

1. TOP LOUNGE

in Saarbrückens Event-Location THE LOFT

Ein Feier-Abend in bester Gesellschaft ...

Eine traumhafte Location im Saarbrücker Osten. Mit einer stylish-eleganten Lounge der Quirin Bank. Dazu aktuelle Modell-Neuheiten des Porsche Zentrum Saarland. 180 handverlesene Gäste. Inspirierende Gespräche. Chillige Live-Musik. High Life & Champagner-Laune. Die **1. TOP LOUNGE** – als stilvolle Afterwork-Party des TOP MAGAZIN SAARLAND konzipiert - fand bei Freunden und Anzeigenpartner großen Zuspruch. TOP zeigt die schönsten Momente eines unvergesslichen Feier-Abends...

Wo **feine Genüsse** die Sinne inspirieren ...

Beste Weine aus dem Hause Jacopini. Prickelnder Champagner von Laurent Perrier. Kühles Bitburger Bier. Mineralwasser aus dem Hause Acqua Morelli. Zander, Rinderfilet und Entenbrust von Grunder Gourmet. Kulinarische Kreationen von Eisermann's Creative Cooking. **Die TOP LOUNGE in THE LOFT – ein Fest, das Gaumen und Seele berührte.**



Blaue Stunde: Mineralwasser von Acqua Morelli



Man nehme: Frische Kräuter & freundliche Köche. Ingo und David Grunder servierten feine Spezialitäten aus dem Hause Grunder Gourmet

CREATIVE
Eisermann's
COOKING

Event Catering
Event Konzeption
Event Design



Kleine Stärkung zwischendurch: Mode-Designer Julian F.M. Stoeckel mit Weißwein aus dem Hause Jacopini und lukullischen Genüssen von Grunder Gourmet



Oh, das sieht aber lecker aus! Christian Baus (Franz Martz & Söhne) probiert von Eisermann's Flying Buffet



Klein, aber fein: Die Schokokuchen von Eisermann's Creative Cooking waren der Hit!



Die Küchen-Profis: Stefan und Anna Eisermann bewiesen Liebe zum Detail



Surf & Turf-Spieße von Grunder Gourmet



Feine Flaschen: Das Weinhaus Jacopini aus Neunkirchen lieferte ausgewählte Tropfen



Best of... Bitburger! So und nicht anders sollte ein Kühlschrank gefüllt sein



Bon Appetit! Dr. Marco Böhm, IKK-Geschäftsführer Günter Eller, HWK-Hauptgeschäftsführer Dr. Arndt Klein-Zirbes und Anja Persch (Marketingclub Saar) ließen es sich schmecken



Frisch auf den Tisch: Hier hatte man die Qual der Wahl

Eisermann's Creative Cooking

Angela-Braun-Straße 16b
66115 Saarbrücken
Tel 06 81 . 906 78 55
info@eisermanns.com
www.eisermanns.com



Ibiza, Rio, Miami: Star-Geigerin Marina Belinska ist weltweit auf Tour. Für die TOP LOUNGE kam sie eigens ins Saarland gereist

... und Party-People die **Erste Geige** spielen.

Music was her first Love! Marina Belinska und ihre magisch leuchtende Elektro-Violine - Was für eine Show! Die Münchnerin kam eigens aus ihrer Wahlheimat Ibiza eingeflogen, um gemeinsam mit DJ Daniel Gloss die Gäste der TOP LOUNGE in Saarbrücken zu verzaubern. Seit Jahren schon begeistert sie ihr Publikum weltweit auf den exklusivsten Partys und Festivals zwischen Miami Beach, Amsterdam und Rio de Janeiro. Ob Klassik, Fusion, Pop, Jazz oder House: In der TOP LOUNGE verschmolzen die unterschiedlichsten Musik-Genres zu einem neuen, magischen Sound. What a feeling!



Hoch die Hände, wir machen Party ohne Ende!



Seite an Seite mit der Saiten-Künstlerin: Roberto Ferraro (Osteria Lui & Lei) war von Geigen-Virtuosin Marina Belinska hellauf begeistert

GRUNDER
gourmet

LIEBE UND VIELFALT.

UNSER CATERING:
VON HERZEN GUT,
MIT LIEBE ZUM DETAIL





Enrico Jacopini, Wein-Partner unserer TOP LOUNGE, mit Jenni Palacek



Freuen sich auf die gemeinsame Foto-Ausstellung, die ab 24. Januar in der Galerie Neuheisel eröffnet wird: Galerist Benjamin Knur mit Foto-Künstlerin und Schauspielerin Katja Flint



Datenschutz-Experte Dr. Dominic Broy (Geschäftsführer HJP Datentechnik GmbH) mit HWK-Hauptgeschäftsführer Dr. Arndt Klein-Zirbes



Ein außergewöhnlicher Ort für Ihr Event!

Wo man Networking noch sehr persönlich nimmt ...

Braucht man wirklich Internet-Portale, um mit Neukunden in Kontakt zu kommen? Keineswegs! Die TOP LOUNGE – konzipiert als lässiges Get-together in bester Gesellschaft – war der beste Beweis, dass Business auch „offline“ möglich ist. Ganz nonchalant. Im Jetzt und hier. Beim kühlen Bitburger Bier.



Jürgen Denne (Franz Martz & Söhne) mit Rechtsanwalt und TOP-Kolumnist Andreas Abel



Thorsten Rahm (Auveo Hörgeräte), Stephan Romeike (Busch Endres)



Volkmann Neumann (echtgut markeninszenierung) mit Dr. Ludwin Vogel (Sprecher der Strukturholding Saar)



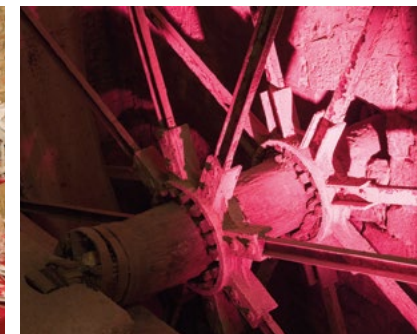
Party-Profi Andreas Fuhrmeister (Friends Event), Sicherheits-Experte Timo Meyer (USEC) und Filmemacher Michael Därbächer (brainworks unlimited)



Saarbrücker Gastro-Profis unter sich: Jian Wu (mu-kii) und Tante-Maja-Chefin Catalina da Palma-Kremers



Mit Feierabend-Bier: Rüdiger Birster (Versicherungsagentur Gries & Birster) beim Plausch mit Harald Link (Juwelier Eckstein)



Bester Laune: Charly Hodapp (Schreinerei Hodapp), Sven Oliver Massar (Quirin Bank) und Erwin Klampfer (Dentale Manufaktur)



Vorstands-Trio mit Power! Joachim Morsch, Vorstandssprecher der energie SaarLorLux mit seinen Vorstands-Kollegen Detlef Huth und Martin Kraus



Viola und Werner Schmeer (Viasit) und Karim Hassanzadeh (Hassanzadeh Reisen)



Route de Luxembourg - L-5670 Altwies
T +352 40 62 71 - F +352 48 07 76 - G +352 621 144 755
info@lemoulin.lu - www.lemoulin.lu



Klaus Erfort mit Schauspielerin und Filmproduzentin Elisabeth Brück



Gemütliche Chill-out-Area: Blick in die Quirin Lounge



Santé auf den schönen Abend: Jan Grolier (Handwerkskammer) mit Ehefrau Sahra



Mit den Stars auf Du und Du: Beauty-Doc Mirko Fuchs – hier mit dem Berliner Mode-Designer Julian F.M. Stoeckel

... und in lässiger Lounge-Atmosphäre das Leben feiert ...

Keine Frage: Der Oli hat's einfach drauf.

Gemeint ist Oliver Häfele, der beim Thema TOP LOUNGE mal wieder eindrucksvoll unter Beweis stellte, dass er die klare Nummer 1 in Sachen „Deko“ ist. Innerhalb weniger Tage verwandelte der Gastro-Profi und Kulissen-Künstler seine Event-Location THE LOFT in einen eleganten, stimmungsvollen Party-Hotspot mit Wow-Effekt!



Bester Laune: Frances und Volker Bentz (BENTZ Moden) mit Party-Caterer Dieter Christ (Mitte links) und Drei-Sterne-Koch Klaus Erfort



Dr. Mascha Lang und Alexander Lang (Geschäftsführer Porsche Zentrum Saarland)



Die Deko-Experten Christoph Lange und Tan Warawut arrangierten den traumhaften Blumenschmuck



Bitte lächeln! Kai Grunder und Lebensgefährtin Sandra Wölfinger verwöhnten die Gäste mit exzellenten Gerichten



Gastgeberin Elke Schumann (TOP MAGAZIN SAARLAND) mit Flughafen-Chef Thomas Schuck



Florian Lauer und Alexander Loew (HSE LOEW)



Florian Alexander Eich mit Marc Lanz (First Reisebüro)



www.usm.com

Make it yours!

USM setzt auch im Home Office Akzente: mit der harmonischen Symbiose von Form und Funktion.

kuhn

einrichtungshaus st.ingbert

Kohlenstraße 1, Tel. 06894 - 4679
einrichtungshaus.kuhn@t-online.de
www.kuhn-einrichtungshaus.eu

... lautet unser TOP-Fazit: Das Beste am Feste sind Sie, liebe Gäste!

Eine Business-Party an einem Donnerstagabend? Unter der Woche? Kann das funktionieren? Aber klar doch! Bis in die Morgenstunden wurde getanzt, geplauscht, gelacht, getrunken, gegessen – und das Leben gefeiert. Womit mal wieder bewiesen ist: Ein Event wie die TOP LOUNGE steht und fällt mit seinen Gästen. Und die ließen es ordentlich krachen. Schön war's!



Stets aufmerksam und hilfsbereit: Gerhard Steffen und sein charmantes Service Team kümmerte sich um das Wohl der Gäste



Franz Becker (Becker Mining Systems) und Sterne-Koch Klaus Erfort



Julian F.M. Stoeckel und Schlagersängerin Stefanie Simon kamen eigens aus Berlin



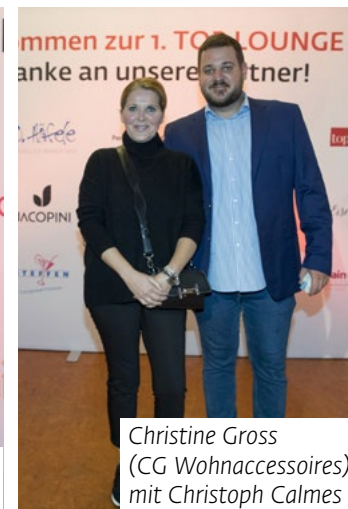
Schmuckes Paar: Die Juweliere Rabea und Mark Hecker Petra und Jürgen Schillo (Coiffeur Schillo) mit Liliana Amendola



DJ Chris Woll mit Dirk Philipp („Die Familienschützer“)



Gern gesehener Gast: René Seelbach (Saarland Versicherung)



Christine Gross (CG Wohnaccessoires) mit Christoph Calmes



Cooler Brille, lässiges Shirt: Günter Zöllner (Caféhaus Zöllner)



Powerstarke PS-Parade: Das Porsche Zentrum Saarland präsentierte aktuelle Premium-Modelle



Wo er ist, ist Party! Gastgeber Oliver Häfele (THE LOFT)

Ein Unternehmen der Versicherungskammer



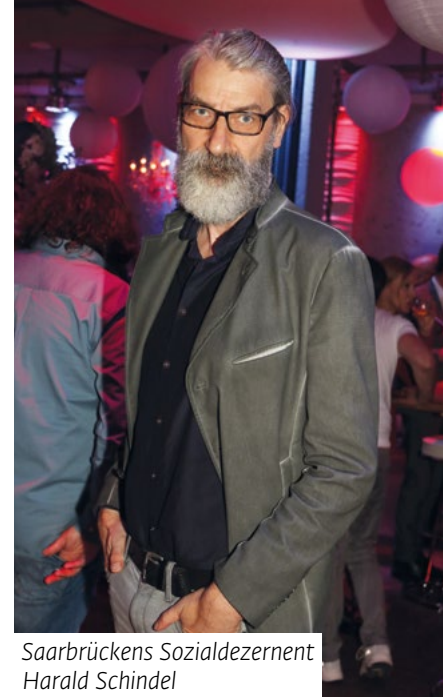
Kfz-Versicherung

Fahren Sie auf Nummer sicher!

Garantiert in Ihrer Nähe, wenn was passiert. Jetzt Angebot anfordern und vergleichen. SAARLAND Versicherungen – Wir sind für Sie nah.



Judith Schueller, Rechtsanwältin
Katja Neutzling und Karsten Färber



Saarbrückens Sozialdezernent
Harald Schindel



Anja Eisermann
und Dieter Christ



Philip Kaiser, Sven Oliver Massar (r.) (Quirin Privatbank)



Karsten Morschett (Möbel Morschett), Philip Kaiser (Quirin Privatbank),
Daniel Bonertz und Jennifer Wegemund (echtgut markeninszenierung)



Walter Gries und Rüdiger Birster (Versicherungsagentur
Gries & Birster) mit Frank Schreiner („Donic“) und seiner
Tochter, der Renn-Pilotin Carrie Schreiner



Beste Freunde: FCS-Trainer Dirk Lottner
mit Andreas Bohschulte und Tochter Mira



Thank You for the Music! Sven-Oliver
Massar bedankt sich bei DJ Daniel Gloss



Ralf und Manuela Balthes
(CCS ClassicCarSaar)



Steuerberaterin Gabriele Fontaine,
Sommelière Mia Hamoen und
miori-Chefin Nicole V. Wilhelm



Uwe Conrad (smart Center Saarbrücken)
mit Ehefrau Katrin Heilig

**SCHON
PROBIERT??**

ZAPATA

SOCIAL PLATES

TAPAS & BAR

MAINZER STRASSE 8
66111 SAARBRÜCKEN
WWW.ZAPATA.SAARLAND



Katja Flint

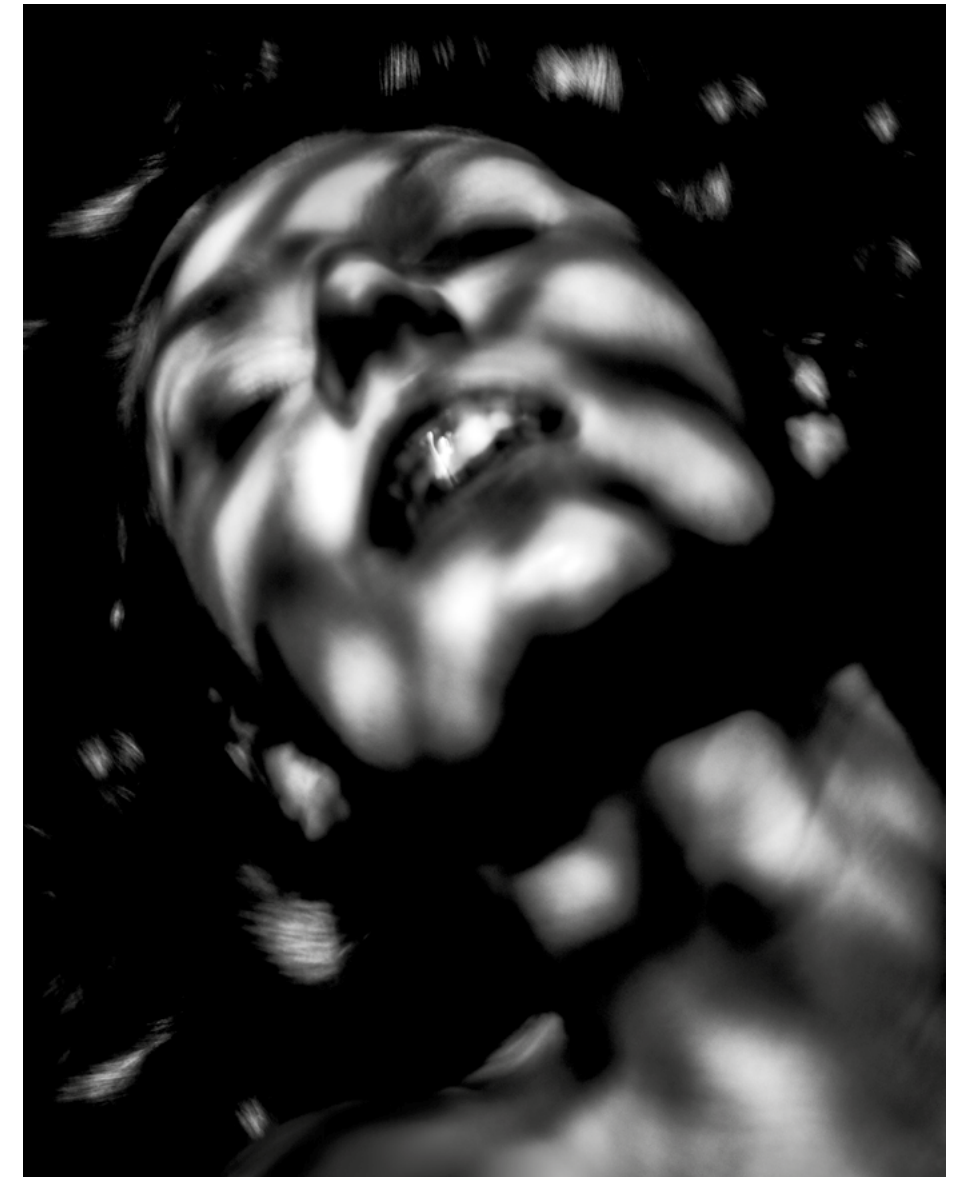
Bewegende Momente

Wir kennen sie aus Kinofilmen wie „Marlene“, „Die weiße Massai“ und „Die Sieger“. Und natürlich aus dem „Tatort“ und vielen anderen TV Krimis und Komödien. Doch Katja Flint ist nicht nur eine der bekanntesten Schauspielerinnen Deutschlands, sondern auch eine begnadete Foto-Künstlerin. Ab Freitag, den 24. Januar, präsentiert die Wahl-Berlinerin eine Auswahl ihrer Werke in der Saarbrücker Galerie Neuheisel.

von Sylvio Maltha

Freude und Leid. Sehnsucht und Verzweiflung. Lust und Zorn. Melancholie und Sinnlichkeit. Keine Frage: Katja Flint kennt und beherrscht die gesamte Klaviatur der großen und kleinen Gefühle. Als Schauspielerin auf der Bühne. Vor der Kamera. Im wahren Leben. Und seit wenigen Jahren auch als Foto-Künstlerin. Dabei sind ihre Bilder keine Porträts im klassischen Sinne. Keine dokumentarischen Abbilder realer Personen. Vielmehr magisch anmutende Moment-Aufnahmen emotionaler innerer Befindlichkeiten. Gefühlsregungen, die sie ihrem Modell entlockt, mit ihrem Modell gemeinsam entwickelt.

Die Unschärfe – erzeugt durch überlange Belichtungszeiten – ist hierbei ein wichtiges Gestaltungsmoment. Es anonymisiert, abstrahiert, bringt die Bilder zum Schwingen, verleiht ihnen – im besten Wortsinne – etwas Schleierhaftes. Diese Unschärfe schützt zugleich die fotografierte Person vor einem allzu entblößenden Verismus.



Überdies leben die Fotografien von Kontrasten – scharf und verschwommen, entspannt und verzerrt. Ein Tanz zwischen Licht und Schatten. So entstehen surreale, subtile, verstörende Bildwerke, die uns im Innersten berühren und faszinieren. Wir blicken nicht in Gesichter konkreter Personen. Sondern ergründen unweigerlich die geheimnisvollen Gefühlswelten, die diesen Bildern innewohnen. „Emotionen steuern unser Verhalten und unser Verhalten gestaltet unsere Welt. Darüber nachzudenken halte ich für nicht ganz unwichtig“ sagt Katja Flint zu den aktuellen Arbeiten.

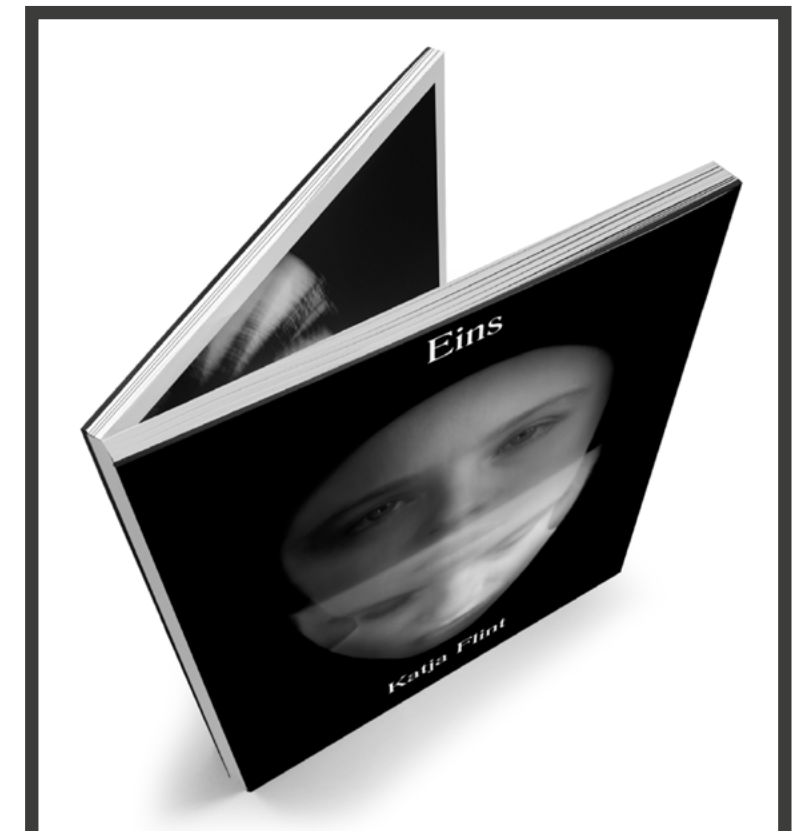
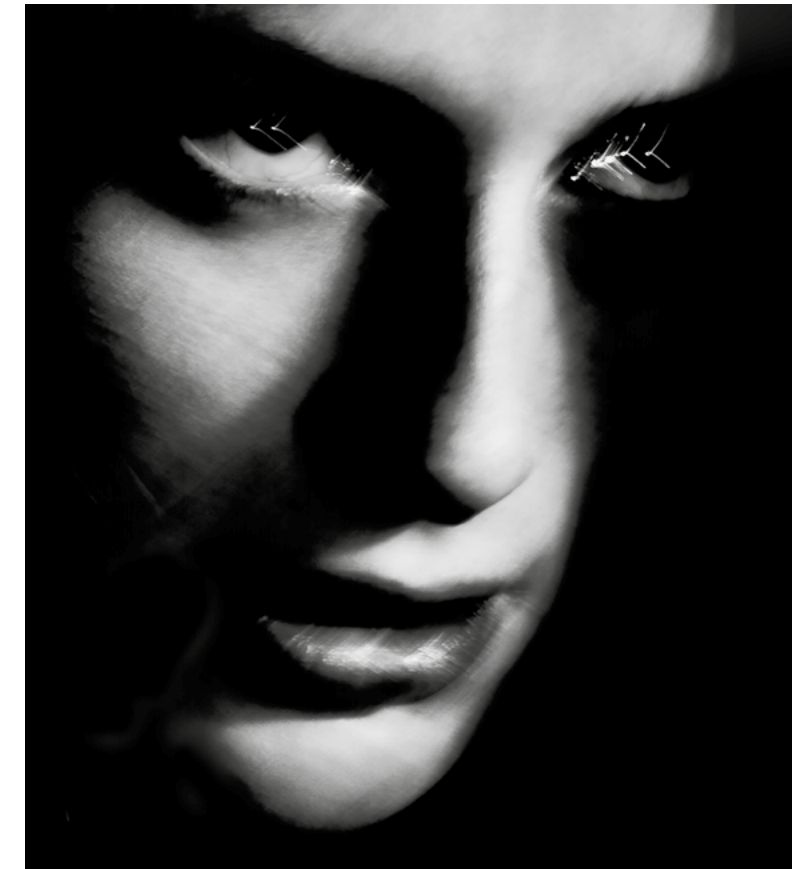


Zur Fotografie fand Katja Flint vor einigen Jahren eher spielerisch – über ihr Handy. „Ich hatte Freude daran aus alltäglichen Beobachtungen reale und surreale, gemäldehafte Kompositionen zu erspielen“. Bis ihr schließlich Freunde aus der Kunstwelt dazu rieten, sich doch endlich eine „vernünftige Kamera“ zu kaufen.

Mit beachtlichem Resultat. Heute sind Katja Flints Fotowerke im Museum und namhaften Galerien zu bewundern.

Aber eine Schauspielerin, die von heute auf morgen zur Fotokamera greift – wie kann das sein?

Für Katja Flint ist der Übergang vom Filmgeschäft zur Fotokunst kein plötzlicher Genre-Wandel, eher eine natürliche, fließende Weiterentwicklung ihrer selbst.



Schließlich hat sie sich durch ihr Bühnen-Studium, ihr Rollenspiel am Theater und ihre Präsenz in bislang über 100 Filmproduktionen über die Jahre hinweg zu einer Meisterin der Darstellung von großen, aber auch kleinen, zarten, kaum merklichen Gefühlsregungen jeglicher Couleur entwickelt. Nur zu gut weiß sie um die Wirkung von Mimik, Gestik, Blicken und Bewegung.

Für die fotografische Erarbeitung dieser emotionalen Innenwelten stellten sich Freunde, Familie und Nachbarn als Modell zur Verfügung, auch die bekannten Schauspielerinnen Jasna Fritzi Bauer und Antje Traue. Doch ob man sie auf den verzerrten Bildern tatsächlich erkennt? Wir sind gespannt. ■

Am 24. Januar, ab 19 Uhr, lädt die Galerie Neuheisel, (Johannisstraße 3a, Saarbrücken) zur Venissage „Eins“ mit Katja Flint. Ein von Katja Flint persönlich signierter Bildband (Distanz-Verlag) kann auf ihrer Website www.katjaflint.com bestellt werden.

Gesund im Saarland

GESUNDHEIT gilt als Schlüssel zum Glück!

Doch was tun bei Diabetes oder Rückenschmerz, Allergien oder Herzrhythmus-Störungen? Welche Rolle spielt die Ernährung? Und warum ist eigentlich Bewegung so wichtig? TOP sprach mit namhaften Mediziner*innen der Region sowie den TV-bekanntesten Ärzten Dr. Eckart von Hirschhausen und Dr. Anne Fleck.

Wie digitale Helfer unseren Alltag erleichtern Die besten Apps für Ihre Gesundheit

Zahlreiche Apps bieten mittlerweile hilfreiche Gesundheitstipps. Einen Arztbesuch können Sie jedoch nicht ersetzen

Sie messen den Puls, checken das Schlafverhalten, zählen Kalorien und gewöhnen uns das Rauchen ab. Doch können Gesundheit-Apps auch den Arztbesuch ersetzen?

Diana Ortmann ist fit wie ein Turnschuh. Die 57-jährige Angestellte läuft Marathon, fährt Mountainbike, macht Kraftsport und powert sich dreimal pro Woche auf dem Trampolin aus. Ihr persönlicher Coach achtet dabei stets darauf, dass sie genügend Eiweiß zu sich nimmt, ausreichend trinkt, ihr Laufpensum absolviert und nachts acht Stunden schläft. Kurzum: Leben, Ernährung und Training sind minutiös durchgetaktet. Dem Smartphone sei Dank!

„Ich nutze ein Dutzend Apps, die meine Gesundheitsdaten checken und mich Tag für Tag aufs Neue motivieren“, so



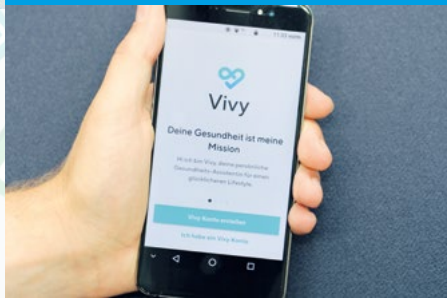
Diana Ortmann nutzt zahlreiche Fitness-Apps

Diana Ortmann. Die Freizeitsportlerin liegt damit voll im Trend. Immer mehr Deutsche nutzen spezielle Mini-Programme für ihre Smartphones und Tablets, tragen Fitness-Armbänder und smarte Digital-Uhren.

Bei aller Technik-Begeisterung sollten wir dabei nicht vergessen, dass unser Körper selbst keine Maschine ist - und sich nicht nach mathematischen Regeln verhält. Wer jedoch mit Pulsmessern, Sportuhren, Schrittzählern und digitalen Ernährungs-Docs seinen Lebensstil im Blick behalten mag, für den liefern Apps sinnvolle Anhaltspunkte. Genauso wichtig sollte jedoch die eigene gesunde Körperwahrnehmung bleiben.

Vom „Migräne-Tagebuch“ bis zum „Apotheken-Finder“, vom „Fruchtbarkeitskalender“ bis zur „Rückenschule“: Von den mehr als drei Millionen Apps befassen sich etwa 90.000 mobile Anwendungen mit dem Thema „Fitness“, rund 55.000 mit dem Thema „Medizin“. Die Übergänge zwischen Medizin, Wellness, Fitness und Lifestyle sind dabei eher fließend. Viele Apps entpuppen sich tatsächlich als kleine Alleskönner. Die smarten Helfer erinnern uns an die Medikamenten-Einnahme, erstellen erste Diagnosen, messen unseren Puls und protokollieren die täglichen Aktivitäten. Vorbei die Zeiten, als man das Handy nur zum Telefonieren aus der Jackentasche zog. Heute gibt es gibt Seh- und Hörtests,

Rücken, Sonne, Arzttermine: 7 kostenlose Apps für ein gesundes Leben



APPzumARZT: Erinnert an Arzttermine, liefert Hintergrundinfos zu einzelnen Krankheitsbildern.

Carbodroid – trink dich fit! Erinnert uns daran, ausreichend zu trinken!

Die 60 besten Rückenübungen. Machen Sie die Biege – mit Barbara Becker! Mit anschaulichen Lern-Videos zum Aufwärmen und Dehnen.

Hausapotheke. Sind die Aspirin abgelaufen? Brauche ich neue Pflaster? Diese App behält den Überblick über Ihr Medizinschränkchen.

Allergiehelfer. Heuschnupfen ist echt zum Heulen! Doch diese App warnt in ihrer 3-Tages-Vorhersage vor möglichen Belastungen wie Pollen, UV-Strahlung, Feinstaub und Ozon.

Sonnenschutz? – Sonnenklar! Ort, Zeit und Hauttyp eintippen – schon ermittelt die App Ihren persönlichen Lichtschutzfaktor für den optimalen Sonnenschutz.

Vivy heißt die neue, kostenlose Handy-App, mit der Millionen Krankenversicherte nun ihre persönlichen Gesundheitsdaten effizienter managen können. Vivy ist eine digitale Akte, in der Laborwerte, Röntgenbilder und Befunde in einer Hand gebündelt und bei Bedarf mit dem behandelnden Arzt geteilt werden können. Auch Überweisungen, U-Hefte und Mutterpass können von Vivy gespeichert werden. Obendrein erinnert uns Vivy an Vorsorge-Checks und Impftermine.

Ab 2. Januar 2020 Neueröffnung in Quierschied



Silke Bahn
Physiotherapeutin
Chiropraktikerin
Ödemtherapeutin

Nierenfunktionsrechner, Apps für Parkinson-Patienten, Diabetiker, Asthmatiker oder Menschen mit Schlafproblemen. verstehen sich als tägliche Begleiter in Sachen Lifestyle, Prävention und Service. Überdies sollen sie die Kommunikation mit der eigenen Krankenkasse vereinfachen.

Die Apps werden zumeist von IT-Unternehmen, Pharma-Firmen und Kliniken angeboten. Hilfreich sind auch die Apps einzelner Krankenkassen. Deren Programme sind in der Regel kostenlos und

Vorsicht geboten ist hingegen bei Apps, die aus Symptomen eine konkrete Diagnose ableiten. Beispielsweise beim Thema „Hautkrebs“. Ist der dunk-

le Fleck ein harmloses Muttermal oder doch ein gefährliches Melanom? Das können die meisten Gesundheits-Apps nicht seriös einschätzen. Grund genug, bestimmte Diagnosen im Zweifel lieber einem echten Arzt zu überlassen – und nicht immer blind auf Dr. Smartphone vertrauen!

Sprechstunde im heimischen Wohnzimmer

Was „Telemedizin“ leisten kann

Ein Griff zum Handy, ein Gespräch, vielleicht ein kurzer Videochat: Schon lässt sich im Handumdrehen klären, ob hinter den Bauchschmerzen nicht doch etwas Ernsteres stecken könnte. Telemedizin soll Arzt und Patienten verbinden, auch wenn sich beide an unterschiedlichen Orten befinden. Eine Zukunftsvision? Nein, heute schon längst Realität!



Sprechstunde mit dem Tele-Doktor. Gerade für Patienten im ländlichen Raum eine gute Alternative

Telemedizinische Betreuung bedeutet: Der Arzt versorgt den Patienten, ohne dass sich beide im gleichen Raum aufhalten. Möglich wird das beispielsweise durch eine Videosprechstunde. Dafür braucht man einen internetfähigen Computer mit Kamera und Mikrofon sowie eine spezielle, datensichernde Software. Schon kommt der Arzt mit ein paar Klicks – virtuell – bis ins Wohnzimmer. Vor allem Patienten auf dem Land profitieren von der Videosprechstunde. Denn schon jetzt gibt es zu wenige Ärzte in ländlichen Regionen. Die Technik ist eine Möglichkeit, diesem Mangel etwas entgegenzusetzen.

Unterstützt werden die Ärzte in der Regel von einer Versorgungsassistentin. Bei Hausbesuchen schreibt sie unter anderem EKGs, misst den Blutdruck, nimmt Blut ab, bestimmt den Blutzuckerwert oder versorgt Wunden. Die dafür notwendigen Geräte und Materialien hat sie im Telemedizin-Rucksack stets dabei. Die Ergebnisse überträgt die Versorgungsassistentin über eine gesicherte Leitung per Computer direkt in die Praxis. Dann

stellt sie eine Video-Verbindung zum Arzt her. Damit liegen dem Arzt in der Praxis alle notwendigen Vitaldaten des Patienten vor und er kann so, genau wie er es in der Praxis handhaben würde, eine Diagnose erstellen.

Wer sich für das Angebot interessiert, kann bei seiner Krankenkasse anrufen und nach einem Tele-Arzt in der Umgebung fragen. Aber auch auf einigen Internetseiten der Ärzte werden Interessierte fündig. Jeder gesetzlich Versicherte hat das Recht, so ein Angebot auf Kassenkosten zu nutzen. Privatversicherte sollten vorab mit ihrer Versicherung sprechen.

Alles geht aber nicht via Internet: Ab und an müssen die Patienten immer noch persönlich in der Praxis erscheinen. Der letzte Besuch darf nicht mehr als zwei Quartale zurückliegen. Rezepte darf der Arzt via Telemedizin nur ausstellen, wenn es sich um Folgeerfolge handelt. Das Erstrezept gibt es nach wie vor nur in der Praxis. ■

Unser Leistungsangebot

- Physiotherapie
- Lymphdrainage
- Kompressionstherapie
- Massage
- Fango / Kyrotherapie
- Wellnessangebote
- Hot Stone
- Aromaöl-Therapie
- Myofasziale Triggerpunkt-Therapie

Hochleistungs-Lasertherapie Stoßwellentherapie

Corpus Vitalis
Praxis für Physiotherapie

Alter Markt 2b
66287 Quierschied
Tel. 06897/9113515
mail@corpus-vitalis.net



Dr. Eckart von Hirschhausen

7 geniale Tipps für ein gesundes Leben!

Am 22. Januar 2020 gastiert er wieder in Saarbrücken: **Dr. med. Eckart von Hirschhausen**. Dann wird Deutschlands bekanntester Medizinmann in der Saarlandhalle sein neues Programm „Endlich!“ präsentieren. Vorab hat uns der Wahl-Berliner seine ganz persönlichen Gesundheits-Tipps verraten

Länger leben – leicht gemacht! Dr. med. Eckart von Hirschhausen verrät seine besten Gesundheitstipps

1. Raus ins Grüne!

Gehen Sie in die Natur, zu jeder Jahreszeit. Sie müssen keine Bäume umarmen, um zu spüren: Die Natur braucht uns nicht – wir brauchen die Natur. Und wenn wir wissen, wie wichtig etwas Grünes um uns herum ist, gehen wir auch liebevoller mit unserer Umwelt um.

2. Mach mal Pause!

Gönnen Sie sich Pausen für das, woran Sie glauben. Ob ein Gebet, die Stille, das Meer, die Berge, Musik oder der lange Blick in eine Kerze. Was immer Ihre Art ist, sich innerlich mit sich verbunden zu fühlen und gleichzeitig mit etwas, was über uns hinausweist, ist Balsam für die Seele. Und wenn Sie sich damit schwertun herunterzukommen: Es ist Übungssache.

3. Mensch, beweg Dich!

Ein ganz einfacher Trick, mehr Schritte in den Tag zu bringen, ist: Mobil telefonieren. Also wirklich mobil. Wenn ich längere Gespräche führe, gehe ich dabei um den Block. So kommt jeden Tag schnell eine halbe Stunde Bewegung zusammen. Dazu noch ein bisschen Krafttraining und Balancieren üben, fertig.

4. Runter mit den Kilos!

Wer nicht genießt, wird ungenießbar. Und: Nicht rauchen, nicht mehr Alkohol trinken, als einem guttut, und Übergewicht reduzieren lohnt sich in jedem Alter. Ich habe mit der „Hirschhausen-Diät“, den Essenspausen, entspannt 10 Kilo weg und fühle mich jünger als vor 5 Jahren.

5. Vorbild gesucht!

Suchen Sie sich Vorbilder: Wer sind die coolsten 80-Jährigen, die Sie kennen? Fragen Sie erfahrene, weise und gütige Menschen, wie sie so geworden sind. Und was zählt. Und werden Sie selber langfristig zum Vorbild. Übrigens: Keiner, den ich gefragt habe, meinte: „Ich hätte mehr Zeit im Büro verbringen sollen.“

6. Engagieren Sie sich!

Was können Sie weitergeben? Gerade die zweite Lebenshälfte ist die Zeit, in der ich gesammeltes Wissen und Fähigkeiten weitergeben kann. Engagieren Sie sich. Ob in der Gemeinde, in einer Initiative, in einer demokratischen Partei – was ist Ihr Ding? Gibt es ein Vorschulkind in Ihrer Nähe, dem Sie vorlesen können? Das müssen nicht die eigenen Enkel sein. Verschenken Sie das Kostbarste, was Sie haben: Zeit! Kinder, denen früh vorgelesen wird, haben ein Leben lang mehr Freude am Lernen. Jede Stunde liebevoller Zuwendung und Anregung zählt.

7. Zeit für Freunde!

Wie viel Zeit verbringen Sie mit Ihren Freunden? Ich meine jetzt: analog. Machen Sie einen roten Kringel in Ihrem Adressbuch um die Menschen, mit denen Sie lachen, weinen und schweigen können. Das sind Ihre größten Schätze. Stellen Sie sich vor, Sie würden krank. Wen hätten Sie da wirklich gerne in der Nähe? Da fallen viele „Freunde“ weg. Konzentrieren Sie sich auf die „roten Kringel“, das hält gesund – auch in Krisenzeiten. ■

mps.agency

Sind Sie bereit für eine Mission?

Dann kommen Sie an Bord der mps.agency!
Ihre Agentur für Marketing & Kommunikation

Jetzt durchstarten: +49 (0) 6841 . 18 77 32 4





Marcel P. Schmitt Werbeagentur
Besuchen Sie uns auf facebook.com/mpsmedien
und auf Instagram [@mps.agency](https://instagram.com/mps.agency)
auf unserer Webseite www.marcelsschmitt.de





Mit Herz und Rücken alles ok?

Wie fit ist Ihre Firma? Die IKK Südwest bietet Betrieben der Region einen kostenlosen Erst-Check an. Das Team von „Rolladen Kessler“ in Dudweiler hat's ausprobiert

Alles fit? Das Team von Rolladen Kessler nach dem Check

Ewiges Sitzen? Ist Gift für den Rücken. Die Zigarette zwischen-durch? Schädigt Herz, Kreislauf und Lunge. Stundenlange Bildschirm-Arbeit? Ermüdet die Augen. Marathon-Meetings? Führen zu Kopfweh und Burn-out. Fehlende Sicherheitskleidung? Kann böse Verletzungen zur Folge haben.

Das muss nicht sein, sagt Silvia Meißner (41). Seit neun Jahren arbeitet die Sportwissenschaftlerin bei der IKK Südwest in Saarbrücken. „Manche Chefs investieren leider eher in neue Maschinen statt in die Gesundheit ihrer Mitarbeiter“, so Meißner. Seit kurzem beobachtet sie jedoch ein Umdenken. „Innovative Arbeitgeber haben erkannt, dass nicht die nagelneue Produktionshalle ihr größtes

Kapital ist, sondern die Menschen, die darin arbeiten.“

Gemeinsam mit fünf Kollegen und Kolleginnen gehört Silvia Meißner bei der IKK Südwest im Saarland zum Team „Betriebliches Gesundheitsmanagement“, kurz: BGM. Deren Mission lautet: Prävention! „Dabei setzen wir auf die ABC-Strategie“, erklärt Silvia Meißner: Analyse, Beratung, Coaching!

Das Gute daran: Durch kluge Gesundheits-Strategien ließen sich diese Krankenstände verringern – und bare Münze einsparen. Für Unternehmen sind kranke Mitarbeiter nämlich ein enormer Kosten-Faktor: So schlägt jeder Fehltag mit rund 400 Euro zu Buche.

Darauf weist auch Prof. Dr. Jörg Loth hin. „Jeder Euro, den ein Chef in die Gesundheit seiner Mitarbeiter investiert, macht sich für das Unternehmen bezahlt – und zwar um das Drei- bis Fünffache!“, so der IKK Vorstand.

Der Clou: Jeder Betrieb – egal, ob kleiner Blumenladen, hippe Software-Schmiede oder großer Stahlkonzern – kann eine erste Gesundheits-Analyse kostenfrei in Anspruch nehmen. Anruf bei der IKK Südwest genügt.

Am Anfang könnte ein Check stehen, bei dem die Gesundheitsberater Stoffwechsel, Herzfrequenz, Körperhaltung, Fitness, Muskelmasse und Ernährungs-Verhalten unter die Lupe nehmen. Die Gesundheitsberater achten jedoch auf eine individuelle, an die jeweiligen Bedürfnisse des Unternehmens angepasste Beratung.

„Dieser Erst-Check ist natürlich freiwillig“, betont Gesundheitsberaterin Silvia Meißner. „Die Ergebnisse sind nur für den Betroffenen. Stichwort Datenschutz!“ Der Arbeitgeber erhält lediglich eine Gesamt-Analyse, um sich einen Überblick über die Gesundheit seiner Belegschaft zu verschaffen.

Nähere Infos über die „Job-Aktiv“-Programme unter bgm.ikk-suedwest.de



Winterschlaf? Von wegen.

Sportveranstaltungen sind selten im Winter. Doch in zahlreichen Trainingshallen, auf Sportplätzen und in der Natur sind sie; Athleten, die sich auf die kommende Saison vorbereiten. Tausende von Stunden trainieren sie weitestgehend von der Öffentlichkeit unbemerkt und hart für ihr großes Ziel. Nicht jeder erreicht es, aber jeder einzelne hat unseren allergrößten Respekt. Für uns sind diese Menschen Vorbilder an Leistungsbereitschaft und Durchhaltevermögen. Das unterstützen wir gerne.



Total verkabelt: Büro-Angestellte Stephanie Speicher beim EKG



Mit Fenster-Monteur Victor Weber in der Werkstatt



Vitamine sind wichtig! Für die Mitarbeiter stellt Firmen-Chef Helmut Kessler kostenfreies Obst bereit

Für Sport, Kultur und Soziales.
Für die Menschen im Saarland.



Mirko Fuchs, Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie, in Neunkirchen:

„Schöne Menschen sind glücklicher – und gesünder!“

Dass attraktive Menschen glücklicher und selbstbewusster durchs Leben gehen, und außerdem wesentlich mehr Chancen im Job und bei der Partnersuche haben, ist ein offenes Geheimnis. Doch wussten Sie schon, dass schöne Menschen generell gesünder sind?

Längst ist sich die Wissenschaft einig, dass Glück, Gesundheit und Attraktivität eng miteinander verwoben sind – und sich gegenseitig sogar beflügeln können. TOP spricht mit Mirko Matthias Fuchs, Facharzt für Plastische und Ästhetische Medizin in Neunkirchen, über die Geheimnisse gesunder Schönheit.

Herr Fuchs, warum sind schöne Menschen glücklicher - und letzten Endes auch gesünder?

Wer schön ist, erhält Komplimente, Anerkennung, wird bewundert und umgarnt. Das ist natürlich Balsam für die Seele – und stärkt das eigene Selbstvertrauen. Die psychologischen Effekte wirken sich positiv auf das Wohlbefinden aus – und halten sogar recht lange an. So hat eine Studie der Ruhr-Universität Bochum ergeben, dass Patienten selbst ein Jahr nach ihrer Beauty-OP mehr Lebensfreude, Zufriedenheit und Selbstwertgefühl an den Tag legten als die Probanden, die sich einst gegen einen Eingriff entschieden hatte.

Sind schöne Menschen seltener krank?

Ja. Renommierete US-Forscher haben herausgefunden, dass attraktive Menschen wesentlich seltener an Depressionen und Bluthochdruck leiden als weniger attraktive Menschen. Attraktive Frauen leiden auch seltener an Asthma und Diabetes, attraktive Männer haben niedrigere Cholesterinwerte.

Aber liegt Schönheit nicht im Auge des Betrachters? Und gehören Falten nicht zum Alter dazu?

Ja und nein. Letztlich geht es um die Frage: Wie alt fühle ich mich? Und wie alt möchte ich wirken? Ich kenne viele Menschen, die sich innerlich wesentlich jünger, fitter und vitaler fühlen als die Person, die sie morgens im Spiegel betrachten. Die moderne Schönheits-Chirurgie kann heute für ein frischeres und jugendlicheres Aussehen sorgen. Warum sollte man diese Möglichkeit nicht nutzen? Außerdem sprechen wir Experten mittlerweile von einer Ästhetik der Generationen – und da gehören manchmal sogar auch kleinere Fältchen dazu. Abgesehen davon kann Botulinumtoxin auch zu medizinischen Zwecken eingesetzt werden ...

Botox auf Rezept? Zu schön, um wahr zu sein ...

Ist aber so! Botulinumtoxin ist seit 2011 auch für die Migräne-Therapie zugelassen. Mit der Substanz lässt sich gegen Migräne-Attacken vorbeugen. Dies gilt jedoch nur für chronisch Kranke, die auf übliche Schmerzmittel nicht ansprechen.



Mirko Fuchs absolvierte seine Facharztausbildung in München, der Schweiz und im Saarland. Seit fast sieben Jahren ist er Leitender Arzt einer Fach-Klinik in Neunkirchen – und hat bereits vielen Menschen zu einem jüngeren, ästhetischeren und vitaleren Aussehen verhelfen können. Mirko Matthias Fuchs ist Mitglied in den wichtigsten Fach-Verbänden – darunter die Deutsche Gesellschaft für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie

Botox gegen Migräne – und die glatte Stirn gibt's gratis dazu?

Nicht wirklich. Die Dosis, die zur Migräne-Prophylaxe in die Stirn injiziert wird, ist deutlich geringer als die Dosis, die zur kosmetischen Behandlung eingesetzt wird und muss teilweise auch an anderen Stellen injiziert werden. Der Beauty-Effekt ist daher bei einer reinen Migränebehandlung kaum zu erkennen. Übrigens hilft Botox auch gegen Zähneknirschen, dem sogenannten Bruxismus.

Gibt es auch Brust-Korrekturen, die sich medizinisch begründen lassen?

Ja, erst neulich hatte ich eine junge Patientin, die unter ihrer extrem großen Oberweite litt. Nicht nur, weil sie gemobbt und sozial ausgegrenzt wurde, sie litt auch unter sehr starken Verspannungen und Rückenschmerzen. In diesem Fall war ein chirurgischer Eingriff sinnvoll. Dabei haben wir Fett, Drüsengewebe und überflüssige Haut entfernt – und so die Brust von DD auf ein kleines C reduziert, was die junge Frau heute als sehr angenehm empfindet. Die Rückenschmerzen sind mittlerweile Vergangenheit – Die junge Frau fühlt sich heute wie von einer schweren Last befreit. Eine Abrechnung mit der Krankenkasse ist jedoch nicht möglich, da es sich bei Belsetica um eine reine Privatpraxis handelt.

Sie gelten als erfahrener Brust-Operateur. Wie sollte die perfekte Brust aussehen?

Nicht zu klein, nicht zu groß. Schön geformt und angenehm straff. Für die meisten Frauen ist ein Wert von B oder C die richtige Wahl. Eine größere Oberweite kann schnell unnatürlich wirken. Besonders bei einer zierlichen Person ist Augenmaß vonnöten. Allerdings gibt es tatsächlich eine Busenformel, eine Brustform, deren Proportionen von den meisten Menschen als schön empfunden wird. Ein Spezialist kann danach die entsprechende Form und Größe der Brust vorab präzise bestimmen.

Raten Sie manchen Frauen auch von einer Brust-OP ab?

Ja, wenn ich merke, dass die Frau sich eigentlich noch unentschieden ist. Oder allzu unrealistische Vorstellungen hat. Oder nur hier sitzt, weil ihr Partner sie geschickt hat. Ich operiere erst, wenn eine Frau den Eingriff auch wirklich selbst möchte. Bei Brustvergrößerungen mit Silikonimplantaten muss einem bewusst sein, dass es sich hierbei um einen Fremdkörper han-



„Botox, Brust-Korrektur, Augenlider: Viele Eingriffe machen auch medizinisch Sinn!“

Mirko Fuchs

delt, der vor allem in Übergrößen auf Dauer Probleme machen kann. Mit Eigenfett hingegen lässt sich häufig nicht so präzise formen und es baut sich teilweise auch wieder ab.

Thema „Augen“. Lässt sich durch eine Lid-Korrektur die Sehkraft verbessern?

Nein, aber das Gesichtsfeld vergrößern. Dies kann beispielsweise nach einem Schlaganfall notwendig sein. Wenn das Gewebe im Bereich des Oberlides durch Alter oder Krankheit übermäßig erschlafft, kann das Sichtfeld eingeschränkt sein. Heutzutage kombiniert man diese Eingriffe in solchen Fällen auch z.B. mit einer Straffung der Muskulatur, um den Blick wieder zu öffnen. In einigen Fällen hilft auch ein operatives Anheben der Augenbrauen. Manchmal liegt es auch einfach an übermäßigem Hautüberschuss im Bereich des Oberlides. Eine entsprechende Sichtfeld-Messung kann ein Augenarzt durchführen. Diese Kosten werden jedoch nicht von der Krankenkasse übernommen.

Mich stören ein paar kleine Fältchen, scheue jedoch ein richtiges Facelift. Was tun?

Keine Bange. Oft lässt sich schon mit ein paar wenigen Pieksern große Wirkung erzielen. Dabei wird das Gesicht mittels Injektionsbehandlungen wie Botox oder Hyaluron gezielt optimiert. Mit kleinen,

schonenden Eingriffen lassen sich wahlweise Fältchen minimieren, Gesichtspartien konturieren oder mehr Volumen erzeugen. Zugleich wird durch die Injektionen die Gesichtsmuskulatur gestrafft, was zu einem jugendlicheren Aussehen führt. Dazu gibt es mittlerweile Geräte, mit denen man zusätzlich z.B. feinste Fältchen und Poren regelrecht „herauspolieren“ kann. Ein großes Thema ist auch die Haut mithilfe von Bestandteilen des eigenen Bluts, dem so genannten PRP, zu regenerieren. Sogar Haarausfall kann dadurch gestoppt werden!

Da könnte man doch auch zu einer Kosmetikerin gehen, oder?

Hyaluron darf zwar auch von Heilpraktikern – aber nicht von Kosmetikerinnen gespritzt werden. Botox ausschließlich von Ärzten! Und viele Geräte sind in wirksamer Stärke nur für Ärzte zugelassen. Ich warne auch generell davor, sich von Nicht-Medizinern – beispielsweise auf einer „Botox-Party“ spritzen zu lassen. Allein schon aus hygienischen Gründen. Selbst bei vermeintlich kleinen Eingriffen wie einer Botox-Spritze braucht es einen erfahrenen Spezialisten mit umfänglichem anatomischem Wissen. Sonst können Blutgefäße oder Nerven dauerhaft geschädigt werden, was im schlimmsten Fall zum Absterben von Haut bis sogar zur Erblindung führt.



Botulinumtoxin hat sich auch als wirksames Mittel gegen chronische Migräne bewährt

Sie sind regelmäßig auf Fortbildungen, geben selbst zahlreiche Seminare im In- und Ausland. Welcher Trend ist derzeit in der Schönheitschirurgie besonders angesagt?

Ganz klar: Konturen! Zum Beispiel am Kinn. Eine prägnante Kinn-Linie lässt uns um Jahre jünger erscheinen und setzt starke Akzente. Sie brauchen sich nur Top-Models wie Stella Tennant oder Sasha Luss anzusehen. Die haben alle ein konturiertes Kinn. Mit Hilfe einer ambulant durchgeführten und nahezu schmerzfreien Hyaluron-Behandlung lässt sich dies problemlos erreichen. Auch Männer lassen sich die Kinn-Kiefer-Partie unterspritzen, um einen maskulinen Look zu errei-

chen. Weg vom Bubi-Look, hin zu einem maskulinen definierten Unterkiefer. Bei ausgeprägten Hängebäckchen oder schlaffem Hals gibt es jedoch nach wie vor keine Alternative zum Lifting. Wichtig ist es, dabei die unterschiedliche Ästhetik der Generationen zu berücksichtigen: Von dem was möglich und sinnvoll ist, muss man häufig junge Menschen, die nur mit Handy und Social Media aufgewachsen sind, eher etwas zurücknehmen. Die etwas älteren sind oft etwas zurückhaltend und ich muss sie überzeugen, dass Ästhetik mehr ist, als faltenfrei zu sein.

Sie sind mit Prof. Werner Mang befreundet. Ein Vorbild?

Absolut. Prof. Mang ist ein Pionier auf dem Terrain der Schönheitschirurgie – und hat in den letzten Jahrzehnten gerade in der Öffentlichkeit viel dafür getan, dass der Gang zum Beauty-Doc auch hierzulande selbstverständlicher wird. Fachlich gesehen gibt es viele tolle Kolleginnen und Kollegen, die mit Leidenschaft das Thema Schönheit leben, daran arbeiten und weiter entwickeln. Ästhetik ist eine Lebenseinstellung, sicherlich nicht das wichtigste im Leben, aber ein wichtiger Teil des Ganzen.

Herr Fuchs, vielen Dank für das Gespräch!

Nanolex Car Care entwickelt und produziert moderne Oberflächenbeschichtungen und Pflegemittel für Fahrzeuge im Saarland. Die Produkte werden mittlerweile in mehr als 50 Ländern weltweit exportiert. Neuerdings wird die professionelle High-End-Aufbereitung auch direkt am Firmensitz der Nanolex Car Care in Saarbrücken angeboten. Infos unter: 0681/90677650



nanolex
cleaner
faster
longer

Fahrzeugpflege
& Keramikversiegelung

im Saarland
www.nanolex.de

Zentrum für Zahnmedizin Dr. Sobek & Kollegen

Für ein natürliches Lächeln bei bester Gesundheit!

Mut zur Lücke? Den beweisen wir im Alltag oft genug. Im eigenen Mund hingegen – Da sollte alles lückenlos passen. Schließlich steht und fällt unsere persönliche Attraktivität mit der eigenen Mund-Ästhetik. Doch Zahngesundheit ist weit mehr als schöner Schein, betont **Dr. Christian Sobek** (58) aus Saarbrücken. Im TOP-Gespräch erklärt der hochqualifizierte und erfahrene Zahnmediziner, warum Zähne die Wurzel unseres Wohlergehens sind, weshalb regelmäßige Prophylaxe so wichtig ist und warum das Zentrum für Zahngesundheit durch die neuen Fachkollegen Marin Ikar und Sina Ranjbaran verstärkt wird.

Herr Dr. Sobek, wohl jeder Patient wünscht sich perfekte Zähne. Strahlend weiß. Bestens in Form. Und wie an einer Perlschnur aufgereiht. Können Sie diesen Wunsch nachvollziehen?

Natürlich. Aber viel wichtiger als vermeintlich perfekte Zähne ist und bleibt die Zahngesundheit.

Wie meinen Sie das?

Nehmen Sie beispielsweise die Vollkeramik-Krone. Sie gilt als Luxus-Variante, um einen Zahn zu überkronen. Vollkeramik ist zwar optisch ansprechend, dafür muss jedoch relativ viel natürliche Zahnschmelze entfernt werden. Hinzu kommt die Tatsache, dass nicht jedes Klebematerial, das die Krone fixieren soll, vom Körper gut vertragen wird. Strahlend schöne Zähne bedeuten nicht unbedingt, dass im Mund alles in Ordnung ist. Als gewissenhafter Zahnarzt muss man die Patienten darauf hinweisen.

Was könnte denn passieren?

Viele konventionelle Klebematerialien, die in den Praxen hierzulande verwendet werden, sind für den Patienten unverträglich, manche gar toxisch. Sie können Organe wie Niere oder Leber schädigen. Oder das Immunsystem schwächen. Das kann zu weitreichenden gesundheitlichen Problemen führen, die in der Folge oft nicht mehr mit der Zahnbehandlung in Verbindung gebracht werden. In unserer Praxis verwenden wir daher möglichst gut verträgliche Filler und Klebe-Materialien, die als unbedenklich gelten. Überdies lassen wir in einem Berliner Spezial-Labor vorab Blut- und Speichelproben unserer Patienten untersuchen, um sicherzustellen, wie Ihr Körper auf bestimmte Materialien reagiert.



Zahnarzt Dr. Christian Sobek

Patientensicherheit geht also vor Zahn-Ästhetik?

Absolut! Wir wissen, wie Zähne auf die Gesundheit im Ganzen wirken. Zähne beeinflussen die Körper-Statik, den Stoffwechsel, das Immunsystem, die Psyche – die gesamte Balance von Körper und Seele. Wir Zahnärzte müssen mehr leisten als Kosmetik, wir sind Mediziner und tragen da eine große Verantwortung.

Was soll ich mit alten Amalgam-Füllungen machen?

Gold, Silber, Amalgam: Viele Patienten haben gleich mehrere Metalle im Mund. Das kann mittelfristig zu Unverträglichkeiten und mithin zur Blutvergiftung führen. Viele Menschen sind auch chronisch müde, depressiv und leiden unter Neurodermitis, wissen jedoch gar nicht, dass dies womöglich auf die Metalle im Mund



Hell, freundlich, modern: Blick in die Praxisräume in der Saarbrücker City

zurückzuführen ist. Das untersuchen wir mithilfe eines speziellen Bluttests und entfernen die metallischen Gefahrenherde im Rahmen eines besonders schonenden und sicheren Verfahrens.

Wie wichtig ist Prophylaxe?

Damit steht und fällt Ihre Zahngesundheit. Je regelmäßiger Sie Kontroll-Termine wahrnehmen, umso besser ist Ihre Zahngesundheit. Im Rahmen der Prophylaxe-Termine werden beispielsweise die Zahntaschen ausgespült, Zahnstein entfernt, die Zähne mit Fluor behandelt. Damit beugen Sie Karies und Parodontose vor.

High-Tech oder Handwerk – Was ist in einer guten Zahnarzt-Praxis wichtiger?

Beides greift ineinander. Beim Thema „Implantate“ arbeiten wir beispielsweise

eng mit dem Schweizer Premium-Hersteller TRI zusammen. Das garantiert erstklassige Materialqualität - auf höchstem Niveau. In unserem hauseigenen Dental-Labor unter Leitung eines Zahntechnikermeisters werden die Implantate dann mittels 3-D-Technologie mikrometergenau maßgefertigt – und dann am Patienten eingepasst. In der Zahnheilkunde zählen viele Faktoren: Präzision, Finger-spitzengefühl, Erfahrung und Qualifikation des behandelnden Teams, der Einsatz modernster Technologien und besten Materialien.

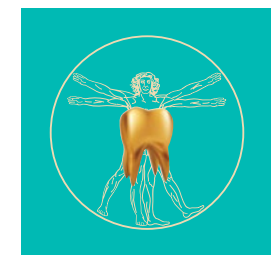
Dennoch gibt es viele Menschen, die Angst vorm Zahnarzt haben ...

Gerade Angstpatienten sind bei uns in besten Händen. Denn wir nehmen uns Zeit für unsere Patienten, schaffen eine Vertrauensbasis, besprechen behutsam

jeden einzelnen Behandlungsschritt. Zusätzliche Beruhigung kann der Einsatz von Bachblüten bringen. Auch Akupunktur kann helfen. Wir möchten, dass sich die Patienten bei gut aufgehoben fühlen. Völlig gleich, ob Privat- oder Kassenpatient, ob Kleinkind oder Senior. Auch unsere Praxisräume strahlen Harmonie und Wohlfühl-Atmosphäre aus. Durch freundliche Farben, angenehme Lounge-Musik, Buddha-Statuen...

Ihre Gemeinschaftspraxis feierte gerade 25. Geburtstag. Glückwunsch!

Vielen Dank. Für uns indes kein Grund, uns auszuruhen. Mit unserem zehnköpfigen Team sind wir gern für unsere Patienten da. Wir bieten gebündelte Kompetenz auf höchstem Niveau – und sorgen für den besten Biss Ihres Lebens. Besonders freue ich mich über unsere beiden neuen Kollegen. Ab Januar 2020 verstärkt Herr Marin Ikar unser Team, bereits seit Sommer 2019 ist Herr Sina Ranjbaran dabei.



ZENTRUM FÜR ZAHNMEDIZIN
DR. SOBEK & KOLLEGEN
Bahnhofstraße 38
66111 Saarbrücken
Telefon: (0681) 33 11 0
www.sobek-zahnmedizin.de



Neu im Team: die Zahnärzte Marin Ikar und Sina Ranjbaran

Einzigartiges Verfahren im CaritasKlinikum Saarbrücken

Freie Bahnen rund ums Herz!

Wenn das Blut rund ums Herz nicht mehr richtig fließt, kann das für Patienten lebensgefährlich werden. Umso wichtiger, dass bei chronischen Verschlüssen der Herzkranzgefäße gezielt und zeitnah behandelt wird. Dr. med. Nitin Sood, Leiter des Herzkatheterlabors im CaritasKlinikum Saarbrücken, gilt in Sachen „Herzgesundheit“ als einer der herausragenden Spezialisten seines Fachs. Mithilfe eines innovativen Verfahrens gelingt es ihm, verstopfte Herzkranzgefäße schonend zu behandeln – ohne Bypässe legen zu müssen! TOP traf den Kardiologen im CaritasKlinikum Saarbrücken.



Dr. med. Nitin Sood



Dr. med. Nitin Sood leitet das Herzkatheterlabor im CaritasKlinikum Saarbrücken

auf diesem Gebiet als „Full Member, EuroCTO-Club“ hohe Anerkennung. „Präventives, also vorbeugendes Handeln ist zum Schutz der Koronare wichtig, denn die Engpässe machen dem Patienten im Ruhemodus kaum Beschwerden, weil sogenannte Umgehungskreisläufe die reduzierte Blutversorgung vorläufig übernehmen“, erklärt der Mediziner. Dennoch können diese sogenannten Kollaterale die Lebensqualität einschränken und das Risiko, bei einem Herzinfarkt zu versterben, um das Dreifache erhöhen.

Das Öffnen der Gefäße erfolgt dabei mittels dünner Draht-Sonden, die durch Arm oder Leiste auch „rückwärts“ über die Gegenseite zum kranken Gefäß geführt werden können. Insbesondere bei komplexen Verschlüssen der Gefäße führt die Reverse CART-Technik zu positiven Ergebnissen.



Das Herz ist unser wichtigstes Organ

„Wir verzeichnen eine Erfolgsquote von über 90 Prozent. Damit ersparen wir dem Patienten eine aufwändige Bypass-OP und starke Medikamente“, betont Dr. Sood.

Ein Grund mehr, sich rechtzeitig untersuchen – und im Bedarfsfall – gleich behandeln zu lassen.

Nähere Informationen zum Herzkatheterlabor unter www.caritasklinikum.de

Fotos: Caritas Klinikum / Iris Maurer, shutterstock

Das Herz ist unser wichtigstes Organ. Täglich pumpt es 7.000 Liter Blut durch unseren Kreislauf. Im Laufe unseres Lebens schlägt es rund drei Milliarden Mal. Umso schlimmer, wenn unser Lebensmotor ins Stocken gerät. Dies kann passieren, wenn Herzkranzgefäße verschließen – und ein Infarkt droht!

Soweit muss es nicht kommen. Dr. Nitin Sood, Leiter des Herzkatheterlabors am CaritasKlinikum Saarbrücken, rät in diesem Zusammenhang zu regelmäßigen Kontroll-Untersuchungen.

Der gebürtige Inder, der nach umfangreichen Studien an internationalen Universitäten 2004 nach Deutschland kam, ist ein erfahrener Facharzt für Kardiologie. Im Juli 2018 übernahm er die Leitung des Herzkatheterlabors im CaritasKlinikum

Saarbrücken. „Schon in jungen Jahren hat mich das Thema Herzgesundheit fasziniert und dazu bewogen, mich auf die Kardiologie zu spezialisieren“, erklärt der Oberarzt im TOP-Gespräch.

Im Jahr 2006 erfuhr Dr. Nitin Sood, dass der japanische Herz-Spezialist Professor Katoh eine damals revolutionäre Methode entwickelt hatte, mit der Herzkranzgefäße effektiv aber schonend wieder geöffnet werden können. Diese sogenannte „Reverse CART-Technik“, die Dr. Sood mittlerweile seit Jahren erfolgreich anwendet, hat schon vielen Menschen zu neuer Lebensqualität verholfen. Nur eine Handvoll Kardiologen in ganz Europa kennt sich mit dieser Methode aus, im Saarland ist Dr. Sood gar der einzige Spezialist auf diesem Gebiet.

Inzwischen lehrt Dr. Sood dieses Verfahren europaweit und genießt als Mitglied mit 46 anderen europäischen Experten

MIT DER ZWEITEN
MEINUNG SCHNELLER
WIEDER AM START.



MUHITTIN KORKMAZ
Kundenberater Saarbrücken

„Meinungen gibt es viele. Deshalb unterstützen wir Sie bei der Suche nach den besten Ärzten für eine unabhängige Meinung zu Ihrer Behandlung. Und mit der Gesundheitsakte Vivy haben Sie Ihre medizinischen Dokumente und Daten immer griffbereit – vollkommen sicher, einfach und kostenfrei.“

Mehr Infos unter www.ikk-suedwest.de

IKK Südwest
Regional. Persönlich. Einfach.

Feste Zähne an einem Tag

Ein bewährtes Implantatkonzept für Sicherheit, Ausstrahlung und gesunde Ernährung

Drohende Zahnlosigkeit, Verlust der letzten Pfeilerzähne, schlecht sitzende und drückende Totalprothesen sind die Hauptängste vieler Patienten. Viele sind schon einen Schritt weiter und haben – bedingt durch ihre Zahnprobleme – begonnen, sich einseitig zu ernähren oder gar sich aus ihrem sozialen Umfeld zurück zu ziehen, beruflich oder privat.

„Wir sehen häufig, wie sich Patienten selbst ausgegrenzt haben, ihre Aktivitäten einstellen, sich eingeschränkt ernähren und dadurch ihr gesamtes Lebensgefühl und ihre Vitalität verlieren“, bestätigt Dr. Philip Bürgel vom Zahnärztlichen Zentrum Rotenberg. Eine weitere Patientengruppe, die von dem bewährten Therapiekonzept „Feste Zähne an einem Tag“ optimal profitiert, sind Personen, die entweder im öffentlichen Leben stehen, beruflich bzw. terminlich stark eingeschränkt sind und eine zeitlich optimal gestaltete Therapie mit sofortiger festsitzender Versorgung am gleichen Tag benötigen. „Unsere Patienten sind begeistert, wenn wir ihre gesamten



Zahnprobleme und Ängste an einem Tag, in einer Sitzung beheben können ... Häufig nehmen wir diese Eingriffe in Narkose bzw. Dämmer Schlaf vor, so dass der Traum von einem sicheren und strahlenden Lächeln im Schlaf wahr wird“, erklärt der Saarbrücker Implantologe Dr. Martin Dahlem.

Nach eingehender Diagnosestellung und Therapieplanung ist alles vorbereitet, damit der Patient morgens die

Klinik ohne Zähne bzw. mit defekter Restbezahnung betritt und am Nachmittag, durch das neue Implantatkonzept, mit sicheren und festen Zähnen verlässt. „Durch dieses bewährte Verfahren ist es uns möglich den besonderen Ansprüchen unserer Patienten gerecht zu werden. Mit sofort sicher festsitzenden und ästhetisch ansprechendem Zahnersatz erlangen Sie das Selbstbewusstsein, sich aktiv am Leben zu beteiligen und begegnen jeder Herausforderung mit einem Lächeln“, resümiert der Saarbrücker Oralchirurg Dr. Stefan Gross. Wohlbefinden und Vitalität sind wesentliche Voraussetzungen für die persönliche Lebensqualität; gesunde, ausgewogene Ernährung ist die Basis für ein aktives Leben.



ZAHNÄRZTLICHES ZENTRUM ROTENBERG
 Dr. Stefan Gross
 Dr. Martin Dahlem
 Dr. Philip Bürgel
 Rotenbergstraße 22 | 66111 Saarbrücken
 Telefon: 0681/32677
 praxis@gross-dahlem.de
www.oralchirurgie.de



Dr. Stefan Gross, Dr. Philip Bürgel, Dr. Julian Doll, Dr. Martin Dahlem



Bevor aus brumm brumm summ summ wird.



>> Ab 2020 fährt smart voll elektrisch.

Jetzt schnell sein! Der Countdown für die letzten smart fortwo und smart forfour Benziner läuft. Attraktive und sofort verfügbare Modelle bei Ihrem smart Händler in Saarbrücken. Weitere Informationen unter smart4saar.de

SMP Automobilhandel AG
Autorisierter smart Verkauf und Service
Brebacher Landstraße 1, 66121 Saarbrücken
Tel. 06 81.96 80 8-0, Fax 06 81.96 80 8-80
www.smart4saar.de



Nur solange der Vorrat reicht und nur bei teilnehmenden smart Händlern. Abbildungen zeigen Sonderausstattungen. Fahrzeugmotive sind Beispielbilder, es besteht keine Gewähr auf Verfügbarkeit der hier abgebildeten Fahrzeuge. Anbieter: SMP Automobilhandel AG, Brebacher Landstraße 1, 66121 Saarbrücken.

Hochwertige Prothetik zum Schnäppchenpreis? Erwin Klampfer kann vor solch vermeintlichen Sonderangeboten nur warnen. Der Geschäftsführer von „Dentale Manufaktur GmbH“ legt lieber Wert auf beste Versorgungsqualität und erstklassige Materialien.

Damit Sie an Ihrem schönsten Lächeln lange Freude haben ...!

Ob fröhlich, liebevoll oder verschmitzt: Ein schönes Lächeln ist die beste Visitenkarte! Zahntechnik-Meister Erwin Klampfer, Inhaber und Geschäftsführer der Dentalen Manufaktur GmbH, erklärt, worauf Sie achten sollten – und warum man in Sachen Zahngesundheit lieber auf vermeintliche Schnäppchen-Angebote verzichtet.



die Kosten schnell wieder. Aber sollte uns unsere Gesundheit nicht 20 Euro im Monat wert sein? Zumal heute vielfältige Finanzierungsmöglichkeiten angeboten werden.

Was erwartet mich in Ihrem Dental-Labor?

Bei uns erhalten Sie einen Zahnersatz, der in puncto Natürlichkeit, Stabilität, Passform, Zuverlässigkeit und Ästhetik höchsten Ansprüchen gerecht wird. Wir sind ein Team aus qualifizierten Mitarbeitern, die immer mit hochwertigen Materialien sowie modernsten Verfahrenstechniken arbeiten und in direktem Kontakt zu Zahnarzt und Patienten stehen. Standard ist dabei die Anfertigung mit höchster Präzision im Cad-Cam und 3D-Druck. Dazu zählt übrigens das innovative Verfahren namens „Digital Smile“. Mit dieser digitalen Vorschau wissen Sie bereits zu Beginn, wie Ihr Lächeln später mal tatsächlich aussieht.

Sie sind herzlich eingeladen, einfach mal persönlich in unserem Labor vorbeizukommen, um sich ein Bild von moderner Zahntechnik in angenehmer Atmosphäre zu verschaffen.



Dentale Manufaktur GmbH
ZTM Erwin Klampfer
Rotenbergstraße 18
66111 Saarbrücken
Telefon: 0681/399103
www.dentale-manufaktur.de

Herr Klampfer, bei Zahnersatz gibt es enorme Preisunterschiede. Warum?

Das beginnt schon bei der Wahl des Materials. Da gibt es billige, minderwertige Qualitäten – oder High-Class-Produkte. Und dann kommt es natürlich darauf an, was man mit dem Material macht. Ich vergleiche das gern mit dem Thema „Kochen“. Da steht und fällt Ihr Menü ja auch mit der Auswahl der Zutaten – und dem Know-how des Kochs.

maßgeblich für Ihre Gesundheit verantwortlich. Wussten Sie, dass schlechte Zähne Ihre gesamte Körper-Statik beeinflussen und sogar Organe schädigen können? Umso wichtiger sind hochqualifizierte Spezialisten, die sich mit höchster Sorgfalt und entsprechender Expertise um Ihre Mundgesundheit kümmern. Da wir kein Massenprodukt, sondern stets Unikate herstellen, würde ich mich bei einem billigeren Zahnersatz immer fragen, woran gespart wurde – am Material, an der Kompetenz, an der Qualität?

Ihr Dental-Labor genießt einen sehr guten Ruf. Worauf führen Sie dies zurück?

In Sachen „Qualität“ dulden wir keine Kompromisse. Unsere Mitarbeiter arbeiten im High-Level-Bereich, machen regelmäßig Fortbildungen. Bei uns stehen die Patienten im Mittelpunkt. Es geht ja nicht nur um die Ästhetik. Zähne sind

Neue Zähne können aber ganz schön ins Geld gehen ...

Wenn die Summe auf einen Schlag fällig wird, ist das manchmal tatsächlich ein ordentlicher Batzen. Wenn man aber bedenkt, dass ein guter Zahnersatz mindestens 15 Jahre hält, relativieren sich

Impfen schützt!

Lassen Sie sich und Ihre Kinder ab sofort von Ihrem Haus-, Kinder- oder Frauenarzt gegen Grippe impfen!

Ministerium für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie

SAARLAND

EINE INITIATIVE VON



Praxis Dr. Eckert & Partner

Medizinisches Kompetenzzentrum für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie im Herzen von Saarbrücken



Dr. med. Joachim Eckert



Dr. med. Maria Cecilia Moringlane



Dr. med. Ramin Minakaran



Marie-Claire Detemple

„Schmerz- und Gedächtniskrankheiten, Depressionen, Angststörungen, Kopfschmerzen, Wirbelsäulenerkrankungen. Nervenstoffwechselstörungen, Muskelschwäche sowie Bewegungstörungen bei Parkinson, Schlaganfall und Multipler Sklerose bilden den Schwerpunkt der Krankheiten, die wir von der Diagnostik bis zur Therapie nach modernsten medizinischen Erkenntnissen untersuchen und therapieren.“ So umreißt Dr. Joachim Eckert das Behandlungsspektrum, dem er und sein Team in den Sprechstunden

täglich begegnen. Die Praxis bündelt medizinische Kompetenz aller nervenärztlichen Disziplinen unter einem Dach. Namentlich erwähnt seien als Ärzte Dr. Maria Cecile Moringlane, Dr. Ramin Minakaran und Marie-Claire Detemple.

Seit 2011 ist die Facharztpraxis im Herzen der Landeshauptstadt ansässig. Die großzügigen und modernen Praxisräume in der Sulzbachstraße 16-18 direkt am Beethovenparkplatz spiegeln dabei die Freundlichkeit des Rezeptionsteams wider und vermitteln schon beim ersten Kontakt eine angenehme Atmosphäre.

Der Patientenkreis reicht über das Saarland hinaus und profitiert dabei von der zentralen verkehrsgünstigen Citylage ebenso wie von den patientenfreundlichen Sprechstundenzeiten. Das flexible Terminierungssystem erlaubt Besuche täglich an 12 Stunden (außer samstags). So sind Konsultationen schon frühmorgens vor der Bürozeit und auch in den Abendstunden möglich. Zur Optimierung individueller Therapien ist das Ärzteteam mit anderen Fachärzten, Psychologen, Radiologen, Schmerztherapeuten, Hausarztpraxen und Spezialkliniken – auch überörtlich – bestens vernetzt.



Einladend und modern: Die Rezeption der Praxis Dr. med. Joachim Eckert & Partner

Die Praxis hält vor Ort alle modernen nervenärztlichen Untersuchungs- und Behandlungsmethoden vor, so dass den Patienten zeit- und energiesparend die Therapie sofort angeboten werden kann.

In Ergänzung der Praxisleistungen bietet die Gedächtnistrainerin Sabine Kelkel extern durchgeführte Gruppenseminare mit „MEMOFIT Gedächtnistraining“ an.

Dr. med. Joachim ECKERT & Partner

Praxis Dr. Joachim Eckert & Partner
Sulzbachstraße 16-18 (Beethovenplatz)
66111 Saarbrücken
Telefon: 06 81 / 32 184
www.eckert-saarbruecken.de



IHRE FAMILIENPRAXIS IN SAARBRÜCKEN



ZAHNÄRZTE

Dr. Frank Petry & Claudia Petry

UNSERE LEISTUNGEN

- Moderne Zahnheilkunde
- Oralchirurgie
- Kinderzahnheilkunde
- Behandlung in Narkose
- Parodontologie
- Endodontologie
- Implantologie



Kontakt

Zahnärzte
Dr. Frank Petry & Claudia Petry
Eisenbahnstraße 25 | 66117 Saarbrücken

Telefon: 06 81 / 56126

Mail: kontakt@zahnarzt-petry.de



www.zahnarzt-petry.de

Schmerz, lass nach...!

Schmerzen in den Gelenken? Wirbel ausgelenkt? Körper nicht im Gleichgewicht?

Dann sind Sie bei Chiropraktor René van den Berg an der richtigen Adresse. In den hellen, großzügigen Praxisräumen in der Saarbrücker Bleichstraße sorgt René van den Berg dafür, dass Ihr Bewegungsapparat wieder „reibunglos“ funktioniert. Dieser Tage feiert die Praxis „Chiropractic van den Berg“ fünfjähriges Bestehen.

Muskeln, Sehnen, Gelenke. Ja, der menschliche Körper ist ein kompliziertes Konstrukt. Und wie schnell ist es passiert: Schlecht gelegen – und plötzlich total verspannt. Schwer gehoben – Hexenschuss! Einseitig belastet – und der Wirbel ist draußen!

Wenn es im Rücken zwickt oder sich die Verspannungen im Nackenbereich partout nicht von selbst lösen wollen, dann sollten Sie René van den Berg zu Rate ziehen. Vor genau fünf Jahren eröffnete der gebürtige Niederländer seine neuen, modernen Praxisräume in der Saarbrücker Bleichstraße – mit eigenen Parkplätzen vor der Haustür und nur einen Steinwurf vom St. Johanner Markt entfernt. Als diplomierter „Master of Chiropractic“ weiß René van den Berg alle Formen von Funktionsstörungen der Gelenke und Muskulatur zu beheben. Im Jahre 2011 hatte der ausgebildete Physiotherapeut ein fünfjähriges Vollzeit-Studium am Anglo-European College of Chiropractic in England abgeschlossen und sich zum Ziel gesetzt, die umfassenden Möglichkeiten dieser Behandlungsform im Saarland bekannter zu machen. „Die Behandlung beim Chiropraktor ist sanft, sicher und wissenschaftlich nachgewiesen“, betont René van den Berg, dessen Team mittlerweile durch die hochqualifizierte Chiropraktorin Elfi Goumont verstärkt wird.



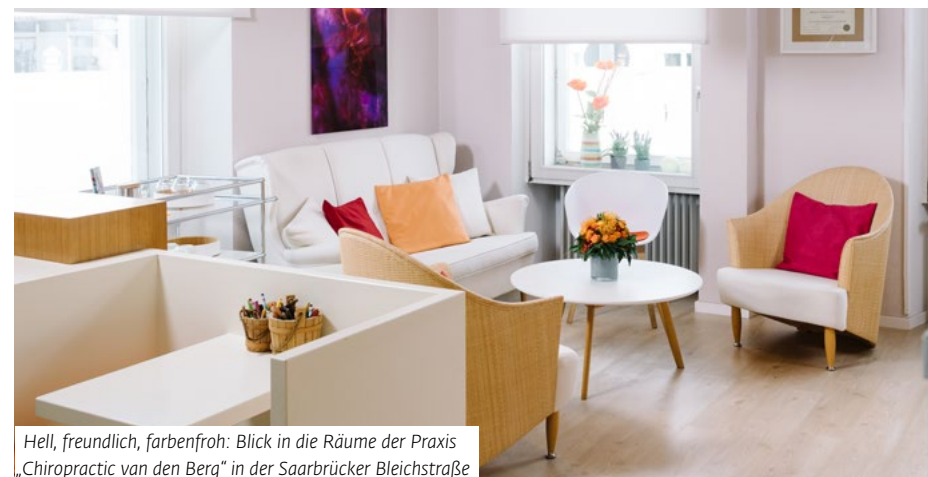
René van den Berg und Elfi Goumont sind studierte und hochqualifizierte Chiropraktoren

In der Chiropraxis werden die Funktionen von Muskulatur, Wirbelsäule, Becken, Extremitäten und Kiefergelenk kontrolliert und korrigiert. Durch gezielte Förderung der Beweglichkeit und Aktivierung der körpereigenen Selbstheilungskräfte können Beschwerden des gesamten Bewegungsapparates, aber auch Kopfschmerzen, Schwindel und Kieferprobleme meist schnell und effektiv gelindert werden. Dabei wird der menschliche Körper immer in seiner Gesamtheit gesehen.

Natürlich werden neben akuten auch chronische Beschwerden behandelt,

um Einschränkungen zu beheben und die Lebensqualität weiter zu steigern. Das Angebot wird durch umfassende Präventionsmaßnahmen und den kostenlosen Wirbelsäulen-Check-up abgerundet.

„Ich bin sehr froh und dankbar, dass mir in den ersten fünf Jahren unseres Bestehens so vielen Menschen ihr Vertrauen geschenkt haben“, betont René van den Berg. Mittlerweile wurden die Praxisräume erheblich vergrößert. Um Patienten von Jung bis Alt bestens zu behandeln, arbeitet die Praxis „Chiropractic van den Berg“ eng mit namhaften Ärzten und Therapeuten zusammen.



Hell, freundlich, farbenfroh: Blick in die Räume der Praxis „Chiropractic van den Berg“ in der Saarbrücker Bleichstraße



Chiropractic van den Berg
Bleichstraße 14
66111 Saarbrücken
Telefon: 0681 – 95 80 41 41
www.chiropractic.saarland

Meine Bank. Beste Bank.

Gesellschaft für Qualitätsprüfung mbH

TÜV SAARLAND Geprüfte Kundenberatung
Baufinanzierung
11/2018 tuev-saar.de/SC43268

TÜV SAARLAND Geprüfte Kundenberatung
Immobilienvermittlung
11/2018 tuev-saar.de/SC43269

Familienfreundliches Unternehmen
zertifiziert 2019

BESTE BANK 2019 vor Ort

1. Platz
Saarbrücken & Saarlouis

meine VVB
Vereinigte Volksbank eG
Saarlouis - Losheim am See - Sulzbach/Saar
www.geprüfte-beratungsqualität.de
Test: Juni 2019
Im Test Saarbrücken: 6 Banken
Im Test Saarlouis: 5 Banken
Getestet: Privatkundenberatung

Ausgewiesene Abbildung der **DIN 77230**

meine **VVB**

Standpunkt

Weniger ist mehr

Natürlichkeit sollte in der Ästhetischen Dermatologie stets oberste Prämisse sein. Nach Ansicht des Saarbrücker Dermatologen Dr. Dirk Landwehr ist jedoch das Gegenteil der Fall. Viele seiner Kollegen, so Landwehr, würden in Sachen „Plastische Optimierung“ mittlerweile weit übers Ziel hinaus schießen. Seiner Ansicht nach wird in deutschen Beauty-Praxen viel zu viel geschnitten, unterspritzt und aufgepolstert. In seinem Gastbeitrag für TOP MAGAZIN SAARLAND plädiert Facharzt Dr. Dirk Landwehr daher für einen verantwortungsvolleren Umgang mit Botox, Hyaluron, Silikon & Co.

Von Dr. Dirk Landwehr

Deutschland ist nicht nur die viertgrößte Industrienation der Erde, sondern steht auch weit vorn, wenn es um die Zahl invasiver und nicht-invasiver ästhetischer Operationen geht.

Mit einem Durchschnittsalter um die 40 und einem Männeranteil unter 20% werden Hunderttausende von Eingriffen vor allem mittels sogenannter Filler, also in erster Linie Hyaluronsäure oder mittels Botulinumtoxin A durchgeführt.

„Groteskes, maskenhaftes Aussehen“

Auffällig und verstörend ist dabei, wie häufig auch die Schönheitsideale von jungen Influencerinnen in den sozialen Medien wie Instagram das Alter, bei dem erstmals Faltenunterspritzungen oder Botulinumtoxin-Injektionen nachgefragt werden, immer weiter nach unten drücken. Junge Frauen, teilweise unter 20, möchten übertrieben voluminöse Lippen und finden problemlos Ärztinnen und Ärzte, die diese Eingriffe durchführen.

Verstörend ist außerdem, welche Mengen der Substanzen häufig in einem Gesicht Verwendung finden, dass nicht mehr altern darf. Dies führt dann zu teilweise

groteskem, maskenartigem, manchmal geradezu fratzenhaftem Aussehen.

Wir alle altern. Da ist es legitim und kann sehr ästhetisch aussehen, hängende Mundwinkel mit einer kleinen Menge Hyaluronsäure zu heben. Wenn die Zornesfalte nicht zur Stimmung passt und uns grimmiger aussehen lässt als uns lieb ist, werden wenige Einheiten Botulinumtoxin A die zuständigen Muskeln entspannen und uns freundlicher stimmen. Aknenarben oder ein unruhiges Hautbild lassen sich mit Lasertechniken oder einem Radiofrequenz-Needling signifikant verbessern. Wenn das Gesichtsfeld durch massiv hängende Augenlider eingeschränkt wird, kann eine minimal-invasive Lidplastik eine wahrer „Eye-Opener“ sein.

Wenn jedoch suggeriert wird, dass jede Lippenform möglich ist, nachlassende Spannkraft im Gesicht durch Hyaluronsäure beliebig aufgepolstert werden könne oder eine extrem ausgeprägte Mimik sich ohne das Risiko eines wächsernen Gesichtsausdrucks beseitigen ließe, dann hat die ärztliche Aufklärungspflicht versagt.

„Seriöse Beratung bleibt oft auf der Strecke“

Auch im Saarland ist die Bandbreite des Verständnisses für ein ästhetisches Erscheinungsbild ein Spiegel gesellschaftlicher Entwicklungen und Trends.



Dr. Dirk Landwehr ist Facharzt für Dermatologie. Gemeinsam mit seinen Facharztkollegen Dr. Sven Jäger, Dr. Rebecca Körner, Dr. Janina Staub und Maryam Ardestani betreibt er hautärztliche Gemeinschaftspraxen in Saarbrücken, Sulzbach, St. Ingbert und Kleinblittersdorf.

Wir Ärzte haben jedoch die Pflicht, unseren Patienten beratend zur Seite zu stehen und sie oft auch konservativ darin zu bestärken, sich nicht auf den Pfad permanenter Selbstoptimierung zu begeben.

Die Grenzen zwischen dem Wunsch, das Spiegelbild ein wenig zu beeinflussen und andererseits der Dismorphophobie, also der krankhaften Störung der Wahrnehmung des eigenen Körpers, sind fließend.

Weniger ist mehr, gerade auch in der ästhetischen Medizin. ■



Wir sind e1ns.

Unsere Mitglieder und Kunden haben eins gemeinsam: Sie alle haben unterschiedliche Erwartungen an ihre Bank. Deshalb sorgen wir bei der Bank 1 Saar für mehr Freiheit und Verbundenheit im Banking.

Lassen auch Sie sich von unseren zeitgemäßen Leistungen überzeugen!

www.bank1saar.de

Bank 1 Saar

Jägers Freude

Auf zum großen Halali! Rund 4.000 Saarländer gehen regelmäßig auf die Pirsch. Doch das Image der Waidmänner könnte besser sein. Radikale Tierschützer gehen beim Thema „Jagd“ schnell auf die Barrikaden. Ihr Vorwurf: Jagen ist Blutsport! „Unsinn“, sagen die Jäger: „Jagen ist gelebter Naturschutz!“ Wer hat recht? TOP ging der Frage nach und kletterte mit auf den Hochsitz ...



von Thorsten Kremers
und Sylvio Maltha

Langsam legt sich die Nacht wie schwarze Watte über den Wald. Die Dämmerung naht. Es ist mucksmäuschenstill. Plötzlich ein Rascheln. Josef Schneider hebt das Fernglas. Lässt seinen Blick über die Brombeerbüsche streifen. Greift er gleich zum Gewehr? Nein, doch nicht. Langsam lässt er das Fernglas wieder sinken. „Nichts, bloß eine Wildkatze“, sagt er im Flüsterton. „Die können wir gern weiter beobachten, aber wir schießen sie natürlich nicht.“

Josef Schneider ist nicht irgendein Jäger. Sondern der oberste Jäger im Lande. Als „Landesjägermeister“ steht er an der Spitze der „Vereinigung der Jäger des Saarlandes“. Ein Verband, in dem sich immerhin mehr als 4.000 Waidmänner zusammengeschlossen haben. Waidmänner – und Frauen! 25 Prozent der Jägerprüfungsabsolventen sind mittlerweile Jägerinnen. Tendenz steigend.

Inzwischen ist es dunkler geworden – und kühler. Mehr als zwei Stunden hocken wir schon mit Josef Schneider auf dem Hochsitz. Hosenboden auf Holzbalken – und das im November. Ganz ehrlich: Gemütlich ist woanders. Egal. Wir



Der Verband Saarländischer Jäger im Saarwellinger Lachwald

schauen weiter unverdrossen auf die Lichtung. Drei einsame Lärchen, ein Handvoll Buchen, ein paar Büsche – und nur wenige Meter weiter ein Fußweg. Selbst am Abend machen Spaziergänger einem Jäger das Leben schwer. Besonders, wenn sie Hunde dabei haben, die nicht angeleint sind. Auch Mountainbiker scheuchen das Wild immer wieder auf. Erst recht, wenn sie abseits der Wege mit Karacho durchs Unterholz brettern. Josef Schneider bleibt dennoch die Ruhe selbst. „Grundsätzlich dürfen den Wald natürlich alle nutzen“, betont der Landesjägermeister. „Die Pilze-Sammler, die Jogger und die Nordic Walker. Mit ein bisschen Rücksicht kommen alle gut miteinander klar.“

Die Jagd. Sie ist so alt wie die Menschheit selbst. Unseren Vorfahren diente sie zuerst als Nahrungserwerb. Später wurden die Menschen sesshaft: Viehzucht und Ackerbau wurden zur bestimmenden Ernährungsgrundlage. Die Jagd verlor ihre ursprüngliche Funktion.

Doch beim Thema „Jagen“ erhitzen schnell die Gemüter vermeintlicher Tierschützer.

In ihren Flugblättern wettern sie gegen den „Krieg in Wald und Flur“ und schildern, welches Unheil die Jäger angeblich anrichten. Zitat: „Junge Wildschweine geraten in Panik, weil man ihre Leitbache totschießt, Rehkitze sehen hilflos ihre Mütter verbluten“.

„Das ist – mit Verlaub – ziemlicher Unsinn“, widerspricht Josef Schneider. „Ein verantwortungsvoller Jäger schießt niemals auf ein Muttertier. Wer so einen Quatsch verbreitet, hat keine Ahnung vom Jagen – oder verbreitet bewusst Fake News.“

Die Saar-Jäger sehen sich vielmehr als Tier- und Umweltschützer: „Wir verhindern Wildschäden und erlösen Unfallwild. Es muss geschossen werden, da für viele Tiere wie zum Beispiel Wildschweine oder Rehe keine natürlichen Feinde mehr vorhanden sind.“ Zugleich setzt sich ein Jäger aktiv für die Belange aller wildlebenden Tiere und Pflanzen in seinem Gebiet ein. So kümmern sich Jäger bereits um kleinste Lebewesen: Insekten-Hotels werden errichtet oder Blumen für Bienen, Schmetterlinge oder andere bestäubende Insekten gesät.

Jäger hegen und pflegen insbesondere auch das Niederwild mit Arten wie Feldhase, Fasan und Rebhuhn. Deren Bestände sind vor allem infolge des veränderten Anbauverhaltens in der Landwirtschaft und der Zunahme der Beutegreifer wie Fuchs und Krähe stark zurückgegangen. So werden Futterflächen geschaffen, Rückzugs- und Deckungsmöglichkeiten, aber auch Brut- und Setzhilfen.

Überdies bewahren Waidmänner die Tiere vor dem Mäher-Tod. Denn bevor Bauern mit ihren riesigen Gerätschaften ins Feld ziehen, lassen Jäger Drohnen mit Wärmebildkameras aufsteigen, um vor allem Rehkitze vor dem Ausmähen durch die schnellen Mähmaschinen zu finden und zu retten. Oder sie durchstreifen die Wiesen und Weiden mit ihren Hunden, damit keine Tiere durch die Mähmaschinen zu Schaden kommen.

Der Saarländische Tierschutzbund hat den Jägern kürzlich Unterstützung beim Ankauf einer weiteren Drohne für Überwachungszwecke im Sinne des Tierschutzes zugesagt. „Solch ein Engagement kommt übrigens zustande, wenn sich Jäger und Tierschützer ergebnisorientiert an einen Tisch setzen und vorbehaltlos

über die jeweiligen Belange reden und Gemeinsamkeiten erkennen“, so Schneider.

Mit Tierquälerei habe das Jagen übrigens nichts zu tun. „Im Gegenteil“, betont Josef Schneider. „Ein sauberer Schuss ist immer besser als ein langes Leiden. Ein geübter Jäger trifft so exakt, dass das Tier den Schuss nicht mal mehr hört.“ Die Jägerzunft hat sogar eine eigene Ethik: Die Grundsätze der Waidgerechtigkeit. Oberster Grundsatz ist dabei, dem Wild unnötige Leiden und Qualen zu ersparen. So wird ein echter Jäger niemals schießen, wenn er nicht sicher ist, das Wild beim ersten Schuss auch unmittelbar tödlich zu treffen.

Heute ist ganz Deutschland präzise in Jagdreviere eingeteilt. Dazu zählen nicht nur die Wälder, sondern auch Wiesen und komplette Ortschaften. Das heißt: Ein Jäger wird auch gerufen, wenn Wildschweine zum Beispiel private Gärten umgraben.

Jagen gilt als teure Passion. Im Schnitt muss ein Jagd-Pächter mindestens 5.000 Euro Grundkosten pro Jahr einplanen. Refinanziert werden die Ausgaben u.a. durch den Verkauf von Wild-Fleisch. Wildbret ist ein schmackhaftes und



Wildschwein im Visier: Im Schießstand ist Präzision gefragt



Jagd- und Naturlehrpfad in Saarwellingen

Ich werde
unbeschwert auf die
Jagd gehen.

In der Gothaer Gemeinschaft
sind Sie umfassend abgesichert:
von der Jagd-Haftpflicht bis zur
Hunde-Unfallversicherung.

Online
abschließbar

Rundum sorglos
in Feld und Wald.

Rund um die Jagd lauern zahlreiche Risiken. Mit dem erstklassigen Jagd-Haftpflichtschutz der Gothaer sind Sie immer gut abgesichert. Die Jagd-Haftpflichtversicherung ist außerdem Voraussetzung für das Lösen des Jagdscheins.

Gerne informieren
und beraten wir Sie
in allen Versicherungs-
angelegenheiten.

Jeder
3. Jäger
in Deutschland
vertraut auf
Gothaer

Gothaer

Bezirksdirektion
Gries & Birster GmbH
Bleichstraße 18, 66111 Saarbrücken
Telefon 0681/ 37 97 70

E-Mail:
service.gries-birster@gothaer.de

gries-birster.gothaer.de



Artenvielfalt erwünscht: Die saarländischen Jäger bauen auch Insektenhotels

gesundes Nahrungsmittel – völlig ohne Hormone und Antibiotika. Die Nachfrage ist demzufolge auch hoch. „Saisonal herrscht gerade jetzt zur Zeit der großen Treib- und Drückjagden oftmals ein hohes Angebot – besonders von Wildschweinfleisch. Da können kostenbewusste Verbraucher durchaus noch Schnäppchen machen“ erklärt Schneider.

Mit einem Lern-Mobil sind Jäger auch an Kindergärten und Schulen unterwegs, um für Tier- und Naturschutz zu sensibilisieren. Die zwei „Lernort Natur“-Autoanhänger der VJS sind darüber hinaus auch bei Großveranstaltungen präsent, wie etwa beim Kinderfest im Deutsch-Französischen-Garten in Saarbrücken.

Wer darf jagen?

Jäger kann jeder werden, der sich für die umfangreichen Aufgaben von Natur- bis Artenschutz, aber natürlich auch für die Jagd selbst interessiert. Azubis sind bereits ab einem Alter von 16 Jahren in den Kursen. Ähnlich dem Autoführerschein müssen die Jugendlichen genauso das „komplette Programm“ lernen.

Ein Jagdschein ist Voraussetzung für die Jagd. Dafür heißt es kräftig büffeln – denn das „grüne Abitur“ setzt viel theoretisches und praktisches Wissen voraus.

Im Saarland wird die Prüfung von der VJS – der Vereinigung der Jäger des

Saarlandes – abgenommen. Die Ausbildung kann dann dort oder in einer der fünf privaten saarländischen Jagdschulen absolviert werden. Die Fachbereiche des grünen Abiturs sind von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich aufgliedert. Im Saarland werden fünf Fächer geprüft: Jagdrecht, Wildtierkunde, Jagdpraxis und Jagdhunde, Wildhege und Naturschutz, Waffen- und Schießwesen. Josef Schneider erklärt zum Ablauf der Ausbildung: „200 Stunden praktischer

und theoretischer Unterricht sind die Regel. Bei uns gibt es alle Lehrmaterialien in die Hand. Eine eigene Übungswaffe ist hierzu nicht notwendig – die wird von uns gestellt.“

Der Lehrpfad um das Schulungsgebäude umfasst auch praktische Pflanzenkunde, Revierausrüstung und eine vollausgestattete Schießanlage. Über Computer-Displays wird dem Schützen angezeigt, ob und wo er die Ring- oder Wildscheibe



Mit Flinte und Fernglas: Landesjägermeister Josef Schneider auf der Pirsch



Nicht wirklich gemütlich: Im Hochsitz liegt man oft stundenlang auf der Lauer

getroffen hat. Schneider erklärt: „Bei uns müssen Jäger regelmäßig den sicheren Schuss nachweisen. Dies ist zum Beispiel ein Unterschied zu den Jägerkollegen im benachbarten Frankreich. Dort gibt es keine vergleichbaren Prüfungen“.

Jährlich wächst die Mitgliederzahl der VJS um etwa 75 neue Jäger und Jägerinnen sowie 20 Jagdaufseher, die von der Vereinigung selbst ausgebildet werden. Zusätzlich gibt es im Saarland private Jagdschulen. Deren Jäger- und Falkneraspiranten werden nach der Ausbildung ebenfalls geprüft. Rund 1.000 Prüflinge pro Jahr kommen aus ganz Deutschland ins Saarland, um das „grüne Abitur“ zu absolvieren.

Die Kosten der Ausbildung sind unterschiedlich. Für einen Kurs über 10 Wochenenden und eine Intensivvorbereitungswoche belaufen sie sich z. B. bei der VJS auf rund

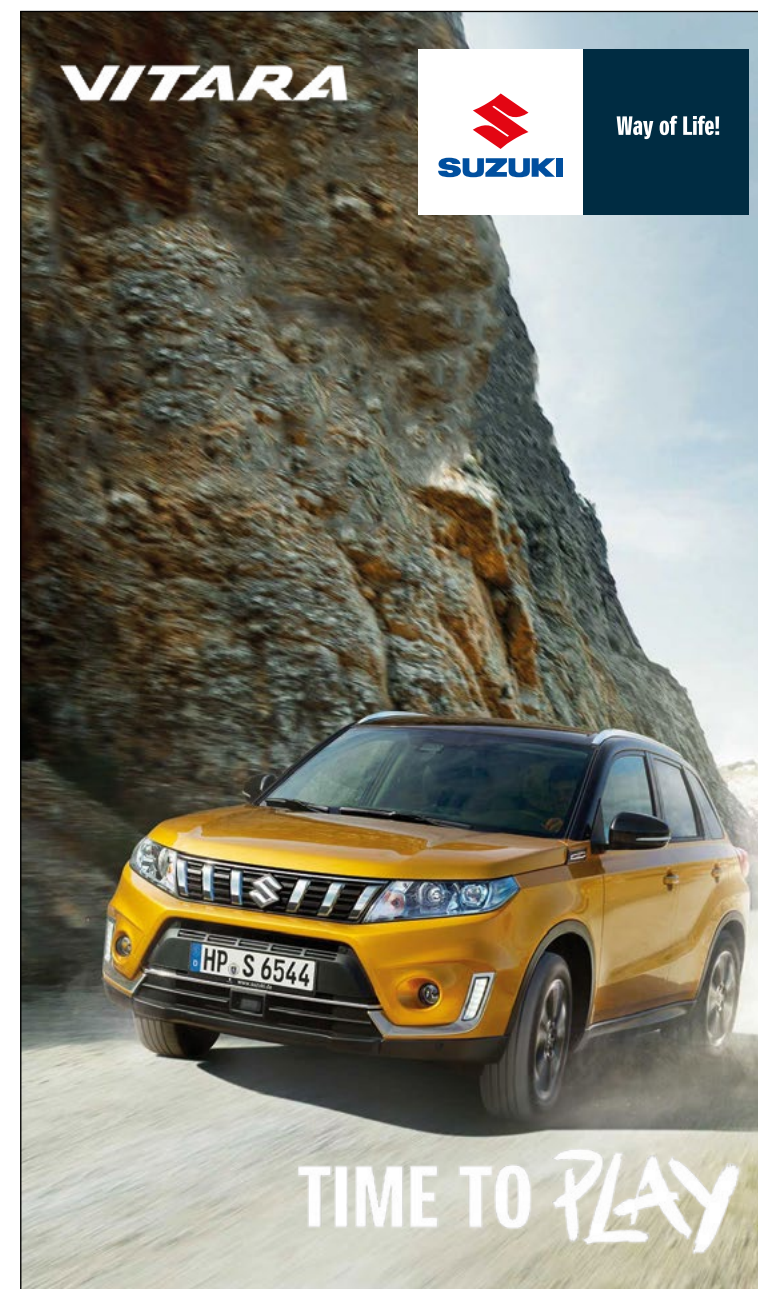
1.250 Euro inklusive Munition und Prüfungsgebühren. Informationen dazu gibt es unter www.saarjaeger.de

Bevor es aber richtig losgehen kann, muss sich der Neujäger noch ausreichend versichern. Kein Jagdschein ohne Haftpflichtversicherung. Schließlich ereignen sich auch in Deutschland Jagdunfälle, bei denen Menschen ernsthaften Schaden erleiden, in seltenen Fällen sogar getötet werden.

Fazit: Man braucht nicht unbedingt Freude am Jagen zu finden. Doch ohne die vielen verantwortungsvollen Jäger wäre das natürliche Gleichgewicht in unseren Wäldern längst aus den Fugen geraten: die Natur selbst schafft es nicht mehr allein, in einer dicht besiedelten Kulturlandschaft wie in Deutschland die Bestände von Wildschwein, Fuchs und Reh ausreichend zu regulieren. So gesehen ist die Jagd ein aktiver und wichtiger Beitrag zum Umweltschutz. ■

Von „Blume“ bis „Basse“:
Die Sprache der Jäger

Wenn sich Jäger unterhalten, kann es sein, dass ein Außenstehender kein Wort versteht. Da ist die Rede vom „Aff“, von „Schweiß“, von der „Blume“, der „Decke“ und einem ominösen „Bassen“. Wie alle Zünfte entwickelten auch die Grünröcke eine eigene Fachsprache, die sogenannte Waidmannsprache. Sie nahm Situationen und Handlungen aus dem Alltag der Jäger auf und beschrieb sie kraftvoll und in starken Bildern. Die Ausdrücke sind oft regionalspezifisch; viele sind schon etliche Jahrhunderte alt und seit ihrer Prägung teilweise auch in unsere Alltagssprache übernommen worden, wie beispielsweise „Jemandem eins hinter die Löffel geben“. Zur Auflösung: Als „Aff“ bezeichnet ein Jäger die Jungen eines Murmeltieres und mit „Blume“ tituliert er den Schwanz eines Hasen. Für „Decke“ könnte man auch Fell, Pelz oder Haut sagen. „Schweiß“ ist das Blut eines Tieres. Und ein Basse ist ein mindestens sieben Jahre alter grober, kapitaler Hauptkeiler – also ein männliches Wildschwein.



VITARA



Way of Life!

TIME TO PLAY

AB 18.990,- EUR¹

- Einzigartiges SUV-Design
- 1.0-Liter-BOOSTERJET mit 82 kW (111 PS)²
1.4-Liter-BOOSTERJET mit 103 kW (140 PS)³
- Optional mit ALLGRIP SELECT Allradantrieb³
- Mit vielen Sicherheits- und Komfortsystemen

Kraftstoffverbrauch: kombinierter Testzyklus 6,3–5,3 l/100 km; CO₂-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 143–121 g/km (VO EG 715/2007)

Diese Werte wurden auf Basis des neuen Prüfverfahrens „WLTP“ ermittelt. Weitere Informationen unter: <https://auto.suzuki.de/service-info/wltp>

¹ Endpreis für einen Suzuki Vitara 1.0 BOOSTERJET Comfort (Kraftstoffverbrauch: innerorts 6,2 l/100 km, außerorts 4,8 l/100 km, kombiniert 5,3 l/100 km, CO₂-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 121 g/km (VO EG 715/2007)). ² Gilt für Ausstattungslinien Club und Comfort. ³ Gilt nur für Ausstattungslinien Comfort und Comfort+.



Autohaus KARTES
Lebach GmbH

66822 Lebach • Saarbrücker Str. 49 • (06881) 4653

Joachim Czabanski, Vorstandsvorsitzender der Klaus Faber AG

„Menschen und Märkte verbinden – für die Welt von morgen!“

Smarte Systemlösungen, glänzende Perspektiven:

Bei der Klaus Faber AG stehen alle Zeichen auf Zukunft. Ob schnelles Internet, Mobilfunk, neue Energien, E-Mobilität, Services für Kran- und Hebefahrzeuge, Marine-Anwendungen oder kluge Konzepte für Lager und Logistik: Der weltweit agierende Kabel-Distributor entwickelt sich mehr und mehr zu einem innovativen Digital Champion, der auf vielen Geschäftsfeldern Akzente setzt. TOP sprach mit dem Vorstandsvorsitzenden Joachim Czabanski.

Joachim Czabanski ist
Vorstandsvorsitzender
der Klaus Faber AG

Herr Czabanski, wie kamen Sie heute Morgen zur Arbeit?
Ausnahmsweise mit dem Auto. Wegen des Nieselregens.

Nicht mit Ihrem neuen Faber-Scooter?

Den nutze ich lieber bei schönem Wetter. Unser Scooter ist ein richtig cooles Spaßgefährt, mit dem Sie selbst im dichtesten Stadtverkehr noch locker und entspannt am Stau vorbeidüsen. Der Roller ist rund 45 km/h schnell, flüsterleise, umweltfreundlich – und mit unter 2.000 Euro ein echtes Schnäppchen. Und das Schönste: Unser Faber-Flitzer sieht aus wie eine klassische Vespa, wird aber mit innovativer E-Power angetrieben. Der Endkundenvertrieb läuft über die reha GmbH an den Saarterrassen – eine schöne saarländische Kooperation.

In Sachen E-Power geben Sie gerade mächtig Gas. Inwiefern möchte die Klaus Faber AG in Sachen „Neue Mobilität“ Ausrufezeichen setzen?

Die Zukunft der Mobilität ist elektrisch, digital, autonom, vernetzt, klimafreundlich. Auf diesem hochspannenden Geschäftsfeld können und wollen wir – als ehemals klassischer Kabel-Distributor – natürlich vorne mitspielen. Unsere Kernkompetenz heißt Konnektivität. Wir schaffen Verbindungen. Nicht nur mit unseren Kabeln. In Sachen E-Mobilität werden wir All-in-one-Lösungen bieten – von der Beratung über die Lade-Infrastruktur bis hin zu Vor-Ort-Services.

Herr Czabanski, Sie haben als international agierender Manager u.a. in China, der Schweiz und in zahlreichen internationalen Projekten gearbeitet. Überdies sind Sie Präsidiumsmitglied des internationalen Wirtschaftssenats in Berlin. Was verschlägt einen Top-Manager Ihrer Klasse nach Saarbrücken?

Mich hat die Aufgabe gereizt, dieses bis dato durchaus erfolgreiche Traditionsunternehmen in eine neue Ära zu führen. Ich habe recht schnell erkannt, dass im Hause Faber unglaublich viel Potenzial schlummert. Mittlerweile nimmt die Transformation richtig Fahrt auf. Wir packen quasi täglich neue, unglaublich

spannende Projekte an. Als alter Segler weiß ich: Wenn Sie als Erster ins Ziel kommen wollen, dürfen Sie nicht den anderen hinterher schippern, sondern müssen rechtzeitig einen neuen Kurs einschlagen. Und unser Kurs führt klar in Richtung Zukunft!

Das Saarland wirbt mit dem Slogan „Großes entsteht im Kleinen“. Klein angefangen hat auch mal die heutige „Klaus Faber AG“ ...

Ja, unser Firmengründer Klaus Faber hatte im Jahr 1950 gemeinsam mit seiner Frau Elfriede hier in Malstatt einen kleinen



„Bei Faber stehen
**alle Zeichen
auf Zukunft!**“

Laden für Lampen und Leuchtmittel eröffnet. Und damit die Kunden nicht noch wochenlang warten mussten, bis das passende Kabelzubehör von irgendwoher geliefert wird, legte Herr Faber auch gleich ein eigenes Kabel-Lager an, das mit der Zeit immer größer wurde ...

Mittlerweile ist Faber der größte Kabelhändler Europas. Sie haben rund 75.000 Kilometer Kabel auf Lager. Damit könnten Sie fast zweimal die Erde umwickeln. Wo findet man eigentlich überall Kabel von Faber?

Faber Kabel ist quasi allgegenwärtig. Bei großen Events sowieso, beispielsweise bei Fußball-Welt- und Europa-Meisterschaften, bei Festivals wie „Rock am Ring“ und selbst beim Papst-Besuch. Wir statten Luxus-Kreuzfahrtschiffe und High-Class-Yachten komplett mit unseren Kabeln aus, sogar in der Antarktis finden Sie uns – an Bord des bekannten Expeditionsschiffs

„Polarstern“. Faber Kabel entdecken Sie im neuen Brenner-Tunnel – und natürlich hier vor der Haustür, beispielsweise in der Saarbrücker Europagalérie.

Dennoch haben Sie kürzlich das „Kabel“ aus dem Firmennamen verbannt. Warum?

Weil wir längst viel mehr sind als „nur“ ein reiner Kabel-Vertriebshändler. Unser Markenkern bleibt zwar in Zukunft erhalten, doch wir stützen dieses Geschäft, indem wir unser Portfolio stetig um neue, innovative Units erweitern. Damit nutzen wir zugleich wertvolle Synergien.



Die neue Firmenzentrale der Faber AG soll Ende 2020 bezugsfertig sein

Faber stellt selbst keine Kabel her?

Aktuell nicht, wir haben jedoch die Hersteller-Lizenz dazu und könnten die Produktion jederzeit wieder hochfahren.

Stattdessen lassen Sie sich aus China beliefern ...

Nein. Das Gros unserer Erdkabel kommt von europäischen Produzenten, vornehmlich aus Deutschland. Das hat zum einen mit den hohen Transportkosten zu tun, zum anderen mit unserem Qualitätsanspruch. Anders sieht es mit Glasfaser-Kabeln aus. Da sind die Chinesen weltweit spitze. Hierzu bestehen enge partnerschaftliche Kooperationen mit Top-Lieferanten aus dem Großraum Shanghai.

Herr Czabanski, Sie sind vor zweieinhalb Jahren angetreten, um den „schlafenden Riesen“ namens Faber zu wecken. Warum hat das Unternehmen all die Jahre das Rampenlicht gemieden? Gefiel man sich in der Rolle des Hidden Champion?

In der Branche war Faber schon immer eine sehr starke Marke – auch international. Nur im Saarland flog man bewusst unterm Radar. Diese Bescheidenheit mag in früheren Jahren okay gewesen sein, in der heutigen Zeit müssen Sie jedoch Präsenz zeigen. Erst recht, wenn Sie gutes Personal rekrutieren wollen.

Unter Top-Arbeitgebern wird hart um die klügsten Köpfe gerungen. Bereit sind denn Probleme, Auszubildende und Fachkräfte zu finden?

Wir haben hier im Saarland glücklicherweise eine sehr gute Hochschullandschaft. Da liegt es natürlich an uns, jungen, motivierten Menschen entsprechend attraktive Angebote in Sachen Ausbildung und Beruf zu machen. Das größte Problem ist und bleibt leider der Standort Saarland. Qualifizierte Elektro-Ingenieure aus dem Rest der Republik lassen sich kaum für Saarbrücken begeistern. Da muss die Region noch sehr viel stärker an ihrem Marken-Image feilen ...

Das Wirtschaftsmagazin „Capital“ hat Sie kürzlich in die TOP 400 der deutschlandweit besten Ausbildungsbetriebe gewählt. Warum raten Sie jungen Menschen zu einer Ausbildung bei der Faber AG?

Weil wir ein Top-Arbeitgeber sind – mit flachen Hierarchien, offener Kommunikation, gutem Team-Spirit, spannenden Zukunftsprojekten und nicht zuletzt ordentlichen Gehältern. Hier können selbst junge Leute in kürzester Zeit echte Karriere machen. Wir bieten auch duale Studiengänge an, kooperieren mit der Studienstiftung des Saarlandes.

Einen Betriebsrat sucht man bei Faber jedoch vergebens ...

Wir würden ihn sicher nicht verhindern. Aber zwischen Geschäftsführung und Belegschaft herrscht ein derart vertrauensvolles, ja geradezu familiäres Miteinander, sodass ein Betriebsrat noch nie für nötig gehalten wurde. Wenn irgendwo der Schuh drückt, kann man uns jeder-

zeit ansprechen. Wir begegnen uns hier auf Augenhöhe, sind ja selbst daran interessiert, dass sich die Leute bei uns wohlfühlen und gerne für Faber arbeiten.

Sie haben kürzlich die Friesland Kabel übernommen, den deutschen Marktführer im Bereich der Schiffs- und Hafenkabelausrüster. Sehen Sie im Bereich Marine, Schiff- und Hafenausbau große Potenziale?

Ja, dieser Markt ist sehr lukrativ. Durch einen glücklichen Umstand konnten wir kürzlich die Friesland Kabel übernehmen, Deutschlands bisherigen Marktführer in diesem Segment. Wir liefern nicht nur die Kabel, unsere Teams können diese auf Wunsch auch verlegen. Überdies fertigen wir zukünftig ganze Kabelbäume für Kabinen.

Kehren wir zurück an Land: Die Klaus Faber AG setzt stark auf den Ausbau des Glasfaser-Netzes.

Beim Breitband-Ausbau sind wir schon seit Jahren aktiv. Durch gezielte Kooperationen haben wir dieses Segment aber nun stark forcieren können. Besonders in Mecklenburg-Vorpommern sind wir da sehr präsent. Auch denken wir systemisch. Soll heißen: Wir sind nicht nur Kabel-Lieferant, sondern bieten überdies umfangreiche Tools und Services rund um das Thema an. In Sachen Breitbandausbau strecken wir unsere Fühler übrigens auch schon auf internationales Terrain aus – nach Europa und Übersee.



„Deutschland braucht moderne Glasfaser-Netze – am besten von Faber!“

Warum ist „schnelles Internet“ eigentlich so wichtig für den Standort Deutschland?

Das ist vor allem für reibungslose Logistik-Abläufe in Industriebetrieben wichtig. Also überall, wo Maschinen und Computer via Cloud zeitnahe Updates oder Backups benötigen. Erst durch den neuen Mobil-Standard „5G“ wird auch autonomes Fahren technisch möglich.

Apropos Internet: Die Klaus Faber AG betreibt seit rund einem Jahr einen eigenen Webshop. Wie läuft's in Sachen E-Commerce?

Großartig! Der Webshop wird sehr gut angenommen – und entwickelt sich prächtig. Der Shop wurde übrigens vornehmlich von unseren eigenen, teilweise sehr jungen Leuten konzipiert und programmiert.

Auch auf einem anderen Geschäftsfeld möchten Sie – im besten Wortsinne – hoch hinaus. Sie wollen dabei sein, wenn in luftige Höhe ragende Baustellen-Kräne verkabelt werden. Warum?

Weil wir uns vom reinen Produktverkäufer zum Problemlöser entwickeln. Früher haben wir lediglich die Kabel geliefert, da waren wir ein Anbieter von vielen. Heute bieten wir den Kunden ganze Systeme aus einer Hand. Wir konfektionieren die benötigten Kabel nach Maß, liefern das Produkt in der gewünschten Länge, entsprechend isoliert und besteckt. Auf Wunsch liefern wir auch alles Weitere an den Kran- und Hebefahrzeugen – vom Schaltkasten bis hin zu den Stahlseilen. Das Ganze schaffen wir in Rekord-Tempo, damit die Kräne in kürzester Zeit wieder

einsatzbereit sind. Gemäß unserem Leitspruch „Consider it done“. Soll heißen: Wer als Kunde mit seinem Anliegen zu Faber kommt, der kann sein Problem bereits als erledigt betrachten.

Ein weiteres Projekt, das Sie zur Marktreife bringen wollen, sind Mini-Kraftwerke für Krisenregionen...

Ja, wir entwickeln gerade ein sehr effizientes, klimafreundliches, kostengünstiges und sicheres Stromspeicher-System. Dabei handelt es sich um einen portablen Container, der – egal, wo auf der Welt – mithilfe ausklappbarer Solar-Flügel auf nachhaltige Weise Solarstrom erzeugt, diesen Strom in kleinen, handlichen Batterie-Akkus auch über Nacht speichert oder via Kabel das nächste Dorf, Flüchtlingslager oder Krankenhaus versorgt. Diese mobile Stromversorgung eignet sich perfekt für unterentwickelte Regionen oder Krisen-Regionen. Ob im Urwald oder in der Wüste – innerhalb einer Stunde sind diese kleinen, robusten Mini-Kraftwerke einsatzbereit. Warum sollte man dort laute, schmutzige Diesel-Generatoren im Dauer-Betrieb laufen lassen, wenn die Sonne saubere Energie frei Haus liefern könnte? Weitere Einsatzgebiete sind Militär-Basen, Flüchtlings-Camps, Katastrophengebiete. Per Hubschrauber, Schiff oder LKW könnten Sie das modulare Kraftwerk selbst in entlegensten Gebieten absetzen und auf den Sonnenstrom zugreifen. Wir führen gerade sehr intensive Gespräche mit Hilfsorganisationen, der Bundeswehr, der Politik und auch Unternehmen. Laut UN-Richtlinie können bis zu 280 Personen dank dieses innovativen Containersystems mit Strom versorgt oder die Wasseraufbereitung für rund 15.000 Menschen sichergestellt werden. Wenn alles glatt läuft, geht unser neues System schon bald in Serie.

Die Faber AG ist eine Aktiengesellschaft. Wann gehen Sie an die Börse?

Das wird nie geschehen. Es war ja der Wille des Firmengründers Klaus Faber, dass alle Aktien in einer Stiftung gebündelt werden, damit das Unternehmen auch in Zukunft erhalten bleibt.

Und diese Stiftung tut viel Gutes?

Ja, die Firma Faber gehört der Klaus Faber Stiftung, die nach dem Firmengründer benannt wurde. Die Stiftungsgelder kommen der medizinischen Forschung und der angewandten Medizin im Saarland und in Deutschland zugute. Die Stiftung wurde 2013 als gemeinnützig anerkannt, hat mittlerweile viele Millionen Euro für das Gemeinwohl gespendet. Beispielsweise an das Caritas Klinikum Saarbrücken sowie an die Augenklinik der Universität Homburg.

Sie bauen eine neue Firmenzentrale am Eurobahnhof. Warum?

Unser derzeitiger Hauptsitz am Rastpfuhl platzt längst aus allen Nähten. Umso mehr sehnen wir die Einweihung unserer neuen Firmenzentrale an der Saarbrücker Europaallee herbei. 4.600 m² Bürofläche, 50 Tiefgaragenplätze – und zunächst Platz für rund 180 Mitarbeiter. Der verkehrsgünstige, zentrale Standort unweit des Saarbrücker Hauptbahnhofs ist natürlich ein Glücksfall. Unseren Neubau hat der renommierte Architekt Gerlando Giarizzo entworfen. Sehr hell, transparent und hochwertig, vor allem aber an neue Arbeitswelten und –weisen angepasst.

Herr Czabanski, vielen Dank für dieses informative Gespräch!



Trafen sich zum Interview: Joachim Czabanski, Vorstandsvorsitzender der Klaus Faber AG im Gespräch mit TOP-Chefredakteur Sylvio Maltha

christ
PARTY & CATERING



NEWS

GUT

WIESENHOF MERZIG
EVENT-LOCATION

++ MEETS ++

CHRIST
PARTY & CATERING
EXKLUSIVER CATERING-PARTNER

