

**Turbo für
Wien** s. 6

**Den Sommer
feiern** s. 22

**Kart
Trophy** s. 32

DAS MAGAZIN
DER WIEN HOLDING

02 / 2019

für wien

Gewinnen!

5 x 2 Tageskarten für
die Therme Wien mit
Kabine inkl. Sauna

Réné Mladik und Ivica Brankovic
arbeiten bei der WienCont

mehr wien zum leben.
wienholding

Ein Unternehmen der StoDt:Wien



EINE SEELISCHE
ERKRANKUNG
IST SO NORMAL WIE
EIN WEISHEITSSZAHN.
(NUR KANN MAN SIE NICHT EINFACH ZIEHEN.)

ES IST ZEIT, GANZ NORMAL DARÜBER ZU REDEN.
Jährlich kämpft ein Drittel aller Menschen in Österreich mit psychischen Problemen und findet kaum gesellschaftliche Akzeptanz. Deshalb wollen wir die Diskussion über psychische Erkrankungen öffentlich machen. Mehr Informationen auf www.ganznormal.at

ganz
normal.
at

www.ganznormal.at





Panorama

S. 6

- S. 5 Seminarangebot und die Erste Bank Open
- S. 6 Rekordjahr 2018
- S. 8 „Cats“-Cast steht fest, Wertschöpfungsstudie
- S. 9 Verein ganznormal.at, „Neue Wiener Lieder“ im Haus der Musik
- S. 10 „A Blazing World“ im Kunst Haus Wien, Takarazuka Revue Company zu Gast, Schulerweiterung
- S. 11 Kinotipp, Cineplexx-Gewinnspiel, Wien Holding fördert OMA/OPA-Projekt



S. 12

Titelgeschichte

- S. 12 Die WienCont betreibt einen der größten und modernsten Containerterminals in einem europäischen Binnenhafen



S. 20

Personen

- S. 16 Robert Nowak, Josef Herwei, WSE
- S. 17 Informations- und Delegationsmanagement, Eurocomm-PR
- S. 18 Konzernbetriebsrat, Wien Holding
- S. 19 Elisabeth Schwarzinger, Karin Strini, WH Arena Projektentwicklung
- S. 20 Rosemarie Brucher, MUK
- S. 21 Marktaufsicht, Großmarkt Wien



Plätze

S. 28

- S. 22 Unser Sommerfest 2019
- S. 24 Original-Geige, Mozarthaus Vienna
- S. 25 Live von der Insel, W24
- S. 26 Sehenswertes, Jüdisches Museum
- S. 27 Baulückenkonzerte, WSE
- S. 28 Schöne Erfrischung, Therme Wien
- S. 29 Stars von morgen, MUK
- S. 30 „Elisabeth“ in Schönbrunn, VBW
- S. 31 Moderne Ölsperre, Hafen Wien



S. 34

Potpourri

- S. 32 Kart Champions Trophy 2019
- S. 34 Fette und Öle richtig verwenden
- S. 35 Gewinnspiel Therme Wien & Programm



**CHEFREDAKTEURIN
BRIGITTE HOLPER**

Rekordjahr 2018

So „a hassa Summa“ ...

Die Wien Holding hatte im Jahr 2018 das beste wirtschaftliche Ergebnis seit ihrer Gründung (Seite 6). In unserer Titelgeschichte (ab Seite 12) berichten wir über die WienCont, die seit 40 Jahren für hochprofessionellen Containerumschlag steht. Rechtzeitig zur Sommerhitze gibt's in der Therme Wien wieder den Sommertarif von 21 Euro, wenn das Thermometer 25 Grad erreicht (Seite 28).

Unser Wien Holding-Sommerfest im Schweizerhaus war ein voller Erfolg. Stelzen, Bier und nette 70er-Jahre-Kostüme sorgten für einen tollen Abend (Seite 22). Und last but not least: Alles über unsere 15. Wien Holding Kart Champions Trophy findet ihr auf den Seiten 32 und 33.

Eure Gitti Holper ♦



**STAPLERFAHRER RÉNÉ MLADIK UND
LADEMEISTER IVICA BRANKOVIC,
WIENCONT**

UNSER REDAKTIONSTEAM



SABINE SEISENBACHER



DIETER PIETSCHMANN



MANUELA ZENKL



SYLVIA SCHULLER



ASTRID SCHAFFER



ANGELA DJURIC



SANDRA KOBLISCHKE



MARTINA AMON



MARIO SCALET



**WOLFGANG
GATSCHNEEGG**



**BERNHARD
MAYER-ROHONCZY**

IMPRESSUM

HERAUSGEBER VEREIN DER MITARBEITERINNEN IM KONZERN DER WIEN HOLDING GMBH,
1010 WIEN, UNIVERSITÄTSSTRASSE 11, T: 01/408 25 69-0, F: 01/408 25 69-37,
E: ZEITUNG@WIENHOLDING.AT **CHEFREDAKTEURIN** BRIGITTE HOLPER **DVR** 0441449

MEDIENINHABER FALTER VERLAGSGESELLSCHAFT M.B.H., BEREICH CORPORATE PUBLISHING,
1010 WIEN, MARC-AUREL-STRASSE 9, T: 01/536 60-0, F: 01/536 60-912, E: MAGAZINE@FALTER.AT
CHEFREDAKTION ELKE SOMMER, CHRISTIAN ZILLNER **ARTDIREKTOR** MARION MAYR
FOTOREDAKTION KARIN WASNER **PRODUKTION** DANIEL GRECO
GESCHÄFTSFÜHRUNG SIEGMAR SCHLAGER

DIE OFFENLEGUNG GEMÄSS § 25 MEDIENGESETZ IST UNTER WWW.FALTER.AT/OFFENLEGUNG/
FALTER-VERLAG STÄNDIG ABRUFBAR.



Highlight

Die weltbesten Tennis-Asse live

Der Aufschlag zu den Erste Bank Open naht. Am 19. Oktober ist es so weit. Fix dabei sind bereits Lokalmatador Dominic Thiem, Japans Superstar Kei Nishikori, Australiens „Bad Boy“ Nick Kyrgios sowie die kanadischen Shootingstars Felix Auger-Aliassime und Denis Shapovalov! ♦

**ERSTE BANK OPEN: VON 19. BIS 27. OKTOBER
IN DER WIENER STADTHALLE**

KONZERNWEITE AUS- UND WEITERBILDUNGSANGEBOTE

SEMINARTITEL	INHALTE	TERMINE 2019	TRAINER/IN INSTITUT	ORT	KOSTEN exkl. UST
Wien Holding Willkommenstag	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Beantwortet die wichtigsten ersten Fragen unserer neuen MitarbeiterInnen • gibt einen Einblick in die zahlreichen Unternehmen des Konzerns • unterstützt ein unternehmensübergreifendes „Netzwerken“ innerhalb des Konzerns 	19. September	Mag. Robert Kalten- brunner	Hotel de France	-
Selbstverteidigung und Selbstbe- hauptung mit Krav Maga Allround	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Erlernen verschiedener Selbstverteidigungstechniken • Selbstbehauptung & selbstsicheres Auftreten • Gefahrenradar und Prävention • Körpersprache • u. v. m. 	28. Oktober	Mag.^a Ruth Preining	PSV Wien	max. EUR 270*
Effektives Zeit- und Selbstmanagement – Prioritäten richtig setzen	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Techniken des Zeit- und Selbstmanagements • Erfolgsprinzipien, um Prioritäten richtig zu setzen • Umgang mit Störungen • typengerechtes Aufgabenmanagement • Kampf den „Zeitdieben“ • digitale Tools und Möglichkeiten • u. v. m. 	29. Oktober	Thomas Faast	Wien Holding Konferenz- saal	max. EUR 210*
Excel – quick & simple	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Grundlagen der Tabellenkalkulation • vereinfachte & bedingte Formatierungen • schneller Überblick über große Datenmengen • simple Diagrammvorlagen • praktische Tipps & Tricks • u. v. m. 	30. Oktober	Barbara Zeidler	SPC	max. EUR 190*
„Biochemische Rast- stätte“ – Steigerung der Konzentration und mentalen Leistungskraft im Berufsalltag	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Geistige Höchstleistungen und körperliches Wohlbefinden fördern • über Gedanken(-Hygiene) & Hormone die eigene Konzentrationsfähigkeit und Stimmung steuern • Fachinput aus Neurowissenschaften • (Selbst-)Coaching-Tools • praxisorientierte Umsetzung von der Theorie in den persönlichen Alltag • u. v. m. 	31. Oktober	Angelika Pinter	Wien Holding Konferenz- saal	max. EUR 370*

* Die Kosten wurden auf Basis einer Mindestteilnehmerzahl berechnet. Die tatsächlichen Kosten richten sich nach der endgültigen Teilnehmerzahl. Die Stornobedingungen richten sich nach der bzw. dem durchführenden SeminaranbieterIn und werden direkt an das jeweilige Unternehmen verrechnet.
▶ Besuchen Sie uns im Intranet, dort finden Sie Informationen zur Aus- und Weiterbildung im Konzern, das laufende Bildungsangebot sowie aktuelle Seminartermine (<https://intranet.wienholding.at/Bildungsangebote>) Kontakte: p.krauss@wienholding.at oder t.gschossmann@wienholding.at



Neuer Rekord

Die Wien Holding kann mit der Bilanz 2018 das beste Ergebnis seit ihrer Gründung vorlegen

OBEN MITTE: DER GROSSMARKT WIEN

L. O.: NEUES DESIGN FÜR DIE GENERAL-SANIERTE MS WACHAU

R. O.: „BODYGUARD“, DIE MUSICALFASSUNG DES KINO-WELTERFOLGS IM RONACHER

WIEN-TAGE DER EUROCOMM-PR IN PRAG



Wieder bestätigt sich der Erfolg der Wien Holding-Strategie: Das Rekordjahr 2017 konnte abermals übertroffen und mit der Bilanz 2018 das beste Ergebnis seit der Gründung der Wien Holding präsentiert werden. Mit der Philosophie, „mehr Wien zum Leben“ zu schaffen, realisiert der Konzern Projekte, die Wien prägen.

Der Gesamtkonzern hat 2018 insgesamt einen Rekordumsatz von rund 552 Mio. Euro erwirtschaftet (2017: 545 Mio. Euro). Die Bilanzsumme ist gestiegen und liegt bei rund 1,03 Mrd. Euro. Die Investitionen sind mit 144 Mio. Euro auf einem sehr



hohen Niveau. 2.921 MitarbeiterInnen sind im Konzern beschäftigt.

IMMOBILIEN-MANAGEMENT

Die WSE-Tochter Eichenstraße 1 GmbH hat das Verwertungsverfahren für das rund 14.000 m² große Areal abgeschlossen. Der Großmarkt Wien wurde aus der Marktordnung entlassen und an die GMW Großmarkt Wien Betrieb GmbH ausgelagert. Die WIP Wiener Infrastruktur Projekt GmbH hat sechs Projekte erfolgreich abgeschlossen. Die Therme Wien verbuchte durch die U1-Verlängerung einen signifikanten Besucheranstieg.

KULTUR- UND VERANSTALTUNGSMANAGEMENT

Alle Wien Holding-Museen konnten Besucherrekorde verzeichnen. Die VBW verbuchten das wirtschaftlich stärkste Jahr in ihrer Geschichte mit einer knapp hundertprozentigen Auslastung im Musicalbereich.



Die Wiener Stadthalle feierte ihren 60. Geburtstag. Helene Fischer und Ed Sheeran begeisterten im Ernst-Happel-Stadion. Die Wien-Ticket verkaufte mit 3,5 Mio. Tickets so viele wie noch nie. Die WH Arena Projektentwicklung startete mit den Vorbereitungen für die Konzeption, die Planung und den Bau der neuen Wien Holding-Arena.

LOGISTIK UND MOBILITÄT

Der Hafen Wien hat seine Flächen für das Autoterminal neu organisiert und die Lkw-Abfertigung durch digitale Systeme hochgerüstet. WienCont stellte auf dem Weg zum ersten CO₂-freien trimodalen Terminal Europas die Stromversorgung am gesamten Containerterminal zu 100 Prozent auf Wasserkraft um. Die MS Wachau der DDSG Blue Danube strahlt nach einer Generalsanierung in neuem Design. Der neue Twin City

Liner wurde in einer britischen Werft gebaut.

MEDIEN UND SERVICE

Der Wiener Stadtsender W24 wurde direkt bei der Mutter WH Media angesiedelt. Diese umfasst nun drei Säulen: WH Digital und Interactive, Eurocomm-PR und R9 Regional TV Austria. Die Forcierung der Digitalisierung bescherte der WH-Interactive das umsatzstärkste Jahr der Firmengeschichte. Die Eurocomm-PR veranstaltete „Wien Tage“ in Prag, Sarajevo und Belgrad. ▀



WIEN HOLDING-BILANZ 2018: PETER HANKE, SIGRID OBLAK UND KURT GOLLOWITZER (V. L.)

FOTOS: VBW/DEEN VAN MEER, EVA KELETY

„Cats“-Cast

Ab Herbst sind in Wien die Katzen los

„Cats“, das erfolgreichste Musical aller Zeiten, ist ab September im Ronacher zu sehen. Die Besetzung steht fest: Die „Jellicle Cats“ – allen voran Publikumsliebliche wie Ana Milva Gomes als „Grizabella“, Dominik Hees als „Rum Tum Tugger“ oder Felix Martin als „Gus“ – starten im Sommer mit den Proben. ■

„CATS“: EINE LEGENDE KEHRT NACH WIEN ZURÜCK



Wertschöpfung

Faktor für Wirtschaft und Arbeitsmarkt

Das Institut für Höhere Studien hat den volkswirtschaftlichen Fußabdruck des Wien Holding-Konzerns erhoben. Die Studie zeigt: Rund 1,6 Mrd. Euro an österreichweiter Bruttowertschöpfung bringt die Wien Holding pro Jahr. Davon bleiben rund 809 Mio. Euro unmittelbar in Wien. Durch die volkswirtschaftlichen Verflechtungen profitieren jedoch auch Bundesländer entlang der Wertschöpfungskette vom Betrieb und den BesucherInnen der Unternehmen des Konzerns. Direkt, indirekt und induziert sichert die Wien Holding österreichweit rund 23.000 Arbeitsplätze, rund die Hälfte davon in Wien. Damit wird ganz klar die Bedeutung der Wien Holding als wichtiger Faktor für die Wirtschaft und den Arbeitsmarkt unterstrichen. ■

STOLZ AUF DIE WIEN HOLDING: DR. KURT GOLLOWITZER UND DIPL.-ING.^{IN} SIGRID OBLAK



ganznormal.at

Der seelischen Gesundheit verpflichtet

Seit 2011 arbeitet der gemeinnützige Verein ganznormal.at an der Gleichstellung von psychischen und physischen Krankheiten und wird dabei u. a. von der Wien Holding unterstützt. Ziel ist es, die öffentliche Diskussion über seelische Erkrankungen zu fördern, um „ganz normal“ ohne Tabu und Stigma darüber zu reden. ▀

DURCH OFFENEN UMGANG FÜHLEN SICH BETROFFENE WOHLER UND KÖNNEN BESSER UNTERSTÜTZT WERDEN



Wiener Lieder

Sonderausstellung im Haus der Musik

Was wäre Wien ohne das Wienerlied mit seinen leichtfüßigen Melodien, seiner Melancholie und seinem tiefschwarzen Humor? In der Sonderausstellung „Neue Wiener Lieder“ zeigt das Haus der Musik noch bis 13. Oktober im glasüberdachten Innenhof, dass das Wienerlied noch lange nicht der Vergangenheit angehört. Um 1800 ist es entstanden, bis heute wird es in verschiedenen Schattierungen gepflegt. In den letzten Jahren hat eine junge Generation von MusikerInnen das Genre wieder aufleben lassen. KünstlerInnen wie Ernst Molden, Kollegium Kalksburg, Wiener Blond, Die Strottern, Der Nino aus Wien, Wanda oder Voodoo Jürgens haben das Wienerlied in die Gegenwart geholt – voll Poesie, Provokation und Pop. ▀

DAS GOLDENE WIENERHERZ UND DAS RAUNZEN UM DIE LIEBE



Kunststoff

Umweltthema im Kunst Haus Wien

Eigens für ihre Ausstellung im Kunst Haus Wien hat Claudia Märzendorfer die Installation „A Blazing World“ geschaffen. Darin setzt sich die österreichische Bildhauerin mit der Verschmutzung der Weltmeere durch Kunststoffmüll auseinander. Zwei ihrer Texte zum aktuellen Umweltthema ergänzen die Schau. ◆

„A BLAZING WORLD“ VON CLAUDIA MÄRZENDORFER, NOCH BIS 29. SEPTEMBER IM KUNST HAUS WIEN



Wienbesuch

Takarazuka Revue Company zu Gast

Im Juni waren VertreterInnen der Takarazuka Revue Company zu Gast im Raimund Theater. Die japanische Musiktheatergruppe, ein langjähriger VBW-Partner, brachte schon „Elisabeth“ in Japan auf die Bühne. Ab Herbst präsentiert sie dem japanischen Publikum „I am from Austria“. ◆

SAKURA MISONO (L.) UND RYO TAMAKI (MITTE) WERDEN IN „I AM FROM AUSTRIA“ IN JAPAN ZU SEHEN SEIN



Mehr Raum

Schulerweiterung in der Dietrichgasse

Die Kinder und Jugendlichen, die die Volks- und Neue Mittelschule Dietrichgasse besuchen, können dem Schulanfang mit Freude entgegensehen. Nach 23 Monaten Bauzeit wurde die Sanierung und Aufstockung ihrer Schule abgeschlossen. Die Eröffnung fand am 6. Juni statt. ◆

BY ERICH HOHENBERGER, NMS-DIREKTORIN BRIGITTE PAAR, VS-DIREKTORIN MARTINA PICHLER, WH-GF SIGRID OBLAK, ROBERT OPPENAUER, LEITER WIENER SCHULEN (V. L.)





„LEBERKÄSJUNKIE“:
EINE BAYERISCHE
KOMÖDIE MIT
PUBLIKUMSLIEBLINGEN

Gewinnen!

5 x 2 Kinotickets für
eine Vorstellung
in einem
Cineplexx-Kino

FÜRWIEN
GEWINNSPIEL

5 x 2 Tickets

„Leberkäsjunkie“: Nach
einem Bestseller von
Rita Falk. Ab
2. August 2019 im Kino.
FürWien verlost 5 x 2
Kinotickets: E-Mail
(Betreff „Kino“) an
zeitung@wienholding.at

Einsendeschluss: 5. 8.



Leberkäs ade!

Gesundes Essen und andere Probleme

Der Provinzpolizist Franz Eberhofer (Sebastian Bezzel) hat es nicht leicht: Wegen zu hoher Cholesterinwerte muss er Diät halten. Dazu kommt ein Mordfall, und zu allem Überfluss bringt ihm seine Halb-Ex-Freundin Susi (Lisa Maria Potthoff) den einjährigen Sohn für eine Woche zum Aufpassen. Gut, dass es Rudi (Simon Schwarz) gibt, der seinem Freund in allen Fragen rund um Ernährung, Erziehung und Ermittlung zur Seite steht. ◆

► Teilnahmebedingungen unter
www.wienholding.at/fuerWien/Teilnahmebedingungen

Wissen wirkt

SeniorInnen helfen Kindern lernen

Seit zehn Jahren bietet das OMA/OPA-Projekt Kindern mit Förderbedarf Unterstützung. Freiwillige SeniorInnen helfen den Kids beim Lernen und vermitteln ihnen Werte wie Respekt und Wertschätzung. Die Wien Holding unterstützt das Projekt, denn kulturelle Vielfalt und Integration liegen uns am Herzen. ◆

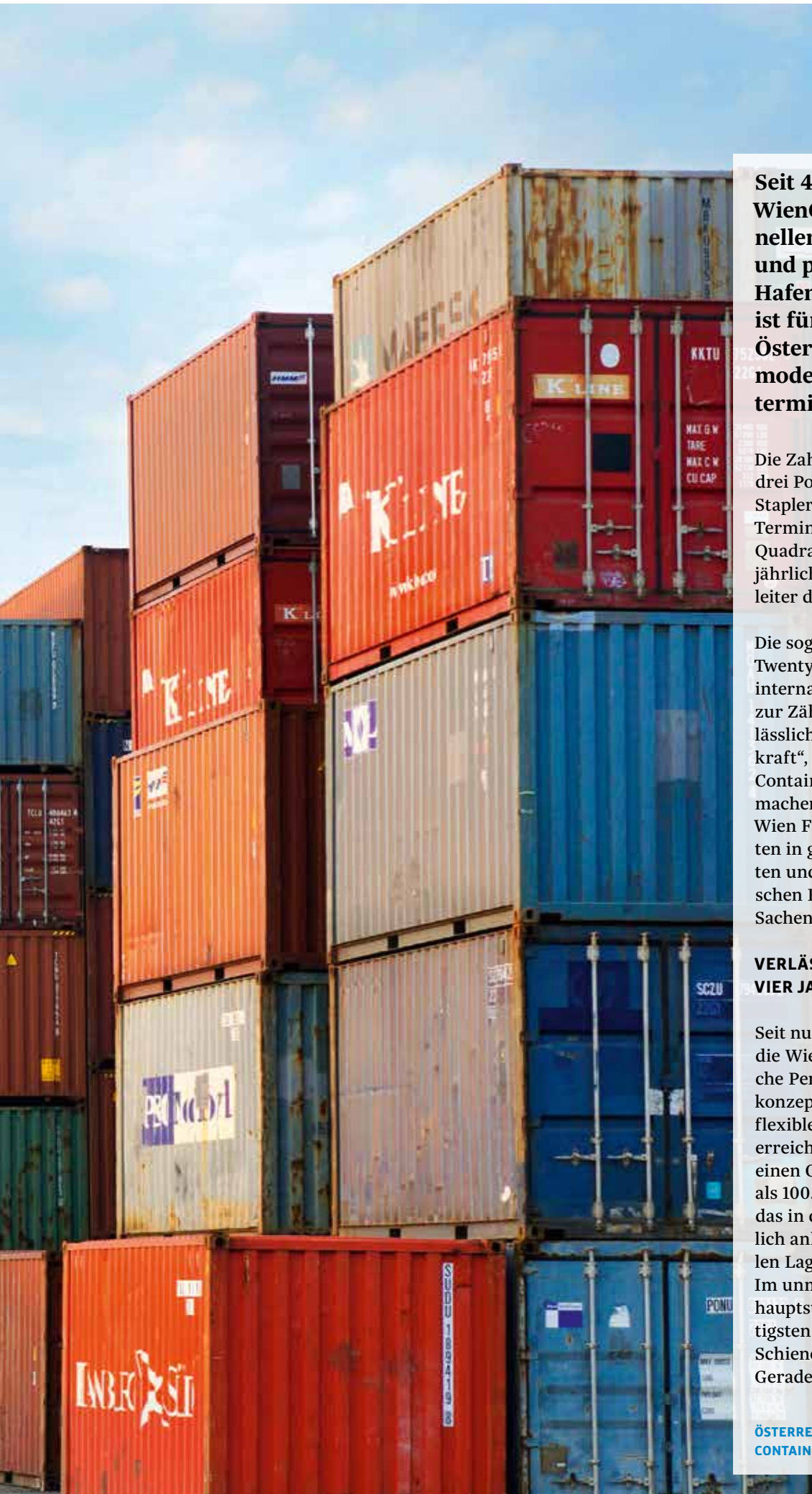
AB SEPTEMBER SUCHT DAS OMA/OPA-PROJEKT
WIEDER FREIWILLIGE SENIOR/INNEN, WWW.NL40.AT



Immer in Bewegung

Die WienCont betreibt in der Freudenau einen der größten und modernsten Containerterminals in einem europäischen Binnenhafen





Seit 40 Jahren steht die WienCont für hochprofessionellen Container-Umschlag und punktgenaues Service im Hafen Freudenu. Stillstand ist für die Betreiber von Österreichs größtem und modernstem Containerterminal ein Fremdwort.

Die Zahlen sprechen für sich: „Mit drei Portalkränen und 15 Container-Staplern stemmen wir heute auf einer Terminalfläche von etwa 170.000 Quadratmetern rund 400.000 TEU jährlich“, sagt Paul Lackner, Terminalleiter der WienCont, selbstbewusst.

Die sogenannte TEU – kurz für: Twenty-foot Equivalent Unit – gibt als international standardisierte Einheit zur Zählung von ISO-Containern verlässlich Auskunft über die „Muskelkraft“, die Umschlagleistung eines Containerterminals. 400.000 TEU machen den Containerterminal in Wien Freudenu zum umschlagsstärksten in ganz Österreich. Einer der größten und modernsten in einem europäischen Binnenhafen und Vorreiter in Sachen Nachhaltigkeit ist er obendrein.

VERLÄSSLICHKEIT SEIT VIER JAHRZEHNEN

Seit nunmehr vier Jahrzehnten ist die WienCont ein Garant für verlässliche Performance, zeitgemäße Logistikkonzepte und ein umfassendes und flexibles Service. 1979 gegründet, erreichte man bereits 1992 erstmals einen Containerumschlag von mehr als 100.000 TEU. Das rasche Wachstum, das in den Jahren darauf kontinuierlich anhielt, ist freilich auch der idealen Lage des Hafens Wien geschuldet: Im unmittelbaren Umfeld der Bundeshauptstadt liegt er an einer der wichtigsten Schnittstellen von Straße, Schiene und Fluss in Mitteleuropa. Gerade hier entwickeln sich die

ÖSTERREICHS UMSATZSTÄRKSTER, FÜHRENDER CONTAINERTERMINAL IN WIEN FREUDENU



LADEMEISTER IVICA BRANKOVIC BEI DER ARBEIT

WIENCONT-KENNZAHLEN:

90 MitarbeiterInnen

Terminalfläche
170.000 m²

3 Portalkräne

15 Container-Stapler

ca. 10.000 TEU
Lagerkapazität

Containerumschlag
p. a.: ca. 400.000 TEU

Stellplatz-Kapazität
Leercontainer-Depot:
ca. 8.000 TEU

Transportströme besonders dynamisch.

HAFEN WIEN ALS TRIMODALER KNOTENPUNKT

Die ständige Weiterentwicklung des trimodalen Konzepts, bei dem die Transportwege von Schiff, Zug und Kraftfahrzeug perfekt aufeinander abgestimmt sind, ist deshalb das Um und Auf. Rund 90 Zugverbindungen werden pro Woche am Standort abgewickelt.

Immer am Ball zu bleiben ist wichtig. Das gelingt der WienCont, indem sie ihre KundInnen ganzheitlich bedient und viele Zusatzleistungen anbietet. Im Hafen Freudenau gibt es ein breites Spektrum an hochspezialisierten PartnerInnen, die effizient zusammenarbeiten. Seit dem Jahr 2018 kooperiert die WienCont etwa bei den Reefer-Containern – das sind besondere Kühlcontainer –

mit Smith Holland, dem europäischen Marktführer in diesem Bereich. Dadurch konnten Lieferzeiten deutlich verkürzt und konnte das Qualitätsniveau bei der Prüfung und Reparatur von Kühlcontainern erheblich gehoben werden.

ERWEITERUNG IN MEHREREN SCHRITTEN

Wichtige Meilensteine in der Firmengeschichte der WienCont waren zweifelsohne die Erweiterungen des Terminals in den Jahren 2008 und 2012 inklusive der Inbetriebnahme der drei Containerkräne. Die Umschlagzahlen konnten dadurch noch einmal gesteigert werden.

Heute zählt die WienCont etwa 90 MitarbeiterInnen, die zuletzt einen Umsatz von elf Millionen Euro pro Jahr erwirtschaften konnten. Neben dem Umschlag, der Lagerung und der Reparatur von Containern

gehört auch der Containerhandel zum Geschäftsfeld des Unternehmens, das heute zu knapp 96 Prozent im Besitz des Hafens Wien steht.

NEUER MARKENAUFTRITT: OPTISCH MODERN UND DYNAMISCH

Seit Ende März präsentiert sich die WienCont mit einem neuen, modernen, dynamischen Markenauftritt. Der Relaunch wurde gemeinsam mit einer renommierten Agentur erarbeitet. Die WienCont-Homepage sowie das neue Logo unterstreichen die Vorreiterrolle des Unternehmens als Österreichs führender Containerterminal und stärken seine internationale Positionierung. Außerdem wurden die Büroräumlichkeiten in der Freudenauer Hafenstraße umgestaltet und dem neuen Markenauftritt angepasst. „Die Transformation des Unternehmens hat jedoch nicht nur in



Effizienzsteigerung und Modernisierung. So werden die MitarbeiterInnen verstärkt mit multifunktionalen Tablets ausgestattet, um Stapleraufträge und Lagerplätze auf diesem Weg direkt zuweisen zu können. Zeit-, Kosten- und Papieraufwand sollen damit entscheidend verringert werden. Ebenfalls ganz oben auf der Agenda stehen die Themen Umweltschutz und Nachhaltigkeit. Unter anderem soll der Plastikmüll im Büroalltag reduziert werden. Bereits abgeschlossen wurde die Umstellung der Stromversorgung des Terminals auf hundert Prozent Wasserkraft. Hinter all diesen Maßnahmen steht das Ziel, den Betriebsstandort Wien Freudenua zum ersten CO₂-neutralen Terminal Europas zu machen. Ein ambitioniertes Projekt: Doch wer sich keine ambitionierten Ziele setzt, läuft Gefahr stillzustehen – und Stillstand ist bei der WienCont ein Fremdwort. ■

TRIMODALE LOGISTIK-DREHSCHIBE: DIE TRANSPORTWEGE SCHIFF, ZUG UND LKW SIND IM HAFEN WIEN PERFECT AUF EINANDER ABGESTIMMT

der Außenwahrnehmung Niederschlag gefunden“, erklären die WienCont-Geschäftsführer Harald Jony und Georg Wurz, „sie setzt sich vor allem auch bei bestehenden und neuen KundInnen und GeschäftspartnerInnen fort.“

WIENCONT: EFFIZIENT & UMWELTSCHONEND

Diese KundInnen und GeschäftspartnerInnen perfekt zu bedienen ist auch eine Aufgabe für die Zukunft. 2019 steht bei der WienCont im Zeichen von



DAS NEUE LOGO DER WIENCONT, MODERN UND DYNAMISCH



DIE GESCHÄFTSFÜHRER
DER WSE ROBERT
NOWAK (L.) UND
JOSEF HERWEI (R.)

Robert Nowak & Josef Herwei

WSE WIENER STANDORTENTWICKLUNG GMBH

SEIT DEN 1990ER-JAHREN KENNEN JOSEF HERWEI UND ROBERT NOWAK EINANDER BEREITS BERUFLICH.

Seit April arbeiten sie als neues Geschäftsführer-Team der WSE eng zusammen. Josef Herwei, ein Jurist mit Schwerpunkt Liegenschafts- und Immobilienentwicklung, steht seit 2005 an der Spitze der WSE und

blickt mit Freude auf viele erfolgreiche Projekte zurück: „Die Neuerichtung der Therme Wien und die Realisierung des BOKU Biotechzentrums sind mir besonders im Gedächtnis geblieben.“ An seinem neuen Gegenüber, Robert Nowak, schätzt er dessen „rasche Auffassungsgabe und kritischen Realismus“. Der bisherige

Projektleiter für die Wiener Bahnareale will „die BürgerInnen der Stadt und den Magistrat mit der Expertise der WSE in der Projektentwicklung und Realisierung städtischer Infrastrukturprojekte unterstützen“ und freut sich, „einen Beitrag zu leisten, dass Wien im Ranking der lebenswertesten Städte im Spitzenfeld bleibt.“



INFORMATIONS-
UND DELEGATIONS-
MANAGEMENT:
MAGDALENA SZOPA,
DOMINIK DRAXLER,
NATASCHA BOROZAN,
VERA TSCHAKALOFF-
JANNER, ADAM
BEZECZKY (V. L.)

Austausch von Wissen

EUROCOMM-PR

**WISSEN SOLL NICHT AN LÄNDER-
GRENZEN HALTMACHEN.** Das Informations- und Delegationsmanagement von Eurocomm-PR trägt dazu bei, dass Wissen auch über Grenzen hinweg geteilt wird. Natascha Borozan und ihr Team fördern den fachlichen Austausch zwischen der Wiener Stadtverwaltung

und PartnerInnen in Zentral- und Südosteuropa. Über die MA 27 vermitteln sie ExpertInnen aus Wien in die Dialogstädte und umgekehrt. Sie betreuen Delegationen, koordinieren Workshops, erarbeiten internationale Recherchen und versorgen die Stadt Wien tagesaktuell mit Nachrichten.

Was das Team ausmacht? „Vielfalt, Humor und gelebte Diversität“, sagt Natascha Borozan. „Wir haben alle unterschiedliche Wurzeln und sprechen viele Sprachen, die wir in der Länderkoordination optimal einbringen können. Wir sind bunt und ziehen alle gemeinsam an einem Strang.“



WERNER EICHELBERGER,
EVA RESCH, KARIN
SCHINDLER, GABRIELE
MALIK, JOHANN STRUNZ,
SILVIA RIEGLER, KONRAD
KRATTENTHALER (V. L.)

Konzernbetriebsrat

WIEN HOLDING

DIE KONZERNVERTRETUNG DER WIEN HOLDING WURDE ANFANG APRIL NEU KONSTITUIERT. Sie besteht derzeit aus 29 BetriebsrätInnen, die aus 15 Konzerngesellschaften in die Konzernvertretung delegiert wurden. Sieben von ihnen wurden zum Präsidium gewählt: die Vorsitzende Gabriele Malik (Wien Holding) sowie ihre Stellver-

treterInnen Konrad Krattenthaler (VBW), Karin Schindler (GESIBA), Werner Eichelberger (MUK), Silvia Riegler (Wiener Hafen), Eva Resch (Wiener Stadthalle) und Johann Strunz (WH Media). Das Motto? „Durchs Reden kumman d’Leit zam! Kommunikation ist in allen Bereichen wichtig“, ist Gaby Malik überzeugt.

Überbetriebliche Vernetzung muss gefördert sowie Betriebsratsgründungen unterstützt werden. „All das soll zum Wohle der Belegschaft sein, damit unsere Arbeitsplätze sicher sind und familien- bzw. mitarbeiterfreundlich gestaltet werden können. Zufriedene MitarbeiterInnen machen die Unternehmen stärker.“



KARIN STRINI (L.)
UND ELISABETH
SCHWARZINGER (R.)
ARBEITEN AN DER
ENTWICKLUNG DER
WH ARENA. SIE SOLL
MENSCHEN BEGEISTERN

Karin Strini & Elisabeth Schwarzingler

WH ARENA PROJEKTENTWICKLUNG

IN NEU MARX WIRD DIE MODERNSTE UND GRÖSSTE VERANSTALTUNGSSTÄTTE ÖSTERREICHS ENTSTEHEN.

Die beiden Geschäftsführerinnen der neuen WH Arena Projektentwicklung GmbH sind stolz, daran mitwirken zu können. Über zehn Jahre begleitete Karin Strini bei der WSE die Entwicklung von Neu Marx vom „Brownfield“

zu einem modernen, lebenswerten Stadtgebiet. Sie freut sich, „dass unsere schöne Stadt auch weiterhin viele Möglichkeiten bieten wird, qualitativ die Freizeit zu verbringen“. „Die neue Wien Holding-Arena wird ein Ort des Erlebens, der Emotionen und der Erinnerungen“, sagt Elisabeth Schwarzingler, gelernte Juristin und

seit über 11 Jahren im Wien Holding-Konzern. „Wir wollen ein Gebäude schaffen, das schon in seinem Erscheinungsbild Emotionen weckt.“ Derzeit werden die Grundlagen für eine erfolgreiche Projektentwicklung erarbeitet. Der Architekturwettbewerb, der noch heuer starten soll, befindet sich in Vorbereitung. ◆



PROREKTORIN ROSEMARIE BRUCHER WILL DIE KÜNSTLERISCH-WISSENSCHAFTLICHE FORSCHUNG AN DER MUK AUSBAUEN

Rosemarie Brucher

MUSIK UND KUNST PRIVATUNIVERSITÄT DER STADT WIEN

„**DIE MUK IST EINE UNIVERSITÄT MIT GROSSEM POTENZIAL.** Hier meinen Beitrag in der Mitgestaltung leisten zu können, war ein verlockendes Angebot, das ich ohne Zögern angenommen habe“, sagt Rosemarie Brucher. Im Mai wurde sie zur Prorektorin der MUK bestellt. Für diese Aufgabe bringt sie mehr als zehn

Jahre Erfahrung als Forscherin an sechs Universitäten in fünf Ländern und drei Kontinenten mit. Ihr Ziel für die MUK: sie als künstlerische Forschungsstätte von internationalem Rang zu positionieren. Dafür ist sie im Begriff, Maßnahmen zu entwickeln, die von der Einrichtung eines Forschungsservices bis zum Ausbau

interuniversitärer Kooperationen reichen. Die MUK spielt derzeit auch in der Freizeit der Prorektorin eine zentrale Rolle: „Um ein umfassendes Bild zu gewinnen, besuche ich viele Veranstaltungen des Hauses.“ Darüber hinaus entdeckt sie Wien für sich neu, die Stadt, in der sie studiert hat und in der sie seit März wieder lebt. ◆



VERONIKA KLATIK UND
RUDOLF SELINGER
SEHEN AUF DEM
GROSSMARKT WIEN
NACH DEM RECHTEN

Marktaufsicht

GROSSMARKT WIEN

VERONIKA KLATIK UND RUDOLF SELINGER KENNEN EINANDER VOM NASCHMARKT. Beide arbeiteten beim Marktamt, machten zeitgleich die Marktaufseher-Prüfung und wechselten 2014 zum Großmarkt Wien. Auf dem Markt- und Freiplatz sorgt Marktaufseher Rudolf Selinger seit fünf Jahren u. a. dafür, dass nur

Berechtigte auf das Gelände fahren. Er achtet auch darauf, dass die HändlerInnen ihren Müll nicht an Ort und Stelle, sondern auf dem Müllplatz des Großmarktes entsorgen. Hier wacht Veronika Klatik darüber, ob Kartonen, Holz- und Kunststoffsteigen, Folien, aber auch Bioabfälle und Restmüll korrekt und sortiert abgege-

ben werden. Für eine spätere Verwertung ist das wichtig. Was den beiden am Großmarkt gefällt? „Das bunte Treiben und der Trubel – das ist unvergleichlich. Trotzdem kennt jeder jeden“, sagt Rudolf Selinger. „Ich mag die Action! Hier ist einfach immer etwas los“, schwärmt Veronika Klatik. „Ich liebe meinen Job.“

Tanz in den Sommer

Unser zehntes Sommerfest stand im Zeichen der „wilden 70er“. Gut gelaunt feierten wir den 45. Geburtstag der Wien Holding!



DEM PARTYMOTTO
ENTSPRECHEND
KAMEN EINIGE GÄSTE
IN 70ER-JAHRE-
KOSTÜMEN

LINKS: ES WURDE
AUSGELASSEN
GETANZT

RECHTS: DIE
WIEN HOLDING-
GESCHÄFTSFÜHRUNG
SIGRID OBLAK UND
KURT GOLLOWITZER
ERÖFFNETE DAS
SOMMERFEST



**EIN 45. GEBURTSTAG MUSS
GEFEIERT WERDEN!** 1974 war
das Gründungsjahr der Wien
Holding. Grund genug, unser
zehntes Sommerfest in eine
heiße Geburtstagsparty zu ver-
wandeln. Das Motto lautete:
„Die wilden 70er.“ Am Abend des
2. Juli feierten wir gemeinsam





im Gastgarten des Schweizerhauses. Geschäftsführerin Sigrid Oblak, Geschäftsführer Kurt Gollowitz und Stadtrat Peter Hanke hießen alle herzlich willkommen und wünschten uns ein schönes Fest. Für Speis und Trank war wie immer

gesorgt. Ganz wie es sich im Schweizerhaus gehört kamen saftige Stelzen auf die Tische. Bier und „Karli“ sorgten für die nötige Erfrischung. Wem das nicht reichte, der kühlte sich zum Dessert noch mit köstlichen Eismarillenknödeln ab.

Abkühlung war nicht nur wegen der Temperaturen nötig, auch die Band heizte uns mit ihren Hits und Oldies ein. Auf der Tanzfläche ging es ganz schön rund! Einige KollegInnen waren, dem Motto entsprechend, in Kostüme der 70er-Jahre gekleidet erschienen. Die lustigsten, besten und innovativsten Outfits wurden im Rahmen der beliebten Tombola prämiert. Viele tolle Preise wurden wieder verlost. Nicht nur für die GewinnerInnen, für alle war es ein rundum gelungenes Sommerfest 2019 und eine unvergessliche Partynacht! ♦

GESELLIGES BEISAMMENSEIN IM GASTGARTEN DES SCHWEIZERHAUSES



LINKS: DIE BAND ÜBERRASCHE UNS MIT EINER SHOWEINLAGE IN ABBA-OUTFITS

RECHTS: ZU ESSEN GAB ES SAFTIGE STELZEN

DIE HISTORISCHE
GEIGE IN DER WIENER
WOHNUNG DER
FAMILIE MOZART

Geige mit Geschichte

MOZARTHAUS VIENNA

**VOM 27. MAI BIS 23. JUNI 2019 PRÄSEN-
TIERTE DAS MOZARTHAUS VIENNA EIN
BESONDERES EXPONAT: DIE ORIGINAL-
VIOLINE VON MOZARTS VATER LEOPOLD.**

Zum ersten Mal war die historische Geige in der Wiener Wohnung der Familie Mozart zu sehen. Das wunderschöne Instrument wird von aufwendig gestalteten Wirbeln sowie einem Obersattel und Saitenhaltern aus Elfenbein geziert. Feierlicher Anlass für die Ausstellung war der 300. Geburtstag von Leopold Mozart, der nicht nur der Vater des großen Musikgenies, sondern auch selbst ein bedeutender Musiker war. Unvergessen bleibt seine 1756 erstmals veröffentlichte Violinschule, die eines der ersten Werke für den Violinunterricht darstellte und noch heute geschätzt wird. ◆



W24 FING DAS FLAIR
DES 36. DONAU-
INSELFESTS FÜR DIE
ZUSEHER/INNEN EIN



Live von der Insel

W24

DAS DONAUINSELFEST UND W24 GEHÖREN EINFACH ZUSAMMEN: Mittlerweile sind das größte Gratis-Festival des Landes und der beliebte Wiener Stadtsender starke Partner. Auch heuer wieder berichtete W24 drei Tage lang umfassend vom bunten Treiben auf dem Festivalgelände. Egal ob Musik, Sport, Spaß oder die Stimmung generell: Die Kameramänner und -frauen von W24 haben alles eingefangen. In dem eigens in der Nähe der Floridsdorfer Brücke eingerichteten Außenstudio führte Anchorman Gerhard Koller interessante Gespräche mit Gästen wie Jazz Gitti, James Cottrill, Bürgermeister Michael Ludwig und Sozialstadtrat Peter Hacker. Donauinselfest, wir sehen uns wieder – bis zum nächsten Jahr! ◆

„DIE DREI MIT DEM STIFT“
UND ARCHITECTURENTWÜRFE
VON SIMON WIESENTHAL IM
JÜDISCHES MUSEUM WIEN

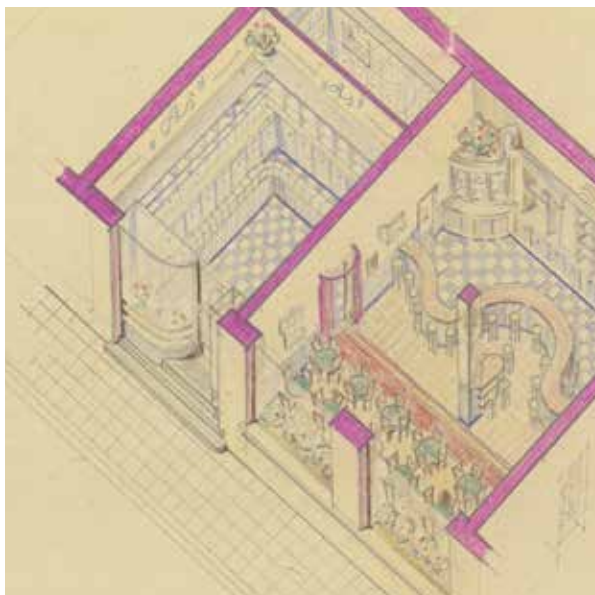


Gezeichnet

JÜDISCHES MUSEUM WIEN

ZWEI NEUE AUSSTELLUNGEN BIETET AKTUELL DAS JÜDISCHES MUSEUM WIEN.

Bis 17. November 2019 sind im Museum am Judenplatz Cartoons, Comics und Illustrationen von Lily Renée, Bil Spira und Paul Peter Porges zu sehen. Alle drei KünstlerInnen wuchsen in Wien auf, mussten ihre Heimat jedoch nach dem „Anschluss“ verlassen. Als Überlebende zeichneten sie später gegen ihre Verfolger an. Am Standort in der Dorotheergasse präsentiert das Museum bis 12. Jänner 2020 Skizzen und Entwürfe von Simon Wiesenthal. Tatsächlich war jener Mann, der später durch seinen Einsatz für Gerechtigkeit gegenüber den Opfern der Shoah weltbekannt wurde, studierter Architekt. Die ausgestellten Zeichnungen galten lange als verschollen. ◆



BEIM „WIR SIND WIEN“-
FESTIVAL DER BEZIRKE
WURDE AUF WSE-LIEGEN-
SCHAFTEN MUSIZIERT



Mut zur Lücke

WSE



AUCH HEUER FANDEN AUF PROJEKT-AREALEN DER WSE WIENER STANDORT-ENTWICKLUNG WIEDER „BAULÜCKEN-KONZERTE“ STATT. Im Rahmen des „Wir sind Wien“-Festivals der Bezirke lud der Wiener Konzept- und Medienkünstler Oliver Hangl im Juni zu einer Reihe ungewöhnlicher Konzerte. Sie sollten den Fokus auf die bespielten Baulücken lenken, die zu urbanen Freiräumen auf Zeit wurden. Im Stadtteil Neu Marx im 3. Bezirk spielte die Elektronik-Jazz-Formation 5K HD groß auf, in Oberlaa im 10. Bezirk gaben sich Kreiml & Samurai die Ehre. Den Abschluss machte das Klangforum Wien in der Eichenstraße im 12. Bezirk. Musik genießen, wo bald die Baumaschinen lärmen – den ZuhörerInnen gefiel es! ◆

ENTSPANNENDE
RÜCKZUGSORTE UND
ERFRISCHENDER
WASSERSPASS



Sommer in der Stadt

THERME WIEN

DIE THERME WIEN HAT IM SOMMER ALLES ZU BIETEN, WAS DER ERHITZTE GROSSSTÄDTER SUCHT: ERFRISCHENDES WASSER UND ERHOLUNG IN DER NATUR. Mit der U1 ist der Sommerurlaubsort bequem erreichbar. Klettert das Thermometer auf 25 Grad, gilt außerdem der günstige Sommertarif von 21 Euro (mit Kästchen). Angenehme Rückzugsorte finden sich im „Garten der Inspiration“. Wer eines der neuen Himmelbetten mietet, bekommt einen Picknick-Korb dazu. Auf der Relax! Terrassenlounge mit komfortablen Liegen und Panoramablick lassen sich Sommertage mit einem Relax! Tagesurlaub bis hinein in die Abendstunden genießen. Und sollte der Himmel sich einmal eintrüben, ist die Thermenlandschaft im Inneren schnell erreicht. ◆



WE ARE MUSICAL: DIE „NEXT GENERATION“ VON MUSICALSTARS AUF DER BÜHNE



Stars von morgen

MUK

AM ENDE DES STUDIUMS STEHT IN DER REGEL NOCH EINMAL EINE BESONDERE HERAUSFORDERUNG: DIE ABSCHLUSSARBEIT. Für die Studierenden des Studiengangs Musikalisches Unterhaltungstheater an der Musik und Kunst Privatuniversität der Stadt Wien heißt das konkret: ab auf die Bühne! Am 24. Juni präsentierten die AbsolventInnen des aktuellen Abschlussjahrgangs im Ronacher die Highlights aus ihren Bachelor-Shows. Unterstützt wurden sie dabei von den etablierten Musicalstars Lisa Antoni, Patricia Nussy und Lukas Perman. Die Veranstaltung, die ganz im Zeichen der Nachwuchsförderung steht, fand in dieser Form bereits das dritte Jahr in Folge statt – ganz zur Freude der zahlreichen Gäste im ausverkauften Ronacher. ◆



„ELISABETH“
VOR DER PRÄCHTIGEN
KULISSE VON SCHLOSS
SCHÖNBRUNN

„Elisabeth“ in Schönbrunn

VBW

NACH EINEM 25 JAHRE DAUERNDEN SIEGESZUG KEHRTE DAS INTERNATIONALE ERFOLGSMUSICAL „ELISABETH“ DIESEN SOMMER ENDLICH „HEIM“ NACH WIEN.

Welcher Ort wäre dafür wohl passender gewesen als das prunkvolle Schönbrunn. Tausende ZuhörerInnen kamen am 5. und 6. Juli in den Ehrenhof des Schlosses, um die Rückkehr an den Originalschauplatz in einer konzertanten Aufführung mitzuerleben. Seit der Uraufführung 1992 begeisterte „Elisabeth“ über 11 Millionen BesucherInnen weltweit. In Schönbrunn brillierte an der Seite von Pia Douwes, die die Rolle der „Elisabeth“ bereits in der Uraufführung dargestellt hatte, Publikumsliebling Viktor Gernot als „Kaiser Franz Joseph“. Ein Konzert-Highlight! **◆**



DIE AUFSTIEGENDE
DRUCKLUFT WÜRD
AUSGETRETENES ÖL
ZURÜCKHALTEN

Luft stoppt Öl

HAFEN WIEN

RUND 1.100 TANKSCHIFFE DOCKEN JÄHRLICH IM ÖLHAFEN LOBAU AN UND SCHLAGEN ÜBER 850.000 TONNEN MINERALÖLPRODUKTE UM. Der Umgang mit dem heiklen Rohstoff erfordert Professionalität und modernste Sicherheitsvorkehrungen. Besonders wichtig ist die „Ölsperre“, eine Pressluftanlage, die bei einem etwaigen Unfall das Abfließen von Öl in die Donau verhindert. Im Frühling wurde die bestehende durch eine topmoderne neue Anlage ersetzt. Sie ist etwa 110 Meter lang, in wenigen Minuten einsatzbereit und auch bei Hochwasser voll funktionstüchtig. Bei Gefahr perlt Luft aus der Druckluftleitung an die Wasseroberfläche und hält dort schwimmendes Öl bis zu dessen fachgerechter Entsorgung zurück. ■



Die Unbesiegbaren

Bei der 15. Wien Holding Kart Champions Trophy landeten die „Turboschnecken“ wieder auf dem obersten Stockerlplatz

17 TEAMS GINGEN AM 17. MAI BEI DER WIEN HOLDING KART CHAMPIONS TROPHY IN TEESDORF AN DEN START

IN FEIERLAUNE: „AUCH NAMENLOS GRANDIOS“ MACHTEN DAS RENNEN UM PLATZ DREI



DAS IST NICHT ZU TOPPEN: BEREITS 2015, 2017 UND 2018 HOLTEN SIE SICH DEN BEGEHRTEN POKAL. Auch heuer, bei der 15. Wien Holding Kart Champions Trophy, war das Glück auf der Seite der „Turboschnecken“. Nach einem spannenden Rennen überquerte das Team der Vereinigten Bühnen Wien als schnellstes die Ziellinie.

17 Teams hatten sich an diesem 17. Mai 2019 wieder auf dem Gelände des ÖAMTC Fahrersicherheitszentrums in Teesdorf versammelt. Bei echtem Kaiserwetter, aber kühlen Temperaturen waren alle voller Vorfreude auf das bevorstehende



Rennen. Geschäftsführer Kurt Gollowitz begrüßte die TeilnehmerInnen und wünschte ihnen viel Erfolg.

Nach dem Driver's Briefing starteten die rennbegeisterten Wien Holding-MitarbeiterInnen ins offene Training. Zuerst galt es, die Strecke und das Kart kennenzulernen. Wer 2018 schon dabei gewesen war, kannte die Streckenführung bereits. Ein echter Vorteil ergab sich daraus allerdings nicht, denn der Kurs hatte es wieder in sich: Scharfe Kurven und schwierige Einfahrten in die Boxengassen verlangten den FahrerInnen alles ab. Im anschließenden Qualifying sicherten sich die Besten die Pole Position für den Startschuss. Kurz vor 17 Uhr hieß es dann: Bahn frei und Vollgas!

Vier Stunden lang lieferten die Teams der verschiedenen Wien Holding-Unternehmen einander

ein faires, spannendes Rennen. 353 Runden brachten die „Turboschnecken“ der Vereinigten Bühnen Wien ins Ziel – ganze 15 mehr als 2018. Mit 37,669 Sekunden lieferte das Siegerteam auch die schnellste Rundenzeit ab. Knapp hinter den „Turboschnecken“ fiel für die „Ritter der Spaßhalle“ von der Wiener Stadthalle die Zielflagge. Der Kampf um Platz



drei war besonders spannend. Erst in den letzten Rennsekunden wurde er entschieden. Das Team „auch namenlos grandios“ vom Hafen Wien hatte die Nase vorn und verwies die „WIP Zerstörer“ auf den vierten Platz. Ein Finale, das an Spannung kaum zu überbieten war.

Die Siegerehrung und ein gemeinsames Abendessen standen am Ende dieses spannenden und lustigen Renntages. Danke an alle Teams, die teilgenommen haben, und Gratulation zu den tollen Ergebnissen! ◆



KÜHLES KAISER-WETTER UND EIN HERAUSFORDERNDER KURS

DIE SIEGER DER KART CHAMPIONS TROPHY 2019

1. „Turboschnecken“, VBW
2. „Ritter der Spaßhalle“, Wiener Stadthalle
3. „auch namenlos grandios“, Hafen Wien

LINKS: GESCHÄFTSFÜHRER KURT GOLLOWITZ NAHM IN EINEM DER KARTS PLATZ

RECHTS: MIT 353 RUNDEN LANDETEN DIE TURBOSCHNECKEN WIEDER AUF DEM ERSTEN PLATZ



Fett hält fit

Der Gesundheit zuliebe sollte man auf einen ausgewogenen Anteil verschiedener Fette und Öle achten

FETT IST LEBENSNOTWENDIG

Wie man gesund mit Fett umgeht, erfahren Sie in meiner Praxis. Besuchen Sie auch meine Vorträge und Seminare! Mehr auf www.biolog.at



DIÄTOLOGIN
ANGELIKA PINTER

BIOLOG SUMMER BODYCHECK WEEKS

Noch bis 26. Juli 2019 kostet die **BIA-Messung inkl. Interpretation** in meiner Praxis im 3. Bezirk € 35 (statt € 50). Lassen Sie den IST-Zustand Ihrer Körperzusammensetzung (Muskel, Wasser, Fett) bestimmen – als ersten Schritt zum SOLL-Zustand. Terminvereinbarung unter 0699 / 11 42 61 77 oder martina@biolog.at

Populistische Slogans, einseitige Recherche und aus dem Zusammenhang gerissene Zitate führen gerne zu Lebensmittel-Hypes. Besonders betroffen davon ist die Gruppe der Fette und Öle. Grund genug, dieses Thema einmal näher zu betrachten. Damit Sie zukünftig Ihren Körper zielgerichtet mit Fetten versorgen können, ist eines wichtig zu wissen: Fett ist lebensnotwendig. 30 Prozent der täglichen Kalorienzufuhr sollte über Fette konsumiert werden. Allerdings liefert ein Gramm Fett doppelt so viele Kalorien wie ein Gramm

Kohlenhydrate und Eiweiße: 9 Kilokalorien. Wir unterscheiden drei Arten von Fetten, die zu gleichen Teilen aufgenommen werden sollten. Jede Familie der Fette hat ganz spezielle Aufgaben in unserem Körper und ist deshalb so wichtig.

GESÄTTIGTE FETTE finden sich vor allem in tierischen Produkten wie Schmalz, Butter, Milch, Käse, Fleisch, Wurst. Aber auch Fertigprodukte (Saucen, Suppen, Tiefkühl-Gerichte) sowie Frittierfette und -öle weisen einen hohen Anteil an gesättigten Fetten auf. Sie können sehr hoch erhitzt werden, ohne dass krebserregende Stoffe entstehen. Ich empfehle zum Braten neben Butterschmalz gerne Erdnussöl und Kokosfett.

EINFACH UNGESÄTTIGTE FETTE kommen vor allem in Ölen in höherer Menge vor. Das Olivenöl ist ein Vertreter dieser Gruppe. Da es allerdings neben gesättigten auch mehrfach ungesättigte

Fette enthält, wird es zum Frittieren, Grillen oder Braten nicht empfohlen. Den Punkt, an dem Fette und Öle beginnen, krebserregende Stoffe zu produzieren, nennt man Rauchpunkt. Dieser liegt bei Olivenöl bei ca. 180 Grad Celsius. Zum Kochen, Dünsten oder Anschwitzen von Gemüse, Fleisch oder Fisch lässt es sich hingegen gut verwenden.

MEHRFACH UNGESÄTTIGTE FETTE finden sich in beachtlichen Mengen in fast allen Ölen, in einigen Nüssen und Samen und in bestimmten Fischen (z. B. Lachs, Hering, Makrele). Darum spricht man auch oft von Fischölen. Der chemische Name der mehrfach ungesättigten Fette lautet Omega-3-, Omega-6- und Omega-9-Fettsäuren. Öle, die hohe Mengen mehrfach ungesättigter Fettsäuren liefern (z. B. Lein- und Walnussöl), sollen auf keinen Fall erhitzt werden. Verwenden Sie sie besser zum Verfeinern von Salaten oder fertig gekochten Gerichten. ◆

Gewinnen!

5 x 2 Tageskarten für die Therme Wien mit Kabine inkl. Sauna

FÜRWIEN GEWINNSPIEL

5 x 2 Tickets

FürWien verlost 5 x 2 Tageskarten für die Therme Wien mit Kabine inklusive Sauna. Senden Sie ein E-Mail an zeitung@wienholding.at (Betreff: „Therme Wien“).

Einsendeschluss ist der **5. 8. 2019.**



► Teilnahmebedingungen unter www.wienholding.at/fuerWien / Teilnahmebedingungen

Abtauchen

Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag!

Die Therme Wien ist das ganze Jahr über ein perfekter Ort zum Relaxen. Mit dem neuen Garten der Inspiration gibt es noch mehr Platz und Erholung im Freien. Bäume spenden Schatten, Sträucher verbreiten ein mediterranes Flair. Und wenn die Temperaturen wieder sinken, bieten Thermalwasser und Sauna wohlige Wärme. ◆

WIENER STADTHALLE, HALLE D
14. September

1.000 Jahre EAV

Zum 40-jährigen Bühnenjubiläum tritt die Erste Allgemeine Verunsicherung ihre Abschiedstour an und macht in der Wiener Stadthalle Station.
► Infos unter www.stadthalle.com

RONACHER
ab 20. September

„Cats“

Eine Legende kehrt zurück: Das erfolgreichste Musical aller Zeiten ist ab Herbst wieder in Wien zu sehen.
► Infos unter www.musicalvienna.at

MOZARTHAUS VIENNA
1./6./8./13./15./20./22./27./29. August

Sommerkonzert

Werke von Mozart live an jenem Ort hören, wo er sie einst komponierte.
► Infos unter www.mozarthausvienna.at

THEATER AN DER WIEN
19. November

„La finta giardiniera“

Mozarts Oper und Liebeskomödie rund um eine „verstellte Gärtnerin“ in einer konzertanten Aufführung.
► Infos unter www.theater-wien.at

SCHLOSSPARK LAXENBURG
23. und 24. August

Mondschein-führung

Eine märchenhafte Führung durch die nächtliche Franzensburg in Begleitung eines Burggespensts!
► Infos unter www.schloss-laxenburg.at

WIENER STADTHALLE
26. November

Conchita & Wiener Symphoniker

Tom Neuwirth tritt als Conchita mit den Wiener Symphonikern für das gemeinsame Projekt „From Vienna with Love“ auf.
► Infos unter www.stadthalle.com

HAUS DER MUSIK
15. Oktober

Sam Denmore

Der Oregon-Folk-Rocker kommt mit seiner neuen Single „Damn The Consequences“ ins Haus der Musik.
► Infos unter www.hausdermusik.com

DDSG, ABFAHRT SCHWEDENPLATZ
15. September

Weindörfer

Mit der MS Vindobona nach Nussdorf und retour. Auf den Kahlenberg wird mit dem Bummelzug gefahren.
► Infos unter www.ddsg-blue-danube.at

KUNST HAUS WIEN
ab 11. September

Street.Life. Photography

Fotos aus dem urbanen Lebensraum.
► Infos unter www.kunsthau Wien.com

► Tickets für viele Veranstaltungen gibt es auch über WIEN-TICKET unter Tel. 01 / 588 85 oder unter www.wien-ticket.at

HAFEN OPEN AIR



Conchita WURST & Band



Söhne mannheims

und ihr **STRASSENUNTERHALTUNGSDIENST**

THE SELLOUT • BLIND PETITION • HUNGER

MOJO BLUES BAND

u.v.m.

16.-17. August 2019

Wien/Alberner Hafen



mehr wien zum leben.
wienholding

Ein Unternehmen der Stadt Wien



hafenopenair.at