



Regional



WAS EINER NICHT SCHAFFT, **DASS SCHAFFEN VIELE.**

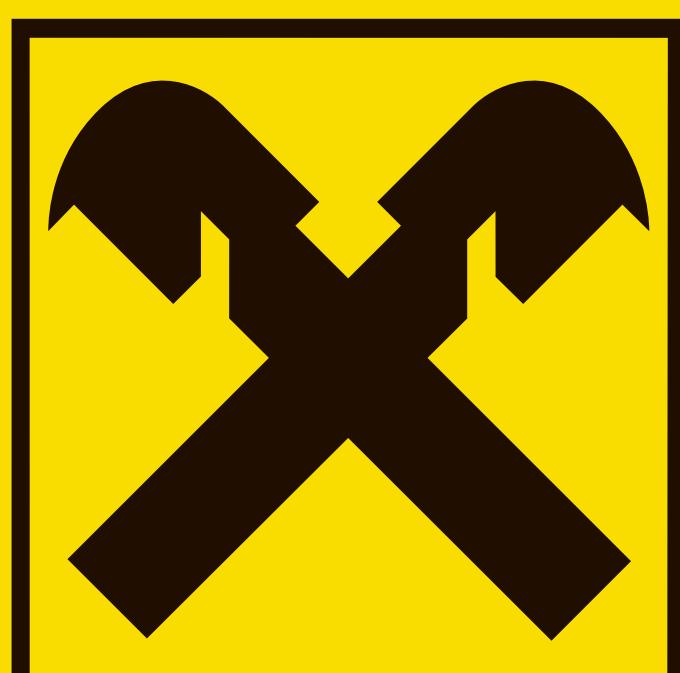
Friedrich Wilhelm Raiffeisen, 1818–1888

**Wir wurden gegründet, weil Menschen ihre Zukunft selbst in die Hand nehmen mussten.
Heute sind wir wieder gefordert.**

**Was bei Raiffeisen ganz am Anfang stand, steht auch heute wieder ganz oben:
Solidarität. Füreinander da sein. Miteinander neue Wege gehen.**

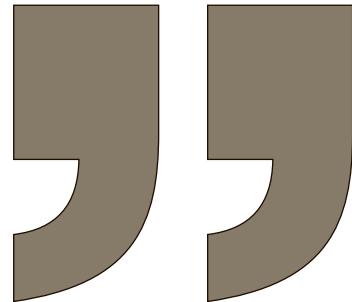
**Was wir oft genug bewiesen haben, tun wir daher auch jetzt:
Initiative zeigen. Verantwortung übernehmen.**

**Denn wer wüsste besser als wir, was eine starke Gemeinschaft leisten kann.
Für die, die sie brauchen. Für alle, die in unserem Land leben.**



WIR HALTEN ZUSAMMEN

UND SAGEN DANKE AN ALLE, DIE DAS FUNKTIONIEREN UNSERER GESELLSCHAFT AUFRECHTERHALTEN UND AN ALLE, DIE DURCH IHR VERHALTEN LEBEN RETTEN.



Gemeinsam schaffen
wir das!"

*Die Raiffeisenbank Kuchl-St. Koloman ist
für Sie da.*



BERNHARD MOSER PHOTOGRAPHY (4)

Geschäftsleiter Helmut Winterauer,
Mag. Bernhard Pichler und Johannes Struber

SERVICE AUFRECHTERHALTEN

Die Bankstellen sind für Sie geöffnet

Für dringende, unaufschiebbare Bankgeschäfte, die einen Bankstellenbesuch erforderlich machen, stehen wir Ihnen persönlich zur Verfügung. Detaillierte Informationen zu unseren aktuellen Banköffnungszeiten finden Sie auf unserer Homepage: www.kuchl.raiffeisen.at. Bitte beachten Sie die Schutzmaßnahmen in den Bankstellen.

Bargeldversorgung ist gesichert

Es ist genügend Bargeld vorhanden und Sie haben als Kunde jederzeit Zugriff. Nutzen Sie dazu die Automaten in den Foyers für Bargeldbehebungen, Überweisungen etc. Für Auszahlungsbeträge ab 15.000 Euro empfehlen wir Ihnen, diese bei Ihrem Bankberater telefonisch vorzubestellen und einen Abholtermin zu vereinbaren.

Ihr Berater ist für Sie da

Ihr Berater steht Ihnen weiterhin für Fragen telefonisch oder per E-Mail zur Verfügung.

Electronic Banking

Mit Mein ELBA am PC oder am Smartphone können Sie Ihre Bankgeschäfte bequem und sicher von zu Hause aus erledigen. Damit helfen Sie mit, die sozialen Kontakte zu minimieren und die Verbreitung des Virus einzudämmen. Mit Mein ELBA haben Sie immer Überblick über Ihr Konto, Online Sparen und vieles mehr.

Kontaktlos bezahlen

Nutzen Sie verstärkt, aus hygienischen Gründen, die Möglichkeiten des bargeldlosen Zahlungsverkehrs: Am besten kontaktlos bezahlen mit der Bankomatkarte (Debitkarte), Kreditkarte oder mit dem Smartphone via ELBA-pay App/Apple.

GEMEINSAM GESUND BLEIBEN

KOMPETENZ FÜR SCHWIERIGE ZEITEN

Wenn von einem Tag auf den anderen wirtschaftlich nichts mehr so ist, wie es vorher war, bringt das viele Sorgen, Verunsicherung und Ängste mit sich. Da braucht es rasch einen kompetenten, verlässlichen Partner. Viele Betriebe und viele Arbeitnehmer haben diesen Partner mit der Raiffeisenbank Kuchl-St. Koloman an ihrer Seite.

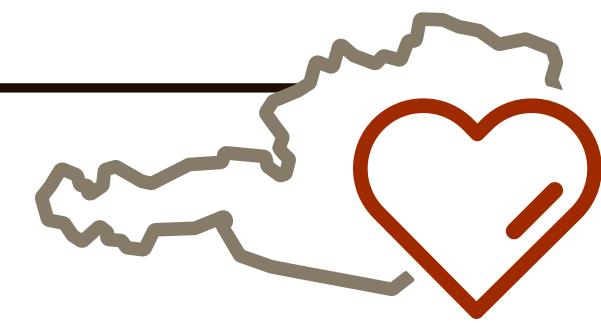
Laufende Eingänge fallen plötzlich weg und damit werden laufende Zahlungen zum Problem. Wir helfen unseren Kunden hier rasch. Bereits in den ersten Tagen haben wir unzählige Ratenstundungen von laufenden Krediten unbürokratisch durchgeführt.

Weiters gibt es jetzt auch die Möglichkeit, Finanzamts- und Gebietskrankenkassazahlungen zu stunden. Größerer Liquiditätsbedarf kann über Förderkredite abgebildet werden, hier haben wir uns bereits eingearbeitet undwickeln diese Finanzierungen für unsere Kunden ab.

Wir unterstützen die Wirtschaft. Und helfen den Menschen.

Darüber hinaus können die Personalkosten aufgrund des neuen Kurzarbeitszeitmodells auf ein Minimum gesenkt werden. Für Kleinunternehmer werden nicht rückzahlbare Zuschüsse über die WKO abgewickelt. In den nächsten Wochen wird es weitere Programme zur finanziellen Unterstützung geben, wir werden hier immer am Laufenden sein und stehen unseren Kunden bei Abwicklung und Einreichung zur Seite.

Informationen finden Sie auch auf
www.kuchl.raiffeisen.at



Ihre Partner auch in schwierigen Zeiten: die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Raiffeisenbank Kuchl-St. Koloman



WIR SIND FÜR SIE DA!

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.kuchl.raiffeisen.at

Bankstelle Kuchl



Bankstelle St. Koloman



REGION STÄRKEN GERADE JETZT

Verantwortung übernehmen

In unserer Region leisten viele in diesen Tagen Herausragendes, ihnen gilt unser aller Dank. Vielen Menschen, Unternehmen und Institutionen bereiten diese Tage große Sorgen, ihnen gilt besondere Aufmerksamkeit. Regional denken und regional handeln, diesem Anspruch bleibt die Raiffeisenbank Kuchl-St. Koloman auch in schwierigen Zeiten verpflichtet. Wir sind für unsere Kunden, für die Bevölkerung und Unternehmen in der Region da.

- Nehmen wir den Liefer-/Abholservice von regionalen Firmen in Anspruch
- Bestellen wir in den Webshops regionaler Anbieter
- Warten wir mit aufschiebbaren Anschaffungen, bis sie wieder von regionalen Anbietern bereitgestellt werden dürfen

Akzeptieren wir nicht, dass die Corona-Krise die regionalen Unternehmen massiv unter Druck setzt, während globale (Internet-)Riesen davon profitieren. Mit unserem Kaufverhalten entscheiden wir alle über die Entwicklung in unserer Region. Zeigen wir weiterhin ein Miteinander in der Region, um nach dieser herausfordernden Zeit gemeinsam durchzustarten.

SW Automatisierung GmbH in Golling



„

Die SWA ist ein führendes Unternehmen, das durch seine Investition zur Stärkung der heimischen Wirtschaft beiträgt. Wir als regionale Bank unterstützen so ein Vorhaben aus vollster Überzeugung. Vor allem dann, wenn alle am Bau beteiligten Unternehmen direkt aus der Region kommen“, bekraftigt Mag. Bernhard Pichler Geschäftsführer der Raiffeisenbank Kuchl-St. Koloman.

REGIONAL

HELDEN

Solidarisch, absolut kundenorientiert und flexibel

Ärzte, medizinisches Personal, Supermarktangestellte – sie alle sind Helden in diesen absolut nicht alltäglichen Zeiten, auch weil sie die notwendige Versorgung der Bevölkerung sicherstellen. Sie werden zu Recht in der Öffentlichkeit gelobt und man spricht ihnen Dank aus.



APA PICTURE DESK

Helden von heute: Stellvertretend für alle, die im täglichen Kundenkontakt mit ihrer Arbeit unsere Versorgung sichern, sagen wir danke für ihre Einsatzbereitschaft.

Doch auch viele andere Menschen leisten – ebenfalls unter erschwerten Bedingungen – existenziell notwendige Dienste. Rund 32.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Raiffeisenbanken sind in COVID-19-Zeiten weiterhin im Einsatz für ihre Kunden, viele davon im direkten Kontakt am Bankschalter. Gerade jetzt hat die Aussage, dass Banken der Blutkreislauf der Wirtschaft

die Kollegenschaft sowie die Kunden getroffen. Knauseder ist „absolut stolz auf seine Mannschaft“, auch weil sie „ruhig und besonnen“ agiert: „Wir sind keine Schönwetterbank und daher besonders in Krisenzeiten für unsere Kunden da.“

Diesem Anspruch scheint man bei den Raiffeisenbanken landauf, landab gerecht zu werden – dank hoch motivierter Mitarbeiter. Obwohl es „nicht einfach sei“, agierten seine Leute „souverän“, berichtet etwa Wolfgang Kralik, Geschäftsleiter der RB Region Gallneukirchen. Auch wenn sich gerade im täglichen Ablauf viele umstellen müssten, „funktioniert es erstaunlich gut“.

VON MICHAELA STEFAN-FRIEDL

sind, besondere Bedeutung. Wie geht es den Mitarbeitern der Raiffeisenbanken in dieser außergewöhnlichen Situation?

Ein Rundruf unter Geschäftsleitern und Personalverantwortlichen zeigt: Die Kolleginnen und Kollegen beweisen einmal mehr, dass sie echte „Raiffeisianer“ sind: solidarisch, absolut kundenorientiert und flexibel.

„Die Mitarbeiter verhalten sich toll“, berichtet etwa Kurt Moser, Geschäftsleiter der RB Mittleres Mostviertel. Er hat bisher keine Bankstelle geschlossen, auch wenn er nicht sagen kann, wie sich die Situation in den nächsten Wochen entwickeln wird. Das Signal ist: „Die Raiffeisenbank bleibt offen.“ Selbstverständlich wird im Mittleren Mostviertel genauso wie in allen anderen Raiffeisenbanken strikt auf den Schutz der Kolleginnen und Kollegen sowie der Kunden am Schalter geachtet: Desinfektionsmittel, Spuckschutz und Bereithalten von Masken und Handschuhen gehören dazu.

Auch bei Josef Knauseder, Geschäftsleiter der RB Region Braunau, steht die Sicherheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an vorderster Stelle. Er hat – so wie andere auch – alle notwendigen Vorsorgemaßnahmen für

working, großen Abstand zwischen den Kolleginnen und Kollegen in den Häusern sowie eine Art Schichtbetrieb. Auf diese Weise kann im Falle einer Erkrankung einer Person das zweite Team übernehmen.

Unerwartet positive Erfahrungen machen die Raiffeisenbanken mit dem System des Teleworkings, Homeoffice und Videokonferenzen. „Das war für viele ein AHA-Erlebnis, wie gut das funktioniert“, so Kurt Moser von der RB Mittleres Mostviertel. Auch Josef Buchleitner aus Gänserndorf bestätigt: „Das Teleworking funktioniert hervorragend.“ Beide sind überzeugt, dass sich hier in der Zeit nach Corona viel in der Arbeitsweise ändern wird. Auch Andreas Korda von der RB Korneuburg meint: „Diese Krise hat uns beim Thema Digitalisierung extrem viel weitergebracht!“ Und Wolfgang Kralik von der RB Gallneukirchen erwartet ein Umdenken auch bei den Führungskräften: „Man muss in Zukunft nicht für jede Besprechung persönlich anwesend sein.“

Nachdem zu Beginn der einschränkenden Maßnahmen wegen des Corona-Virus zahllose Kunden die Filialen und Bankomaten gestürmt hatten, verringerte sich die Frequenz dort mittlerweile deutlich. Ganz anders bei den Firmenkunden, insbesondere den KMUs sowie im Wertpapierbereich: Hier haben die Kundenbetreuerinnen und -betreuer absoluten Hochbetrieb. Hier zeigt sich aber auch die Stärke von Raiffeisen. Ob Stundungen, Liquiditätsfinanzierungen oder die gerade jetzt so wichtige Förderabwicklung – meist gelingt es, dank entsprechender Prozesse, den Kunden sehr rasch zu helfen.

Wie ist die Situation in den Landesbanken? Norbert Wendelin, Leiter des Bereichs Perso-

nal in der RLB NÖ-Wien, ist begeistert, „wie schnell es gelungen ist, innerhalb weniger Tage 80 Prozent der Belegschaft auf Teleworking umzustellen“. Man habe damit sehr gute Erfahrungen gemacht: „Obwohl man nicht nebeneinandersitzt, arbeitet man jetzt noch enger zusammen.“ Ein Expertenteam aus unterschiedlichen Bereichen evaluieren täglich die Situation und setzt beziehungsweise adaptiert notwendige Maßnahmen. Über eine zentrale Informationsplattform wird enger Kontakt mit der Belegschaft gehalten, was sehr positiv aufgenommen wird. Großes Lob spendet Wendelin den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, vor allem auch in den Filialen: „Die Leute nehmen hier ihre Verantwortung wirklich wahr und arbeiten sehr gut zusammen.“

Auch die RLB OÖ hat früh ein Krisenteam installiert sowie ein umfassendes Maßnahmenpaket umgesetzt. Soziale Kontakte und damit auch Meetings und Termine wurden sehr rasch auf ein absolut notwendiges Minimum reduziert, stattdessen wurden untereinander und im Kontakt mit Kunden Telefon- und Videokonferenzen forciert. Teams wurden innerhalb kürzester Zeit räumlich auf verschiedene Standorte aufgeteilt. Mehr als 65 Prozent der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten mittlerweile via SMARTOffice von zuhause aus.

„Unsere Vorgaben wurden von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sehr gut umgesetzt und mit großem Verständnis mitgetragen. Dafür gebührt allen Kolleginnen und Kollegen großer Dank. Vor allem auch jenen, die ihrer Tätigkeit weiterhin im Haus nachgehen“, betont RLB OÖ-Personalchef Wolfgang Spitzerberger.

RAIFFEISENZEITUNG Regional

DIE REGIONALZEITUNG DES ÖSTERREICHISCHEN RAIFFEISENVERBANDES



PDN PARTNER

Eigentümer: Österreichischer Raiffeisenverband (100 Prozent). • Medieninhaber (Verleger): Raiffeisen Media GmbH. • Herausgeber: Dr. Andreas Pangl.

Alle: Friedrich-Wilhelm-Raiffeisen-Platz 1, 1020 Wien, Telefon: 01/90664/2580, E-Mail: regional@raiffeisenzeitung.at • Redaktion: Friedrich-Wilhelm-Raiffeisen-Platz 1, 1020 Wien.

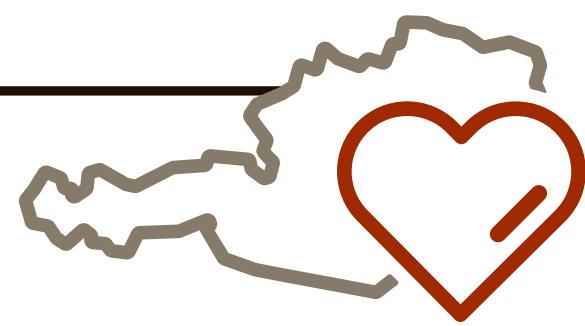
Mitarbeiter: Mag. Edith Unger (Chefredakteurin), Mag. Elisabeth Hell (stellv. Chefredakteurin), Mag. Alexander Blach, Mag. Christian Lovrinovic, Hermann Hackl, BA
Sekretariat: Mag. Claudia Drimmel, Bakk. phil., Telefon: 01/90664/2586; Fax 01/90664/2551, E-Mail: regional@raiffeisenzeitung.at

Hersteller: Mediaprint Zeitungsdruckereigesellschaft m. b. H. & Co. KG, Richard-Strauss-Straße 16, 1232 Wien, Tel. 01/61010-0.

Anzeigenannahme: Raiffeisenzeitung, Friedrich-Wilhelm-Raiffeisen-Platz 1, 1020 Wien, Leitung: Constanze Harczula, Tel. 01/90664/2580, mobil: 0699/121136 60, E-Mail: charczula@raiffeisenzeitung.at

Für unverlangte Zusendungen an die Redaktion wird nicht gehaftet. Bei höherer Gewalt entfallen alle Ansprüche. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Quellenangabe gestattet. Den Link zur Offenlegung finden Sie auf www.raiffeisenzeitung.at/regional

Namentlich gezeichnete Artikel geben die Meinung des Autors wieder, die nicht mit der des Österreichischen Raiffeisenverbandes und der Redaktion der Raiffeisenzeitung übereinstimmen muss.



UMFRAGE

Seltener, aber mehr

Die Agrarmarkt Austria hat untersucht, wie die Corona-Krise das Einkaufsverhalten der Österreicher verändert.

Sein Freitag, dem 13. März, ist nichts mehr wie gewohnt. Das Corona-Virus hat das Land in den Krisenmodus versetzt. Durch die Eindämmungsmaßnahmen der Regierung hat sich natürlich auch das Einkaufsverhalten der Bürger verändert. Wie genau, das hat die Agrarmarkt Austria (AMA) anhand einer repräsentativen Studie mit 500 Teilnehmern versucht herauszufinden.

58 Prozent der Befragten geben an, jetzt seltener einkaufen zu gehen als vor der Krise. Rund 5 Prozent gehen gar nicht mehr einkaufen. Dabei dürfte es sich um Angehörige der

VON ALEXANDER BLACH

Hochrisikogruppen handeln, die sich an die Empfehlungen der Regierung halten. Fast 30 Prozent gehen genauso so oft einkaufen wie vor der Krise.

Weiters zeigt sich, dass die Österreicher nun verstärkt auf Lieferdienste setzen, egal ob vom Handel, der Gastronomie oder Direktvermarktern. Und obwohl die Menschen seltener einkaufen gehen, hat auch der Filial-

verkauf zugelegt. „Das hat sicherlich damit zu tun, dass andere Gelegenheiten zum Essen wegfallen: Gastronomie, Kantinen, Schulen und so weiter sind geschlossen. Es gibt auch nichts, was man ‚on-the-go‘ kaufen kann“, sagt Michael Blass, Geschäftsführer der AMA-Marketing. Besonders erfreulich sei, dass in Corona-Zeiten der Ab-Hof-Verkauf und die Direktvermarkter verstärkt von den Konsumenten genutzt werden.

Die Hälfte der Befragten gibt an, seit Corona verstärkt auf Hygiene beim Lebensmittel-Einkauf zu achten. Für rund 31 Prozent spielt eine längere Haltbarkeit der Produkte eine größere Rolle. „Die regionale beziehungsweise österreichische Herkunft der Lebensmittel ist gegenüber früheren Umfragen weiter nach vorne gerückt. Auch die Kriterien Qualität und Saisonalität stehen vor dem Preis – anders als in älteren Erhebungen“, erklärt Michael Blass. Die Affinität zum Aktionskauf habe ebenso deutlich nachgelassen. „Das sind bemerkenswerte Entwicklungen, von denen unsere regionalen Produkte hoffentlich langfristig profitieren mögen.“

Vermehrt gekauft werden vor allem lang haltbare Produkte wie Nudeln, Konserven, Tiefkühlgemüse, Mehl und Reis sowie Haltbarmilch. Frische Lebensmittel, Obst und Gemüse stehen aber weiterhin am Speiseplan der Österreicher.

Großes Vertrauen

„Trotz aller Hamsterkäufe gab es kaum nennenswert leere Regale. Ganz im Gegenteil, wer heute einkaufen geht, steht vor vollen Supermarktrealen und hat eine uneingeschränkte Auswahl im Vergleich zu vor der Krise“, bekräftigt Blass. Dass das bis zum Ende der Krise so bleibt, glauben auch fast 97 Prozent der Befragten. „Den hohen heimischen Selbstversorgungsgrad haben wir unseren Produzenten zu verdanken. Selbst wenn es im Laufe der Wochen Verzögerungen in internationalen Logistikketten geben sollte, so ist unser täglicher Bedarf mehr als gedeckt. Das gilt aus derzeitiger Sicht auch langfristig, denn es geht nicht um Lager, die auch einmal kurzfristig leergeräumt sein können, sondern um Lebensmittel, die erfreulicherweise kon-

tinuierlich in Österreich produziert werden“, versichert Blass.

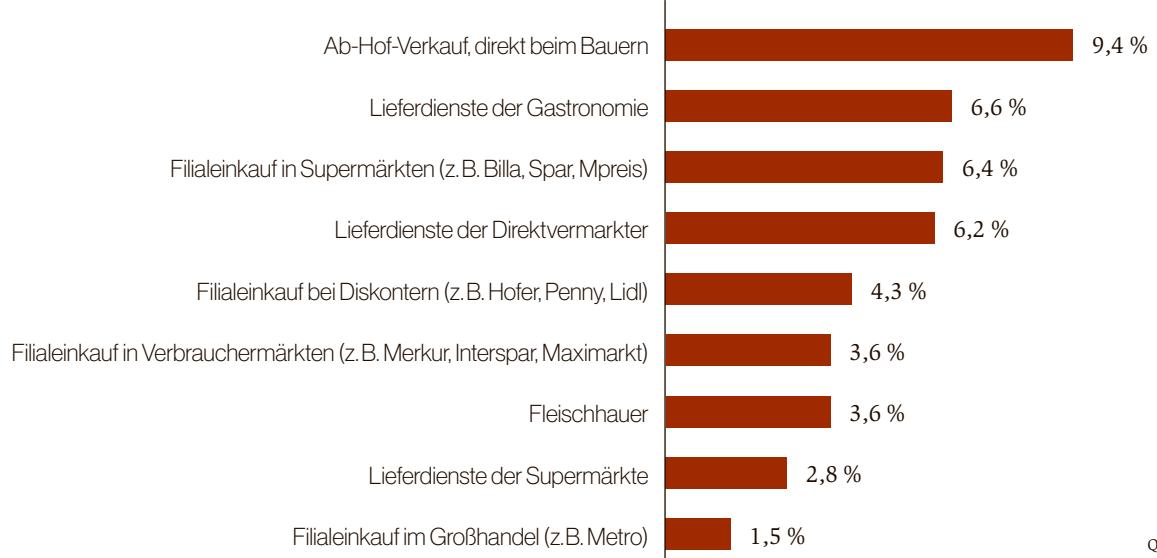
Für die Zeit nach der Krise meinen fast 50 Prozent, dass sie stärker auf Hygiene achten werden. Zwischen 30 und 40 Prozent möchten auch nach der Krise mehr heimische Produkte oder Lebensmittel direkt beim Bauern kaufen. Beachtenswert ist auch, dass rund 20 Prozent sich vorgenommen haben, auch zukünftig weniger Produkte über einen ausländischen Versandhandel zu bestellen oder weniger zu verreisen.

Nur ein Viertel der Befragten will zum gewohnlichen Verhalten zurück und nach Ende der Corona-Maßnahmen so weiterleben wie davor.

Dass österreichische Lebensmittel wertgeschätzt werden wie nie zuvor, ist eine sehr erfreuliche Entwicklung. Diese positive Haltung sollten wir für die Zeit nach der Krise mitnehmen und verfestigen. „Und wenn nur die Hälfte der guten Vorsätze der Konsumenten in die Praxis umgesetzt wird, dann wird das eine gute Zeit für die österreichische Land- und Lebensmittelwirtschaft.“

NUTZUNG DER EINKAUFSSQUELLEN SEIT DER CORONA-KRISE

„Nutze ich nun mehr“



Frischzumir.at

Die heimischen Landwirte und Produzenten können uns ausreichend mit allem Notwendigen versorgen. Bei tierischen Produkten hat Österreich einen Grad der Selbstversorgung von mehr als 100 Prozent. Das heißt, wir produzieren in Österreich mehr Rind- und Schweinefleisch, Milch und Käse, als wir essen. Bei Hendlfleisch, Eiern und Butter können die Produzenten alle Haushaltseinkäufe sehr gut bedienen.

Doch auch abseits der Supermärkte gibt es beste heimische Ware. Einige Produkte werden ohnehin gerne direkt am Bauernhof gekauft. Das betrifft vor allem Grundnahrungsmittel wie Eier, Gemüse oder Mehl.

Viele Produzenten setzen verstärkt nun auf den Online-Handel. Auch Lebensmittel kann man direkt vom Hersteller oder von gemeinsamen Vermarktungsplattformen liefern lassen.

Auf frischzumir.at finden Sie Anbieter in Ihrer Umgebung.

RAIFFEISEN ZEITUNG

INFORMATION AUS ERSTER HAND

Die Zeitung für Menschen mit Verantwortung. Verantwortung für die Gemeinschaft. Wir geben Orientierung. Und das seit mehr als 115 Jahren. Jetzt Testabo bestellen auf www.raiffeisenzeitung.at

[App Store](#) [Google Play](#) [Facebook](#) [Instagram](#) [Twitter](#)

LEBEN

GESUNDHEIT

Mein Immunsystem: Schutzschild gegen Infektionen

Ein gesundes Immunsystem ist in Zeiten grassierender Infektionen ein wichtiger Schutzschild für unsere Gesundheit. Wir verraten Ihnen, wie Sie Ihre Abwehrkräfte stärken können.



SHUTTERSTOCK

Soziale Kontakte einschränken, Abstand halten und häufig Hände waschen – Maßnahmen wie diese tragen dazu bei, uns vor einer Infektion mit dem derzeit grassierenden Corona-Virus zu schützen. Darüber hinaus können wir aber noch anderweitig einen Beitrag für die Erhaltung unserer Gesundheit leisten – indem wir auf ein gesundes Immunsystem achten. Denn die körpereigenen Abwehrkräfte sorgen dafür, dass die Infektion nicht ausbricht oder zumindest milde verläuft. Umso wichtiger ist es daher, das Immunsystem nicht unnötig durch Rauchen, zu viel Alkohol, Übergewicht, Stress und zu wenig Bewegung zu schwächen, sondern es mit einem gesunden Lebensstil schlagkräftig zu erhalten, um Corona-, aber auch anderen Viren keine Chance zu geben.

Wie Sie das in die Praxis umsetzen können, haben wir für Sie recherchiert:

- Ernähren Sie sich gesund. Besonders positiv auf das Immunsystem wirkt rotes, orangefarbenes, gelbes und grünes Obst und Gemüse – im Idealfall aus der Region. Zitrusfrüchte, Ingwer, Paprika, dunkelgrünes Blattgemüse, Brokkoli oder Beeren beispielsweise liefern Vitamin C, das eine entzündungshemmende, antibakterielle und antioxidative Wirkung hat. Auch Knoblauch reduziert die Infektanfälligkeit. Karotten, Kürbis und roter Paprika sowie Fisch versorgen den Körper mit Vitamin A, Kartoffeln, Linsen, Spinat und Kohlsprossen mit Vitamin B. Neben Fisch sollten auch Fleisch und Geflügel regelmäßig auf den Teller kommen – sie sind unter anderem wichtige Eisenlieferanten.



Buchtipps: „Health Power. Einfach gesund!“ Gesund essen. Gesund werden. Gesund bleiben. Von Hans A. Diehl, Claus Leitzmann, Klas Mildenstein, Vorwort von T. Colin Campbell. Verlag ibidem. Erscheinungsdatum: 21.4.2020

ranten. Achten Sie auf genügend Ballaststoffe, denn ein gesunder Darm wirkt sich ebenfalls positiv auf das Immunsystem aus.

- Bauen Sie Ihren Vitamin D-Speicher auf: Zum einen durch den Verzehr von fetthaltigem Fisch, zum anderen durch den Aufenthalt im Freien. Viele Ärzte raten zudem zu Vitamin D3-Tropfen als Nahrungsergänzung. Hier ist die Kombination mit Vitamin K2 sinnvoll, da dieses für die Vitamin D-Aufnahme benötigt wird.
- Bewegen Sie sich: Wer rastet, rostet, heißt es so schön. Das gilt auch für unser Immunsystem, das von maßvoller Bewegung profitiert.
- Schlafen Sie gut: Studien zeigen, dass zu wenig Schlaf auch die Abwehrkräfte verringert. Achten Sie also auf ausreichend erholsamen Schlaf.

• Reduzieren Sie Stress: Während akuter Stress das Immunsystem für kurze Zeit sogar ankurbelt, hat Dauerstress – egal ob im Berufs- oder Privatleben – die gegenteilige Wirkung: Er schwächt nicht nur unsere Abwehr, sondern verlängert im Übrigen sogar den Heilungsprozess. Gerade in Zeiten großer Unsicherheit und damit verbundener Angst, die beide enorme Stressfaktoren sind, ist es daher umso wichtiger, auf Entspannung zu achten. Versuchen Sie, Belastungen so weit als möglich zu reduzieren, beschäftigen Sie sich mit Dingen, die Sie erfreuen und Ihnen somit gut tun. Auch Meditation, Yoga und natürlich Bewegung hilft, den Stresspegel hinunterzuhalten.

„Erzählen, einander zuhören, einander Hoffnung geben“ lautete der Aufruf an die story.one-Community. Eine Auswahl davon präsentiert Sonja Schiff, die selbst ihre Gedanken unter dem Titel „Corona – Nichts wird mehr sein wie es war“ niedergeschrieben hat, im gleichnamigen Buch.

Sonja Schiff (Hg.) „Corona – Nichts wird mehr sein wie es war“. 17 Geschichten, die jetzt Mut machen. 80 Seiten, ISBN 978-3-99087-141-6, EUR 14,-

Wir verlosen 4 Exemplare unter den Lesern des RZ Regional. Schreiben Sie uns an regional@raiffeisenzeitung.at, gerne auch mit Ihren persönlichen Gedanken zur Krise.



ZUKUNFTSFORSCHER

Wie Corona die Welt verändern könnte

Die Welt scheint gerade im Chaos zu versinken. Zukunftsforscher machen sich dennoch bereits Gedanken darüber, wie es nach der Corona-Krise um Gesellschaft und Wirtschaft bestellt sein könnte.

Das Corona-Virus hat die Welt fest im Griff. Die Angst um die Gesundheit, den Arbeitsplatz, das eigene Unternehmen, um Wirtschaft und Wohlstand generell hält viele in Atem. Und so mancher stellt sich die Frage: „Wie wird es weitergehen?“ Auch Trend- und Zukunftsforscher haben sich diese Frage bereits gestellt – und Szenarien für die Zeit nach der Pandemie entwickelt, die die gesamte Bandbreite von Optimismus bis Pessimismus abdecken. Der Chairman des deutschen Zukunftsforschungsinstituts 2b AHEAD, Sven Gábor Jánszky, geht beispielsweise davon aus, dass sich die Zukunft nach Ostern entscheidet. Er beschreibt in seiner Trendanalyse fünf Zukunftsszenarien für Deutschland, die durchaus auch für Österreich gelten könnten. „Als wäre nichts gewesen“ bis zum „Ausnahmezustand“. Demnach sinkt im erstgenannten die Zahl der Infizierten zu Ostern, die Situation ist beherrschbar. Es werden nicht mehr alle Menschen isoliert, sondern nur noch die wirklich Kranken. „Natürlich werden die Unternehmen nicht ihre Jahresziele erreichen und eine kleine Konjunkturdelle gibt es auch, aber dank eines staatlichen Milliarden-Konjunkturprogramms halten sich die Auswirkungen in Grenzen“, sagt Jánszky. Deutlich pessimistischer ist sein fünftes Szenario: In diesem steigen die Infiziertenzahlen zu Ostern zumindest weniger stark, die Kontaktsperrre in Deutschland wird um weitere sechs Wochen verlängert. Die Politik ignoriert die Warnungen der Wirtschaft und die Forderungen nach einem Strategiewechsel. Sie hält an „flatten-the-curve“ fest und ruft Deutschland auf, sich darauf einzustellen, dass dieser Zustand anhalten wird, bis ein Impfstoff zur Verfügung steht. In diesem Szenario geht Deutschland in eine dauerhafte Depression. Es ist das einzige Szenario, in dem das Land am Ende tatsächlich nicht mehr so wäre wie zuvor, so Jánszky.

Vier Szenarien hingegen hat das Zukunftsinstitut entwickelt: In der pessimistischen Variante begeben wir uns nach der Corona-Krise in die „totale Isolation“. Staaten und Gesellschaften würden sich abschotten. Man definiere sich über die Nation, denn nur sie könne die Sicherheit gewährleisten, sagt Tristan Horx in einem Podcast. Die Angst vor Viren ist allgemeinwährend. Deshalb werden Cafés auch weiterhin gemieden, Lieferservices boomten, Cocooning ist weiter angesagt. Weil die Bevölkerung nur über Ängste zu beherrschen sei, würde künstlich Knappheit erzeugt. Daher gäbe es wieder Schwarzmarkte und einen Trend zurück auf's Land, um sich dort selbst zu versorgen. Im optimistischsten Szenario, der Adaption, hingegen geht die Welt gestärkt aus der Krise hervor. „Wir sind flexibel im Umgang mit Veränderungen“, sagt Horx. Achtsamkeit wird großgeschrieben, man denkt weniger individuell, sondern bezieht die Gesellschaft vermehrt mit ein. Re- und Upcycling sowie Kreislaufwirtschaft boomen, Konsumgewohnheiten werden überdacht. Aber eines beinhaltet alle vier Szenarien, nämlich, dass Regionalität und Lokalität an Bedeutung gewinnen.

Welches dieser Szenarien tatsächlich eintritt, kann derzeit natürlich niemand sagen. „Ich denke, in der Realität wird eine Mischung auftreten“, sagt Horx. Mehr dazu auch auf www.diekunftnachcorona.com



Tristan Horx, Zukunftsinstitut

TRISTAN-HORX.COM / KLAUS VYHNALEK

SOLIDARITÄT

Österreich hält zusammen

Bundesheer, Miliz, Zivildiener, Rotes Kreuz, Caritas und viele Freiwillige stellen derzeit unter Beweis, was Solidarität in Zeiten des Corona-Virus, korrekt COVID-19, bedeutet.

Ich bin begeistert. Am Beginn der Krise habe ich mir gewünscht: Österreich braucht jetzt einen neuen Zusammenhalt. Und jetzt ist er auf beeindruckende Weise da.“ Gesundheitsminister Rudolf Anschober hatte schon kurz nach Beginn der intensiven Einschränkungen im Zuge der Corona-Krise den Österreichern ein ausgezeichnetes Zeugnis für ihre Bereitschaft zur Solidarität ausgestellt. Die vergangenen Wochen bewiesen: Einsatz- und Hilfsorganisationen, medizinisches Personal und ztausende Freiwillige leisten tolle und unverzichtbare Arbeit.

Zuerst waren sie zur Stelle, als die Handelsketten dringend Unterstützung bei der Belieferung ihrer Märkte brauchten, nachdem viele Menschen aus Panik die Lebensmittelregale leergeräumt hatten. Dann halfen sie mehr als zwei Wochen lang in den Lagern der Pharmaunternehmen, um dringende Medikamente und medizinische Produkte zum Transport fertig zu machen: Soldatinnen und Soldaten des Österreichischen Bundesheeres sind seit Ausbruch der Corona-Krise überall dort im Einsatz, wo andere Hilfe brauchen, um die tägliche Versorgung zu gewährleisten.

Nach wie vor sitzen mehr als 60 Heeresangehörige zudem an den Telefonen der Hotlines der Österreichischen Agentur für Ernährungssicherheit AGES sowie des Außenministeriums, das sich intensiv um die Rückholung von im Ausland gestrandeten Österreichern bemüht.

Große Bedeutung hat das Österreichische Bundesheer auch beim sicherheitspolizeilichen Assistenz Einsatz, also immer dann, wenn es die Polizei und die Gesundheitsbehörden bei ihren Aufgaben unterstützt, etwa an der Grenze oder vor Spitäler. Mit Stand 22. April 2020 waren 1740 Angehörige des Bundesheeres im COVID-19 Einsatz.

Entspannt hat sich die Personalsituation etwas, weil Grundwehrdiener, die Ende März hätten abrücken sollen, nun länger ihren Dienst versehen müssen: „Damit können wir die Polizei, die im Mai sicherlich an ihre Kapazitätsgrenze gelangen wird, besser entlasten“, erklärt Michael Bauer, Pressesprecher des Verteidigungsministeriums.

Entlastung werden auch jene 3000 Milizkräfte bringen, die noch im April einberufen wurden und ab 4. Mai ihren Dienst antreten. Sie sollen Grundwehrdiener und Berufssoldaten, die derzeit im Corona-Einsatz sind, schrittweise ablösen und damit die Durchhaltekraft der Truppe insgesamt erhöhen.

Der Milizbeauftragte der österreichischen Bundesregierung, Erwin Hameseder, erklärt: „Wir erleben gerade ein Novum, noch nie zuvor wurden in der Zweiten Republik Milizsoldaten einberufen. Das unterstreicht die Bedeutung der Miliz in einer sehr herausfordernden Zeit.“ Wofür werden die Soldaten eingesetzt? „Es geht um Transportleistungen, Sicherung von Lagerstätten, Schutz kritischer Infrastruktur oder auch Grenzeinsätze.“

Wesentliche Unterstützung bringen aber auch die rund 1.500 Zivildiener, die nach ihrem Dienstende am 30. März um drei Monate verlängert beziehungsweise in Einrichtungen versetzt wurden, wo man sie jetzt braucht. Zusätzlich haben sich 2.500 ehemalige Zivildiener freiwillig gemeldet. Im Auftrag der Regierung hat das Österreichische Rote Kreuz ÖRK die Verteilung dieser außerordentlichen Zivildienstleistenden an Einrichtungen im Gesundheits- und Pflegebereich übernommen, um damit drohende Betreuungsausfälle ausgleichen zu können.

Weit darüber hinaus ist das Rote Kreuz seit Ausbruch der Krise flächendeckend im COVID-19-Einsatz. Das ÖRK testet jeden Tag tausende Menschen, die sich möglicher-



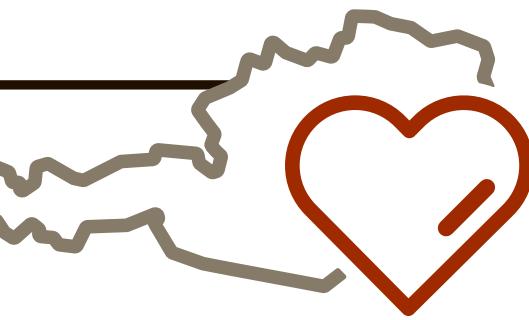
Team-Österreich-Mitglieder helfen bei der Nachbarschaftshilfe.
Die verbesserte „Stopp Corona“-App soll beitragen, die Infektionskette zu unterbrechen.



Soldaten des Bundesheeres helfen beim Erhalt kritischer Infrastruktur



Mobile Testungen durch Rettungssanitäter des Roten Kreuzes, hier in Salzburg



weise mit dem Virus infiziert haben, errichtet Notkrankensäten, unterstützt die Behörden im Krisenmanagement und bei der Beschaffung von Gesundheitsmaterial und Schutzausrüstung.

Mehr als 8.000 hauptberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten beim Roten Kreuz, dazu kommen mehr als 73.000 Freiwillige und rund 4.500 Zivildienstleistende. Für viele von ihnen hat sich die Arbeitsbelastung durch die Corona-Krise erhöht.

Das Engagement der Freiwilligen ist eng verbunden mit dem Projekt „Team Österreich“, das 2007 vom Roten Kreuz gemeinsam mit Hitradio Ö3 gegründet wurde – als flexible Plattform der Nachbarschaftshilfe ohne dauerhafte Verpflichtungen. Ziel war und ist es, die in Krisensituationen stets vorhandene spontane Hilfsbereitschaft der Menschen zielgerichtet einsetzbar zu machen. Das bewährt sich in der akuten Krisensituation.

Beim Roten Kreuz stellt man jedenfalls neuerlich eine große Welle der Solidarität in Österreich fest – ein ermutigendes Zeichen. Mit Stand 21. April 2020 haben sich über 80.000 Menschen beim Team Österreich gemeldet. Freiwillige aus dem Team übernehmen dringende Einkäufe und Erledigungen und helfen damit Personen, die krank sind oder zur Risikogruppe gehören.

Weiterentwickelt und verbessert wurde mittlerweile die App „Stopp Corona“ – vom ÖRK initiiert und von der UNIQA Privatstiftung finanziert. Sie soll als eines von vielen Puzzleteilen dazu beitragen, die Infektionsketten des Coronavirus zu durchbrechen und möglichst viele Leben in Österreich zu retten. Die App funktioniert als Kontakt-Tagebuch, das die engeren sozialen Kontakte anonymisiert speichert und im Fall des Falles informiert, wenn die Gefahr einer Infektion besteht. Über 390.000 Menschen (Stand 21. April 2020) haben die App schon am Handy.

Rotkreuz-Generalsekretär Michael Opriesnig zieht eine vorsichtige positive Zwischenbilanz der vielen Anstrengungen zur Eindämmung von COVID-19: „Gemeinsam haben wir bereits viel erreicht, wir haben es geschafft, die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen. Das ist ein erster und wichtiger Erfolg. Diesen Weg müssen wir jetzt weitergehen. Die größte Herausforderung in den nächsten Monaten wird sicherlich sein, einen erneuten Anstieg zu verhindern und die Auswirkungen der Pandemie auf unsere Gesellschaft so gering wie möglich zu halten.“

Hochsaison herrscht auch bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Caritas. „In unseren Häusern und Angeboten wurde in den vergangenen Wochen deutlich: Der Druck auf die Menschen ist stark gestiegen“, sagt Bernd Wachter, Generalsekretär der Caritas Österreich. Die rasant zunehmende Arbeitslosigkeit macht den Bedarf an Hilfe besonders deutlich. In den 36 österreichweiten Sozialberatungsstellen wurden schon vor der Krise knapp 65.000 Menschen beraten und unterstützt. Jetzt steigt die Zahl sprunghaft an. Allein in Wien wandten sich zuletzt doppelt so viele Menschen in Not an die Caritas wie in normalen Zeiten.

Vor allem obdachlose Menschen brauchen jetzt besondere Hilfe. Deshalb wurden Notquartiere um Tageszentren erweitert, ein neues Notquartier in Wien aufgesperrt und das Angebot der Wärmestuben verlängert. „Viele Menschen, denen wir helfen, befanden sich schon in Vor-Corona-Zeiten in existenziellen Krisen. Diese haben sich nun massiv verschärft. Aber auch viele, die bislang noch nicht auf die Hilfe der Caritas angewiesen waren, wenden sich jetzt an uns“, so Wachter. Das betrifft Arbeitslose ebenso wie ältere Menschen oder jene, die vor Ausbruch der Pandemie von ihrem persönlichen Umfeld gestützt wurden, jetzt aber auf sich allein gestellt sind.

Auch bei der Caritas haben sich in den vergangenen Wochen über 5.000 Freiwillige gemeldet. Und es werden täglich mehr. Diese helfenden Hände werden dringend gebraucht: Sie kochen Suppe, transportieren Lebensmittel, unterstützen beim Einkauf oder sitzen an den Hörern der Corona-Nothilfe-Hotline beziehungsweise der neu eingerichteten Telefonnummer gegen Einsamkeit und Isolation, dem sogenannten „Plaudernetz“. msf

Das Wichtigste in Zeiten,
in denen wir alle gefordert sind:



Wir sind da.

Meine Bank. Unser Lagerhaus. Molkereien. Versicherung. Landwirtschaft. Lebensmittel. Nahversorgung. Energie. Und vieles mehr. Mit 1.500 eigenständigen Genossenschaften und Betrieben an 4.300 Standorten im ganzen Land leisten wir tagein, tagaus unseren Beitrag für Österreich: Wohlstand und Lebensqualität in guten Zeiten. Sicherheit und Verlässlichkeit in schwierigen Zeiten. Denn wir wissen, wo unser Platz ist: Bei unseren Kunden und Mitgliedern, denen wir gehören. Und in den Regionen, zu denen wir gehören. **Raiffeisen. Die Kraft der Nähe.**



**Raiffeisenbank
Kuchl-St. Koloman**

