



Wie die Generation Y ins Netz geht

Social Recruitment Chance für Unternehmer mit Profil

VON RALPH DANNHÄUSER

Der Fachkräftemangel ist das Top-Thema – nicht nur in der IT-Branche oder bei der Kranken- und Altenpflege. Das Thema ist längst in der TGA-Branche angekommen. Allerdings lässt sich der Mangel nicht einfach durch IT-Offshoreentwicklungen und Anwerbung ausländischer Fachkräfte beheben, sondern durch die aktive Ansprache von geeigneten Kandidaten.

Social Recruiting gilt dabei als Wunderwaffe im „WAR FOR TALENTS“. Zu Recht, denn mittlerweile steht diese Lösung neben den Online-Stellenanzeigen und Karriereseiten von Unternehmen unter den Top 3 aller Rekrutierungskanäle in Deutschland.

Allein in XING finden sich über 10.000 Einträge rund um den Suchbegriff „Technische Gebäudeausrüstung“. Der Vorteil von sozialen Netzwerken: Während mit Jobbörsen und Stellenanzeigen meist nur die aktiv Suchenden angesprochen werden, erreicht das Angebot durch proaktive Ansprache sowie aktives Netzwerken auch die passiven Kandidaten, die dem Anforderungsprofil entsprechen.

Die Art und Weise der Kommunikation zwischen Bewerbern und Unternehmen hat sich durch das Internet und Web 2.0 im vergangenen Jahrzehnt fundamental verändert. Die „Generation Y“ drängt auf den Arbeitsmarkt. Sie ist die erste Generation, die weitestgehend mit dem Internet und mit mobiler Kommunikation aufgewachsen ist.

Vor allem für kleinere Unternehmen, „Hidden Champions“ oder Arbeitgeber, die Mitarbeiter mit einem sehr spezifischen Anforderungsprofil suchen, bietet das Social Recruiting neue Chancen. Diese Arbeitgeber haben inmitten von Jobbörsen, Karrieretagen und Unternehmen, die Headhunter anheuern, kaum eine

Möglichkeit, wahrgenommen zu werden. In sozialen Netzwerken besteht aber die Chance, sich authentisch zu präsentieren.

Social Recruiting ist kein Azubi- oder Praktikanten-thema, das „nebenher“ gemacht werden kann, sondern „Chefsache“, um den Strategieplan festzulegen und die notwendigen personellen, finanziellen und strukturellen Voraussetzungen hausintern zu schaffen. Zu Beginn ist es wichtig zu prüfen, auf welchen Kanälen die „Engpasszielgruppe“ zu Hause ist und mit welchen Themen sich diese beschäftigt, um strategisch und zielgerichtet vorgehen zu können. Denn: Beim potenziellen Interessenten zählt der erste Eindruck – auch im Netz! ■



**Ralph Dannhäuser –
Spezialist für Social-
Recruiting und -Marketing**

Ralph Dannhäuser ist
Herausgeber und Autor
des **Praxishandbuchs
Social Media Recruiting:**
Springer Gabler Verlag;
ISBN 978-3-658-01844-3;
34,99 Euro E-Book;
44,99 Euro Hardcover

Erfolgsfaktoren für Social Recruitment

1. Erklären Sie Social Media Recruiting zur Chefsache.
2. Gestalten Sie Social Media Präsenzen professionell.
3. Machen Sie sich fit für Recruiting 2.0.
4. Beachten Sie rechtliche Vorschriften.
5. Nutzen Sie die aktive Kandidatenansprache.
6. Vernetzen Sie Ihre Kanäle crossmedial.
7. Steigern Sie Ihre Arbeitgeber-Attraktivität.
8. Beobachten Sie Arbeitgeber-Bewertungsportale.

NetWorker

DAS NETZWERK-MAGAZIN DES UPONOR KONGRESSES

- Recruitment: Generation Y geht ins Netz › Seite 5
- Trinkwasserhygiene: sicher ist sicher › Seite 7
- Florian Werner: Kunst der Begegnung › Seite 8





Illustration: GOD Green Office Development GmbH & Co. KG

Editorial

„Energie & Management“ ist der bevorstehende Uponor Kongress überschrieben. Der Titel beschreibt nicht nur die beiden Schwerpunkte der Veranstaltung, sondern auch die inhaltliche Verknüpfung beider Disziplinen. Keiner verkörpert dies besser als Slatco Sterzenbach. Einst hat er als Ironman seine Energie verbrannt, nun spendet ihm seine Erfahrung als Extremsportler Energie als Businesstrainer.

Wie viel Energie investieren wir, um unsere Branche fit für die Zukunft zu machen? Es ist wichtig, nicht nur in neuen Normen und Technologien zu denken, sondern vor allem auch in neuen Formen, wie junge Menschen sich als Handwerker und Planer für unsere Branche begeistern lassen.

„Der perfekte Tag – die richtige Energie zum richtigen Zeitpunkt“. Dieser Buchtitel von Slatco Sterzenbach bringt – sicherlich ungewollt – auch die Herausforderung der Energie- wende in der Gebäude- und Haustechnik auf den Punkt. Experten zeigen intelligente und energieeffiziente Lösungen dafür auf. Wir haben aber nicht nur Verantwortung für den schonenden Umgang mit Energie, sondern auch mit Wasser, unserem Lebensmittel Nummer eins, weshalb ein Tag beim Uponor Kongress der Trinkwasserhygiene gewidmet ist.

Wir möchten Ihnen mit dem Uponor NetWorker Magazin wieder Impulse für Ihre täglichen Herausforderungen im Management und der TGA geben. Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Erkenntnisgewinn bei der Lektüre.

Ihr Georg Goldbach



Georg Goldbach – Leiter Vertrieb und Marketing Zentraleuropa



Das Gebäudeensemble Elbarkaden in der Hamburger HafenCity zählt zu den nachhaltigsten Bürogebäuden Europas. Sichtbar wird dies allein durch die drei Mini-Windkraftanlagen auf dem Dach des Green Office. Konzipiert vom Architekturbüro Gysin + Partner AG, ist das Gebäude nach dem Goldstandard der DGNB und der HafenCity Hamburg zertifiziert worden. Über 450 Meßfühler liefern die Daten für das permanente Energiemonitoring. Das Green Office, in dem unter anderem die Deutschland-Zentrale von Greenpeace und die Energiegenossenschaft Greenpeace Energy Mieter sind, wird von einer Bauteilaktivierung von Zent-Frenger auf 6.120 m² erwärmt und gekühlt. Die 46 hochwertig ausgestatteten Wohnungen im Green Living werden auf 3.350 m² mit einer Fußbodenheizung und -kühlung von Uponor temperiert.

Inhalt



Angenehme Wärme › Seite 6

Herzlichkeit, Ruhe und die angenehme Wärme der Uponor Fußbodenheizung: das neue Bayside Hotel in Scharbeutz.

Kunstsinn › Seite 8

Florian Werner gibt nicht nur im Arlberg Hospiz Hotel der Kunst Raum. Er lebt auch die Kunst der Begegnung.



Weißer Rausch › Seite 9

Jüngst wurden wieder vier Skifahrer am Arlberg von einer Lawine verschüttet. Der Lawinenairbag kann Leben retten.

Praxishandbuch › Seite 10

Vier Jahre nach Band 1 des Praxishandbuchs der TGA ist Band 2 erschienen. Prof. Dr. Michael Günther sagt warum.



Energie pur › Seite 11

„Business ist wie Leistungssport“, sagt Slatco Sterzenbach. Er ist der Ironman unter den Motivationstrainern.

Die besten Ski-Apps › Seite 10

Das Smartphone ist immer mit dabei – auch auf der Piste. Wir haben die besten Apps für Skifahrer gefunden.

Fachsymposien zu temperierten Betonböden



Die Uponor Academy und die Fachzeitschrift *industrieBAU* veranstalten im Frühjahr drei Fachsymposien zu temperierten Betonböden in Industriehallen. Den Auftakt macht am 25. Februar 2014 die Veranstaltung im Bauzentrum München. Am 11. März 2014 ist das Fachsymposium im Hannover Congress Centrum und am 2. April 2014 im Mercure Hotel Frankfurt Eschborn Ost zu Gast.

Bei den halbtägigen Veranstaltungen (12.15 bis 16.30 Uhr) bringt Sie Prof. Dr.-Ing. Clemens Felsmann, Technische Universität Dresden, auf den aktuellen Stand der energetischen Anforderungen an Industriegebäude. Seine Erfahrungen in der Planung von Betonbodenplatten mit integrierten Flächenheizsystemen gibt Dipl.-Ing. Karsten Ebeling von ISVP Lohmeyer + Ebeling weiter. Wie Industrie-flächenheizungen und -kühlungen in den Projektablauf integriert werden können, vermittelt Dipl.-Phys. Sven Petersen von der Uponor Academy. Durch die Fachsymposien führt Dipl.-Ing. Melanie Meinig, Chefredakteurin von *industrieBAU*. ■

Anmeldung und Information:

Telefon 08233/381-361

Telefax 08233/381-212

E-Mail [andrea.siegmann@](mailto:andrea.siegmann@forum-zeitschriften.de)

forum-zeitschriften.de

Internet [www.industriebau-online.de/](http://www.industriebau-online.de/industriehallen)
industriehallen

Raumklimalabor ausgestattet

Uponor hat das Institut für Energiesystemtechnik (INES) der Hochschule Offenburg beim Bau und der Ausstattung der Prüfräume für das Raumklimalabor unterstützt. „Mit thermischen Untersuchungen an Bauteilen und in Klima- und Lüftungssystemen haben wir am INES große Erfahrung, die wir mit der Inbetriebnahme des Raumklimalabors nun erheblich ausweiten können“, betont Professor Dr. Jens Pfafferoth, stellvertretender Leiter des INES.

Die Decken der beiden Prüfräume sind mit thermisch aktivierten Bauteilsystemen (TAB-S) von Uponor ausgestattet. Die



Räume können mit der Betonkernaktivierung Contec und der Betonoberflächenaktivierung Contec ON mit bis zu 80 W/m² bei Standardraumtemperaturen erwärmt und gekühlt werden. Zudem können an die integrierten thermischen Steckdosen zusätzliche Kühlelemente angeschlossen werden. Die Uponor Lösungen temperieren nicht nur die Klimakammern, sondern lassen auch Simulationen mit ergänzend installierten Flächenheiz- und -kühlsystemen zu. ■



Uponor Porsche Dritter

Der Uponor Porsche, gesteuert von Wolf Nathan, hat beim Porsche Carrera Cup Deutschland den dritten Platz der Fahrerwertung belegt. Der ambitionierte Geschäftsführer von Nathan Import/Export B. V., Partner von Uponor in Belgien und den Niederlanden, war mit dem Ziel, den Titel zu holen, in die Saison gestartet. Drei Ausfälle vereitelten aber das Vorhaben. 2014 greift Wolf Nathan im 450-PS-Porsche wieder nach dem Meistertitel. Uponor drückt ihm beide Daumen! ■

Skigebiet vergrößert

Der neue Auenfeldjet verbindet die zwei bestehenden Skigebiete Lech Zürs und Warth-Schröcken zum größten Skigebiet Vorarlbergs: 94 Skilifte und 340 km Abfahrten. Mit einem Skipass des Tarifverbunds Ski Arlberg können nun auch in Warth-Schröcken 14 Lifte und 66 km Piste genutzt werden. Die Fahrt in Zehner-Gondeln dauert mit der knapp 2 km langen Seilbahn 10 min. ■

Uponor auf Messen

Erleben Sie Uponor bei der SHK Essen vom 12. bis 15. März in Halle 1.0, Stand 410, und bei der IFH/Intherm vom 8. bis 11. April in Halle 6, Stand 6.330. Wir freuen uns auf Sie! ■



Beauty- und Wellnessbereich, Foyer, Bars und Restaurants, Veranstaltungsräume und die 132 Gästezimmer des neuen Bayside Hotels in Scharbeutz werden mit einer Uponor Flächenheizung temperiert.

Herzlichkeit, Ruhe und angenehme Wärme

Uponor Fußbodenheizung temperiert Bayside Hotel

VON VOLKER SIMON

Besondere Herzlichkeit, Ruhe und das Gefühl großer Weite. Das verspricht der Prospekt des neuen Design- und Wellness-Hotels Bayside, das im April eröffnet wird. Die Gäste werden nach einem entspannten Spaziergang am kilometerlangen Strand in Scharbeutz in dem Vier-Sterne-Superior-Hotel die behagliche Strahlungswärme der Fußbodenheizung von Uponor schätzen. Die für ein Hotel noch ungewöhnliche Niedertemperaturheizung ist ein Baustein des energetischen Konzepts. Geplant und ausgeführt von Dipl.-Ing. Ralf Blohm, Inhaber des Ingenieurbüros Blohm & Eilf GmbH & Co. KG – einem der Teilnehmer beim diesjährigen Uponor Kongress.

**Energiekonzept
reduziert Kosten**

Die Energiekosten sind die Kostentreiber in Hotels. Nach Berechnungen des Deutschen Hotel- und Gaststättenverbands DEHOGA machen die Energiekosten im Durchschnitt bis zu 7 % der Betriebsumsätze aus. Gut ein Drittel der Energiekosten sind Heizkosten. Deshalb hat Dipl.-Ing. Ralf Blohm für das Bayside Hotel in Scharbeutz ein energetisches Konzept entwickelt und mit dem Bauherrn auch umgesetzt, das den Förderstandards eines KfW-50-Hauses entspricht, aber auch dem Wohlfühlambiente eines Vier-Sterne-Superior-Hotels gerecht wird.

Dreifach verglaste Fenster, Außenwanddämmungen, die die gültigen Vorgaben der EnEV deutlich unterschreiten, ein Lüftungssystem mit hocheffizienten Wärmetauschern und nicht zuletzt die 3.800 m² Fußbodenheizung reduzieren den thermischen Energieverbrauch des 132-Zimmer-Hotels an der Lübecker Bucht gegenüber herkömmlich gebauten Hotels erheblich. Die Jahresheizlast von 2.557.524 kWh wird durch vier kaskadenförmig geschaltete Blockheizkraftwerke (BHKW) EC Power XRG1 20 mit jeweils 40 kWh thermische Leistung gedeckt. Die BHKW produzieren mit

einer elektrischen Leistung von maximal 80 kW, zudem 40 % des benötigten Stroms. Mit LED-Leuchten, Umwälzpumpen mit Permanentmagnet-Synchronmotoren und der Verwendung von Gas zum Kochen in der Küche wird der Energieverbrauch zusätzlich reduziert.

Beauty- und Wellnessbereich, Foyer, Bar und Restaurants, Veranstaltungsräume und die 132 Gästezimmer des neuen Bayside Hotels werden mit einer Uponor Flächenheizung temperiert (Vorlauf 42 °C/Rücklauf 32 °C). In einem Verlegeabstand von 15 cm (Bäder und Wellnessbereich 10 cm) wurden auf die Uponor Noppenfolie 691 Heizkreise mit dem Uponor PE-Xa-Rohr DN 16 verlegt.

Dabei sind vier Gästezimmer an einen Heizkreisverteiler angeschlossen. Die vorgeschaltete Regelung ist mit der Buchungssoftware verbunden und kann bedarfsgerecht entsprechend der Belegung den Volumenstrom exakt dosieren. Eine „angenehme Behaglichkeit“ wünscht sich Eigentümer Jürgen Haltermann für seine Gäste. Eine Eigenschaft, die er auch an der Uponor Fußbodenheizung in seiner eigenen Wohnung im Hotel sehr schätzt. ■

Raumbuch ist kein Luxus

Interview mit Trinkwasser-Experte Ansgar Borgmann



Die Trinkwasserverordnung sorgt noch immer für Gesprächsstoff. Im Interview erklärt Ansgar Borgmann, öffentlich bestellter und vereidigter Sachverständiger für das Installateur- und Heizungsbauerhandwerk, welche Herausforderungen und Möglichkeiten die Gefährdungsanalyse und das Raumbuch für den Planer und den Betreiber der Trinkwasserinstallation bieten.

Ansgar Borgmann ist öffentlich bestellter und vereidigter Sachverständiger der Handwerkskammer Düsseldorf für das Installateur- und Heizungsbauerhandwerk. Mehr Informationen: www.ansgar-borgmann.de

Bei einer Vielzahl von Trinkwasseranlagen wird festgestellt, dass der technische Maßnahmenwert bei Legionellen überschritten wird. Dann werden in der Regel Gefährdungsanalysen und Maßnahmen zur Wiederherstellung eines hygienischen Betriebes vom Anlagenbetreiber eingefordert. Ist dies ein neues lukratives Geschäftsfeld für Planer und Installateure?

Auf den ersten Blick schon, denn Trinkwasser ist das wertvollste Lebensmittel und deshalb wird immer ein besonderes Augenmerk auf die hygienische Verpackung gelegt werden. Eine Gefährdungsanalyse erfordert nicht nur fachliche Eignung, sondern vor allem bei der Umsetzung der Empfehlungen Stehvermögen und eine gewisse Risikobereitschaft. Warum? Der Ersteller der Gefährdungsanalyse schuldet dem Inhaber der Anlage den Erfolg. Oder anders herum: Wenn die Sanierungsvorschläge nicht den erwarteten Erfolg zeigen, kann der Sachverständige in Haftung genommen werden. Viele Haftpflichtversicherungen sind nicht mehr oder nur zu sehr hohen Beiträgen bereit, dieses Risiko zu versichern.

Die Gefährdungsanalyse soll dem Inhaber eine konkrete Feststellung der planerischen, bau- oder betriebstechnischen Mängel seiner Anlage sowie zielführende Sanierungsvorschläge bringen. Dazu benötigt er kompetente und unabhängige Unterstützung. Wer kann diese am besten leisten?

Eine Gefährdungsanalyse darf von hygienisch-technischen Sachverständigen erstellt werden, die in den Bereichen Sanitärtechnik

und Trinkwasserhygiene qualifiziert sind. Sprich eine Meisterprüfung abgelegt oder ein entsprechendes Studium abgeschlossen haben und, das ist ganz wichtig, fortlaufend Schulungen wie zur VDI/DVGW 6023 besuchen, sich zudem in den einschlägigen technischen Regelwerken wie beispielsweise DIN 1988, DIN EN 806 und der Trinkwasserverordnung sehr gut auskennen. Der Sach-



Die Gefährdungsanalyse bietet Chancen und Herausforderungen.

verständige darf aber keine Gefährdungsanalyse für Anlagen durchführen, die von ihm geplant, gebaut oder gewartet wurden oder werden, um Interessenskonflikte zu vermeiden. Zudem muss er völlig weisungsfrei arbeiten können. Eine Gefährdungsanalyse ist nicht vom Schreibtisch aus zu machen, weshalb der Sachverständige vor Ort sein muss.

Welche Rolle spielt zukünftig das mit dem Bauherren abzustimmende, detaillierte Raumbuch in der Planung von Trinkwasserinstallationen. Sind die darin zu treffenden Festlegungen ein Grundstein für einen dauerhaften hygienischen Betrieb?

Das Raumbuch ist früher oft als entbehrlicher Luxus betrachtet worden, da es aufwendig ist, dieses exakt zu erstellen und natürlich Geld kostet. Immer noch meinen viele Kollegen, Pläne und Stückliste reichen aus. Nein, das detaillierte Raumbuch ist unbedingt erforderlich, um zweifelsfrei die Ausführung zu dokumentieren. Welche Bedeutung ein Raumbuch hat, wird vor allem nach Jahren im Betrieb deutlich, wenn Mängel auftreten, die beispielsweise zu einer Überschreitung von Grenzwerten und/oder technischen Maßnahmenwerten führen. Da im detaillierten Raumbuch die Installation und die Empfehlungen zur Wartung nachvollziehbar hinterlegt sind, können Planer und Installateure eventuellen Schadenersatzforderungen wirksam begegnen.

Das Raumbuch soll darüber hinaus auch Angaben zu Wartungsintervallen sowie zur regelmäßigen Prüfung und Dokumentation der Temperaturgrenzen enthalten. Dies war bislang allenfalls in öffentlichen Bereichen wie Schwimmbädern oder Kliniken üblich. Sehen Sie dabei zukünftig höhere Anforderungen an die Betriebsführung auch in anderen Trinkwasserinstallationen?

Ja, auch beispielsweise in Altenheimen, Kindergärten, Justizvollzugsanstalten, Hotels und Schulen verändern sich die Anforderungen an Inhaber und Betreiber von Trinkwasserinstallationen. Aber bereits dem Eigentümer eines großen Mehrfamilienhauses sind ein Raumbuch und Maßnahmen zur Wartung zu empfehlen. Die Planer sind gut beraten, Bauherren und Handwerker für die Notwendigkeit des Raumbuchs zu sensibilisieren. ■

Kunst der Begegnung

Florian Werner: Wie aus einem Hochzeitsgeschenk eine Leidenschaft wurde

VON VOLKER SIMON

Es ist eine jener Begegnungen, die manche nur Zufall nennen, andere aber eine glückliche Fügung. Just jener Prägung ist das Aufeinandertreffen von Florian Werner mit der Kunst. Nein, es war kein lang gehegter Jugendtraum, nicht die Suche nach dem Selbst, sondern einfach nur ein Hochzeitsgeschenk für seine Schwester, das Florian Werner vor acht Jahren dazu brachte, zu Pinsel und Acrylfarbe zu greifen. Der Beschenkten gefiel's – aber nicht nur ihr. Muse zum Malen hat Florian Werner als Gastgeber im Arlberg Hospiz Hotel viel zu selten, dafür investiert er umso mehr Energie, Geld und Zeit in die Kunst.

Kunst ist Markenzeichen des Arlberg Hospiz Hotels

Wenn Florian Werner über die Kunst spricht, die er fördert, dann nicht schwelgerisch oder nach Anerkennung suchend, sondern sehr ruhig und überlegt. So hat er schnell erkannt, dass ihm nach Malkursen, ersten Verkäufen und Versteigerungen seiner Kunstwerke schlichtweg die Zeit fehlt, selbst Kunst zu schaffen, die seinen eigenen hohen Ansprüchen genügt. Vielmehr fanden er und seine Frau Ursula Gefallen darin, Kunst zu sammeln.

Aber er wäre nicht in einer Hoteliersfamilie groß geworden, wenn er sich nur als stiller Mäzen betätigt hätte. Vielmehr hat er ein Konzept entwickelt und umgesetzt, das die Kunst zu einem Markenzeichen des Arlberg Hospiz Hotels gemacht hat. Konsequenter, so wie sein Vater das Haus in St. Christoph an die Spitze der Weinkultur geführt hat, geht er seinen Weg der „Kunst der Begegnung“. Nicht aufdringlich, aber nachdrücklich.

Die Kunst verändert das Hotel, aber auch das Hotel verändert die Künstler. Florian Werner lässt nicht nur Kunst in die Hospiz Galerie St. Christoph „hängen“, sondern hat mit dem Projekt „Hospiz Artists in Residence“ in kurzer Zeit ein einmaliges Forum für junge Künstler geschaffen. Mehr als 100 Nachwuchskünstler haben seit 2008 mit

Begeisterung die Einladung angenommen, im Arlberg Hospiz Hotel für einige Tage, manchmal auch Wochen zu leben und vor allem zu arbeiten. Die Gäste können im Atelier von Florian Werner den Künstlern dabei gerne über die Schulter schauen, erleben Kunst aber auch bei Installationen im Hotel „in situ“.

Kunst darf im Hotel Spuren hinterlassen, soll anregen – muss Florian Werner aber auch gefallen. Neben den saisonalen Ausstellungen der „Hospiz Artists in Residence“ werden jedes Jahr mit Experten zwei Ausstellungen kuratiert. Das „Kunstquartier Hospiz“ beschränkt sich räumlich nicht nur auf das Hotel, Florian Werner stiftet den Hospiz Kunstpreis und den Hospiz Art Prize der National Art School in Sydney, ist Herausgeber des Hospiz Kunst Magazins und eines ersten Kunstbuchs.

„Wenn ich was mache, dann g'scheit“. Ganz nach diesem Grundsatz entsteht auf dem südlichen Hotelparkplatz bis 2016 die Kunsthalle Arlberg 1800 mit einem 250 m² großen Konzertsaal, einem Atelier für die „Hospiz Artists in Residence ART“ und einem Musikstudio für die „Hospiz Artists in Residence MUSIC“. „Was wäre passiert, wenn ich damals nicht das Bild für meine Schwester gemalt hätte?“, fragt sich Florian Werner immer wieder. ■

Gibt Nachwuchskünstlern Raum zum Arbeiten und Wirken: Florian Werner – ein Hotelier mit Kunstsinn.





Oben bleiben und überleben – ABS-Airbags bieten die höchsten Überlebenschancen bei Lawinenunfällen.
Quelle: ABS Avalanche Airbag/Hansi Heckmair

Sicher durch den weißen Rausch

VON VANESSA BENE

Es ist der Traum eines jeden Skifahrers, ins Gelände zu gehen und durch samtweichen, frischen Powder zu fahren. Deshalb zieht es viele Fahrer jenseits der präparierten Pisten. Doch dort ist absolute Vorsicht geboten, denn Lawinen sind besonders in schneereichen Gebieten wie dem Arlberg keine Seltenheit.

Ein tragisches Ende nahm der Powder-Ausflug des niederländischen Prinzen Friso, der im Sommer 2013 an den Folgen eines Lawinenunfalls in Lech am Arlberg verstarb. Während sein Begleiter noch einen Airbag auslösen konnte, wurde Friso, der nur ein Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS-Gerät) bei sich trug, verschüttet. Von den derzeit verfügbaren Systemen bietet der Lawinenairbag die größten Chancen, einen Lawinenunfall zu überleben.

Ein Lawinenairbag (Preis 200 bis 700 Euro) ist praktisch in einem Rucksack integriert und besteht aus zwei Polyamid-Ballons, die sich zusammengefaltet an beiden Seiten des Rucksacks befinden. Wird der Skifahrer von einer Lawine erfasst, kann er durch einen Zug den Airbag auslösen, der ihn an der Schneeoberfläche hält.

Ein LVS-Gerät (Preis 100 bis 500 Euro) ist ein elektronisches Gerät mit dem Lawinopfer angepeilt und geortet werden können. Es kann gleichzeitig Signale senden und empfangen. Je nach Suchgerät beträgt die Reichweite 20 bis 40 m.

Doch was hilft all die Technik, wenn die Verschütteten aus den Schneemassen befreit werden müssen? Um jede überlebenswichtige Minute in solch einer Situa-

tion zu gewinnen, helfen zusätzlich Lawinensonde und -schaufel (Preis jeweils ab 20 Euro). Eine Sonde ist ein 2 bis 4 m langer Stab, der bei der Feinortung des Verschütteten hilft und handlich zusammengeklappt werden kann. Mit einer Schaufel kann in der betonschweren Schneemasse leichter als mit bloßen Armen gegraben werden. Es gibt bereits praktische Rucksäcke mit ausreichend Stauraum für alle wichtigen Geräte. ■

Lawinensonde und -schaufel immer im Gepäck



Ausgestattet mit dem Doppelairbag-System von ABS machen Wintersportler „keine halben Sachen“.
Quelle: ABS Avalanche Airbag

Die besten Apps für Skifahrer

bergfex/Ski Lite



Wie sieht das Wetter nächste Woche aus? Und wie ist der Zustand der Pisten? Neben Informationen zu Wetter, Schneehöhen, Pistenzustand und dem Liftbetrieb können Sie mit dieser App auch die Preise und besondere Angebote für europäische Gebiete nachsehen.
Betriebssysteme: Android oder iOS
Kosten: gratis

Das Smartphone ist überall dabei, auch auf der Piste – für den Gipfel-Schnappschuss oder um Mitfahrer zu kontaktieren. Mit Apps geht aber noch mehr. Sie machen das Handy zum Wetterpropheten, Pistenwegweiser oder Nothelfer.

SnowSafe



Die App unterstützt alle Winterbegeisterte, Freerider und Skibergsteiger, um Gefahren am Berg besser einzuschätzen. Der Lagebericht auf dem Mobiltelefon gibt direkten Zugang zu den Einschätzungen der Lawinenwarndienste. Dank GPS wird der Standort genau angezeigt.
Betriebssysteme: Android oder iOS
Kosten: gratis

iSki Tracker



Die App zeichnet alle wissenswerten Daten Ihres Pistenausflugs exakt für Sie auf. Neben zurückgelegten Kilometern, Höhenmetern und Geschwindigkeiten legt die App auch ein detailliertes Höhenprofil an und gibt die Gesamtdauer des Skitages wieder.
Betriebssysteme: Android oder iOS
Kosten: gratis

PeakFinder Alps



Sie stehen auf einem Gipfel und genießen den herrlichen Ausblick über die Landschaft. Doch auf welchen Berg schauen Sie da eigentlich? Die App leistet Hilfe und liefert Ihnen 25.000 Berge in Europa plus zusätzliche Informationen wie Höhe und Entfernung.
Betriebssysteme: Android oder iOS
Kosten: 2,99 Euro

Erste Hilfe DRK



Diese App rüstet Sie für den Notfall. Der Erste-Hilfe-Assistent hilft Ihnen Schritt für Schritt, die geeigneten Maßnahmen zu treffen. Per Sprach-, Text- und Bildanweisungen sowie Ja/Nein-Fragen werden Sie interaktiv durch die Situation gelotet.
Betriebssysteme: Android oder iOS
Kosten: 0,89 Euro

3 Fragen an: Prof. Dr. Michael Günther



„Theorie ist die Mutter der Praxis.“ Dieser Satz von Louis Pasteur gilt auch für die Technische Gebäudeausrüstung (TGA). Aber neue Entwicklungen, Gesetze, Strategien und Verordnungen ohne Praxisbezug? Kaum vorstellbar für Prof. Dr. Michael Günther. Er ist Referent der Uponor Academy und war maßgeblich beteiligt am Entstehen des zweiten Bandes des Praxishandbuchs der TGA, das Uponor im Beuth Verlag herausgegeben hat.

Herr Günther, was hat Sie angetrieben, vier Jahre nach Band 1 einen zweiten Band zu veröffentlichen?

Dr. Michael Günther: Band 1 war und ist ein großer Erfolg – nur leider ausverkauft. Damit wurden die Grundlagen der TGA abgebildet. Trotz der über 1.000 Seiten hat dieses Standardwerk Lücken gelassen. Ganz bewusst, denn die rasant steigenden Anforderungen der Energiewende und der Anspruch an Nachhaltigkeit hat das Bauwesen und insbesondere die TGA verändert. Antworten darauf geben die Autoren nun im zweiten Band.

Gewinnt die TGA an Bedeutung? Ist sie längst mehr, als eine Gebäudehülle nutz- und bewohnbar zu machen?

Dr. Michael Günther: Längst geht es bei der TGA nicht mehr darum, nur ein Gebäude zu elektrifizieren, mit Wasser zu versorgen, zu heizen und zu kühlen. Die TGA ist nicht mehr als getrennte Disziplin zu betrachten, sondern bei der Entwurfsplanung einzubeziehen. Für den Wert einer Immobilie werden immer weniger die Entstehungskosten, sondern vielmehr die Gesamtkosten während der Nutzungsdauer wichtig. Das ist Chance und Herausforderung für die TGA zugleich.

Wem empfehlen Sie das Praxishandbuch als Lektüre?

Dr. Michael Günther: Wir empfehlen es als Anregung und Nachschlagewerk für die tägliche Praxis. Es soll nicht nur Fachplanern, sondern auch Architekten und Handwerkern als ein unverzichtbares Arbeitsmittel dienen. Wenn wir diesem Anspruch gerecht werden, dann wird der Band 2 so erfolgreich wie der erste. ■

Praxishandbuch der technischen Gebäudeausrüstung (TGA), 694 Seiten, 19,90 Euro, www.uponor.de/praxishandbuch

Business ist wie Leistungssport

Slatco Sterzenbach: vom Ironman zum Energiespender

VON VANESSA BENE

Dieser Mann ist Energie pur. Slatco Sterzenbach ist Bestsellerautor und gehört zu Deutschlands meistgefragten Motivationstrainern. In seinen Seminaren pusht er Weltmeister, Olympiasieger und Unternehmer zu mehr Leistung, Leidenschaft und Lebenskraft. Wenn er spricht, wirkt er so ausgeglichen wie sein Vorbild Mahatma Gandhi und zufriedener als jeder Gesichtsausdruck eines Buddhas. Er selbst „lebt, was er lehrt“. Die Energie spendet ihm die Erfahrung als Leistungssportler. Denn: „Business ist wie Leistungssport“.

Ein Ruhepuls von 28 Schlägen pro Minute, 17-facher Ironman-Finisher, 61 Triathlons, über 78.000 Trainingskilometer auf dem Rennrad. Daten, die für den 1967 geborenen Diplom-Sportwissenschaftler sprechen.

Manche seiner Vorträge hält er strampelnd auf dem Sattel eines Rennrads. Denn im Business werde wie im Leistungssport eine Vision, ein Ziel, eine Strategie und jede Menge Training benötigt. Dabei liegt für ihn das Grundprinzip darin, die Entspannungsphase zu nutzen. Seine These: „Wir verbessern uns nicht während des Trainings, sondern in der

Ruhephase danach, wenn der Körper zur Entspannung kommt. Nicht anders ist es auch im Geschäftsleben. Denn erst im ruhigen Zustand kommen die zündenden Ideen.“

Das Streben nach einem erfüllten Leben begann mit einer Ausbildung als Krankenpfleger. In der Zeit sah er viele, noch nicht allzu alte Menschen, am Ende ihrer körperlichen und seelischen Kräfte. Mit der Vision vor Augen, dass das auch anders geht, ließ er sich zum Lehrer ausbilden – Sport für den Körper und Germanistik für den Kopf. Da die Weiterentwicklung neben dem Sport und der Natur zu den wichtigsten Grundwerten in seinem Leben gehört, reichte auch das irgendwann nicht mehr aus.

So folgte das Studium der Sportwissenschaften. Doch nicht nur das Erlernen von körperlicher Spitzenleistung brachte ihn weiter. Bei der Vipassana-Meditation verbrachte er zehn Tage in Schweigen ohne Blickkontakt mit anderen Menschen – und das täglich zehn Stunden im Lotussitz. Dabei lernte er vor allem seinen Geist zu fokussieren, Aufmerksamkeit und die Fähigkeit, nicht zu werten. Nach 25 Jahren Praxis in den Themen Gesundheit und Leistungsfähigkeit gilt er heute als führender Experte.

Mit seinen Vorträgen und Büchern möchte Slatco Sterzenbach seine Zuhörer und Leser anregen, ihr Leben zu reflektieren oder auch nach längerer Zeit einmal wieder darüber nachzudenken, wo die wahren Werte und Träume eines jeden liegen. Sein Schlüsselwort und wichtiger Tipp für ein erfülltes Leben: „Im Leben das finden, was Energie liefert und das eliminieren, was sie raubt. Denn Erfolg ohne Erfüllung ist ein Misserfolg.“ ■



Slatco Sterzenbach lebt, was er lehrt.
Quelle: STERZENBACH GmbH

Der perfekte Tag – die richtige Energie zum richtigen Zeitpunkt: Ein individueller Tagesplaner für körperliche und mentale Fitness rund um die Uhr. Heyne Verlag; ISBN 978-3453121089; 19,95 Euro

3 Tipps von Slatco Sterzenbach

- **Die Quantität Ihrer Muskeln entscheidet über die Qualität Ihres Lebens.** Zwei Mal die Woche je 15 Minuten Training reichen aus, damit Sie auch im Alter noch reisen und mit Ihren Enkeln spielen können.
- **Könige und Alpha-Tiere gönnen sich den Alpha-Schlaf.** Gönnen Sie sich nach dem Mittagessen einen 15-minütigen Powernap. Sie werden danach deutlich produktiver in der zweiten Hälfte des Tages sein.
- **Gedankenhygiene und Informationsdiät sind die Basis für Ihren Erfolg.** Reinigen Sie Ihre Gedanken, beispielsweise vor dem zu Bett gehen, und lernen Sie wichtige Informationen von unwichtigen zu unterscheiden.



Impressum

NetWorker

Das Netzwerk-Magazin des
Uponor Kongresses

Herausgeber:

Uponor GmbH

Redaktion:

Michael A. Heun (verantwortlich)

Autoren dieser Ausgabe:

Vanessa Bene, Volker Simon

Schlussredaktion und Gestaltung:

nota bene communications GmbH

Kontakt:

Uponor GmbH

Industriestraße 56

97437 Haßfurt

Telefon +49 (0)9521 690-0

E-Mail networker.de@uponor.com