf [www.jobundcorona.at](http://www.jobundcorona.at)

**3,9 Millionen Euro**  
aus der Digitalisierungsoffensive

zak inhalt

Leistungsbilanz

4 **AK-Präsident:** Wir müssen Arbeitsplätze erhalten

Beruf & Recht

- 5 **Liefersdienste:** Was die Boten kosten
- 6 **AK-Steuerspartage 2021:** Ab sofort anmelden
- 7 **Neues Sozialpartner-Paket** regelt Homeoffice
- 8/9 **Betriebsreportage:** Ibdien Ceram
- 10 **Digitale Weiterbildung:** Förderung für Mitglieder
- 11 **AK-Pflegeberatung** stark nachgefragt

Leben & Konsum

- 12 **Reisen** in Corona-Zeiten
- 13 **Heizkosten-Wucher:** 150 Euro für 34 m<sup>2</sup>
- 14 **Corona** und die Abzocke im Netz
- 15 **Greenfonds** – was steckt dahinter?

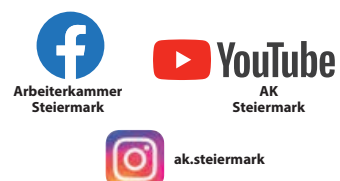
Bildung & Wissen

- 16 **Teurer Lockdown** für Eltern von Schulkindern
- 17 **Lesetipp:** Ulrich von Liechtenstein
- 18 **Ernährungstipps:** Gemüse und Obst
- 19 **Zeitreise:** Geschichte des Impfens

VHS Steiermark

- 20 **AK-Bildungsscheck:** 60-Euro-Ermäßigung
- 21 **VHS Steiermark** trotz online der Pandemie
- 22-29 **Kurse:** Kleiner Auszug aus großer Vielfalt
- 30 **Ansprechpartner** in den Regionen
- 31 **Blitzlichter** aus der VHS Steiermark

**AK** 05 7799-0  
www.akstmk.at  
redaktion@akstmk.at



# Das „Corona-Jahr“ mit Täglich mehr als 1.000

Die Expertise der steirischen Arbeiterkammer war im abgelaufenen Jahr 2020 gefragt wie nie: Mehr als 284.000 Rechtsauskünfte markieren einen neuen Höchststand. Auch die für die AK-Mitglieder erreichte Gesamtsumme an erstrittenen Beträgen kann sich mit 75,7 Millionen Euro sehen lassen.

Die Corona-Pandemie hat auch der Leistungsbilanz der steirischen AK ihren Stempel aufgedrückt, erläutern Präsident Josef Pessler und Direktor Wolfgang Bartosch: „Während die persönlichen Auskünfte aufgrund der notwendigen Schutzmaßnahmen zurückgingen, sind die telefonischen und schriftlichen Auskünfte förmlich explodiert.“ Auch inhaltlich hinterließ die Corona-Krise Spuren in der Beratungstätigkeit: „Im Arbeitsrecht



Die AK Steiermark baute ihre Beratungsschiene aus und bietet nun beispielsweise im Bildungsbereich Onlineberatungen an.

beispielsweise gab es vor allem am Anfang der Pandemie viele offene Fragen zur Kurzarbeit, im Konsumentenschutz stiegen Reise-Anfragen sprunghaft an“, berichtet Bartosch. Neben dem erhöhten Beratungsaufwand durch Corona bewegten sich auch die „normalen“ Auskünfte – etwa in den Bereichen Arbeitsrecht, Arbeitnehmerschutz, Konsumentenschutz, Steuer, Bildung, Pflege und in Gleichstellungsfragen – auf anhaltend hohem Niveau.

**Arbeitsrecht**

Die AK-Leistungsbilanz weist auch für 2020 erhebliche Summen aus, die für die Mitglieder erreicht wurden. In arbeitsrechtlichen Auseinandersetzungen wurde 10,5 Millionen Euro erstritten, 6,4 Millionen davon auf gerichtlichem Weg. Dazu mussten 1.322 Klagen eingebracht werden.

**Insolvenzen**

Weitere 26,4 Millionen Euro bekamen 3.218 Beschäftigte, die durch den von AK und ÖGB getragenen „Insolvenzschutzverband für Ar-

# neuem Rekord: Auskünfte

beitnehmer“ (ISA) vertreten wurden, aus dem Insolvenz-Entgelt-Fonds. Prägend waren wieder einige Großpleiten, allen voran die Insolvenz von ATB Spielberg. Diese spiegelt sich nur zum Teil in der Bilanz 2020 wider, da viele Abfertigungsansprüche aufgrund langer Kündigungsfristen erst im laufenden Jahr anfallen.

**Sozialrecht**

Nicht weniger als 35,4 Millionen Euro betrug der Vertretungserfolg im Sozialrecht. Der Löwenanteil davon entfiel auf vor Gericht erstrittene Pensionsleistungen (siehe Grafik). Insgesamt wurden 2.008 Klagen eingebracht.

**Konsumentenschutz**

Im Konsumentenschutz sorgten stark erhöhte Anfragen ums Thema „Reisen“ für einen deutlichen Anstieg bei der Beratungsleistung. Die meisten Anfragen wurden beim Dauerbrenner „Wohnen“ registriert. Erstritten wurden – fast ausschließlich auf außergerichtlichem Weg – rund 1,3 Millionen Euro.

**Steuern**

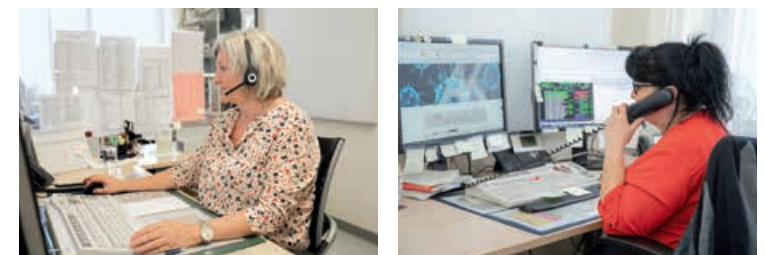
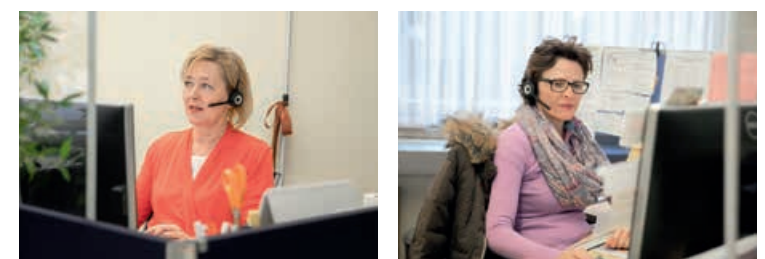
Mit Hilfe der Steuerexpertinnen und Steuerexperten haben sich Lohnsteuerpflichtige im Vorjahr 2,1 Millionen Euro vom Finanzamt zurückgeholt. Der Schwerpunkt lag auf telefonischer Beratung, da die traditionellen AK-Steuerspartage wegen des ersten Corona-Lockdowns abgesagt werden mussten.

**Unterstützung**

Zusätzlich zu den für die Mitglieder erkämpften Beträgen kommen zahlreiche direkte Unterstützungsleistungen. So lösten im Vorjahr 31.500 AK-Mitglieder Bildungsschecks im Gegenwert von 1,9 Millionen Euro ein. Rund 3,9 Millionen Euro flossen aus dem Titel der AK-Digitalisierungsoffensive für betriebliche Projekte sowie für digitale Weiterbildung. „Flaggschiff“ war dabei ein Gemeinschaftsprojekt mit der Steirischen Wirtschaftsförderungsgesellschaft zur Förderung von Telearbeitsplätzen in Klein- und Mittelbetrieben, das mit etwas mehr als 2 Millionen Euro zu Buche schlug. BH

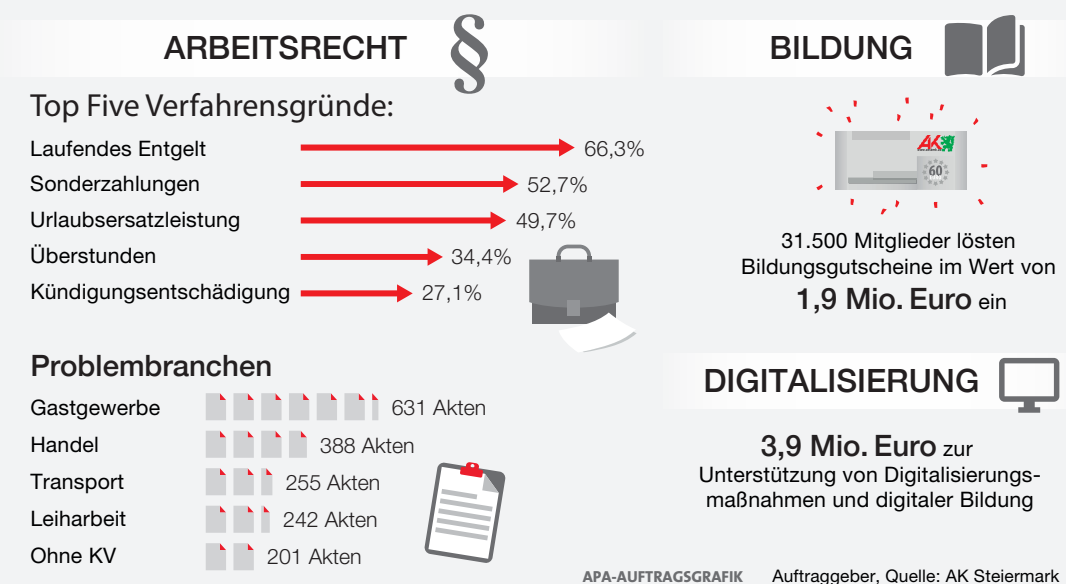


Schwerpunkt bei den gestiegenen Auskünften des Frauenreferats: die Auswirkungen der Kurzarbeit auf Wochengeld und Kinderbetreuungsgeld.



Die Telefonzentrale war gefragt: Im vergangenen Jahr galt es knapp 218.000 telefonische Anfragen zu beantworten – um fast 60.000 mehr als im Jahr 2019.

## Die Leistungsbilanz der AK Steiermark 2020

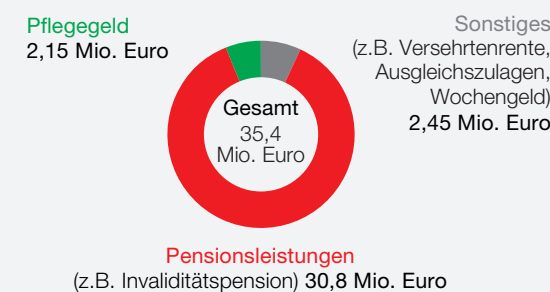


### KONSUMENTENSCHUTZ

Wohnen (z.B. Miete)	12.847 Anfragen
Reisen (z.B. Pauschalreisen)	9.842 Anfragen
Einkauf (z.B. Einrichtung, Kfz)	6.859 Anfragen

Dienstleistungen (inkl. soziale)	3.740 Anfragen
Telekom (z.B. Handy)	2.630 Anfragen
Finanzdienstleistungen (z.B. Kredit)	2.108 Anfragen

### SOZIALRECHT



### INSOLVENZEN

Realisiertes Insolvenzentgelt	Beschäftigte
Wirecard CEE	2,2 Mio. Euro / 157
ATB Spielberg	1,8 Mio. Euro / 566
Herzog Kälte-Klima-Anlagenbau	480.000 Euro / 105
Sozialverein Deutschlandsberg	280.000 Euro / 142
ST Security	62.000 Euro / 163



# AK-Präsident: „Wir müssen die Arbeitsplätze erhalten“

Die Rekordwerte bei den Beratungen zeigten einmal mehr, wie wichtig die AK Steiermark für ihre Mitglieder ist. Gemeinsam mit dem ÖGB ist die AK die starke Stimme für die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. Was das bedeutet, schildern AK-Präsident Josef Pessler und AK-Direktor Wolfgang Bartosch im ZAK-Gespräch.

**Corona – welche Schlagworte fallen Ihnen aus Sicht der Beschäftigten dazu ein?**

**Josef Pessler & Wolfgang Bartosch:** Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit, Homeoffice, Homeschooling, Betreuungspflichten vor allem zu Lasten der Frauen, systemrelevante Berufsgruppen, erschwerte und veränderte Arbeitsbedingungen, Maskenpflicht, Einschränkung der Bewegungsfreiheit.

**Wurde die Sozialpartnerschaft wiederbelebt?**

**Pessler:** Die Sozialpartnerschaft hat im Zuge der Pandemie wieder an Bedeutung gewonnen. Es gab und gibt eine breite Zusammenarbeit mit der Politik. Die Sozialpartner verfügen über entsprechende Expertise und bringen Lösungsvorschläge ein wie beispielsweise bei der Einführung der Kurzarbeit oder der Homeoffice-Regelung. Die vom ÖGB ausgehandelten Kollektivverträge stellen eine wichtige Basis für die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer dar. Die Corona-Krise hat bewiesen, wie wichtig ein gut ausgebauter Sozialstaat ist – für alle.

**Was waren bzw. sind die Herausforderungen für die Arbeiterkammer?**

**Bartosch:** Mit Rat und Tat unseren Mitgliedern zur Seite zu stehen. Am Anfang der Krise gab es einen enormen Beratungsbedarf – um fast 50.000 mehr als im Vorjahr. Beispielsweise hatten wir knapp 30.000 schriftliche Anfragen (+90 Prozent gegenüber 2019, Anm.) und fast 218.000 Anrufe (+38 Prozent) zu bewältigen. Diese bewältigten wir mit einer eigenen Corona-Hotline, Beratungen auch am Wochenende sowie der gemeinsam mit dem ÖGB eingerichteten Website [www.jobundcorona.at](http://www.jobundcorona.at). In Notfällen waren weiterhin persönliche Beratungen möglich, die wir zum ehestmöglichen Zeitpunkt generell wieder anbieten – immer mit großem Bedacht auf die Sicherheit im Kundenverkehr.

Im Haus war natürlich die Umstellung auf das Homeoffice mit Teamlösungen und die damit einhergehende Digitalisierung ein Thema. Und natürlich das Veranstaltungsmanagement in unseren Kammersälen, die plötzlich nicht mehr für Events, sondern für

berufliche Angelegenheiten wie Sitzungen zur Verfügung gestellt wurden.

**Wie unterstützt(e) die AK ihre Mitglieder in dieser schwierigen Zeit?**

**Bartosch:** Wir haben beispielsweise mit 2,04 Millionen Euro die Einrichtung von über 3.500 Telearbeitsplätzen unterstützt. Bis Ende dieses Jahres wurde die Vorschussleistung für Beschäftigte bei Insolvenz ihres Arbeitgebers verlängert. Wir haben Schulen mit PCs ausgestattet oder mit unserem Digi-Bonus betriebliche Weiterbildungen für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer gefördert.

**Was können sich die AK-Mitglieder 2021 von ihrer Interessenvertretung erwarten?**

**Bartosch:** Weiterhin eine hochwertige Beratung in allen Fragen rund um das Arbeitsleben, den Konsumentenschutz oder Bildungsangelegenheiten – um nur einige unserer Bereiche zu nennen. Und natürlich Förderungen und Unterstützungen.

**Pessler:** Wir sind das Sprachrohr

für die Beschäftigten, damit ihre Interessen in und nach der Krise nicht auf der Strecke bleiben. Nach der Pandemie, wenn die Frage aufkommt, wer das alles bezahlen soll, muss es zu einer fairen Verteilung der Krisenkosten kommen. Wir treten dafür ein, dass die Rückzahlung der Schulden nicht zu Lasten der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer geht.

**Was ist für einen wirtschaftlichen Aufschwung notwendig?**

**Pessler:** Investitionen. Die Schaffung von Arbeitsplätzen. Wir müssen uns aus der Krise hinausinvestieren. Wenn wir die Massenkraft erhalten, erhalten wir die Betriebe, erhalten wir die Arbeitsplätze. Zudem braucht es bessere Rahmenbedingungen für die Gesundheits- und Pflegeberufe. Darüber hinaus wird es aber auch notwendig sein, eine große Steuerreform zu realisieren.

Eine große Herausforderung ist auch die Arbeitslosigkeit. Deshalb fordern wir die Erhöhung des Arbeitslosengeldes und eine Investition in die Weiterbildung, damit die Beschäftigten für die Zukunft fit sind. **JF**



Direktor Wolfgang Bartosch garantiert den AK-Mitgliedern weiterhin eine hochwertige Beratung sowie Förderungen und Unterstützungen.



Für Präsident Josef Pessler ist klar, dass die Arbeiterkammer das Sprachrohr für die Beschäftigten ist, die „durch uns bestmöglich vertreten werden“.

# Beruf & Recht

Seite 5 – 11



Fahradzustellung von frisch gekochten Speisen: Bequem für Konsumentinnen und Konsumenten, wichtiges Standbein für die Gastronomie in Corona-Zeiten, hart für die Beschäftigten

## Lieferdienste: Was die Boten kosten

**Die bequeme Zustellung von Burger, Pizza & Co wird gerne angenommen. Die Fahrradbotinnen und -boten hingegen kämpfen für faire Arbeitsbedingungen.**

Sie prägen in grüner oder oranger Montur das Straßenbild in Graz und den Bezirkstädten und alle haben große bunte Thermo-Kisten am Rücken: die radelnden Essenszusteller. Das Geschäft der Online-Zustellplattformen boomt, für das Vorjahr wird das Marktvolumen auf 350 Millionen Euro geschätzt. Bei den Fahrradboten hingegen bleibt das Geld nicht hängen, sie kämpfen für bessere Bezahlung und faire Arbeitsbedingungen.

Die Online-Plattformen für Essenszustellungen vermitteln die Aufträge, organisieren die rasche Zustellung und bieten zur Bezahlung viele unterschiedliche Möglichkeiten (Bar-, Kartenzahlung, Sofortüberweisung, PayPal, Bitcoin) an.

**Viele Gastronomen setzen auf Lieferdienste**

In der Steiermark bieten die zwei internationalen Plattformen Takeaway.com aus den Niederlanden mit der Marke Lieferando und der Berliner Konzern Mjam sowie der Grazer Platzhirsch Velofood diese Dienstleistung an. Die große Bedeutung der Lieferdienste für die Gastronomie zeigt sich an der hohen Anzahl der Partnerbetriebe – in der Steiermark sind das, je nach Plattform, zwischen 71 und 325. Für die Lieferung sind hunderte Botinnen und Boten tätig: Rund 300 sind für Lieferando, 200 für Mjam und 140 für Velofood in der Steiermark unterwegs.

**Zustellung kostet – offen oder versteckt**

Für die Konsumentinnen und Konsumenten sind bei einer Bestellung und Lieferung nach Hause Mindestbestellwerte bei den Lokalen, die zwischen 5 Euro und 26 Euro liegen, ebenso wie die Zustellgebühr, die bis zu 4 Euro reicht, zu beachten. Zudem kosten die Speisen in

vielen Fällen mehr als bei einer Selbstabholung. Auf den Plattformen wird auch die Lieferzeit bzw. Wartezeit ausgewiesen – diese liegt zwischen zwölf Minuten und einer Stunde.

**Gewerkschaft vida erreichte Kollektivvertrag**

Bei der Bestellung kann man Trinkgeld geben, das die Plattform an die Fahrradbotinnen und Fahrradboten weitergibt. Lieber wäre es den Beschäftigten aber, sie hätten mehr fixen Lohn. Seit 2020 gibt es einen Kollektivvertrag, bei einem Stundenlohn von weniger als neun Euro gibt es brutto knapp über 1.500 Euro im Monat. Etwa ein Drittel der Botinnen und Boten hat einen fixen Arbeitsvertrag. Die Mehrheit arbeitet mit einem freien Dienstvertrag – Geld gibt es nur bei Aufträgen, Krankenstand ist genauso unbezahlt wie Urlaub. Vor allem Mjam bedient sich meist dieses Modells und stellt zudem keine Diensträder zur Verfügung. **SH JF**

[www.akstmk.at/vergleiche](http://www.akstmk.at/vergleiche)  
Studie der AK-Marktforschung



# Homeoffice-Pauschale regelt die Kosten neu

Die Corona-Pandemie hat Homeoffice zu einem Massenphänomen gemacht und gezeigt, dass Arbeiten zu Hause auch Kosten verursacht. Das „Homeoffice-Paket“ wartet auch in Hinblick auf diese Kosten und deren steuerliche Behandlung mit Neuerungen auf.

Bislang waren durch das Homeoffice entstehende Kosten nur eingeschränkt absetzbar. Digitale Arbeitsmittel wie Laptop, Handy oder Internet konnten nur eingeschränkt geltend gemacht werden, sonstige Kosten nur über die sogenannte „Arbeitszimmer-Regelung“. Die Arbeiterkammer hat sich für Reformen eingesetzt und mit den Sozialpartnern einige Verbesserungen erreichen können. So haben Beschäftigte künftig einen Rechtsanspruch, dass die Arbeitgeberin bzw. der Arbeitgeber die digitalen Arbeitsmittel

zur Verfügung stellt oder eine angemessene Abgeltung zahlt.

### Pauschale

Zahlungen der Arbeitgeberin bzw. des Arbeitgebers für Kosten im Homeoffice sind künftig im Rahmen einer Homeoffice-Pauschale von 3 Euro pro Tag, maximal 300 Euro im Jahr, steuer- und sozialversicherungsfrei. Diese Befreiung setzt Anreize für Betriebe, ihrer Kostenverantwortung nachzukommen. Wo die Pauschale von der Arbeitgeberin bzw. dem Arbeitgeber nicht ausgeschöpft

wird, kann die Differenz in Zukunft bei der Arbeitnehmerveranlagung als Werbungskosten geltend gemacht werden.

### Büromobiliar

Belegmäßig nachgewiesene Kosten für ergonomisches Büromobiliar sind künftig über die „gewöhnliche Nutzungsdauer“ mit bis zu 300 Euro pro Jahr absetzbar. Hier rät AK-Steuerexperte Bernhard Koller mit bereits 2020 getätigten Aufwendungen abzuwarten: „Für 2020 gelten grundsätzlich die alten – ungünstigeren – Vorgaben. Damit die Kosten für im Vorjahr angeschafftes Mobiliar nicht verfallen, können Anschaffung aus 2020 innerhalb des 300-Euro-Rahmens für 2021 abgesetzt werden. Die Belege also nicht wegwerfen.“ Weiters weist Koller darauf hin, dass diese Kosten zusätzlich zur Werbungskostenpauschale geltend gemacht werden können.

Bestehende Regelungen wie die Pendlerpauschale oder die Absetzbarkeit der digitalen Arbeitsmittel (sofern sie die Homeoffice-Pauschale übersteigen) bleiben unverändert.

### Steuerpartage

Um die Steuerpflichtigen bei diesen und anderen „Feinheiten“ der Arbeitnehmerveranlagung zu unterstützen, laden die Expertinnen und Experten der AK-Steuerabteilung im Mai wieder zu den traditionellen „Steuerpartagen“ in Graz und den AK-Außenstellen (siehe Tabelle). „Voraussetzung ist allerdings, dass die zu diesem Zeitpunkt geltenden Covid-19-Regelungen die Durchführung der Steuerpartage erlauben“, schränkt Koller ein. **Anmeldungen werden ab sofort unter 057799/2207 entgegengenommen.** BH

## Steuerpartage 2021

### Graz

- 4. Mai, 14 – 20 Uhr
- 6. Mai, 13 – 17 Uhr
- 7. Mai, 9 – 15 Uhr
- 11. Mai, 14 – 20 Uhr
- 18. Mai, 14 – 20 Uhr
- 21. Mai, 9 – 15 Uhr

### Voitsberg

- 5. Mai, 14 – 18 Uhr

### Feldbach

- 20. Mai, 14 – 18 Uhr

### Hartberg

- 12. Mai, 14 – 18 Uhr

### Murau

- 10. Mai, 14 – 18 Uhr

### Bruck

- 3. Mai, 14 – 18 Uhr

### Leibnitz

- 10. Mai, 14 – 18 Uhr
- 20. Mai, 14 – 18 Uhr

### Leoben

- 17. Mai, 14 – 18 Uhr

### Liezen

- 5. Mai, 14 – 18 Uhr

### Fürstenfeld

- 3. Mai, 14 – 18 Uhr

### Deutschlandsberg

- 17. Mai 14 – 18 Uhr

### Mürzzuschlag

- 19. Mai, 14 – 18 Uhr

### Weiz

- 19. Mai, 14 – 18 Uhr

### Zeltweg

- 12. Mai, 14 – 18 Uhr

Anmeldung: 05 7799-2207



AK-Steuerexperte Bernhard Koller und sein Team helfen Steuerpflichtigen im Rahmen der AK-Steuerpartage bei der Arbeitnehmerveranlagung.

[www.akstmk.at/steuer](http://www.akstmk.at/steuer)  
Mehr zum Thema



Unfallversicherung, Arbeitszeiten, Arbeitsmittel: Ein neues Gesetzespaket bringt klare Richtlinien fürs Arbeiten im Homeoffice.

# Neues Sozialpartner-Paket bringt klare Regeln fürs Homeoffice

Mit einem großen Gesetzespaket wird Arbeit in den eigenen vier Wänden genau geregelt. AK-Experte Karl Schneeberger erläutert die wichtigsten Punkte der neuen Regelungen.

Arbeiten im Homeoffice hat seit Beginn der Corona-Krise im Vorjahr deutlich zugenommen. Nun haben sich die Sozialpartner und die Bundesregierung auf ein Homeoffice-Gesetzespaket geeinigt, das beim Arbeiten zu Hause für klare und faire Regeln für Beschäftigte und Betriebe sorgt. Das Paket muss natürlich noch vom Parlament abgesegnet werden – doch Karl Schneeberger, Leiter des AK-Arbeitnehmerschutzes, geht davon aus, „dass das, was die Sozialpartner vorgeschlagen haben, auch gesetzlich umgesetzt wird“.

### Freiwilligkeit und Vereinbarung

Die wichtigste Regelung aus Schneebergers Sicht: „Homeoffice bleibt weiterhin freiwillig. Es braucht eine schriftliche Vereinbarung zwischen Arbeitnehmer und Arbeitgeber. Es kann also niemand zu Homeoffice gezwungen

werden.“ Für diese Vereinbarung „wird es einen Mustervertrag geben, der noch von den Sozialpartnern erarbeitet wird“, so Schneeberger. Der Vertrag, mit dem z. B. die konkrete Vereinbarung des Stundenausmaßes von Homeoffice ermöglicht wird, wird auf [www.akstmk.at](http://www.akstmk.at) zum Download angeboten werden. Generell gilt im Homeoffice: „Sämtliche Regelungen des Arbeitszeitgesetzes sind einzuhalten“, erklärt Schneeberger. Das betrifft auch alle anwendbaren Bestimmungen des Arbeitsruhe- und des Arbeitnehmerschutzgesetzes.

### Arbeitsmittel und Arbeitsplatz

Klar geregelt ist künftig auch, wer für die Arbeitsgeräte im Homeoffice zu sorgen hat: „Wenn Homeoffice stattfindet, dann hat der Arbeitgeber grundsätzlich die Arbeitsmittel zur Verfügung zu stellen“, sagt Schneeberger. Nutzen Beschäftigte im Homeoffice eigene PCs, Tablets etc., steht ihnen ein Kostenersatz zu (weitere Details dazu sowie zur steuerlichen

Absetzbarkeit bei Homeoffice siehe Seite 6). Für die richtige Gestaltung des Arbeitsplatzes im Homeoffice „ist eine Evaluierung durchzuführen, es wird hier Handlungsanleitungen geben“, kündigt Schneeberger an. Und: „Der Arbeitgeber muss den Arbeitnehmer entsprechend unterweisen.“



Karl Schneeberger, AK-Arbeitnehmerschutz-Experte

„Homeoffice bleibt weiterhin freiwillig. Es braucht eine schriftliche Vereinbarung zwischen Arbeitnehmer und Arbeitgeber.“

### Unfallversicherungsschutz

„Es ist auch klar geregelt, dass der Unfallversicherungsschutz bei Arbeitsunfällen im Homeoffice für alle bleibt“, ist Schneeberger zufrieden. Die Unfallversicherung war bisher nur bis 31.

März 2021 befristet. Der Versicherungsschutz betrifft auch Wegunfälle vom Homeoffice in die Arbeitsstätte, zu Arztterminen oder wenn man Kinder in den Kindergarten oder in die Schule bringt. Nicht umfasst sind hingegen Wege aus dem Homeoffice, um etwa im Supermarkt einzukaufen.

[www.akstmk.at/homeoffice](http://www.akstmk.at/homeoffice)  
Alle Infos zum Thema



440 Beschäftigte produzieren in Frauental in der Weststeiermark weltweit nachgefragte Industriekeramik zur Rauchgasreinigung und Wärmespeicherung.

# Weltspitze mit Keramik

Seit Jahrtausenden werden aus Ton Gegenstände gebrannt. Im weststeirischen Frauental beim Porzellanhersteller Ibirden Ceram hat der alte Werkstoff den Sprung ins High-Tech-Zeitalter geschafft. Die Industrie-Keramik wird weltweit nachgefragt.

Mit den im weststeirischen Frauental erzeugten Produkten „sind wir am Puls der Zeit und weltweit nachgefragt“, versichert Geschäftsführer Christian Kögl. Der Diplomingenieur mit einer erfolgreichen Karriere im Magna-Konzern wurde an die Spitze der Keramikfabrik geholt, um nach sehr turbulenten Jahren wieder Stabilität und vor allem Gewinne ins Unternehmen zu bringen. Beides scheint gelungen. Nach einer Kündigungswelle im Jahr 2019 werden wieder Kräfte eingestellt,

und der wirtschaftliche Erfolg hat die Bereitschaft des japanischen Eigentümers geweckt, mit hohen Investitionen den Standort abzusichern.

**Abgasreinigung, Wärmetauscher** Drei große Produktgruppen werden erzeugt und weltweit vertrieben: Keramikwaben zur katalytischen Abgasreinigung von Industrieanlagen, Keramikwaben zur Wärmerückgewinnung und keramische Dieselmotorkatalysatoren für Nutzfahrzeuge.

Katalysatoren sind Stoffe – meist Edelmetalle –, die die Reaktionsgeschwindigkeit von chemischen Prozessen erhöhen. Hier geht es darum, den Abbau schädlicher Abgase in möglichst unschädliche Bestandteile zu beschleunigen. Entscheidend dabei ist eine große Oberfläche des Katalysators, damit die gewünschten chemischen Reaktionen in Gang gesetzt werden.

Die große Oberfläche wird durch die wabenförmige Struktur der Keramik erzeugt, durch die die Abgase strömen. „Die Herstellung dieser Waben in dieser Größe beherrschen nur ganz wenige Erzeuger weltweit“, pocht Geschäftsführer Kögl auf ein Alleinstellungs-

merkmal seines Unternehmens. Die Katalyse wiederum wird angetrieben von „unseren geheimen Rezepturen der Rohmasse“.

**Eigene Forschungsabteilung** Eine eigene Forschungsabteilung ist zuständig, um die Rezepturen, die Knetung und die Formgebung zu optimieren. Auch gibt es eine eigene Werkzeugherstellung. Hier werden vor allem die Mundstücke des Extruders gefertigt. Das sind die Endstücke der Maschine, durch die die Rohmasse mit bis zu 30 bar Druck durchgepresst wird, um die meterlangen Wabenkörper mit den vielen dünnen Stegen zu formen. Die Waben werden dann bis zu zwei Wochen getrocknet

und im vollautomatisierten Ofen 48 Stunden lang gebrannt.

**100 Jahre Porzellanfabrik** Heuer im Sommer wird das 100-Jahr-Jubiläum der Porzellanfabrik Frauental mit einem großen Fest gefeiert. Geplant sind ein Tag der offenen Tür und ein Galadinner am Abend für 800 Gäste. „Unser Ziel sind noch viele weitere Jahre“, versichert Geschäftsführer Kögl. Dazu wird kräftig investiert. Die Produktion wird mit Millionenaufwand in eine großzügig umgebaute Halle am Firmenareal verlagert. Dadurch wird sich der Fertigungsweg der Produkte von derzeit 1.400 Meter auf 300 Meter ver-



Ivan Bartosch und Laszlo Sey ordnen die gebrannten Waben zu großen Paketen, die in die Abgasreinigungsanlagen eingebaut werden.

Fotos: Temel / AK

## der betriebsrat



Die Betriebsratsvorsitzenden der Arbeiter Manfred Heinzl und der Angestellten Karl-Heinz Weichhart

### Faire Bezahlung

Manfred Heinzl ist seit zehn Jahren Vorsitzender des Arbeiterbetriebsrates. Er und BRV-Kollege Karl-Heinz Weichhart vom Angestelltenbetriebsrat haben das Unternehmen und die Beschäftigten durch schwere Zeiten begleitet. Wichtig sind ihnen gute Sozialleistungen, faire Bezahlung und die Einbindung der Leiharbeitskräfte.



Monika Weiß optimiert als studierte Chemikerin die Prozesstechnik.



Schichtführer Roland Narat sorgt für die reibungslose Produktion.

kürzen. „Alles passiert künftig auf einer Ebene, das erleichtert und beschleunigt die Produktion enorm, sagt Kögl.“

**Gute Corona-Prävention** Über das erste Jahr der Pandemie sei man gesundheitlich und wirtschaftlich sehr gut gekommen. Die umfangreichen Maßnahmen

hätten gewirkt, heißt es. Kurzarbeit war bei der guten Auftragslage nicht notwendig. Der tolle Einsatz der Belegschaft wurde mit einer Corona-Prämie honoriert. Ernst genommen wird im Unternehmen die Ausbildung der Fachkräfte. Derzeit machen fünf Lehrlinge in vier Berufen ihre Ausbildungen. SH

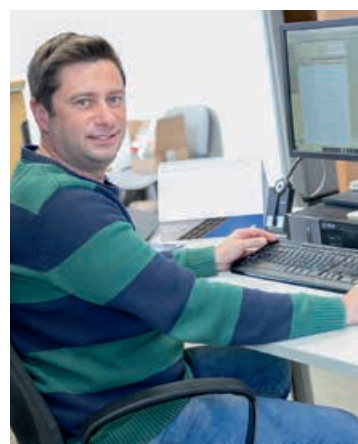
## die firma



Ibirden Ceram GmbH-Geschäftsführer DI Christian Kögl

### Produkte mit Zukunft

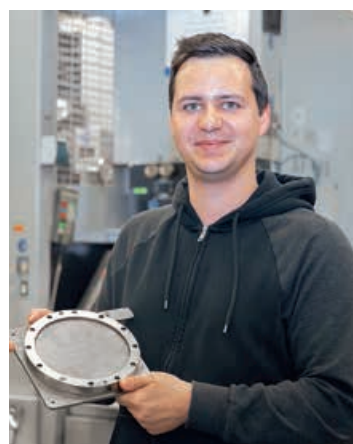
Der Geschäftsführer von Ibirden Ceram DI Christian Kögl glaubt an die Zukunft des weststeirischen Unternehmens mit seinen 440 Beschäftigten. Die erzeugten Keramiken seien weltweit nachgefragt. Wirtschaftlich stehe man wieder gut da. Investitionen und Know-how aus der großen Forschungsabteilung sollen das Unternehmen am Standort Frauental langfristig absichern.



Produktionsleiter Alfred Adrian plant und überwacht die Abläufe.



Herbert Wippel steht am Extruder, wo die Keramik geformt wird.



Marco Paternusch fertigt die Endstücke des Extruders.



DI Eva Kremshofer spürt Fehler in Material und Prozessen auf.



Bernd Kühner und Gerhard Theusl überwachen einen Extruder und bereiten die geformten Stücke zur Trocknung vor.



Andreas Heiling prüft, ob die Feuchte nach der Knetung passt.



# Digitale Weiterbildung: Fördergelder für AK-Mitglieder

Mit dem Projektfonds Arbeit 4.0 unterstützt die Arbeiterkammer Projekte, die Beschäftigte von der zunehmenden Digitalisierung der Arbeitswelt profitieren lassen. Die Einreichfrist für die bereits vierte Förderrunde endet am 31. März 2021.

Die AK Steiermark investiert bis 2023 insgesamt 21,5 Millionen Euro in die digitale Qualifizierung ihrer Mitglieder. Ein zentraler Bestandteil dieser Investitionen ist der Projektfonds Arbeit 4.0 – mit dessen Mitteln werden Projekte gefördert, die dazu führen, dass Beschäftigte von modernen Technologien profitieren und ihre Arbeitsplätze erhalten bleiben. Drei Förderrunden sind bereits abgeschlossen, rund zwei Millionen Euro an Projektfördergeldern wurden von der AK bisher vergeben.

## Schwerpunkt Weiterbildung

Auch heuer wird es wieder zwei Förderrunden geben. Die Einreichfrist für die insgesamt vierte Förderrunde endet am 31. März 2021. Diesmal werden insbesondere Projekte gesucht, deren Schwerpunkt auf digitaler Höherqualifizierung von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern liegt: „Bei der neuen Förderrunde wollen wir vor allem betriebliche Weiterbildungsprojekte ganz gezielt fördern“, sagt AK-Arbeitnehmerschutz-Experte Karl Schneeberger.



Digitale Aus- und Weiterbildung wird vom AK-Projektfonds Arbeit 4.0 gefördert.

## Betriebsräte gesucht

„Grenzziehung zwischen Arbeit und Privatleben“ der Universität Graz ist eines jener Projekte, die bereits von der AK gefördert werden. Für das Projekt werden noch Betriebsratsmitglieder für Online-Interviews gesucht. Im Interview geht es um Informations- und

Kommunikationstechnologien und deren Einfluss auf Arbeitsbedingungen und -zeiten in steirischen Unternehmen. Nähere Infos gibt es unter [grenzziehung-arbeit-privatleben.uni-graz.at/de](http://grenzziehung-arbeit-privatleben.uni-graz.at/de).

DW

[www.akstmk.at/extra](http://www.akstmk.at/extra)  
Infos & Einreichung für Projektfonds

# Büro, Schule & Kochen daheim – Frauen als Wunderwuzzis

Bereits vor den Lockdowns wurde unbezahlte Arbeit im Haushalt – Kochen, Putzen, Kinderbetreuung und Pflege – überwiegend von Frauen erbracht. Die Lockdowns haben die in Summe zu erbringende unbezahlte Arbeit in den Haushalten zusätzlich erhöht.

Durch die Corona-Krise haben sich viele Tätigkeiten und Dienstleistungen ins Private verlagert: aufgrund der Schließung der Kindergärten, durch Homeschooling und durch die Nicht-Verfügbarkeit von – weil zu schützenden – Großeltern oder durch Homecooking statt Jausenweckerl und Betriebskantene. Zudem verbringen die Menschen ihre Zeit momentan in erster Linie zu Hause, etwa aufgrund von Homeoffice, Arbeitslosigkeit oder Kurzarbeit.

## Frauen tragen Hauptlast – immer

Nach mittlerweile drei Lockdowns gibt es eine ernüchternde, aber vielleicht wenig überraschende Nachricht: Genauso wie vergangene Krisen hat auch die Corona-Krise nicht das Potenzial zum Gleichstellungsinstrument und das Homeoffice hat während der Lockdowns die Vereinbarkeit von Beruf, Kinderbetreuung und Freizeit nicht erleichtert. Bernadette Pöcheim, Leiterin der AK-Frauenabteilung, stellt fest: „Nicht nur in systemerhaltenden Berufen,

sei es im Einzelhandel oder im Krankenhaus, tragen Frauen einen großen Teil der Krisenlast, sondern auch zu Hause.“

## Alleinerziehende trifft es hart

Werden die bezahlte Erwerbsarbeit und die unbezahlte Arbeit zusammengezählt, haben Frauen und Männer während des Lockdowns zwischen 11 und 15 Stunden pro Tag gearbeitet. Alleinerziehende kommen mit knapp 15 Stunden auf die meisten Stunden pro Tag, sie verrichteten im Durchschnitt 9 Stunden unbezahlte Kinderbetreuung und Hausarbeit, zusätzlich zu durchschnittlich 6 Stunden Erwerbsarbeit. Für Paarhaushalte mit Kindern

sind die Zahlen sehr ähnlich: Mütter, die in Paarhaushalten leben, arbeiten im Schnitt 14 ¼ Stunden pro Tag, 9 ½ davon unbezahlt; in Paarhaushalten lebende Väter 13 ¾ Stunden, davon knapp 7 unbezahlt. Damit haben diese Frauen im Schnitt pro Werktag unbezahlt zweieinhalb Stunden mehr als Männer gearbeitet. Auf eine Arbeitswoche mit fünf Tagen hochgerechnet, sind das fast 12,5 Stunden – also 1,5 Vollzeit-Arbeitstage zusätzlich. Pöcheim: „Damit Homeoffice tatsächlich eine bessere Vereinbarkeit bringen kann, sind qualitätsvolle Kinderbetreuungseinrichtungen mit Öffnungszeiten, die zu den Arbeitszeiten erwerbstätiger Eltern passen, unbedingt notwendig.“

# Wichtige Pflegetipps gibt es am AK-Telefon

Die AK-Pflegeberatung ist ein viel beanspruchtes Service der Arbeiterkammer. Um drei häufig gestellte Fragen geht es hier im Artikel. Ratschläge zu den vielen anderen Problemen rund um Pflege und Betreuung gibt es zu Bürozeiten bei der AK-Pflegeberatung unter 05 7799-2273.



Die AK-Pflegeberatung steht pflegebedürftigen Personen und deren Angehörigen mit Tipps zur Seite, wie die neue Situation gemeistert werden kann.

Wer für die Kosten im Pflegeheim aufkommen muss, ist eine der häufigsten Fragen bei der AK-Pflegeberatung. Dazu die Fachleute der Arbeiterkammer: Grundsätzlich muss die zu pflegende Person selbst für die Kosten im Pflegeheim aufkommen. Liegt aber ein Pflegebedarf von mindestens Pflegegeldstufe 4 vor und kann sich die zu pflegende Person die Kosten eines Heimaufenthaltes aus ihrem Einkommen nicht leisten, übernimmt die Sozialhilfe einen Teil der Kosten. Bestätigt ein Gutachten die Pflegeheimnotwendigkeit, ist das auch bei den Pflegegeldstufen 1 bis 3 möglich. Das eigene Vermögen muss nicht zur Bezahlung der Heimkosten aufgebraucht werden. Auch Angehörige müssen keinen Beitrag zu den Kosten leisten.

## Kosten der 24-Stunden-Betreuung

Wie viel Honorar muss eine 24-Stunden-Betreuerin bzw. -Vermittlungsagentur mindestens im Monat bekommen?

Antwort: Fast alle 24 Stunden Betreuerinnen arbeiten auf selbstständiger Basis. Das bedeutet, dass es keine gesetzlich festgelegten Mindest- oder Höchstarife gibt. Die Vereinbarung über das Honorar ist vollkommen frei verhandelbar. Genauso verhält es sich mit dem Honorar der Agenturen. Eine Staffelung des Honorars abhängig von der jeweiligen Pflegestufe ist gesetzlich ebenfalls nicht vorgegeben, ist bei der Preisgestaltung aber häufige Praxis.

## Geld für pflegende Angehörige?

Wie ist die finanzielle Absicherung pflegender Angehöriger? Derzeit gibt es, abgesehen vom Pflegegeld der zu pflegenden Person und einer kurzen Pflegekarenz keine monatliche finanzielle Unterstützung für pflegende Angehörige. Für Angehörige, die aufgrund der Pflege ihre Arbeitszeit reduzieren oder komplett aus dem Arbeitsleben ausscheiden, besteht die Möglichkeit, sich kostenlos in der Kranken- und Pensionsversicherung versichern zu lassen. SH

# Internationaler Frauentag



AK-Präsident Josef Pessler mit Elisabeth Aufreiter (r.), Leiterin des AK-Frauenausschusses und Bernadette Pöcheim, Leiterin der AK-Frauenabteilung

Wie viel „wert“ Frauenarbeit oder Männerarbeit ist, bleibt letztlich eine gesellschaftspolitische Frage, bei der wir Frauen uns durchsetzen müssen.

(Johanna Dohnal, 14.2.1939 – 20.2.2010)

Frauen in der Corona-Krise: „systemrelevant“, schlecht entlohnt und mehrfach Höchstleisterinnen!

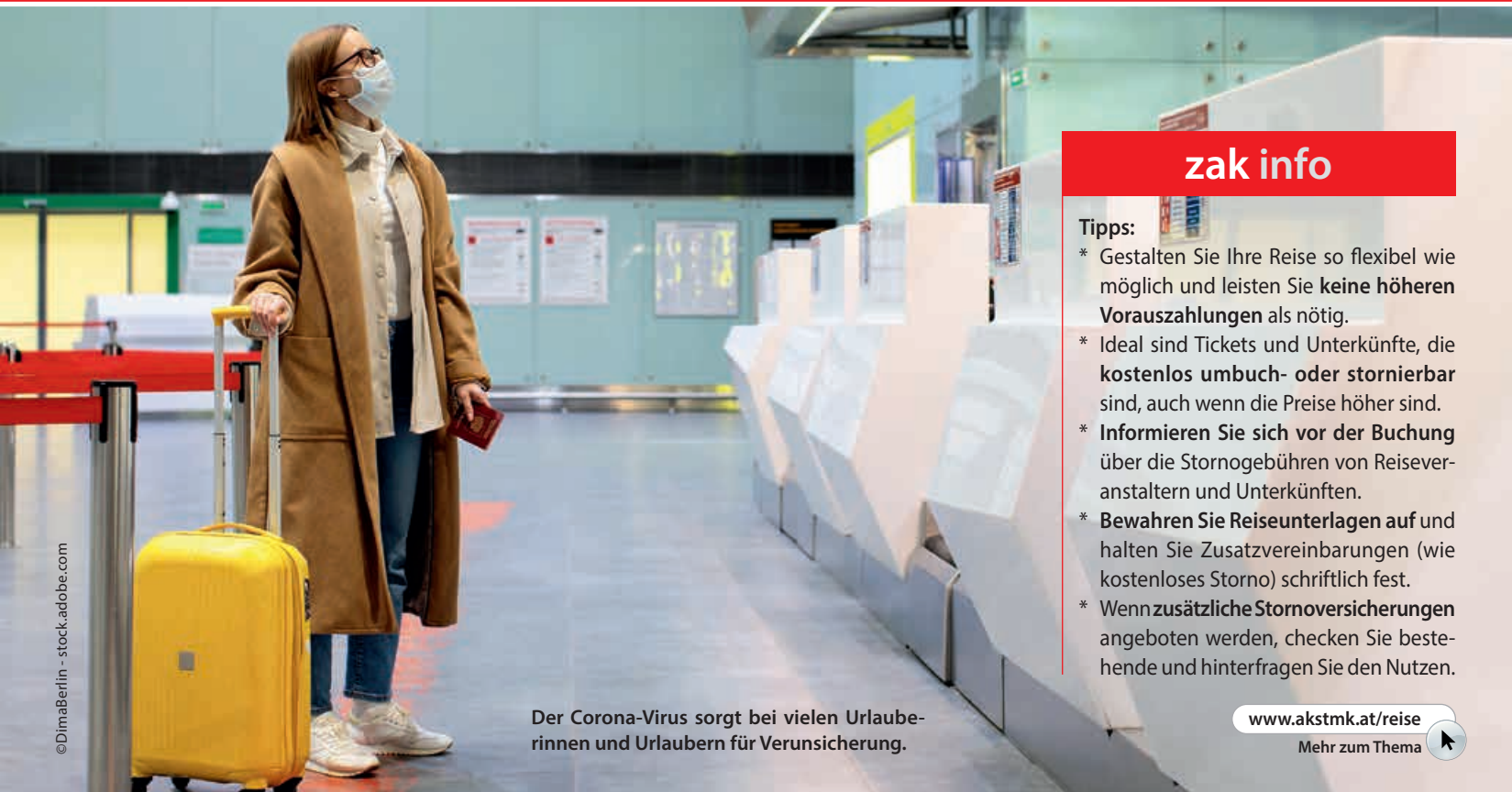
Über 70 Prozent der Beschäftigten in systemrelevanten Berufen sind Frauen. Die Einkommen zählen zu den geringsten in Österreich. Deshalb die Forderung: Frauen verdienen mehr!

[www.akstmk.at/frauen](http://www.akstmk.at/frauen)  
Mehr zum Thema



# Leben & Konsum

Seite 12 – 15



Der Corona-Virus sorgt bei vielen Urlauberinnen und Urlaubern für Verunsicherung.

## zak info

### Tipps:

- \* Gestalten Sie Ihre Reise so flexibel wie möglich und leisten Sie **keine höheren Vorauszahlungen** als nötig.
- \* Ideal sind Tickets und Unterkünfte, die **kostenlos umbuch- oder stornierbar** sind, auch wenn die Preise höher sind.
- \* **Informieren Sie sich vor der Buchung** über die Stornogebühren von Reiseveranstaltern und Unterkünften.
- \* **Bewahren Sie Reiseunterlagen auf** und halten Sie Zusatzvereinbarungen (wie kostenloses Storno) schriftlich fest.
- \* Wenn **zusätzliche Stornoversicherungen** angeboten werden, checken Sie bestehende und hinterfragen Sie den Nutzen.

[www.akstmk.at/reise](http://www.akstmk.at/reise)

Mehr zum Thema

## Reisen in Corona-Zeiten

Viele Steirerinnen und Steirer wollen weiterhin reisen. Durch Corona haben sich etliche Probleme mit Reiseveranstaltern oder Online-Buchungsplattformen gezeigt. Der AK-Konsumentenschutz rät zu besonderer Sorgfalt bei Planung und Buchung von Reisen.

Kann eine Pauschalreise nicht durchgeführt werden, können Konsumentinnen und Konsumenten laut Pauschalreisegesetz den Reisepreis zurückverlangen. Dies gilt auch, wenn wesentliche Änderungen vorgenommen werden. Kostenlos stornieren ist möglich, wenn unvermeidbare, außergewöhnliche und unvorhersehbare Umstände auftreten. Da in den meisten Ländern der Welt mit einer erhöhten Corona-Gefahr zu rechnen ist, müssen Reisende das miteinbeziehen. Ein kosten-

loses Storno kann in diesen Fällen ausgeschlossen sein. „Wir raten, vorab zu klären, wie die Stornomöglichkeiten aussehen“, sagt AK-Reiseexperte Herbert Erhart. Individualreisende rät er, möglichst Vertragspartner zu finden, die eine Stornierung bis kurz vor Reiseantritt anbieten und maximal 10 bis 20 Prozent Anzahlung verlangen.

### Insolvenzschutz bei Reisen

Bei einer Pauschalreise sind Reisende gegen die Insolvenz des

Reiseveranstalters abgesichert. Kann die Pauschalreise nicht stattfinden, bekommen sie ihr Geld zurück. Befinden sie sich bereits am Urlaubsort, müssen sie ohne Zusatzkosten heimbefördert werden, sofern das Teil der Pauschalreise war.

Bei Individualreisen gibt es keinen Insolvenzschutz, auch wenn diese über ein Reisebüro gebucht wurden. Ebenso sind auch Gutscheine nicht abgesichert.

### Verbundene Leistungen

Werden bei einem Reisebüro etwa der Flug und das Hotel gemeinsam am selben Tag gebucht, kann es sich um eine verbundene Reiseleistung handeln. In dem Fall ist man gegen die Insolvenz

des Reisebüros abgesichert. Die Insolvenz der Fluglinie oder des Hotels ist bei verbundenen Reiseleistungen aber nicht gedeckt.

<https://edikte.justiz.gv.at/>  
Informationen zu Insolvenzen

### Direktbuchung von Flügen

So schnell man auf Buchungsportalen Flugzeiten und Preise vergleichen kann, so mühsam ist das Service, wenn Flüge verschoben oder annulliert werden. Zudem tauchen im Zuge des Kaufprozesses zusätzlich Gebühren auf, die den Ticketpreis erhöhen. AK-Reiseexpertin Birgit Auner: „Es ist ratsam, den Flug direkt bei der Fluglinie zu buchen. Damit hat man immer einen konkreten Ansprechpartner.“

## Heizkosten im AK-Check

Die AK Steiermark prüft für ihre Mitglieder bei Unklarheiten gerne wieder die Heizkostenabrechnung. Einfach ein E-Mail mit Mietvertrag, Jahresabrechnung vom Vorjahr und, wenn möglich, einer älteren Abrechnung zum Vergleich an [konsumentenschutz@akstmk.at](mailto:konsumentenschutz@akstmk.at) schicken. Achtung: Nach dem Heizkostenabrechnungsgesetz ist eine Einspruchsfrist von sechs Monaten zu beachten.

## AK prüft die Betriebskosten

Die steirischen Haushalte bekommen demnächst wieder Post: Die Betriebskostenabrechnung wird zugestellt. Die AK Steiermark prüft diese für ihre Mitglieder bei Unklarheiten gerne. Einfach ein E-Mail mit Mietvertrag, Jahresabrechnung vom Vorjahr und, wenn möglich, einer älteren Abrechnung zum Vergleich an [konsumentenschutz@akstmk.at](mailto:konsumentenschutz@akstmk.at) schicken.

## Autos: Eurotax-Liste

Wer ein gebrauchtes Auto kaufen oder den eigenen Pkw verkaufen will, erfährt mit Hilfe der Eurotax-Liste, die bei der AK aufliegt, den unverbindlichen Gebrauchtwagenpreis. Möglich ist die Bewertung für gebrauchte Pkw, die maximal zehn Jahre alt sind. Pkw aus dem Vorjahr sind nicht erfasst. Benötigte Daten: Nationaler Code, Marke, Modell, Type, Erstzulassung, Benzin/Diesel und Kilometerstand – je mehr Infos, desto schneller die Auskunft. Bei Interesse einfach Formular unter [www.akstmk.at/eurotax](http://www.akstmk.at/eurotax) ausfüllen.

## VKI-Test: Genuss mit Nuss

Erdnüsse und Paranüsse sind gesund – vorausgesetzt, sie sind nicht erdnüzig oder mit Schimmelpilzen belastet. Bis auf vier Produkte schnitten im VKI-Test alle mit „sehr gut“ bzw. „gut“ ab. Bei den Erdnüssen belegten die Rewe-Marken Bravo, Clever und Billa die ersten drei Plätze, bei den Paranüssen hatte Happy Harvest von Hofer die Nase vorn. Enttäuschend war das Abschneiden von drei der vier Bio-Produkte. Bei den Erdnüssen von Heimatgut sowie den Erdnüssen und den Paranüssen von dennree war das enthaltene Fett bereits verdorben, sie waren ranzig.

[www.akstmk.at/vergleiche](http://www.akstmk.at/vergleiche)  
Details zum Test



Testsieger Erdnüsse: „Bravo“ erhältlich bei Penny (3,98 €)



Testsieger Paranüsse: „Happy Harvest“ erhältlich bei Hofer (13,45 €)



Im Schnitt rechnen Fachleute in Graz mit 1 Euro an Heizkosten pro Quadratmeter.

## Heizkosten: 150 € für 34 m<sup>2</sup>

Die Heizkostenabrechnungen fallen heuer durch Kurzarbeit und Homeoffice bei vielen höher aus als sonst. Die AK Steiermark hat derzeit aber einige Fälle auf dem Tisch, bei denen dreimal so hohe Heizkosten wie üblich verrechnet wurden.

Die überhöhten Heizkostenabrechnungen der Grazer Firma Förster Real Service GmbH beschäftigen derzeit das AK-Konsumentenschutzteam. Mehrere Fälle sind auf ihren Schreibtischen gelandet. Sie entsprechen nach Meinung der Expertinnen und Experten nicht dem Heizkostenabrechnungsgesetz.

### Zu hoch und zu spät

„Sie sind einerseits viel zu spät gelegt worden, also schon nach Ablauf der Frist, und überdies haben wir festgestellt, dass sie unplausibel hohe Werte beinhalten: Die Heizkosten sind mehr als verdoppelt worden, teilweise sogar fast verdreifacht“, sagt Bettina Schrittwieser, Leiterin des AK-Konsumentenschutzes. Im Schnitt rechnen die Fachleute in Graz etwa mit einem Euro Heizkosten pro Quadratmeter, im vorliegenden Fall werden bis zu drei Euro pro Quadratmeter berechnet. In einem vorliegenden Fall werden für eine 34 m<sup>2</sup> kleine Wohnung 150 Euro Heizkosten verlangt.

### Klärung nicht möglich

Schrittwieser: „Wir haben Heiztechniker als Konsultanten beschäftigt, die diese Rechnungen

auch inhaltlich prüfen, die uns bestätigen, dass da irgendein Fehler vorliegen muss. Das kann nicht stimmen.“ Ein Versuch, mit dem Unternehmen eine Klärung herbeizuführen, ist bisher gescheitert: „Wir bekommen leider keine inhaltlichen Antworten. Uns wird nur mitgeteilt, dass alles richtig sei, wenn wir überhaupt eine Antwort bekommen“, ärgert sich Schrittwieser.

Mehrere Häuser in Graz und der Steiermark sind laut Arbeiterkammer betroffen. Schrittwieser: „Wir gehen davon aus, dass weit mehr Haushalte von diesen überhöhten Heizkostenabrechnungen betroffen sind, als uns bisher bekannt sind.“

### Nur plausiblen Betrag zahlen

Die Expertin rät AK-Mitgliedern, die hohe Nachzahlungen haben, sich an die AK zu wenden und erst nach Beratung die Heizkosten zu überweisen: „Vor allem dann, wenn die Abrechnung mehr als ein Jahr nach Ablauf der Heizperiode zugesendet wird und wenn sie unerwartet hoch ist, sollten Mieter skeptisch sein.“ Sollte tatsächlich eine Klage kommen, unterstützt die AK ihre Mitglieder mit einem Rechtsschutz.



# Corona und die Abzocke im Netz

Nepp im Web. Pandemie, Lockdowns und die Vorsicht vor Covid-19-Viren sorgen dafür, dass wir uns alle noch viel mehr als bisher im Internet bewegen. Doch auch dort lauern Viren, die gefährlich sind. Dies zeigen auch zahlreiche Beschwerden von Betroffenen, die sich an die Expertinnen und Experten der AK gewandt haben.

## Webshop mit Abzock-Garantie

Gerade jetzt wird online so viel bestellt wie noch nie. Betrüger nutzen diesen Hype für ihre Zwecke. Täglich werden neue Webshops gelauncht. Vor allem – aber nicht nur – im Technikbereich gibt es viele Seiten, die mit bunten Bildern und attraktiven Preisen um Käufer werben. Manche aber haben außer schönen Bildern nichts zu bieten – wollen sie auch gar nicht. Es handelt sich dabei um „Fakeshops“, also Shops, die nur vorgeben, sie würden etwas zum Verkauf anbieten. Den Betreiberinnen und Betreibern geht es aber einzig darum, an das Geld gutgläubiger Konsumentinnen und Konsumenten zu kommen. Daher bestehen sie in der Regel ausschließlich auf Vorauszahlung entweder per Überweisung, Kreditkarte oder durch Zahlungsdienstleister. Haben sie das Geld ihrer Opfer, dann ist der Shop nicht mehr kontaktierbar und Lieferung erfolgt keine. Das Geld ist oftmals nicht mehr rückholbar. Was bleibt, ist eine Anzeige bei der Polizei.

**AK-Tipp:** Hilfestellung, ob es sich um einen Fakeshop handelt oder nicht, leistet unter anderem die „Watchlist Internet“ des österreichischen Internet-Ombudsmannes. Dazu den Seitennamen und „watchlist“ googeln. Ist der Shop gelistet – Finger weg! Zudem sollte der Shop ein (vollständiges) Impressum aufweisen und nicht nur Vorauszahlung anbieten. Besteht der Kundenservice den Test? Wird schnell, klar und freundlich auf gezielte Anfragen per E-Mail geantwortet? Nein? Dann wird's meist auch im Falle eines Problems nicht besser und niemand ist erreichbar, wenn z. B. gar keine Lieferung erfolgt.

[www.watchlist-internet.at](http://www.watchlist-internet.at)  
Infos zu Online-Fällen

## Online-Kredite als teures Geschäft

Online-Kredite bei alternativen Anbieterinnen und Anbietern haben im Zuge der Corona-Pandemie offensichtlich an Beliebtheit gewonnen – sei es, weil viele Menschen den Weg zur Bank zu einem persönlichen Beratungsgespräch scheuen oder weil sie auf herkömmlichem Weg gar nicht zu einem Kredit kommen würden. Doch die Gefahr, im Internet auf einen Betrug hereinzufallen, ist groß – und die Masche der Betrügerinnen und Betrüger ist (fast) immer dieselbe: Unbekannte Kreditvermittler, die meistens irgendwo im Ausland sitzen, preisen online die Vermittlung von Krediten an – ohne beispielsweise Bürgen oder Bonitätsnachweise zu verlangen. Ein aussagekräftiges Impressum findet sich auf den Internetseiten dieser Anbieterinnen und Anbieter freilich in der Regel nicht.

Das erste Mal in Kontakt mit diesen betrügerischen Kreditvermittlern kommen die meisten Betroffenen über Werbeeinschaltungen in sozialen Medien wie Facebook. Wer sich dann auf ein solches Kreditgeschäft einlässt, erhält oft zunächst „Fantasie-Unterlagen“ – und in weiterer Folge die Aufforderung, (hohe) Gebühren für die Kreditvermittlung zu zahlen, bevor auch nur ein Cent des Kredits beim Kreditnehmer bzw. der Kreditnehmerin gelandet ist. Und der versprochene Kredit? Den gibt's meistens nicht, und das Geld für die „Kreditvermittlungsgebühr“ ist auch weg ...

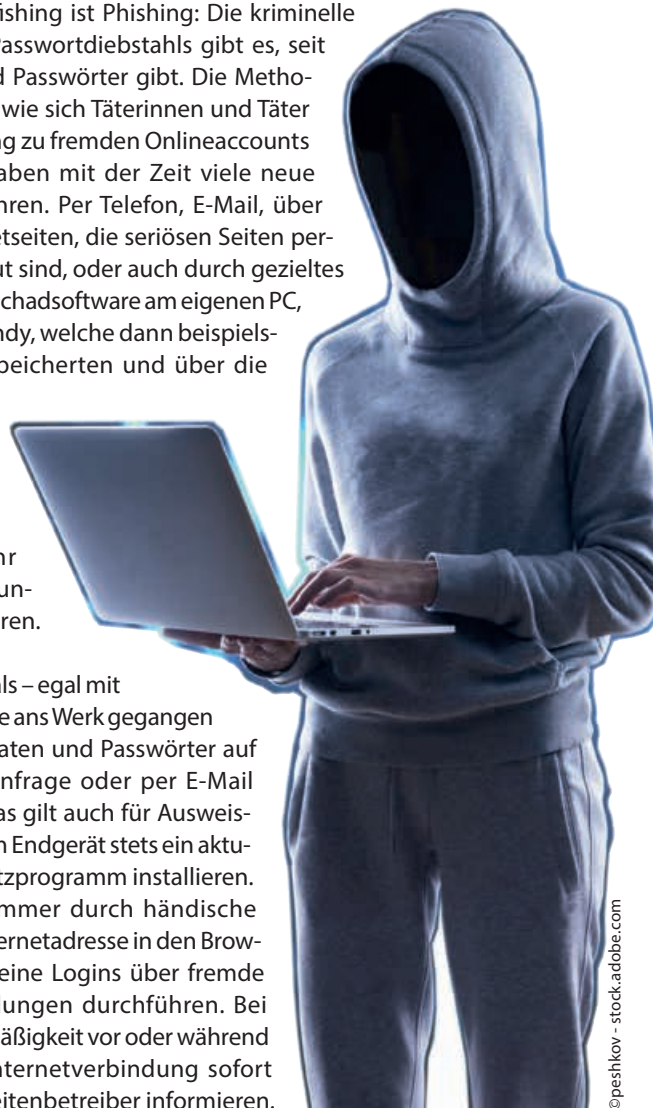
**AK-Tipp:** Wirbt ein Kreditvermittler auf Facebook und Co., ist Skepsis angebracht: Kein seriöser Anbieter wird seine Dienste über soziale Netzwerke anpreisen. Wird außerdem nicht nach Sicherheiten bzw. Bonität gefragt, sollte man erst recht die Finger von solchen Kreditgeschäften lassen: Denn in der Regel ist eine Bonitätsprüfung Pflicht, da Gläubigerinnen und Gläubiger Interesse daran haben, Schuldnerinnen und Schuldner kennenzulernen. Gebühren, etwa für die Kreditvermittlung, fallen erst mit Auszahlung bzw. Überweisung des Kredits an. Man sollte also niemals Gebühren bezahlen, bevor man die Kreditsumme tatsächlich erhalten hat. Zu beachten ist zudem die Höhe der verlangten Zahlungen: Für die Vermittlung dürfen maximal fünf Prozent der Kreditsumme als Gebühr verrechnet werden.

[www.akstmk.at/geld](http://www.akstmk.at/geld)  
Infos & Tipps zu Krediten

## Wer fischt denn da?

Passwort + fishing ist Phishing: Die kriminelle Form des Passwortdiebstahls gibt es, seit es Internet und Passwörter gibt. Die Methoden allerdings, wie sich Täterinnen und Täter illegalen Zugang zu fremden Onlineaccounts verschaffen, haben mit der Zeit viele neue Varianten erfahren. Per Telefon, E-Mail, über gefakte Internetseiten, die seriösen Seiten perfekt nachgebaut sind, oder auch durch gezieltes Platzen von Schadsoftware am eigenen PC, Tablet oder Handy, welche dann beispielsweise alle gespeicherten und über die Tastatur eingegebenen Daten ausliest. Oft kann der Diebstahl zunächst mehr oder weniger unbemerkt passieren.

**AK-Tipp:** Niemals – egal mit welcher Ausrede ans Werk gegangen wird – Login-Daten und Passwörter auf telefonische Anfrage oder per E-Mail übermitteln. Das gilt auch für Ausweiskopien. Auf dem Endgerät stets ein aktuelles Virenschutzprogramm installieren. Login-Seiten immer durch händische Eingabe der Internetadresse in den Browser aufrufen. Keine Logins über fremde WLAN-Verbindungen durchführen. Bei jeder Unregelmäßigkeit vor oder während der Eingabe Internetverbindung sofort trennen und Seitenbetreiber informieren.



# Nachhaltige Aktienfonds – was steckt dahinter?

**Klimawandel und Umweltschutz werden immer wichtiger, gleichzeitig führen Zinsen knapp am Nullniveau zu immer stärkerer Nachfrage von Fondsprodukten durch Sparer. Glaubt man der Finanzbranche, werden nachhaltige Anlageprodukte immer beliebter.**

Anlageprodukte werden in einer schier unendlichen Anzahl angeboten und stark beworben. Nachhaltige, Grüne oder Environment, Social and Governance Fonds (ESG) berücksichtigen bei ihren Investitionsentscheidungen neben umwelt- und sozialpolitischen Kriterien auch die Einstellung von Unternehmen zu Themen wie Korruption und Transparenz. Dem Trend entsprechend spezialisier-

ten sich Plattformen, Agenturen und Finanzunternehmen auf die Bewerbung, Bewertung sowie die Generierung und den Vertrieb solcher Fonds.

### Wo wird in wen investiert?

Die AK-Marktforschung untersuchte nun in einer Studie, in welche Branchen und Unternehmen in welchen Ländern ESG-Fonds tatsächlich investieren. Dafür wurden exemplarisch 20 Aktienfonds

herangezogen. Die Analyse der öffentlich zugänglichen Informationen zeigte, dass vor allem in Unternehmen mit Sitz in den USA, in Japan, Frankreich und UK investiert wird. Bei den Branchen wird vorwiegend auf Unternehmen aus den Bereichen Informationstechnologie, Gesundheitswesen, Industrie und Konsumgüter gesetzt.

### IT-Branche an vorderster Front

Wirft man einen Blick auf die Unternehmen selbst, ist festzustellen, dass in erheblichem Umfang in Firmen investiert wird, an die man bei Begriffen wie „grün“ und „nachhaltig“ nicht in erster Linie denkt. AK-Marktforscher Josef

Kaufmann: „Schaut man sich die sechs volumsmäßig größten Einzelpositionen an, zählt Microsoft bei sieben der 20 Aktienfonds zu den größten Einzelpositionen, Adobe und Alphabet bei vier und Apple bei drei Fonds.“ Gemessen am Börsenwert gehören diese Unternehmen zu den Big Playern und werden von der Finanzindustrie offenbar als besonders nachhaltig angesehen.

### Gütesiegel

Die Kriterien der Nachhaltigkeit sind vielschichtig. Siegel wie das Österreichische Umweltzeichen und das Europäische Transparenzlogo schaffen hier Abhilfe. JF

[www.akstmk.at/vergleiche](http://www.akstmk.at/vergleiche)  
Studie

# Getränke- und Snackautomaten in steirischen Bundesschulen

**Die Verpflegungssituation durch Automaten an steirischen Schulen ist immer wieder Thema in Hinblick auf eine gesunde Ernährung von Schulkindern. Die Arbeiterkammer beauftragte Styria vitalis mit der Überprüfung des Angebotes.**

Gleich vorweg: Die Ergebnisse der Erhebung sind erhellend und zeigen erheblichen Handlungsbedarf hinsichtlich eines gesunden Angebots in den Automaten. Denn die Verpflegung über Automaten hat in Bundesschulen einen hohen Stellenwert.

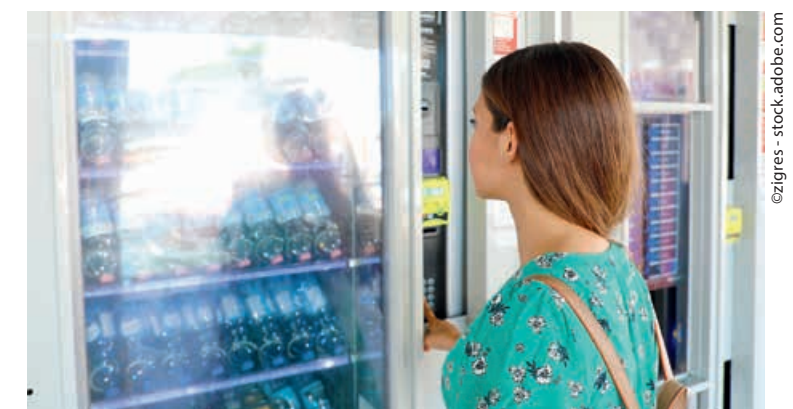
### Viel zu viel Süßes

Insgesamt wurden 261 Automaten an 54 Schulstandorten berücksichtigt. Jeder Schulstandort verfügt über zumindest einen Heißgetränkeautomaten, die alle bei der Kaffeeauswahl eine Zuckerreduktionstaste anbieten. 34 der 54 Schulstandorte verfügen

über mindestens einen Kaltgetränkeautomaten. Insgesamt wurden 59 Kaltgetränkeautomaten analysiert: Von ihnen erfüllen nur 40 Prozent die Kriterien der Leitlinie Schulbuffet bzw. der Mindeststandards für die Gemeinschaftsverpflegung. Kombinierte Automaten stehen an 31 Schulstandorten. Sie bieten in jedem Fall Getränke an. Die am zweithäufigsten angebotene Produktgruppe sind allerdings Süßigkeiten.

### Gebäckautomaten mit Potenzial

Alle angebotenen Produkte in den 28 berücksichtigten Milchautomaten entsprechen laut Auskunft



Ein gesundes Angebot ist in den Snackautomaten selten zu finden.

der Produzenten den Kriterien der Schulmilchförderung, welche die Zucker- und Fettgehalte limitiert. Angeboten werden insbesondere Milchprodukte mit Fruchtzubereitung und Eiskaffee. An den dokumentierten Standorten gibt es weiters drei Gebäck- und zwei

Snackautomaten. Letztere sind ausschließlich mit Süßigkeiten und Knabbereien gefüllt und erfüllen die zur Bewertung herangezogenen Standards keinesfalls. Gebäckautomaten haben dagegen das Potenzial, das Angebot eines Schulbuffets zu ergänzen. JF



# Bildung & Wissen

Seite 16 – 31



Selten in der Schule, viel Einsamkeit – seit einem Jahr haben unsere Schulkinder und die Eltern mit vielen Problemen zu kämpfen.

## Generation Corona: Zusatzkosten, Bildungslücken, soziale Isolation

Die vielen Wochen des Lockdowns, in denen die Schulen geschlossen waren und mit Fernunterricht versucht wurde, die Bildung unserer Jugend aufrechtzuerhalten, haben deutliche Spuren hinterlassen.

Die Buchstaben lernen oder das Einmaleins und das ohne Lehrer? Eine Fremdsprache aneignen ohne Spracherlebnis in der Gruppe nur daheim vorm Bildschirm? Statt einer gemeinsamen Turnstunde mit Spiel und Spaß das Zählen von Liegestützen im Kinderzimmer? „Das Lernen der Kinder passiert gezielt durch die Fähigkeiten der Lehrenden“, sagt AK-Bildungsexperte Thomas Hrabá. „Lernen erfolgt aber auch beiläufig durch soziale Kontakte, und diese Dimension des Lernens ist durch Corona und die Schulschließungen stark eingeschränkt worden.“ Es gehe aber nicht

nur um die Lücken in der Wissensvermittlung, sagt Hrabá. Die Schule und die Klassengemeinschaft sind ein wichtiger Schlüssel für die ganzheitliche kindliche Entwicklung.

### Hohe finanzielle Belastungen der Eltern

Zu den psychisch-emotionalen Belastungen der Kinder kamen hohe finanzielle Ausgaben der Eltern, weist Bildungsexpertin Katrin Hochstrasser auf die Ergebnisse der großen Schulkostenstudie der Arbeiterkammer mit 1.600 Eltern hin. Demnach hatte die Hälfte aller Eltern durch den Lockdown Mehrausgaben, um Homeschooling zu ermöglichen. Es ging um PC oder Laptop, um Webcam und Headset, um bessere Datenverbindungen oder um den neuen Schreibtisch. „Familien mit Mehrausgaben haben im ersten Lockdown 410 Euro, im zweiten Lockdown im Herbst 280 Euro ausgegeben“, sagt Hochstrasser.

### Gute Bildungschancen für alle

Die langjährige Forderung der Arbeiterkammer nach gerechten Bildungschancen für alle Kinder erhält durch die Corona-Krise höchste Aktualität. „Viele Eltern haben und hatten nicht die Möglichkeiten, ihren Nachwuchs beim Homeschooling zu unterstützen. Es braucht Fördermaßnahmen des Bundes, damit die Schulen gezielt individuelle Bildungslücken der Kinder schließen können“, fordern beide AK-Bildungsfachleute.“

### Fröhliche Kinder statt Einsamkeit

Ebenso wichtig sei die Sorge um die psychische Gesundheit der Kinder. Die Arbeiterkammer setzt sich dafür ein, dass an jeder Schule zusätzliche Sozialarbeiterinnen und -arbeiter und Schulpsychologinnen und -psychologen helfen, Krisen der Kinder zu verarbeiten und ihre psychische Gesundheit zu stabilisieren. SH

## Jörg Schwaiger: Die Lebensspuren Ulrichs von Liechtenstein

Der Grazer Germanist und Journalist Jörg Schwaiger untersucht mit der dokumentarischen Studie anhand von 132 Rezeptionszeugnissen vom Mittelalter bis zur Gegenwart, wie es dem steirischen Dichter und Politiker Ulrich von Liechtenstein gelang, als gleichnamiger Held seines fiktio-biografischen Versromans „Frauendienst“ zu einem transregionalen Mythos zu werden.

Er war ein über die Grenzen der Steiermark hinaus bekannter Autor und Promi-Politiker des Mittelalters: der um das Jahr 1200 geborene Ulrich von Liechtenstein. Jörg Schwaigers wissenschaftliche Publikation, basierend auf seiner Dissertation, befasst sich mit den „Lebensspuren“ des adeligen Minnedichters. „Viele der Gedichte, Prosatexte, Bilder, Alltagsgegenstände, Denkmäler und musikalischen Bearbeitungen stellen unerwartete Funde dar, wie etwa eine Büste des Dichters auf der Fassade des Grazer Rathauses, ein Wandgemälde im Wiener Rathauskeller oder Zinnfiguren aus Deutschland“, erklärt Germanist und Journalist Schwaiger im ZAK-Gespräch.

### Aufgebauchter Mythos

So berichtete etwa ein Wiener Journal „mit Augenzwinkern“ seinen

Lesern im Jahr 1908 von der nicht ganz appetitlichen Vorliebe, die man dem überregional bekannten steirischen Dichter zuschrieb: Ulrich habe es demnach geliebt, die Badewanne seiner höhergestellten Dame genüsslich auszutrinken. „Dabei handelt es sich lediglich um einen Mythos. Im Laufe der Jahrhunderte wurde in diese Episode, die in seinem Hauptwerk, dem ‚Frauendienst‘, vorkommt, ein bisschen zu viel hineininterpretiert“, so Schwaiger. Tatsächlich habe der Romanprotagonist Ulrich, über beide Ohren verliebt, eine kleine Schale Wasser leergeschlürft, in der sich die Minneherrin zuvor gerade die Hände gewaschen hatte.

### Skurril-komische Erlebnisse

Apropos „Frauendienst“: Der adelige Ulrich schildert nicht nur diese Badewasser-Episode detailreich,



Autor Jörg Schwaiger vor der Büste Ulrichs von Liechtenstein in der Ehren-galerie im Grazer Burghof.

sondern berichtet aus erster Hand über zahlreiche andere skurril-komisch anmutende Erlebnisse. Häufig wurde der mit 58 Minneliedern „gespickte“ Roman jedoch missverstanden; meist als Autobiografie des Ritters aus dem Murtal. „Kein Wunder: Ulrich schildert seine Abenteuer, die er als furchtloser Ritter im Liebesdienst seiner edlen Angebeteten unternimmt, ja auch aus der Ich-Perspektive“, schmunzelt Schwaiger. „Damit

hat sich der Steirer Ulrich von Liechtenstein selbst zum Mythos stilisiert!“

**VERLOSUNG**  
Eines von zehn Büchern gewinnen: Einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Badewanne“ und der eigenen Adresse an [marketing@akstmk.at](mailto:marketing@akstmk.at) schicken.

Peter Lang Verlag  
ISBN 978-3-631-80828-3  
374 Seiten, Preis: 71,90 Euro

**MOFF.** HADERERS FEINES SCHUNDHEFTL

[www.scherzundsund.at](http://www.scherzundsund.at)







ernährungstipps

Dr. Michaela Felbinger

# Faszinierende Vielfalt – Gemüse und Obst

**Aktuelle Studien zeigen klar: Viel Gemüse und Obst erhalten gesund und fit. Was uns zur Kernaussage führt: Das knackige Allerlei ist für eine ausgewogene Ernährung unverzichtbar.**

Obst und Gemüse ist vollgepackt mit Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen, sekundären Pflanzenstoffen. Sie sind für den reibungslosen Ablauf zahlreicher Körperfunktionen unentbehrlich, ja lebensnotwendig. Und – selbst bilden können wir sie nicht, daher ist die regelmäßige Zufuhr über die Nahrung wichtig.

### Sekundäre Pflanzenstoffe

Von der orangen Karotte bis zur roten Erdbeere, sekundäre Pflanzenstoffe bestimmen die Pflanzenfarbe. Zusätzlich wirken sie mit ihren Abwehrstoffen gegen Schädlinge und regulieren das Wachstum. Um nur einige Funktionen für ein farbenprächtiges und gesundes Wachstum von Pflanzen zu beschreiben.

Auch beim Menschen belegen Studien und Untersuchungen ihre unterstützende und positive Beeinflussung unserer Gesundheit. Unterteilt werden sekundäre Pflanzenstoffe je nach chemischer Zusammensetzung in unterschiedliche Gruppen z. B.:

Flavonoide: etwa enthalten in Äpfel, Birnen, Trauben, Zwiebel, Kohl wirken blutdrucksenkend, entzündungshemmend, haben Einfluss auf das Immunsystem. Sulfide in Zwiebel, Lauch, Knoblauch oder Schnittlauch: wirken antibiotisch, haben positive Wirkung auf Blutdruck und Cholesterinwert. Für beide Gruppen gilt: Sie schützen vor Herz-Kreislauferkrankungen und reduzieren das Risiko, an Krebs zu erkranken.

Übrigens: Die wertvollen Helfer sind nicht nur im Gemüse und Obst, sondern auch in Hülsenfrüchten, Kartoffeln, Vollkornprodukten oder Nüssen – eben in allen pflanzlichen Nahrungsmitteln – enthalten.

### Die optimale Balance

Ernährungsmedizinisch werden grundsätzlich „5 x am Tag eine Portion Gemüse oder Obst“ empfohlen. Verschieben Sie das Verhältnis in Richtung Gemüse, denn es ist noch vitaminreicher als

Obst. Der ideale Mix: drei Portionen Gemüse und zwei Portionen Obst.

### Das richtige Maß

Keine Angst – man muss nicht zum Vegetarier werden, um im „grünen“ Bereich zu liegen. Im Klartext: Wer fünfmal am Tag eine Handvoll Obst und Gemüse isst, ist ernährungstechnisch auf dem richtigen Weg.

Sie wollen es ganz genau wissen: 400 Gramm Gemüse und 300 Gramm Obst pro Tag. Obst- und Gemüsesäfte, eingelegtes Gemüse wie Essiggurken, verarbeitetes Gemüse wie Sauerkraut, Kompotte (ohne Zucker), Hülsenfrüchte (Erbsen, Linsen) und Trockenfrüchte (aufgrund des Kaloriengehaltes nur eine

halbe Handvoll) zählen als Portion. Auch Tiefkühlprodukte sind eine vitaminreiche Variante.

### Die Vielfalt macht's

Je abwechslungsreicher – desto besser. Wechseln Sie in Ihrer Auswahl die Farben.

Rotes – gelbes – grünes Obst und Gemüse, denn die verschiedenen Sorten enthalten verschiedene Vitamine und andere Inhaltsstoffe. Mehr Farbe am Teller heißt somit optimalere Vielfalt für Ihren Körper. Bevorzugen Sie saisonales und regionales Gemüse und Obst. Lange Transportwege mindern den Vitamingehalt.

### Was Sie noch wissen sollten

Wenn die Schale von Gemüse und Obst essbar ist, sollte man das Schälen vermeiden. Der Großteil der wertvollen Inhaltsstoffe befindet sich in der Schale. Zerkleinern bewirkt eine Vergrößerung der Angriffsfläche für Sauerstoff und damit einen Vitaminverlust. Frisches Gemüse und Obst daher erst kurz vor dem Essen aufschneiden.

Viele Vitamine sind wasserlöslich. Beispielsweise den Salat zwar gründlich, aber kurz waschen, aber nicht über längere Zeit im Wasser liegen lassen.

Bald ist er am Bauernmarkt zu haben: der Bärlauch. Gefolgt von frischen Radieschen, Jungzwiebeln, Karotten und dann das Highlight des Frühsommers – der Krauthäupel. Viel Freude an der Vielfalt.

E-Mail: [M.Felbinger@mozartpraxis.at](mailto:M.Felbinger@mozartpraxis.at)



Fünf Mal am Tag eine Portion Gemüse oder Obst wäre optimal.

# Pflicht oder nicht: Geschichte des Impfens

zeitreise

ein blick zurück

Impfungen sollen dabei helfen, die Corona-Krise zu bewältigen. Eine gesetzliche Pflicht zum Impfen wird es aller Wahrscheinlichkeit nach nicht geben – neu wäre eine derartige Vorschrift jedoch nicht.

Kaum etwas ist derzeit so heiß diskutiert wie die Frage, ob zur Bekämpfung der Corona-Virus-Pandemie eine allgemeine Impfpflicht eingeführt werden sollte. Insbesondere unter Medizinerinnen und Medizinern sowie in der Forschung gibt es einige Befürworterinnen und Befürworter einer Impfpflicht (und das nicht nur im Hinblick auf das Corona-Virus) – doch von den verantwortlichen Politikerinnen und Politikern wird eine solche Maßnahme nahezu geschlossen abgelehnt und stattdessen auf Freiwilligkeit gesetzt.

**Kampf gegen die Pocken**  
Etwas gänzlich Neues wäre eine

Impfpflicht hierzulande allerdings nicht, wie ein Blick in die Geschichte der Pockenimpfung zeigt. Die Ende des 18. Jahrhunderts vom englischen Arzt Edward Jenner entwickelte Impfung war in der von Pockenepidemien heimgesuchten österreichischen Monarchie lange freiwillig. Allerdings wurden nach einiger Zeit verpflichtende Impfungen für Schul- und Waisenkinder eingeführt, im Jahr 1886 wurde auch eine Impfpflicht für Präsenzdiener sowie 1888 für Strafgefangene erlassen.

**1977 endete die Impfpflicht**  
Im Jahr 1923 wurden in Vorarlberg die letzten österreichischen

Pockenfälle registriert. Eine allgemeine Impfpflicht gab es in Österreich jedoch erst 1939 nach dem „Anschluss“ an das von den Nationalsozialisten beherrschte Deutschland, wo schon lange eine Pockenimpfung gesetzlich vorgeschrieben war. 1948, drei Jahre nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs, verordnete der Staat Österreich per Gesetz eine allgemeine Pflicht zur Impfung gegen Pocken. Diese Pflicht wurde erst 1977 abgeschafft, da zu diesem Zeitpunkt die Pockenerreger – nicht zuletzt aufgrund weltweiter Impfanstrengungen – global de facto verschwunden waren. Im Jahr 1980 verkündete die Weltgesundheitsorganisation WHO offiziell die erfolgreiche Ausrottung der Pocken.

ziell die erfolgreiche Ausrottung der Pocken.

### Impfen ohne Zwang

Die Rückkehr zu einer generellen Impfpflicht, um das Coronavirus zu bekämpfen, ist aus jetziger Sicht freilich so gut wie ausgeschlossen. Zumal auch internationale Studien belegen, dass eine schnelle Durchimpfung der Bevölkerung eher erreicht werden kann, wenn die Menschen nicht zum Impfen gezwungen werden. Wer keine Impfung will, hat in Österreich auch rechtlich nichts zu befürchten: Dass man sich nicht impfen lässt, stellt beispielsweise im Arbeitsrecht keinen Entlassungsgrund dar.



Verpflichtende Impfungen (gegen Pocken) gab es in Österreich zuletzt bis 1977. Eine allgemeine Impfpflicht gegen das Coronavirus ist nicht in Sicht.





Mit 5.000 Quadratmetern Fläche und modernster Technik ist die Volkshochschule Graz eine der modernsten Bildungseinrichtungen Europas.

# VHS Steiermark trotz online der Pandemie

Die Volkshochschule Steiermark hat die Corona-Pandemie immer als Herausforderung verstanden: Und zwar, den Teilnehmern in kürzester Zeit anstelle der beliebten Präsenzkurse ein qualitativ hochwertiges Online-Angebot zur Verfügung zu stellen. Die beiden Geschäftsführer Christine Sudy und Martin Bauer im Gespräch.

Ist die VHS noch zeitgemäß?

**Martin Bauer:** Die VHS ist zeitgemäßer denn je. Gesundheits-, Bewegungs-, Resilienz- und Sprachkurse sind dringend erforderlich. Die Einschränkungen, die die Corona-Pandemie mit sich bringt, machen es immer notwendiger, begleitet durch unsere top-ausgebildeten Kursleiterinnen und Kursleiter, Sport zu betreiben oder auf eine ausgewogene Ernährung zu achten. Nur so kann der Körper gut in Schuss gehalten werden. Aber nicht nur der Körper sollte bewegt werden, auch der Geist kann durch die sehr zielgerichteten Kurse und Seminare der VHS – vor allem in den Bereichen Sprachen, Kunst und auch digitale Kompetenzen – angekurbelt werden.

Erwachsenenbildung ihren Präsenzbetrieb mehrmals komplett einstellen – so wie auch jetzt gerade – beziehungsweise nur unter kaum realisierbaren Bedingungen Kurse in Kleinstgruppen oder im Freien durchführen. Wir konnten aber unseren Teilnehmenden in kürzester Zeit ein solides und umfangreiches Online-Kursprogramm zur Verfügung stellen.



Martin Bauer, Geschäftsführer VHS Steiermark

„Unsere Online-Kurse finden in kleinen Gruppen zu absolut moderaten Preisen statt.“

**Wie gestalten sich die Onlinekurse?**

**Bauer:** Unsere Kurse finden, und das unterscheidet die VHS wirklich von anderen Online-Anbietern, in kleinen Gruppen zu absolut moderaten Preisen statt. So haben

wir die Möglichkeit sehr schnell, unkompliziert und qualitativ hochwertig auf alle Wünsche und Bedürfnisse unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer einzugehen. Natürlich wünschen wir uns trotzdem den Präsenzbetrieb bald wieder zurück.



Christine Sudy, Geschäftsführerin VHS Steiermark

„Unsere Online- und, sofern schon möglich, auch unsere Präsenzkurse starten ab dem 12. April.“

**Wie waren die Rückmeldungen von Kursteilnehmern?**

**Bauer:** Die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer waren ausgesprochen zufrieden. Uns wurden immer wieder die Qualität der Kursleiterinnen und Kursleiter, die Inhalte der Kurse sowie die Flexibilität bei der gesamten Durchführung positiv bestätigt.

**Wie startete die VHS ins Kursjahr 2021? Viele warten schon auf den Bildungsscheck, wann kommt dieser?**

**Sudy:** Das Frühjahrssemester hat mit Onlinekursen, die laufend ergänzt werden, gestartet. Ab 22. März können Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer auch wieder den bewährten AK-Bildungsscheck in Höhe von 60 Euro bei ihrer Kursbuchung einlösen. Unsere Online- und, sofern schon möglich, auch unsere Präsenzkurse starten dann ab 12. April.

www.vhsstmk.at  
Kurse und Anmeldung

# So kommen Sie zu Ihrem AK-Bildungsscheck

1. Einfach auf [www.vhsstmk.at](http://www.vhsstmk.at) Ihren Wunschkurs aussuchen.

[www.vhsstmk.at](http://www.vhsstmk.at)



2. Ab 22. März können Sie den Code des AK-Bildungsschecks in Höhe von 60 Euro telefonisch oder per E-Mail bei Ihrer Volkshochschule anfordern und sich direkt für einen oder mehrere Kurse anmelden.



Code

Neben diesen beiden Anmeldemöglichkeiten können Sie den zuvor erhaltenen Code auch ganz einfach online unter [www.vhsstmk.at](http://www.vhsstmk.at) eingeben und dort buchen.

3.



4. Also jetzt die Chance ergreifen, AK-Bildungsscheck-Code anfordern und Geld sparen. Die Volkshochschule freut sich auf Ihre Anmeldung!





# Sprachen, Deutsch und Integration

Der Aufbau von sprachlichen Kompetenzen ermöglicht es den Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern, sich in den verschiedensten Lebensbereichen, Situationen und Kontexten schnell und gut zurechtzufinden. Das bedeutet, Gedanken, Gefühle, Fakten und Meinungen mündlich und schriftlich mit dem Gegenüber auszutauschen, auszudrücken und verstehen zu können sowie passend und kreativ auf alle gesellschaftlichen und kulturellen Begebenheiten zu reagieren.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt!

## A1 Ungarisch Grundstufe 1

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse in der ungarischen Sprache. Nach dem Besuch des Kurses sollten Sie in der Lage sein, sich auf Ungarisch vorzustellen, einfache Dialoge zum Beispiel im Restaurant oder über das Wetter zu führen. Notwendige Grammatikstrukturen werden dazu vermittelt.  
*Infos/Anmeldung: VHS Hartberg-Fürstenfeld*  
 1,5 UE / 12 Tage  
 Beginn: Montag, 12.4.2021 – 17:00  
 Kursbeitrag: 110 Euro

## Schnupperkurs: Slowenisch sprechen mit unseren Nachbarn

Lernen Sie die Sprache unserer Nachbarn in einem Schnupperkurs kennen, um sich im gastfreundlichen Slowenien auf Märkten, beim Essen oder Einkaufen sowie in der Therme oder bei Ausflügen in der Landessprache unterhalten zu können. Kursbuch bitte vor Kursbeginn besorgen: Slovenscina ekspres 1 von Tanja Jerman, Stasa Pisek, Anja Strajnar.  
*Infos/Anmeldung: VHS Leibnitz*  
 2 UE / 5 Tage  
 Beginn: Montag, 12.4.2021 – 18:00  
 Kursbeitrag: 60 Euro

## Holidays A2/B1

Wenn auch Sie die Sehnsucht nach Reisen immer stärker verspüren, so können Sie in diesem Englischkurs ein wenig Urlaubsfeeling aufkommen lassen. Gemeinsam begeben wir uns auf eine virtuelle Reise in englischsprachige Länder und werden so für den nächsten Urlaub gut vorbereitet sein.  
*Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag*  
 2 UE / 6 Tage  
 Beginn: Montag, 12.4.2021 – 18:30  
 Kursbeitrag: 92 Euro

## B2 Spanisch Konversation – Nos ponemos al día

Charlar y escuchar, leer y escribir, mirar y jugar. Vamos a mantenernos en forma repasando algunas estructuras y usos gramaticales o sencillamente comunicando. A base de textos actuales, videoclips y juegos comunicativos vamos a divertirnos aprendiendo cosas nuevas.  
*Infos/Anmeldung: VHS Südoststeiermark*  
 12 UE / 8 Tage  
 Beginn: Dienstag, 13.4.2021 – 19:00  
 Kursbeitrag: 80 Euro

## A1 Italienisch für den Urlaub

Ein Kurs für Menschen ohne bzw. mit sehr geringen Vorkenntnissen, in dem die Grundlagen der italienischen Grammatik und der im Italien-Urlaub erforderliche Wortschatz vermittelt werden. Sie lernen, auf Italienisch im Restaurant zu bestellen, Einkäufe zu tätigen, nach dem Weg zu fragen u.v.m. Zudem erfahren Sie einiges über die Kultur des Belpaese. Ziel ist, dass die Kursteilnehmenden sich in typischen Urlaubssituationen auf Italienisch verständigen können. Buone vacanze a tutti! Details über die Lehrmittel erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.  
*Infos/Anmeldung: VHS Leoben Marlene Peinhopf*  
 1,5 UE / 6 Tage  
 Beginn: Dienstag, 13.4.2021 – 19:00  
 Kursbeitrag: 76 Euro

## Kompaktkurs: A1 Kroatisch für den Urlaub

Sie möchten gerne die kroatische Sprache für Ihren nächsten Urlaub erlernen und in die kroatische Kultur eintauchen? Dann ist dieser Kurs der richtige für Sie. Termine: 14.6. bis 18.6.2021, jeweils von 9 bis 11 Uhr.  
*Infos/Anmeldung: VHS AK-Bildungszentrum*  
 2 UE / 5 Tage  
 Beginn: Montag, 14.6.2021 – 9:00  
 Kursbeitrag: 84 Euro



[www.vhsstmk.at](http://www.vhsstmk.at)  
Kurse und Anmeldung

# Gesundheitskompetenz, Ernährung und Bewegung

Der Erwerb von Gesundheitskompetenz kann die Bereitschaft zur Selbsttätigkeit stärken, ermöglicht, eine gute Lebensqualität zu erhalten oder zu verbessern, trägt zur Steigerung des allgemeinen Gesundheitsniveaus bei und hat positive individuelle und allgemeine Auswirkungen. Teil dieser Kompetenz ist es auch, schnell Gesundheitsinformationen zu finden, zu verstehen und auf Relevanz hin beurteilen zu können. Der Aufbau von Gesundheitskompetenz, das Wissen über Ernährung und der richtigen Bewegung soll Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern die Fähigkeit verleihen, in ihrem täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf ihre Gesundheit auswirken – zu Hause, am Arbeitsplatz, im Gesundheitssystem und in der Gesellschaft.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt!

## Bunter Bewegungsmix

Aktiv von Kopf bis Fuß. Bewegungselemente aus Indian Balance, Yoga, Wirbelsäuleneinheiten und Entspannung. Mit gelenks- und wirbelsäulenschonender Gymnastik werden körperliche Fitness und Beweglichkeit verbessert. Auf dem abwechslungsreichen Programm stehen sowohl Übungen mit dem eigenen Körpergewicht sowie auch mit verschiedenen Zusatzgeräten. Details, was mitzubringen ist, erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.  
*Infos/Anmeldung: VHS Voitsberg*  
 1 UE / 8 Tage  
 Beginn: Dienstag, 13.4.2021 – 19:00  
 Kursbeitrag: 60 Euro

## Regional + saisonal kochen = nachhaltig und schmeckt köstlich

Gerade in speziellen Zeiten zeigt sich, wie gut es ist, auf regionale Produkte zugreifen zu können. Doch was zählt eigentlich als regional? Wir besprechen gemeinsam den Saisonkalender, was es an Obst und Gemüse zur jeweiligen Jahreszeit gibt und welche Köstlichkeiten damit zubereitet werden können. Sie erhalten eine Auswahl an regionalen Rezepten und auch Tipps zum Haltbarmachen von Lebensmitteln. Die zweite Kurseinheit findet am Samstag, 12.6.2021 um 9 Uhr statt.  
*Infos/Anmeldung: VHS Weiz*  
 3 UE / 2 Tage  
 Beginn: Freitag, 11.6.2021 – 17:30  
 Kursbeitrag: 60 Euro

## Aerobic

Verschiedene Schrittkombinationen zu rhythmischer Musik führen zur Verbesserung von Kondition und Koordination. Das Herz-Kreislauf-System wird gestärkt, nicht-funktionelle

Bewegungen werden vermieden. Angenehme Nebeneffekte sind Fettverbrennung und Kräftigung der Ganzkörpermuskulatur. Stabilisiert die Wirbelsäule, sorgt für aufrechte Haltung,

vertieft die Atmung und schult das Gedächtnis. Abschließende Dehnungsübungen wirken Muskelverkürzungen entgegen.  
*Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag*  
 1 UE / 8 Tage  
 Beginn: Montag, 12.4.2021 – 19:30  
 Kursbeitrag: 60 Euro

## Fasziyoga

Darauf basiert dynamisches Faszi-Yoga: Man dehnt von Kopf bis Fuß. Gelenk- und wirbelsäulenoptimierte Übungen aktivieren den Stoffwechsel und stärken die Kraft des Bindegewebes. Das Ergebnis: Das Gewebe bleibt geschmeidig. Schmerzen und Verspannungen werden gelindert. Mitzubringen: Yogamatte, Polster/Decke, Gymnastikband, kleine Hanteln oder Wasserflasche, Faszirolle.  
*Infos/Anmeldung: VHS Südoststeiermark*  
 1 UE / 8 Tag(e)  
 Beginn: Dienstag, 13.4.2021 – 18:00  
 Kursbeitrag: 60 Euro

## Mit Zumba® in den Frühling

Zumba Fitness® ist ein anspruchsvolles Ganzkörpertraining mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Das effektive Workout ist eine Mischung aus Tanz- und Intervalltraining, das nicht nur Spaß macht, sondern auch die Figur in Topform bringt. Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Kurs bis spätestens 12.4.2021 um 16 Uhr durch.  
*Infos/Anmeldung: VHS Liezen*  
 10 UE / 10 Tag(e)  
 Beginn: Montag, 12.4.2021 – 19:00  
 Kursbeitrag: 60 Euro





# Elternakademie – Eltern und Kind

Die VHS bietet allen Eltern und interessierten Personen im Rahmen der VHS-Elternakademie eine Vielzahl an verschiedensten wichtigen und innovativen Kursen für sich selbst und natürlich für ihr Kind. Teilnehmende genießen und entdecken die Freude an der gemeinsamen Bewegung und Entwicklung ihres Kindes. Sie lernen und beobachten Fortschritte in der Kommunikation, sie setzen Grenzen richtig und einfühlsam. Teilnehmerinnen und Teilnehmer stärken und fördern ihr Kind durch persönlichkeitsbildende Schritte und gemeinsame künstlerische Tätigkeiten.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt!

## Kangatraining mit Baby

Der beste Sport mit deinem Baby: Kangatraining ist genau auf die Bedürfnisse junger Mamas und ihrer Babys abgestimmt. Die Mama wird sicher und effektiv rundum fit, das Baby kuschelt mit ihr und genießt es, Nähe zu spüren. Voraussetzung: Der gynäkologische Befund (6 bis 8 Wochen nach der Geburt) ist in Ordnung. Für die benötigte Ausstattung wird rechtzeitig eine Liste von der Trainerin übermittelt. *Infos/Anmeldung: VHS Südoststeiermark*  
8 UE / 8 Tag(e)  
Beginn: Mittwoch, 14.4.2021 – 9:30  
Kursbeitrag: 60 Euro

## Sprachliche Entwicklung des Kindes von Beginn an fördern

„Wie entwickelt sich Sprache?“, „Wann ist die Spracherziehung abgeschlossen?“, „Hochdeutsch oder doch Mundart?“, „Wie ist das genau mit der mehrsprachigen Erziehung?“, „Welche sprachlichen Probleme können sich bei Kindern aus Familien mit Migrationshintergrund ergeben?“ – In diesem Workshop erhalten Sie pädagogische Erklärungen zur Sprachentwicklung und erfahren, wie Sie Kinder besonders fördern können. Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Kurs bis spätestens sieben Tage vor Kursbeginn durch. *Infos/Anmeldung: VHS Oberes Murtal*  
4 UE / 2 Tag(e)  
Beginn: Dienstag, 4.5.2021 – 17:00  
Kursbeitrag: 60 Euro

## Legasthenie – Ein Phänomen erkennen & verstehen

Was ist Legasthenie? Wie erkenne ich eine eventuell vorliegende Legasthenie? Einblicke in die Wahrnehmungsbereiche, Literatur- & Spieletipps. Keine Lernvoraussetzungen. *Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag*  
3 UE / 1 Tag(e)  
Beginn: Mittwoch, 14.4.2021 – 15:00  
Kursbeitrag: 35 Euro



## fitdankbaby® Rückbildung ist effektiv, macht Spaß und funktioniert mit Baby

fitdankbaby® Rückbildung ist die beste Basis für jede weitere sportliche Aktivität! Sie lernen, Ihre Beckenboden- und Bauchmuskulatur zu spüren und richtig anzusteuern. Sie verbessern Ihre Atmung und Ihre Haltung. Das Beste daran: Ihr Baby ist mit dabei und bekommt in jeder Kursstunde zusätzlich eine Babymassage oder ein Strampelspiel. Bei einigen Übungen werden die Babys einbezogen und Sie bekommen Tipps und Tricks für den Umgang mit Ihrem Baby. *Infos/Anmeldung: VHS Leibnitz*  
9 UE / 6 Tage  
Beginn: Montag, 12.4.2021 – 09:00 Uhr  
Kursbeitrag: 60 Euro

## Kunterbunte Babymusik für kleine Musikzwerge (6 Monate bis 3 Jahre)

Jede Stunde wird ein neues Thema erarbeitet wie Winter & Schnee, Ostern, Laternenzeit und so weiter. Gemeinsam mit Groß und Klein werden hierzu Fingerspiele und Sprüche kennengelernt und mit Instrumenten altes sowie neues Liedgut erarbeitet. Auch Tänze und Anhänglieder werden gespielt, sodass auch der Bewegungsdrang bei den Kleinen ausgelebt werden kann.

*Infos/Anmeldung: VHS Graz/Graz*  
1 UE / 12 Tag(e)  
Beginn: Mittwoch, 14.4.2021 – 14:30  
Kursbeitrag: 60 Euro

## Die 7 Sicherheiten, die Kinder (wir) brauchen

Gegen kindliche Verhaltensauffälligkeiten, Lernschwierigkeiten und Schulprobleme helfen keine Pillen. Sie sind Botschaften an uns. Kinder teilen uns etwas mit und es liegt an uns, ihre Sprache verstehen zu lernen. Statt kindliches Verhalten zu bewerten und abzuwerten, gilt es, zu beobachten und anzuleiten. Und das ist mit Hilfe des neuen Weges, der Evolutionspädagogik®, möglich. *Infos/Anmeldung: VHS Hartberg-Fürstenfeld*  
6 UE / 1 Tag  
Beginn: Samstag, 24.4.2021 – 09:00  
Kursbeitrag: 60 Euro

# Digitale Kompetenz – Computer und Internet

Bei gekennzeichneten Kursen ab 60 Euro kann der AK-Bildungsscheck eingelöst werden!

Für einen sicheren, kritischen und verantwortungsvollen Umgang mit Handy, Tablet, Computern und anderen Informations- und Kommunikationstechnologien ist digitale Kompetenz maßgeblich. Die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer lernen, wie Weblogs, Wikis oder soziale Netzwerke (Facebook, Instagram und Co) funktionieren. Das eröffnet ihnen neue Möglichkeiten des selbstorganisierten und gemeinsamen Lernens, des Abrufens von Wissen aus einem umfassenden digitalen Wissensbestand, der Teilhabe, der Kommunikation und der Vernetzung.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt! Ein Smartphone, Computer oder Laptop mit WLAN-Verbindung sind Voraussetzung für die Kursteilnahme.

## Webmeetings und Webseminare professionell leiten

Webmeetings und Webinare sind inzwischen aus dem Alltag von vielen nicht mehr wegzudenken. Was sind nun die grundlegenden Unterschiede zu Präsenzmeetings und -seminaren? Worauf muss ich besonders achten, sowohl als leitende als auch teilnehmende Person? Was sind die häufigsten Pannen und wie vermeide ich diese? An diesen beiden Nachmittagen erfahren Sie, wie Sie professionell und entspannt Online-Veranstaltungen abhalten. Das Online-Training wird mit Austauschrunden und Breakout-Sessions interaktiv gestaltet.

*Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag*  
5 UE / 2 Tag(e)  
Beginn: Dienstag, 20.4.2021 – 17:30  
Kursbeitrag: 45 Euro

## Workshop „Digitalisierung und Achtsamkeit“

In diesem Workshop werden folgende Inhalte präsentiert und gemeinsam diskutiert: 1) Aufzeigen der digitalen Welt als Welt der Marketinginstrumente (deren Einsatz und Ziele), 2) Bewusstseinserschaffung für das eigene Mediennutzungsverhalten, 3) Aufzeigen und Hinweis auf die lauernde Gefahr einer „Verhaltenssucht“ durch ein Übermaß an Konsum an digitalen Medien, 4) Praxistipps für einen achtsamen Umgang mit digitalen Medien zur Stressvermeidung und Steigerung des

Wohlbefindens, Fokussierung auf Ziele und zur Wiederbelebung analoger Alternativen. *Infos/Anmeldung: VHS AK-Bildungszentrum*  
3 UE / 1 Tag  
Beginn: Samstag, 17.4.2021 – 10:00  
Kursbeitrag: 45 Euro

## Fotobearbeitung am Computer/Laptop

In diesem Kurs lernen Sie die grundlegende digitale Fotobearbeitung, wie Zuschneiden, Drehen, Spiegeln, Effekte, Wasserzeichen, Retusche, Klonen oder Zusammenfügen mithilfe des Computers/Laptops. Weiters werden die Unterschiede zwischen den verschiedenen Bildformaten ausgeführt und es wird erklärt, wie Sie am besten zu Ihren gedruckten Fotos kommen. Voraussetzungen für den Kurs sind grundlegende digitale Kenntnisse in der Computerbenutzung. Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Kurs bis spätestens sieben Tage vor Kursbeginn durch. *Infos/Anmeldung: VHS Südoststeiermark*  
4 UE / 2 Tag(e)  
Beginn: Samstag, 17.4.2021 – 9:00  
Kursbeitrag: 60 Euro

## Tools – Digitale Kompetenzen im Alltag

Online-Tools können Ihren Arbeitsalltag erheblich erleichtern. Mit den richtigen Tools lassen sich Aufgaben effizient organisieren, im Team diskutieren und schneller erledigen. In diesem Kurs erlernen Sie die richtige Nutzung von einigen Online-Programmen/Tools wie Kahoot, Doodle, Google Drive, Google Docs, Evernote, Prezi, Google Earth, Mind Meister u.v.m. Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Kurs bis spätestens sieben Tage vor Kursbeginn durch. *Infos/Anmeldung: VHS Oberes Murtal*  
3 UE / 3 Tage  
Beginn: Mittwoch, 21.4.2021 – 17:00  
Kursbeitrag: 68 Euro





# Kulturelle, künstlerische und kreative Kompetenz

Kulturelle Bildung umfasst Kulturbewusstsein, künstlerische Kompetenz und kreatives Schaffen. Darüber hinaus ist Kreativität eine wichtige Voraussetzung für Innovationskraft und Lösungskompetenz bei neuen Herausforderungen in Alltag und Beruf.

In der VHS Steiermark werden Kurse zu den Themenbereichen Musik, visuelle und darstellende Künste, Literatur auf allen Ebenen des Kulturgeschehens wie Alltagskultur, Kunsthandwerk, Populärkultur, Hochkultur, Avantgarde u.v.m. vermittelt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden zum kreativen Schaffen, zur Umsetzung einer Idee bzw. zur Herstellung eines individuellen Werkes anhand eines Materials, Mediums oder Instruments ermutigt und angeleitet.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt!

## Gitarre Anfänger

Ob mit der Gitarre am Lagerfeuer, unter dem Weihnachtsbaum oder als Akkordbegleitung des Schulchors: Wo gesungen wird, ist eine Begleitung immer willkommen. Jede und jeder Musikbegeisterte ist willkommen, in die Welt der Gitarre einzutauchen, um für sich Eindrücke mitzunehmen und Erfahrungen zu sammeln. Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Kurs bis spätestens sieben Tage vor Kursbeginn durch.

Infos/Anmeldung: VHS Südoststeiermark  
12 UE / 8 Tag(e)

Beginn: Mittwoch, 14.4.2021 – 17:30

Kursbeitrag: 80 Euro



## Freies Zeichnen – Malen – Kunsttherapie

In diesem Seminar wird ein Kunstraum geschaffen, der es ermöglicht, eigene Gefühle anzunehmen, frei zu sein und eigene Individualität durchs Zeichnen auszudrücken. Dabei wird auch gezeigt, wie verschiedene Techniken und Materialien beim Zeichnen angewendet werden können. Mitzubringen: Papier, Kohle, Pastell- und Aquarellfarben.

Infos/Anmeldung: VHS Leoben.

1,5 UE / 6 Tag(e)

Beginn: Montag, 12.4.2021 – 18:00

Kursbeitrag: 60 Euro

## Seifen sieden

In diesem Seifensiedekurs werden Ihnen die Grundkenntnisse der Seifenherstellung im Kaltverfahren vermittelt. Verschiedene Farbe- und Gestaltungsmöglichkeiten werden vorgestellt. Mit Hilfe einer ausführlichen Anleitung, die Sie in gedruckter Form erhalten, wird das Herstellungsverfahren besprochen und anschließend Seife hergestellt. Vorzubereiten: Ein Kunststoffbehälter in der Größe eines 1-kg-Eisbechers, eine Schutzbrille, Gummihandschuhe, Kleidungsschutz. Eine Checkliste für Materialien und Werkzeuge wird vorab übermittelt! Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Kurs bis spätestens sieben Tage vor Kursbeginn durch.

Infos/Anmeldung: VHS Südoststeiermark

4 UE / 1 Tag(e)

Beginn: Donnerstag, 6.5.2021 – 17:00

Kursbeitrag: 35 Euro

## Canasta spielen lernen

Canasta ist ein lustiges Kartenspiel, das mit 2 x 52 Karten und vier Jokern gespielt wird. Man kann Canasta zu zweit, zu viert oder zu sechst spielen. Ein spannendes Kartenspiel mit sehr vielen Regeln, die bei diesem Kurs erklärt werden.

Infos/Anmeldung: VHS Voitsberg

3 UE / 3 Tag(e)

Beginn: Freitag, 16.4.2021 – 16:00, Kursbeitrag: 60 Euro

## Linedance

Linedance 2.0 – traditionell und modern – tanzen ohne Tanzpartner. Die Kombination aus Line-, Western- und Discodance macht einfach Spaß!

Infos/Anmeldung: VHS Graz/Graz-Umgebung

1 UE / 8 Tag(e)

Beginn: Donnerstag, 14.4.2021 – 17:00, Kursbeitrag: 60 Euro

Bei gekennzeichneten Kursen ab 60 Euro kann der AK-Bildungsscheck eingelöst werden!

# Natur, Wissenschaft, Nachhaltigkeit und Technik

Wissenschaftliches Denken zu entwickeln und anzuwenden, um Probleme im Alltag und darüber hinaus lösen zu können, ist Gegenstand dieses Bereiches. Mittels naturwissenschaftlicher Kompetenz erklären wir die Natur anhand der vorhandenen wissenschaftlichen Erkenntnisse, lernen die richtigen Fragen zu stellen und Fakten von Fake zu unterscheiden. Technische Kompetenz zeigt sich in der Anwendung naturwissenschaftlicher Erkenntnisse, um richtige Antworten auf Fragen technischer Natur zu erhalten.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt!

## Grundlagen Elektrotechnik

Was sind Strom, Spannung und Leistung? Wie funktioniert ein Schalter und was ist ein Taster? Wie funktioniert eine Wechselschaltung? Was ist ein LS und was ein RCD? Wir bauen eine Wechselschaltung. Für den Besuch dieses Kurses sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Infos/Anmeldung: VHS AK-Bildungszentrum

7 UE / 1 Tag(e)

Beginn: Freitag, 23.4.2021 – 14:00

Kursbeitrag: 60 Euro

## Workshop: Nachhaltig und ökologisch gärtnern

Ein naturnaher Garten ist klimafit, pflegeleicht und bienenfreundlich. Bei diesem Workshop gibt es Tipps und Tricks, wie mit einfachen Mitteln die Artenvielfalt gefördert wird und gleichzeitig eine Wohlfühlzone für Mensch und Tier entsteht.

Infos/Anmeldung: VHS Graz/Graz-Umgebung

4 UE / 1 Tag(e)

Beginn Frühjahr: Donnerstag, 6.5.2021 – 16:00

Kursbeitrag: 40 Euro

## Chemiefreier Haushalt

Schlagzeilen wie „Putzen ist das neue Rauchen“ tauchen in letzter Zeit immer öfter in den Medien auf und verunsichern die Menschen. Doch die Lösung der Problematik ist einfacher, als viele denken! Der Kurs zeigt Tipps und Tricks auf, um der Chemiekeule zu entkommen und dadurch präventiv die eigene Gesundheit und die Familie unterstützen. Bitte eigene Pflegeprodukte wie Haarshampoo, Duschgel, Haarspray usw. mitbringen.

Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag

2 UE / 1 Tag(e)

Beginn: Donnerstag, 29.4.2021 – 18:00

Kursbeitrag: 30 Euro

## Wie kann ich Mikroplastik reduzieren?

Dies ist ein Thema, das uns alle angeht. Denn Mikroplastik ist das einzige Problem, das größer

wird, wenn die Teile kleiner werden. Tun wir etwas vorbeugend für uns und unser aller Zuhause! Denn bereits jetzt schwimmen unglaubliche Mengen Mikroplastik im Meer.

Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag

2 UE / 1 Tag(e)

Beginn: Donnerstag, 22.4.2021 – 18:00

Kursbeitrag: 30 Euro

## Ätherische Öle – Kleine Helfer mit großer Wirkung

Was tun, wenn das WC auch ohne Chemie duften soll? Wenn ich einen natürlichen Schimmelentferner verwenden will? Wenn ich mein Obst und Gemüse möglichst ohne Pestizide zu mir nehmen will? Wenn ich im Sommer mit schweren Füßen zu kämpfen habe? Wenn Sie in die spannende Welt der ätherischen Öle eintauchen und sich auf eine Entdeckungsreise mit unendlich vielen Möglichkeiten begeben wollen, sind Sie in diesem Schnupperkurs genau richtig. Nach einem kurzen Einblick in die Theorie beschäftigen wir uns mit hilfreichen Tipps und Tricks, wie man die Öle ganz wunderbar in den Alltag integrieren kann.

Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag

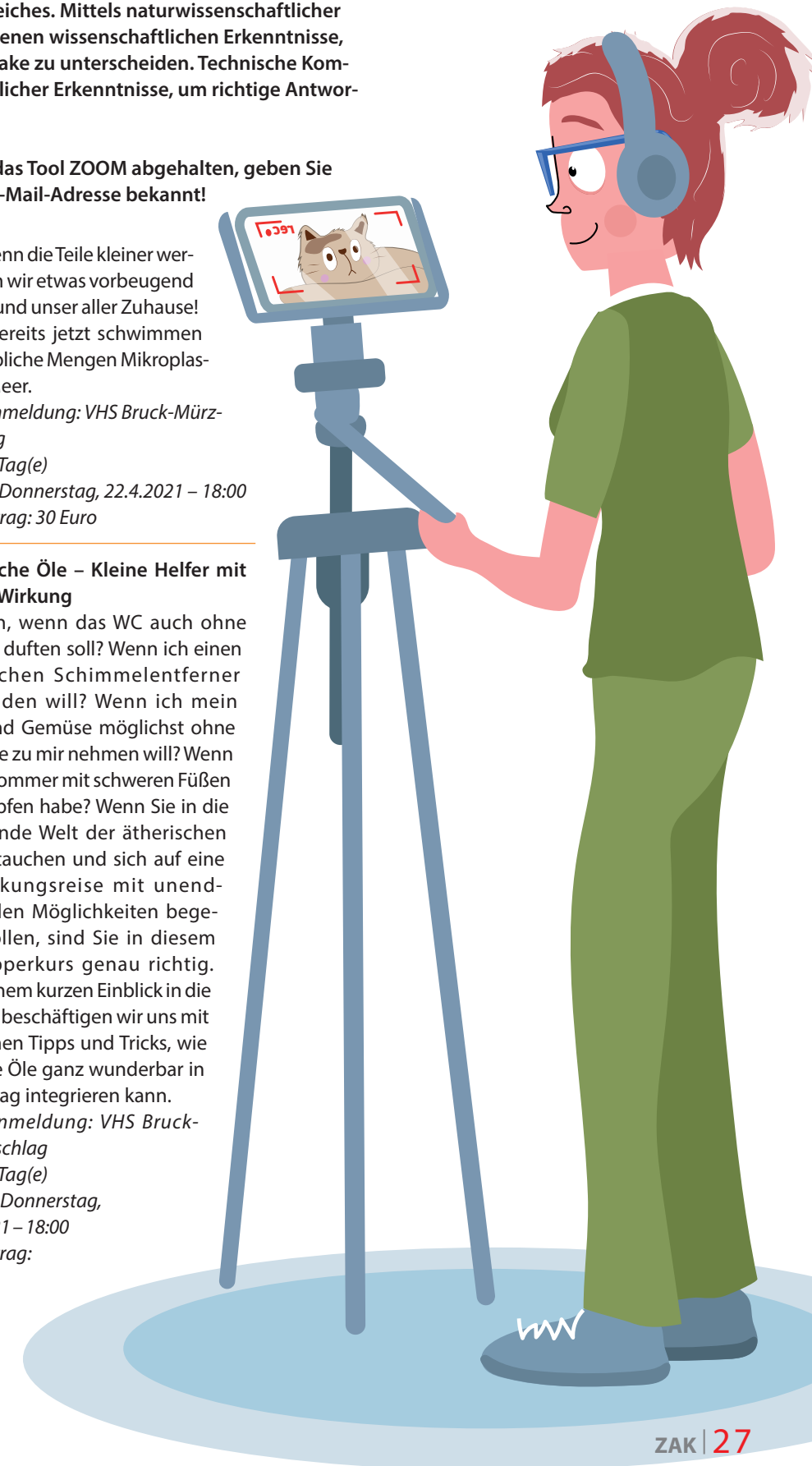
3 UE / 1 Tag(e)

Beginn: Donnerstag,

15.4.2021 – 18:00

Kursbeitrag:

35 Euro





# Lernkompetenz inklusive Basis- und Grundbildung

Die in diesem Bereich angebotenen Kurse ermöglichen es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, einen angeleiteten Lernprozess zu beginnen, weiterzuführen und das eigene Lernen durch entsprechende Lernstrategien und Lerntechniken, alleine und in der Gruppe, weiterzuentwickeln. Dies ist eine wichtige Grundlage für das zukünftige selbstgesteuerte Lernen. Basisbildung bzw. Grundbildung ist der Oberbegriff für grundlegende kulturelle Kompetenzen wie beispielsweise Lesen, Schreiben und Rechnen im Zusammenhang mit anerkannten Bildungsabschlüssen. Sie helfen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, sich verstärkt an gesellschaftlichen und politischen Themen zu beteiligen. Sie stellt weiters die Lebensgrundlage und die Möglichkeit des Erhalts der physischen wie psychischen Gesundheit dar.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt!

**A2 Deutsch als Zweitsprache – Grundstufe 3**  
Für Teilnehmer, die bereits über gute Grundkenntnisse der deutschen Sprache verfügen und Erfahrung im Sprachenlernen haben. Geübt werden ein erweiterter Wortschatz sowie erweiterte Grammatik sowie das Festigen der Sprech-, Lese- und Schreibkenntnisse. Kursbuch bitte vor Kursbeginn besorgen: Schritte PLUS NEU 3 und 4 Österreich, Kurs- und Arbeitsbuch, HUEBER Verlag. Kurstermine: zweimal wöchentlich, immer Dienstag und Donnerstag.  
Infos/Anmeldung: VHS Liezen  
2 UE / 20 Tag(e)  
Beginn: Dienstag, 13.4.2021 – 18:00  
Kursbeitrag: 195 Euro

**Mentaltraining „Die Kraft des positiven Denkens“**  
Inhalte des Kurses: 1) Grundlagen Mentaltraining, 2) Raus aus der negativen Gedankenspirale, 3) Erfolgreicher Perspektivenwechsel, 4) Erfolgstitips für positives Denken und Entspannung, 5) Einfluss von Gedanken, Emotionen & Sprache auf unser Leben, 6) Negative Glaubenssätze & Verhaltensmuster erkennen und verändern. Kurstermine: Freitag, 23.4.21, 17 bis 20 Uhr und Samstag, 24.4.21, 10 bis 13 Uhr.  
Infos/Anmeldung: VHS Leibnitz  
3 UE / 2 Tag(e)  
Beginn: Freitag, 23.4.2021 – 17:00  
Kursbeitrag: 60 Euro

**Finanzielle Bildung – Basiswissen**  
Dieser Kurs vermittelt Ihnen das finanzielle Basiswissen des täglichen Bedarfs, wie Begriffe des Finanzwesens, das Erstellen einer Haushaltsrechnung, Informationen zu Girokonto, Spar-

konto, Bankomat- und Kreditkarte, Kredit und vieles mehr, und ermöglicht Ihnen dadurch das Ziehen der richtigen Schlüsse daraus. Es wird auf individuelle Anforderungen der Teilnehmenden eingegangen und versucht, anhand von Praxisbeispielen komplexe Finanzthemen einfach zu erklären.  
Infos/Anmeldung: VHS Hartberg-Fürstenfeld  
4 UE / 1 Tag  
Beginn: Dienstag 11.5.2021 – 18:00  
Kursbeitrag: 30 Euro

**Buchhaltung I**  
In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über die Buchführungssysteme, die Einnahmen-Ausgabenrechnung in KMUs und die doppelte Buchführung in Grundzügen.  
Infos/Anmeldung: VHS Deutschlandsberg  
12 UE / 4 Tage  
Beginn: Mittwoch, 14.4.2021 – 18:00  
Kursbeitrag: 85 Euro

**Neue „Autobahnen“ im Gehirn schaffen – Lösungen finden anstatt Probleme wälzen**  
Oftmals sind wir mit neuen oder wiederkehrenden Problemen konfrontiert, häufig fühlen wir uns dabei hilflos oder deprimiert. In diesem Vortrag geht es darum, einen anderen Weg einzuschlagen, nämlich mehr und mehr auf die Lösung zu schauen. Die Neurowissenschaften untermauern dies: Je mehr ich mich mit meinem Problem beschäftige, desto mehr Spuren („Autobahnen“) gibt es diesbezüglich auf der neuronalen Landkarte. In diesem Vortrag erhalten Sie lebensnahe Inputs und konkrete Übungen! Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Vortrag bis spätestens 21.4.2021 um 16 Uhr durch.  
Infos/Anmeldung: VHS Liezen  
2 UE / 1 Tag(e)  
Beginn: Mittwoch, 21.4.2021 – 18:00  
Kursbeitrag: 30 Euro



# Politik, Gesellschaft und Selbstkompetenz

Bei gekennzeichneten Kursen ab 60 Euro kann der AK-Bildungsscheck eingelöst werden!

Der Aufbau von Gesellschaftskompetenz soll jene Fähigkeiten der Kursteilnehmenden stärken, über die eine Person in Bezug auf andere Personen, Gruppen und die Gesellschaft im Allgemeinen verfügen sollte. Dazu gehört philosophisches, psychologisches, soziologisches, historisches und kulturgeschichtliches Wissen. Aktive Bürgerinnen und Bürger beteiligen sich an und in der Gesellschaft, Gemeinschaft und/oder nehmen am politischen Leben teil. Bürgerkompetenz vermittelt den zwischenmenschlichen Respekt im Einklang mit den Menschenrechten und den Grundprinzipien der Demokratie. Selbstkompetenz bezieht sich auf die eigene Identität, die eigene Handlungsfähigkeit, Selbstreflexion, Selbstverantwortung und Selbstbestimmung in Hinblick auf die körperliche, geistig-seelische und soziale Entwicklung der Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer.

Alle Kurse dieses Bereiches werden online über das Tool ZOOM abgehalten, geben Sie daher bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse bekannt!

**Wie funktioniert Politik in Österreich II**  
Dieser Kurs behandelt die politische Meinungsbildung durch Medien und Social Media, Klimaschutz und Umweltpolitik und Einfluss von Petitionen und sozialen Bewegungen. Aufgrund der aktuellen Situation wird auch auf die parlamentarischen Entwicklungen rund um COVID-19 in Österreich eingegangen.  
Infos/Anmeldung: VHS AK-Bildungszentrum  
2 UE / 4 Tag(e)  
Beginn: Donnerstag, 15.4.2021 – 18:00  
Kursbeitrag: 60 Euro

**Mentale Stärke für ein erfolgreiches Leben**  
Unsere Gedanken beeinflussen unsere Gefühle und somit unser Wohlbefinden sowie unseren Erfolg im Leben. Es ist daher wichtig, die Kontrolle über die eigenen Gedanken zu behalten und mit mentaler Stärke die Herausforderungen im Leben zu meistern, um erfolgreich zu sein. In diesem Kurs lernen Sie, was mentale Stärke bedeutet. Sie erarbeiten sich Möglichkeiten, dem Gedankenkarussell zu entkommen und Ziele aktiv zu erreichen, um glücklich und zufrieden zu sein. Der 2. Kurstag findet am Freitag, 29.4.2021, 17 bis 20.30 Uhr statt.  
Infos/Anmeldung: VHS Bruck-Mürzzuschlag  
8 UE / 2 Tag(e)  
Beginn: Donnerstag, 22.4.2021 – 17:00  
Kursbeitrag: 60 Euro



**Zeit für mich!**  
Wenn Sie das Gefühl haben, dass es an der Zeit ist, besser auf sich zu achten, sich selbst etwas Gutes zu tun, das Gedankenkarussell abzustellen und wieder einmal die Seele baumeln zu lassen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Sie erlernen Wege, sich im oft stressigen Alltag Zeit für sich zu nehmen und zu erkennen, „was mir guttut“. Geführte Meditationen und die richtige Anwendung der Körperdruckpunkte werden zur Entspannung genutzt. Keine Vorkenntnisse nötig.  
Infos/Anmeldung: VHS Hartberg-Fürstenfeld  
1,5 UE / 5 Tage  
Beginn: Mittwoch 5.5.2021 – 19:00  
Kursbeitrag: 60 Euro

**Mehr Bewusstsein für meine Ressourcen-Vielfalt**  
Haben Sie wenig Freude im Alltag? Fühlen Sie sich niedergeschlagen und kraftlos? Sind Sie mit dem Kopf stets bei unerledigten Aufgaben? Dann ist dieses Seminar genau das Richtige für Sie! Hier werden Sie wieder achtsamer für Ihre Bedürfnisse, lernen diese wieder wichtig zu nehmen und Ihre Tanks auch in kurzer Zeit aufzuladen.  
Infos/Anmeldung: VHS Liezen  
2 UE / 3 Tag(e)  
Beginn Frühjahr: Montag, 3.5.2021 – 17:30  
Kursbeitrag: 50 Euro

**Ja, ich kann! – Motivationsarbeit in der Altenpflege**  
Dieser interaktive Workshop zeigt Ihnen Wege und Möglichkeiten auf, wie Sie Senioren zu einem aktiven und selbstbestimmten Leben motivieren können. Hierbei kann es sich sowohl um Beschäftigungs-, Freizeit- und Bewegungsangebote als auch um die Alltagsbewältigung wie zum Beispiel die eigene Körperhygiene oder die Flüssigkeitsaufnahme handeln. Nach einem kleinen Theorievortrag zum Thema „Bedürfnis und Motivation“ beschäftigen wir uns mit der praktischen Umsetzung des Erlernten. Zielgruppe: pflegende Angehörige, Fachpersonal aus der Altenarbeit sowie an diesem aktuellen Thema Interessierte. Der zweite Kurstag findet am Samstag, 8.5.2021 ab 9.30 Uhr statt. Bitte führen Sie aus organisatorischen Gründen die Erstanmeldung zum Vortrag bis spätestens 6.5.2021 um 16 Uhr durch.  
Infos/Anmeldung: VHS Oberes Murtal  
4 UE / 2 Tag(e)  
Beginn: Freitag, 7.5.2021 – 17:00  
Kursbeitrag: 60 Euro







# Bares für unsere Mitglieder

Die Förderungen der AK Steiermark betreffen verschiedenste Bildungsschritte, das Pendeln zur Arbeit, das Wohnen und vieles mehr.

## Bonus für Berufsreifeprüfung

Wer eine Lehre oder eine Fachschule absolviert und noch keine Matura hat, kann diese nachholen: mit der Berufsreifeprüfung (BRP). Nach Ablegen der Berufsreifeprüfung erhalten steirische Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer einen Bonus von 220 Euro.



## Wissenschaftliche Arbeiten

Die AK Steiermark fördert eingereichte und approbierte Bachelor-, Diplom-, Masterarbeiten und Dissertationen mit einem Betrag von 200 bis zu 650 Euro. Die Einreichfrist endet am 31. Juli 2021.

## Schul- & Studienbeihilfe

Die AK Steiermark unterstützt ihre Mitglieder und deren Kinder mit geringem Familieneinkommen durch die Schul- und die Studienbeihilfe in Höhe von 250 Euro pro Schul- bzw. Studienjahr. Einreichfrist bis 31. März 2021.



## Pendlerbeihilfe

Bis 31. Dezember 2021 kann um die PendlerInnenbeihilfe des Landes Steiermark und der AK rückwirkend für das Jahr 2020 angesucht werden. Im Durchschnitt erhalten die Steirerinnen und Steirer 126 Euro (die maximale Förderung beträgt 389 Euro pro Jahr).

## AK-Bildungsscheck

Dieser gilt für Fortbildung bei der VHS und dem bfi. Entsprechende Kurse sind im jeweiligen Programm mit „AK“ gekennzeichnet. AK-Präsident Josef Pessler und AK-Direktor Wolfgang Bartosch sind sich einig: „Gute Bildung muss nicht teuer sein. Nutzen Sie den 60-Euro-Bildungsscheck zwei Mal im Jahr.“



## 1.000 Euro Karenzbildungskonto

Alle Eltern, die Kinderbetreuungsgeld bekommen und vor der Geburt des Kindes AK-Mitglieder waren, haben bis zum 3. Geburtstag des Kindes Anspruch auf das Karenzbildungskonto. Es wird im Wert von 1.000 Euro in der nächstgelegenen AK ausgestellt und gilt für sämtliche Kurse, die im VHS- oder bfi-Programm mit dem AK-Logo gekennzeichnet sind.

## Insolvenz-Entgelt-Fonds

Damit Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, deren Unternehmen aufgrund von Corona insolvent wurden, nicht monatelang bis zur ersten Zahlung des Insolvenz-Entgelts warten müssen, springt die AK mit einem zinslosen Darlehen ein. Die Vorfinanzierung ist für Insolvenzen bis 31. Dezember 2021 befristet.



## Wohnbauförderaktion

Mitglieder der AK Steiermark, die im Jahr 2020 ihre geförderte Neubauwohnung bezogen oder ihren Rohbau mit Hilfe der Neubauförderung der öffentlichen Hand errichtet haben, können einen einmaligen Zinszuschuss von bis zu 1.200 Euro erhalten. Der letzte Einreichtermin ist der 31. März 2021.

## Digi-Bonus Plus

AK-Mitglieder können sich mit dem Digi-Bonus Plus 50 Prozent der Kosten digitaler Ausbildungen fördern lassen. Für AK-Mitglieder mit niedrigem Einkommen kann die Förderung sogar bis zu 80 Prozent betragen. Förderanträge für heuer begonnene Kurse müssen bis Ende des Jahres gestellt werden.



## Gesundheits- und Sozialberufe

Mit einer Ausbildungsförderung für Gesundheits- und Sozialberufe in der Höhe von 250 Euro pro Ausbildungsjahr unterstützt die AK Steiermark Schülerinnen und Schüler sowie Studierende. Ende der Einreichfrist: 31. März 2021.

Alle Infos zu den Förderungen:  
[www.akstmk.at/beihilfen](http://www.akstmk.at/beihilfen)

**AK-Steuerspartage im Mai 2021 – Anmeldung ab sofort unter ☎ 05 7799-2207**

## zak impressum

**Medieninhaber:** Kammer für Arbeiter und Angestellte für Steiermark, 8020 Graz, Hans-Resel-Gasse 8-14, Tel.: 05 7799 • [www.akstmk.at](http://www.akstmk.at)  
**Redaktion:** Michaela Felbinger, Julia Fruhmann (Chefin vom Dienst), Gerhard Haderer, Berndt Heidorn, Stephan Hilbert, Marcel Pollauf (Gesamtleitung), Daniel Windisch  
**Fotoredaktion:** Selina Graf-Putz, Sandra Temel • **Illustrationen:** Benjamin Urbanek  
**Lektorat:** ad literam • **Produktion:** Wolfgang Reiterer • **Druck:** Walstead Leykam Druck GmbH & CO KG • **Offenlegung gemäß Mediengesetz §25:** siehe [www.akstmk.at/impressum](http://www.akstmk.at/impressum) • **Auflage:** 365.900 Stück



Österreichische Post AG • MZ 11Z038873 M  
AK Steiermark • Hans-Resel-Gasse 8-14, 8020 Graz  
Retouren an Postfach 555 • 1008 Wien