



Für Mitglieder und  
Kunden der Südtiroler  
Raiffeisenkassen

03/2021  
das  
**magazin**

FINANZEN & PARTNERSCHAFT

# Unsere Liebe, unser Geld

**KONVERTO 18**

Ab in die Cloud!

**IM GESPRÄCH 20**

mit Raffael Peer, Obmann der  
Südtiroler Bauernjugend



# Platz für ein gutes Gefühl.

**Zum Beispiel im Ernstfall.**

Und wie gut hast du vorgesorgt?  
Reden wir drüber.

Nicht immer spielt das Leben so, wie man es sich wünscht. Ein Unglücksfall reißt nicht nur ein Loch in eine Familie, oft bleiben die Angehörigen auch noch mit großen Geldsorgen zurück. Absicherung bedeutet Verantwortung. Reden wir drüber.  
[www.raiffeisen.it](http://www.raiffeisen.it)



**Raiffeisen**  
Meine Bank

**IMPRESSUM:** Raiffeisen Magazin, 43. Jg., Ausgabe Nr. 3, Juni/Juli 2021. **Herausgeber:** Raiffeisenverband Südtirol Genossenschaft; Raiffeisenstr. 2, I-39100 Bozen. **Ermächtigung:** Landesgericht Bozen vom 10.01.1979, Eintragung ROC Nr. 27524. **Presserechtlich verantwortlich:** Thomas Hanni. **Leitende Redakteurin:** Ingeborg Stubenruß. **Redaktionsleitung:** Isabel Staudacher (ist), Irene Hofer (th), Christa Ratschiller (cr), Ingeborg Stubenruß (is). **Mitarbeiter:** Roland Furgler (rf), Olav Lutz (ol), Matthias Mayr (ma), Thomas Weissensteiner (tw). **Fotos:** Ethical Banking (8), Damian Pertoll (10), stock adobe (Cover, 5, 6, 12, 14, 16, 17, 18), Harald Wisthaler (25), Raiffeisenkassen (24-27), Olav Lutz (28, 29), Archiv. **Erscheinungsweise:** zweimonatlich. **Layout und Produktion:** Kreativagentur BIELOY, Bruneck. **Druck:** Athesia Druck, Bozen. **Kontakt:** Marketing Raiffeisenverband, Tel. +39 0471 945 381, E-Mail: [magazin@raiffeisen.it](mailto:magazin@raiffeisen.it). **Online-Ausgabe:** <http://magazin.raiffeisen.it>, **Koordination:** Ingeborg Stubenruß.



[magazin@raiffeisen.it](mailto:magazin@raiffeisen.it)

# Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Beim Geld hört die Freundschaft auf, sagt der Volksmund. Dies gilt leider oft auch für die Liebe. Denn Geld ist einer der häufigsten Streit- und Trennungsgründe bei Paaren. Was nicht verwunderlich ist, schließlich drücken sich unterschiedliche Charaktere



und persönliche Werte auch im Umgang mit Geld aus.

Aber was tun, damit der schnöde Mammon nicht zum Liebeskiller wird? Offen und ehrlich über Geld reden ist die halbe Lösung, meint Psychologe und Familienberater Oliver Sparber. Die Kunst ist es, Kompromisse zu

finden und auf einen gemeinsamen Nenner zu kommen. Immer mehr Menschen lassen sich dabei von Fachleuten helfen.

Raiffeisen-Berater können Lösungen aufzeigen, wie man Finanzielles in der Partnerschaft gut regelt. Viele Konflikte lassen sich damit bereits im Vorhinein vermeiden. Demnach gilt also: Schweigen ist Silber, Reden ist Gold!

Viel Spaß beim Lesen,  
Ingeborg Stubenruß

## DAS RAIFFEISEN MAGAZIN GIBT ES AUCH ONLINE!

Auf [www.magazin.raiffeisen.it](http://www.magazin.raiffeisen.it) können Sie das Magazin, als Ergänzung zur Printausgabe, auch am Computer, Tablet oder Smartphone lesen. Schauen Sie doch mal rein!



## THEMA

### 04 Finanzen & Partnerschaft

Lass uns reden, Schatz!

## GELD & MEHR

### 08 Ethical Banking

Zu Besuch beim „Maß-Schuachmocher“ in Sterzing

### 10 Raiffeisen Landesbank Südtirol

Stärke in schwierigen Zeiten bewiesen

### 12 Versicherung

Die Existenzsicherung in die eigene Hand nehmen

### 14 Internet-Kriminalität

Achtung: Betrügerische E-Mails im Umlauf!

### 17 Raiffeisenverband Südtirol

Raiffeisen Welfare stärkt lokale Kreisläufe

### 18 KONVERTO

Ab in die Cloud!

## IM GESPRÄCH

### 20 Südtiroler Bauernjugend

Interview mit Raffael Peer, Obmann der Südtiroler Bauernjugend

## LAND & LEUTE

### 23 Neues aus den Raiffeisenkassen

Über Sponsoring, Projekte, Führungswechsel u.v.m.

## RAT & UNTERHALTUNG

### 28 Erlebnis Natur

Von Grasstein zum Puntleidersee

### 31 Wie gute Kommunikation gelingt

Das 4-Ohrenmodell

FINANZEN & PARTNERSCHAFT

# Lass uns reden, Schatz!

*Geld und Gefühle – zwei Bereiche, die auf den ersten Blick gegensätzlicher nicht sein könnten. Dabei ist das Finanzielle in einer Beziehung wichtig und muss auch besprochen werden.*



Oliver Sparber ist Psychologe und Psychotherapeut und arbeitet bei der Familienberatungsstelle fabe.

Die Generation unserer Eltern oder Großeltern lebte meist in patriarchalischen Versorgungsgemeinschaften. Der Mann verdiente das Geld, die Frau kümmerte sich um Haushalt und Kinder. Die Frau war vom Mann finanziell abhängig, eine Trennung allein deshalb kaum möglich. Heutzutage sind meist beide Partner berufstätig, finanziell unabhängiger, man denkt individueller. Und dennoch: Die Finanzen als Paar, und besonders als Familie, klar zu regeln, ist nicht immer einfach.

„Geld ist ein Tabuthema, auch in vielen Partnerschaften“, bedauert Oliver Sparber.

Er ist Psychologe und Psychotherapeut und arbeitet bei der Familienberatungsstelle fabe. 30 Mitarbeiter an fünf Standorten in Südtirol kümmern sich um alle Fragen rund um Familie und Partnerschaft. Oft geht es dabei ums Geld: „Über Geld spricht man nicht, es ist zum Haare raufen.“ Denn offenes Reden über Geld wäre schon die halbe Lösung. „Manche Frauen wissen gar nicht, wie viel der Mann verdient oder was er besitzt“, sagt Sparber.

## Nicht jeder fühlt und denkt gleich

Solche Geheimniskrämerei ums Geld ist zwar nicht die Regel, aber Sparber erlebt oft, dass Finanzfragen nicht offen genug diskutiert werden. Am Anfang einer Beziehung, im Rausch der Verliebtheit, ist Geld oft Nebensache. Die Bedeutung der Finanzen nimmt aber mit der Verbindlichkeit von Beziehungen zu. Mit Wohnungskauf, gemeinsamen Kindern oder Heirat steigt die Verantwortung und es kommen auch gesetzliche Bestimmungen hinzu.

Spätestens dann sollten finanzielle Dinge klar geregelt sein und nicht einfach dem Lauf der Dinge überlassen werden. „Wer sich als Paar davor scheut oder auftauchende Probleme kleinredet, läuft Gefahr, dass Geld irgendwann zum Streitthema wird. Immerhin ist Geld der dritthäufigste Trennungsgrund“, weiß Paarberater Sparber zu berichten.

Kein Wunder, bieten Finanzen doch gleich mehrere potenzielle Konfliktpunkte, die Beziehungen belasten oder zerstören können. Wer trägt wieviel zum Haushaltseinkommen bei? Und wer zahlt was?

Das Thema ist trocken, aber emotional besetzt. Jeder Mensch „zahlt“ laut Sparber in eine Beziehung ein, finanziell, aber auch emotional. Wenn man den Eindruck hat, man bekommt dafür zu wenig zurück, ist die Krise vorprogrammiert. Nicht selten setzt der Partner andere Prioritäten. Für den einen ist etwa die finanzielle Absicherung in der Zukunft wichtiger, für den anderen der Urlaub oder das neue Auto. Es gibt Sparsame und Verschwender, Vorsichtige und Risikofreudige. Je unterschiedlicher zwei Menschen mit Geld umgehen, desto schwieriger wird es, eine gemeinsame Linie zu finden. Wenn ernsthafte Geldprobleme auftreten, verstärken sich die Spannungen weiter. ►

*Jeder Mensch „zahlt“ in eine Beziehung ein, emotional und finanziell.*

*Wenn man den Eindruck hat, man bekommt dafür zu wenig zurück, kann das eine Beziehung zerstören.*

Oliver Sparber



*In einer Beziehung  
ist es wichtig,  
offen über die Finanzen  
zu sprechen.*



## ► Darüber reden ist das A und O

„Der erste wichtige Schritt ist, Geld und Geldkonflikte offen anzusprechen“, meint Paarberater Sparber. Zuerst müsse jeder für sich reflektieren, was ihr oder ihm wichtig ist, worauf man nicht verzichten will. Danach kann man in eine offene Diskussion gehen, nach Lösungen suchen und Kompromisse finden. Prioritäten

sollten gemeinsam festgelegt und größere Ausgaben diskutiert werden. Wichtig ist es auch, sich frühzeitig über die rechtliche Situation einer Partnerschaft, ob mit oder ohne Trauschein, zu informieren.

„Wenn reden nicht mehr geht, dann kommt zu uns“, rät Sparber. Die Familienberatungsstelle fabe bietet Paarberatung inklusive Rechtsberatung, ist aber keine auf Finanzfragen spezialisierte Wirtschaftsberatung. Immerhin, betont Sparber, steige die

Bereitschaft, sich bei Schwierigkeiten helfen zu lassen. Das Thema ist nicht mehr so schambehaftet wie früher.

### Finanzielle Verantwortung – fairer Austausch

Larissa Thaler ist Kundenberaterin in der Raiffeisenkasse Wipptal. Laut ihrer Erfahrung gehen Paare mit dem Thema Finanzen heutzutage recht offen um.

Viele haben gemeinsame Pläne und Wünsche und sind sich bewusst, dass diese auch nur gemeinsam verwirklicht werden können. Bei jungen Paaren geht es oft um die Finanzierung der ersten Wohnung, die Kontoführung oder die passende



Gleichberechtigte Paare teilen sich Erwerbsarbeit und Haushalt.

Versicherung. „Mir ist es wichtig, auf die individuellen Wünsche meiner Kunden einzugehen und ihnen Lösungen aufzuzeigen, wie sie diese verwirklichen können. Klar geht es hier oft auch um heikle und sehr persönliche Fragen. Aber die Gespräche verlaufen offen und ehrlich, man kennt sich und vertraut sich“, unterstreicht Thaler.

Ganz besonders wichtig ist es ihr bei Paaren, das Bewusstsein für die gleichberechtigte Altersvorsorge zu schaffen. Denn trotz Emanzipation sind es meist die Frauen, die sich um die Kindererziehung kümmern, beruflich zurückstecken und auf zukünftige Rentenansprüche verzichten. Während dieser Zeit ist es ratsam, dass der voll berufstätige Partner – meistens der Mann – für die Rente der Frau miteinzahlt. Auch in Sachen Vorsorge und Risikoschutz sollte man rechtliche Bestimmungen und finanzielle Risiken im Blick haben (siehe Bericht auf Seite 12). Beispielsweise haben moderne Familienkonstellationen wie unverheiratete Paare, Patchwork-Familien ohne Trauschein

*Es ist wichtig, das Bewusstsein für die gleichberechtigte Altersvorsorge zu schaffen. Denn trotz Emanzipation sind es meist die Frauen, die sich um die Kindererziehung kümmern, beruflich zurückstecken und auf zukünftige Rentenansprüche verzichten.*



usw. keinerlei Ansprüche auf eine Hinterbliebenenrente, was fatale Folgen haben kann. Viele wissen das nicht. Manche verdrängen es. „Finanzielle Verantwortung für den eigenen und den gemeinsamen Lebenslauf übernehmen, ist gefragt“, resümiert Thaler. Das eine schließt das andere nicht aus. Sich dabei unterstützen lassen, ist wichtig. Dann kann man eine gute Lösung für beide Partner sowie die Familie finden und Konflikte im Vorhinein vermeiden. Denn das neue Auto oder die Überziehung des Kreditrahmens sind keine Ehekrise wert. /ma

## BERATUNG

# Von Anfang an klare Verhältnisse schaffen

*Larissa Thaler rät Paaren zu Offenheit bei den Finanzen.*

### **Frau Thaler, wann kommen Paare zu Ihnen?**

Paare kommen vielfach wegen einer Finanzierung eines Eigenheims zu uns. Dabei ist es äußerst wichtig, über die gegenseitige Absicherung in Form von Versicherungen zu sprechen, um im Falle unvorhergesehener Ereignisse für die Familie vorzusorgen.

### **Manche Paare behalten ihre privaten Konten, manche führen ein weiteres Haushaltskonto, andere legen alles zusammen. Was raten Sie?**

Wir raten jedem, sein eigenes Gehaltskonto zu behalten, um bei Trennungen oder Todesfall Probleme zu vermeiden. Gemeinsame Konten können im Rahmen einer Eigenheimfinanzierung von Vorteil sein. Sobald die Landesbeiträge eintreffen, wird das gemeinsame Konto häufig wieder gelöscht. In einigen Fällen wird dieses auch als reines Haushaltskonto gehalten, welches von beiden Partnern mit einer monatlichen Gutschrift gespeist wird, um gemeinsame Ausgaben wie Strom, Kindergarten, Lebensmittel u.a. zu begleichen.

### **Meist sind es die Frauen, die Auszeiten für die Kindererziehung und die Pflege von Angehörigen nehmen und danach eine niedrigere Rente haben.**

Die Altersvorsorge für Frauen ist ein wichtiges Thema. Eine drohende Lücke bei der Rentenvorsorge kann mit dem Aufbau einer privaten Zusatzrente über den Raiffeisen Offenen Pensionsfonds abgedeckt werden. Hier kann individuell, je nach Möglichkeit, eingezahlt werden.

### **Geld gilt in der Partnerschaft oft als Tabuthema ...**

Wenn Partner den gemeinsamen Ausgaben auch gemeinsam nachkommen, ist Geld kaum ein Tabuthema. Auch bei getrennten Konten haben die Partner sehr oft die gegenseitige Zeichnungsberechtigung. Es gibt aber auch Kunden, welche nicht wollen, dass der Partner zeichnungsberechtigt ist.

### **Was raten Sie Paaren, damit das Geld nicht zum Problem wird?**

Wichtig ist von Anfang an klar zu vereinbaren, wie die Ausgaben der Familie bestritten werden. Offenheit und eine gute Finanzplanung können viele Konflikte im Vorhinein verhindern.

/ma

Larissa Thaler ist Kundenberaterin in der Raiffeisenkasse Wipptal.





Der Schuhmacher bei der Arbeit

## ETHICAL BANKING

# „Zeigt her Eure Füße – zeigt her Eure Schuh“

*Zu Besuch beim  
„Maß-Schuachmacher“ in Sterzing*

Martin-Carl Kinzner übt einen besonderen Beruf aus – er ist selbstständiger Schuhmacher mit eigener Werkstatt in Sterzing.

„Als Maßschuhmacher fertige ich passgenaue und individuelle Schuhe sowie andere Lederwaren an. Jeder Schuh, jede Handtasche, jedes Accessoire entsteht in einem Gemeinschaftsprojekt zwischen meinem Kunden und mir und erlaubt mir sehr kreativ zu sein. Wir überlegen uns gemeinsam das Design, die Farbe, das Leder. Anschließend wird der Schuh diesen speziellen Wünschen angepasst, damit die Form passt und das Ergebnis dem Kunden gefällt. Ich verwende ausschließlich hochwertiges Leder aus möglichst regionaler Herstellung aus dem Alpenraum.“

## Bewusstsein für Handwerk und Material

Für mich stehen die Achtung und das Bewusstsein für Handwerk, Material, Mitmensch und Tier in allen Phasen der Produktherstellung an erster Stelle.

Es ist mir wichtig zu wissen, wo und wie die Tiere, deren Leder ich verarbeite, gelebt haben und wie das Fell gegerbt wird. Alle Arten von Schuhen – vom Bergschuh bis zum klassischen eleganten Herrenschuh – werden gefertigt, dabei erfolgen alle Arbeitsschritte von Hand. Am Ende hat jeder Kunde ein Unikat in den Händen – diesen „seinen“ Schuh gibt es nur einmal“, erzählt der „Schuachmacher“ voller Stolz.

Besondere Schuhe, von Hand gefertigt



## Beruf als Berufung

Doch wie wird man eigentlich Schuhmacher? Nach dem Besuch der Oberschule in Sterzing hat Martin-Carl in Innsbruck Biologie studiert. Mit abgeschlossenem Doktoratsstudium in der Tasche und von einem Tag auf den anderen, hat er beschlossen, Schuhmacher zu werden. Vor dieser Entscheidung hatte er sich intensiv in die Materie dieses seltenen Berufes eingelese. Martin-Carl ging zunächst nach Österreich, um eine Lehre zu absolvieren. Heute ist er froh darüber, diesen Weg gegangen zu sein und übt den Beruf des Schuhmachers mit viel Passion und Freude aus.

Mit der Ethical Banking Finanzierung konnte Martin-Carl die Werkstatt einrichten, ausstatten und umbauen sowie das Warenlager aufstocken, damit er verschiedenste Leder vorrätig hat. „Ethical Banking bedeutet für mich Regionalentwicklung, Nachhaltigkeit und – finanziell gesehen – Unabhängigkeit“, ist Martin-Carl überzeugt.

/rf

## MEHR DAZU UNTER:

Direktlink Kurzfilm:  
<https://www.youtube.com/watch?v=RXPR-Ir7gJY>



[www.ethicalbanking.it](http://www.ethicalbanking.it)

# Zahlen und Fakten

STATISTISCHES AUS WIRTSCHAFT UND LEBEN  
IM ÜBERBLICK

## Arbeitslosigkeit laut Eurostat:

Südtirol steht  
italienweit am  
besten da

(Werte beziehen  
sich auf das Jahr 2020)



### NACHGESCHAUT:

Was aus  
100.000 Euro  
seit 2016  
wurde

Europäische Aktien ↗  
108.626,17

Europäische Anleihen ↘  
113.518,27

Euribor 3M →  
98.395,17

QUELLE: RLB (STAND: 29. APRIL 2021)



SÜDTIROL



TRENTINO



EMILIA ROMAGNA



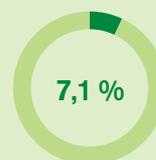
SIZILIEN



KAMPANIEN



KALABRIEN



EU-MITGLIEDS-  
STAATEN



ITALIEN



SPANIEN



GRIECHENLAND

QUELLE: EUROSTAT-ERHEBUNG



Präsident Hanspeter Felder  
(links) und Generaldirektor  
Zenone Giacomuzzi

RAIFFEISEN LANDESBANK SÜDTIROL AG (RLB)

# Stärke in schwierigen Zeiten bewiesen

*Trotz der außerordentlichen Herausforderungen, die das Jahr 2020 mit sich gebracht hat, ist es der Raiffeisen Landesbank Südtirol gelungen, ein sehr gutes Geschäftsergebnis zu erzielen. Wie dieses im Detail aussieht und warum man weiter optimistisch bleibt, verraten Präsident Hanspeter Felder und Generaldirektor Zenone Giacomuzzi.*

**Herr Felder, wie hat sich die Krise in der RLB und auf die Volumina ausgewirkt?**  
**Hanspeter Felder:** Das vergangene Jahr war ein schwieriges Jahr für alle heimischen Banken. Seit Beginn der Krise haben wir Betriebe und Familien unterstützt und mit der nötigen Liquidität versorgt. Neben den „normalen“ Krediten wurden vermehrt geförderte Kredite ausgezahlt, unter Einbeziehung der staatlichen Garantiefonds und Kreditstundungen.

Das Kreditvolumen der Raiffeisen Landesbank ist im Jahr 2020 um 12,7 Mio. Euro auf 1,7 Mrd. Euro gestiegen. Damit nehmen die von der RLB vergebenen Kredite seit über 10 Jahren kontinuierlich zu. Auch die Kundeneinlagen von privaten Haushalten und Unternehmen sind im Jahr 2020 weiter angestiegen. Das sehr gute Rating der Raiffeisen Landesbank veranlasste die Kunden weiterhin, ihr Kapital bei uns zu veranlagern. Das direkte Kundengeschäft inklusive Obligationen ist um 14,28% gewachsen. Die Kundeneinlagen erreichten zum Jahresende einen Wert von 1,1 Mrd. Euro, Kontokorrenteinlagen und Spareinlagen wiesen weiterhin höchste Bestände auf. Die Gesamteinlagen sanken um 17,47% auf insgesamt 1,8 Mrd. Euro. Dies ist darauf zurückzuführen, dass die Bank als wirtschaftlichere Alternative zu den kurzfristigen Pensionsgeschäften am Markt die Refinanzierungen über die Cassa Compensazione & Garanzia bei der Europäischen Zentralbank durchgeführt hat. In Folge wurden weit weniger Refinanzierungsgeschäfte am Markt abgeschlossen.

**Herr Giacomuzzi, wie schaut es mit dem Geschäftsergebnis aus? Wie mit der Qualität der Kredite?**

**Zenone Giacomuzzi:** Die Raiffeisen Landesbank Südtirol AG verfolgt seit Jahren eine vorsichtige Kreditpolitik. Dementsprechend ist die Qualität der vergebenen Kredite ausgezeichnet. Die NPL-Ratio (Non Performing Loan) liegt bei einem außerordentlich niedrigen Wert von 3,28%. Der Raiffeisen Landesbank ist es gelungen, einen Gewinn vor Steuern von 32,65 Mio. Euro und einen Reingewinn von 24,07 Mio. Euro zu erwirtschaften. Dies ist angesichts des aktuellen Zinsniveaus und der schwierigen Lage eine sehr gute Leistung, die auch der gesamten Raiffeisen-Organisation zugutekommt.

**Die Raiffeisen Landesbank hat in den letzten Jahren stark auf Nachhaltigkeit gesetzt. Was waren die wichtigsten Initiativen?**

**Zenone Giacomuzzi:** Wir sind eine geprüft nachhaltige Bank. 2020 haben wir unterschiedliche Maßnahmen umgesetzt, um die nachhaltige Unternehmensführung voranzutreiben. Dazu gehört die erstmalige Emission von Green Bonds für Kleinanleger, deren Emissionserlöse für die Finanzierung von extern geprüften „grünen“ Projekten mit einem messbaren positiven Effekt auf die Umwelt verwendet wurden. Weitere Beispiele sind u.a. das Audit Familie und Beruf, die Veranstaltung eines Aktionstages für die MitarbeiterInnen und der Ankauf von E-Bikes für die Durchführung von Dienstfahrten.

**Die Corona-Krise wird zu Firmenpleiten und Kreditausfällen führen und sich mit Zeitverzug in den Bankbilanzen niederschlagen. Bereitet Ihnen das Sorgen?**

**Zenone Giacomuzzi:** In der Planung wurden die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie und die volkswirtschaftlichen Entwicklungen, so weit wie im März 2021 erkenntlich, berücksichtigt. Wir gehen von einem bescheidenen Wachstum sowohl bei den Kundeneinlagen als auch bei den Ausleihungen aus. Im Kreditbereich ist, trotz sehr vorsichtiger Schätzungen, eine größere Schwankungsbreite bei den Ergebnissen möglich. Die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Bewältigung der außerordentlichen Aufgaben des Jahres 2021 sind jedenfalls gegeben. Die gute Kapitalausstattung lässt uns zuversichtlich in die Zukunft schauen.

**Was wird die größte Herausforderung für das heurige Jahr sein?**

**Hanspeter Felder:** Zum heutigen Zeitpunkt ist es schwierig, die Folgen des Covid-19-Notstands auf Südtirol genau abzuschätzen. Der Verwaltungsrat verfolgt die weitere Entwicklung der Covid-19-Pandemie aufmerksam und ist guter Hoffnung, dass ein Großteil der Bevölkerung in kurzer Zeit im Laufe des Geschäftsjahres 2021 geimpft werden kann. Davon wird die Erholung der Wirtschaftstätigkeit in Südtirol maßgeblich abhängen. Wir werden unsere Kunden weiterhin bestmöglich begleiten. /cr

**DAS GESCHÄFTSJAHR 2020 IN ZAHLEN:**

<b>WERTE IN MIO. EURO</b>	<b>31.12.2020</b>	<b>31.12.2019</b>	<b>VERÄND. %</b>
Einlagen	<b>1.805</b>	2.187	-17,47 %
davon direkte Einlagen inklusive Obligationen	<b>1.714</b>	1.500	14,28 %
Kredite (Nettoausleihungen an Kunden)	<b>1.673</b>	1.660	0,77 %
Gewinn vor Steuern	<b>32,65</b>	39,82	-18,00 %
Gewinn des Geschäftsjahres	<b>24,07</b>	29,30	-17,85 %
Eigenvermögen	<b>425</b>	394	7,80 %
Gewinn des Geschäftsjahres / Eigenkapital (ROE)	<b>5,66 %</b>	7,43 %	-23,80 %
Kernkapitalquotient CET 1	<b>20,54 %</b>	16,12 %	27,42 %
Cost Income Ratio	<b>44,69 %</b>	45,70 %	-2,21 %
NPL-Rate*	<b>3,28 %</b>	3,17 %	3,28 %
Rating von Moody's**	<b>Baa1</b>	Baa1	
<b>Nachhaltigkeit – ESG (E=Environment, S=Social, G=Governance)</b>			
Carbon footprint (CO <sub>2</sub> -Fußabdruck)	<b>107,47</b>	111,1	-3,27 %
Mitarbeiter / innen	<b>207</b>	201	2,99 %
Anzahl Frauen	<b>91</b>	85	7,06 %
Teilzeitbeschäftigte Mitarbeiter	<b>42</b>	41	2,44 %
Mitarbeiter mit unbefristeten Verträgen	<b>198</b>	196	1,02 %
Erwirtschafteter Mehrwert	<b>69.013</b>	71.652	-3,68 %
Ausgeschütteter Mehrwert	<b>43.777</b>	60.521	-27,67 %
Kredite erneuerbare Energie	<b>218.339</b>	235.465	-7,27 %
Nachhaltige Fonds (mehr als 40 nachhaltige Investmentfonds)	<b>150.794</b>	76.330	97,56 %

\* Die Non-Performing-Loan-Rate gibt den Anteil der Problemkredite an den gesamten nicht wertberichtigten Kundenkrediten an. \*\* Langfrist-Rating für Bankeinlagen.

## GEMEINSAM GUT ABGESICHERT

# Die Existenzsicherung in die eigene Hand nehmen

*Gemeinsamkeit, aber auch eigene Freiräume zu haben – das leben und wünschen sich viele Paare von heute. Das trifft auch auf die Finanzen zu sowie auf die eigene Vorsorge und Absicherung.*



Partnerschaft bedeutet Zweisamkeit und Vertrautheit, heißt aber auch, Verantwortung zu übernehmen, besonders beim Thema Geld. „Menschen, die in Beziehungen leben – unabhängig ob mit oder ohne Trauschein – müssen ein finanzielles Bewusstsein entwickeln, das heißt, sie müssen sich eigenverantwortlich um ihre wirtschaftliche Existenzsicherung kümmern“, betont Markus Pretto, Finanzerzieher im Raiffeisen Versicherungsdienst.

Beispielsweise müssen sich Paare, die ohne Trauschein zusammenleben, darüber im Klaren sein, dass im Todesfall, der hinterbliebene Partner keinerlei Ansprüche auf eine Hinterbliebenenrente hat. Ebenso gilt es zu bedenken, dass staatliche Unterstützungsmaßnahmen in hohem Maße an die Erwerbstätigkeit geknüpft sind. Besserverdiener sind damit auch besser abgesichert. Dies ergibt nicht nur eine höhere Altersrente, sondern auch höhere Entschädigungsleistungen im Fall einer durch Unfall oder Krankheit erlittenen Invalidität.

Finanzielle Abhängigkeit vom Partner betrifft vor allem Frauen. Markus Pretto empfiehlt Paaren deshalb, frühzeitig folgende Fragen zu klären: Wie sieht die häusliche (unentgeltliche) Arbeitsteilung aus? Wer bleibt wegen eines Kindes zuhause und wie lange? Wie können die Renteneinbuße und mangelnde staatliche Vorsorgemaßnahmen ausgeglichen werden?

*Miteinander verbunden, aber in finanziellen Dingen unabhängig zu sein, ist eine gute Voraussetzung für eine gelungene Partnerschaft.*



*Nicht abhängig zu sein, von einem Partner/einer Partnerin oder vom Fortbestand einer Ehe bzw. einer Lebensgemeinschaft, gehört auch zur Würde eines Menschen. Jeder sollte daher die volle Verantwortung für sein Leben übernehmen.*

*Markus Pretto*

### Vorsorge für sich, den Partner und die Familie

Alle Paare und besonders Familien, in denen ein Elternteil wegen der Kindererziehung in Teilzeit oder gar nicht mehr arbeitet, sollten sich beraten lassen, um eventuelle Vorsorgelücken aufzudecken. Diese können über einen privaten Versicherungsschutz geschlossen werden. Eine planmäßige Risikoabsicherung stellt das Leben auf ein sicheres Fundament. „Dazu zählen der Schutz der eigenen Existenz durch eine Unfall- und Ablebensversicherung und der Schutz des Partners oder der Familie. Wird eine Immobilie mit einem Darlehen finanziert, so greift im Ernstfall diese Risikoabsicherung, die bei schwerer Krankheit oder Berufsunfähigkeit für die eigene finanzielle Absicherung sorgt oder im Todesfall finanziellen Schutz für die Hinterbliebenen bietet. Ebenso ist auch ein privater Krankenschutz sinnvoll“, erklärt Markus Pretto. /ih

# Wo Raiffeisen nachhaltige Akzente setzt

## VORSORGE LÜCKEN SCHLIESSEN

Mit dem Leistungsspektrum der Raiffeisenkasse im Vorsorge- und Absicherungsbereich werden Vorsorgelücken erfolgreich geschlossen.

## REGELMÄSSIGER VERSICHERUNGSCHECK

So wie sich eine Beziehung verändert, verändert sich auch die Lebenssituation.

Ein regelmäßiger Versicherungsscheck (alle 3 Jahre) ist empfehlenswert, um den Versicherungsschutz an die aktuelle Situation anzupassen.

Bei besonderen Ereignissen, wie die Geburt eines Kindes, ein Arbeitsplatzwechsel, die Unterbrechung der Erwerbstätigkeit oder eine Beförderung, sollte stets ein Beratungstermin vereinbart werden.

## STATISTIK: FRAUEN UND FINANZIELLE ABHÄNGIGKEIT

40 % der Frauen in Italien im Alter zwischen 25 und 54 Jahren sind finanziell von anderen Personen abhängig.

QUELLE: IL MESSAGERO (STUDIE DES ISTITUTO DI RICERCA EPISTEME 2019)



Raiffeisen setzt in der privaten Vorsorge und Absicherung auf Nachhaltigkeit und Ethik

**B Corp-zertifizierte Partner:**  
Raiffeisen Versicherungsdienst,  
Assimoco

# Achtung: Betrügerische E-Mails und SMS im Umlauf!

*Die Bank fordert Sie per E-Mail auf,  
Ihre Kontodaten zu aktualisieren?  
Sie werden dazu gedrängt, auf einen  
Anhang oder Link zu klicken?  
Achtung! Hier sollten die Alarmglocken läuten.*

Betrügereien im Internet nehmen weiter zu. Die Tricks der Kriminellen werden immer dreister. Unter „Phishing“ (wörtlich „fischen“) fallen Betrugsversuche von Kriminellen, die sich über gefälschte Webseiten, E-Mails oder Kurznachrichten als vertrauenswürdiger Kommunikationspartner ausgeben. Ziel ist es, vertrauliche Daten wie Kreditkartennummern oder Passwörter zu ergattern. Mit diesen „gefischten Daten“ plündern die Betrüger dann das Konto des Opfers oder stehlen seine Identität. Um die Glaubhaftigkeit der betrügerischen E-Mails zu erhöhen, werden nicht selten aktuelle Themen wie beispielsweise Datenschutzbestimmungen, Corona oder Software-Updates als Grund für die Nachricht angeführt.

**Aktuell sind in Südtirol betrügerische SMS im Umlauf**, die im Namen der Kreditkartengesellschaft „Nexi“ verschickt werden und unter den korrekten Mitteilungen von Nexi auf dem Smartphone aufscheinen. Kunden sollen auf dem angeführten Link persönliche Daten (z.B. Kreditkartennummer) eingeben. Der Kunde wird dann von einem vermeintlichen Nexi-Mitarbeiter kontaktiert und dazu gedrängt, das OneTimePassword (OTP) telefonisch weiterzugeben, um eine missbräuchliche Zahlung zu stoppen. Aber gerade durch die Weitergabe des OTP durch den Kunden wird eine missbräuchliche Zahlung erst bestätigt. Oder: Ein Kunde will auf der bekannten Website „subito.it“ etwas verkaufen. Er wird von einem interessierten Käufer kontaktiert und für die Bezahlung an einen ATM der Poste Italiane gelockt, mit dem Vorwand, dass der Käufer ihm das geschuldete Geld auf seine Raiffeisen-Bankkarte lädt. Doch anstelle dessen lädt der Verkäufer die Prepaid-Karte des Betrügers auf.



Internetbetrüger wenden immer wieder neue Tricks an, um an das Geld der Opfer zu gelangen.

## Wie kann man sich vor „Phishing“ schützen?

- Prüfen Sie verdächtige Nachrichten! Passt der Absender zum Inhalt der Nachricht? Werden sensible Nachrichten abgefragt? Ist die Anrede falsch oder fehlerhaft?
- Bankinstitute und seriöse Unternehmen verlangen nie von ihren Kunden, persönliche Daten über Internet oder E-Mail zu übermitteln. Geben sie auch keine Bankdaten telefonisch preis.



- Findet sich in der E-Mail ein Hinweis, dass die Daten binnen einer knappen Frist eingegeben werden müssen, ist dies ein deutliches Warnsignal!
- Bei verdächtigen E-Mails oder SMS-Textnachrichten NIE auf Anhänge oder Links klicken! Dies könnte dazu führen, dass auf dem Rechner Schadsoftware installiert wird.
- Prüfen sie regelmäßig Ihren Kontostand und die Kreditkartenauszüge. Sollten Behebungen stattgefunden haben, die nicht identifizierbar sind, informieren Sie sofort Ihre Bank.
- Halten Sie Computer und mobile Geräte immer auf den neuesten Stand. Insbesondere Virenschutzprogramm, Betriebssystem und Browser sollten regelmäßig aktualisiert werden.

/is

## BÖRSEKOMMENTAR

# Der Aufschwung kommt

Die Inflation ist nun da. Preise steigen, wenn Güter aufgrund von Handelsbeschränkungen oder Unterbrechungen von Lieferketten zur Mangelware werden und die Menschen

sich steigende Preise leisten können. Preise steigen aber auch, wenn Steuern, Gebühren oder Zölle wegen zunehmender Handelskonflikte steigen oder wenn Menschen ganz einfach wieder Lust haben, mehr auszugeben. Wenn auch nur eine dieser Variablen fehlt, gibt es keine nennenswerte Preissteigerung, auch wenn die EZB noch so viel Geld druckt. Bildhaft gesprochen:



Dr. Martin von Malfè, Abteilung  
Finanzdienstleistungen, Raiffeisen  
Landesbank Südtirol AG

Wenn die Kuh nicht trinken will, bringt man sie nicht zum Trinken, auch wenn Wasser zur Genüge vorhanden ist. Nun scheint sich das Blatt aber zu wenden. Trumps konfliktreiche Handelspolitik hat die Zölle weltweit ansteigen lassen. Die Rohstoffproduktion wurde aufgrund der Corona-Pandemie weltweit verknappt. Die Lieferketten sind wegen Brexit und dem Containerstau im Suezkanal erschwert. Die Menschen investieren, auch wegen vielen steuerlichen Anreizen, wie verrückt. Kaum gehen die Grenzen wieder auf, steigt das Reisefieber und die Lust auf den Restaurantbesuch.

Das Jahr 2021 wird aus diesen Gründen ein Jahr des konjunkturellen Aufschwungs und steigender Konsumentenpreise. Alle Länder zeigen das gleiche Bild. Dies ist ein gutes Omen für steigende Firmengewinne und folglich für Aktienkurse. Dies ist aber auch ein gutes Zeichen für Hochrenditeanleihen, die weniger Ausfälle zu befürchten haben. Langfristige Staatsanleihen aber werden unter dem hohen Finanzierungsbedarfs der Staaten leiden. Die Zeit, wo alle Assetklassen gleichmäßig gestiegen sind, ist nun wohl vorbei.

/mm



Bei der Steuererklärung mittels Vordruck 730 können verschiedene Ausgaben in Abzug gebracht werden.

## STEUERERKLÄRUNG 730

# Spesen absetzen und Steuern sparen

*Millionen von Steuerpflichtigen werden spätestens innerhalb 30. September in Italien ihre Einkommen mittels Vordruck 730/2021 erklären. Dabei können verschiedene Ausgaben von der Steuer in Abzug gebracht werden. Wie jedes Jahr stellt der Fiskus dafür allen Steuerpflichtigen eine vorab ausgefüllte Steuererklärung zur Verfügung „730 precompilato“.*

### ABSETZBARE SPESEN

(Steuerabzug 19 %) sind u.a. Arztspesen, Hypothekendarlehenszinsen, Vermittlungsgebühren für den Kauf der Hauptwohnung, Lebens- und Unfallversicherungen (auf max. 530 Euro), Bildungsspesen, Spesen für Pflegebedürftige, Mietspesen für Universitätsstudenten, Bestattungsspesen sowie Einschreibengebühren für sportliche Tätigkeiten der Kinder. Ebenso sind Mietspesen innerhalb bestimmter Einkommensgrenzen mit einem Pauschalabzug von der Steuer absetzbar. Vom Gesamteinkommen in Abzug gebracht werden können u.a. Beitragszahlungen an Zusatzrentenfonds bis 5.164,57 Euro, Nachkauf von Versicherungs- bzw. Studienjahren und Unterhaltszahlungen an den Ehepartner.

### SANIEREN WIRD NOCH MEHR GEFÖRDERT

Der Steuerabzug hinsichtlich Ausgaben für die energetische Sanierung von Gebäuden gilt auch für den sogenannten Fassadenbonus und „Superbonus 110 %“. Sanierungsspesen für Immobilien (50 % auf max. 96.000 Euro) sowie Ankauf von Möbeln und Elektrohaushaltsgeräten (50 % auf max. 10.000 Euro) können unter bestimmten Voraussetzungen von der Steuer abgesetzt werden.

**Damit Spesen steuerlich absetzbar sind, müssen sie im Jahr 2020 auch bezahlt worden sein.** Für die meisten Spesen muss die Bezahlung mittels rückverfolgbarer Zahlungsmethoden (z.B. Bankkarte, Kreditkarte, Überweisung etc.) erfolgen.

Der Vordruck 730 kann von Arbeitnehmern und Rentnern über Steuerbeistandszentren (CAF), Patronate oder über einen ermächtigten Freiberufler (Wirtschaftsberater, Arbeitsberater u.a.) eingereicht werden. Dies kann auch direkt über den Arbeitgeber erfolgen, sofern dieser den Steuerbeistand für seine Arbeitnehmer angeboten hat.

Die Guthaben bzw. Steuerschulden werden über die Gehaltsabrechnung im Juli oder in den darauffolgenden Monaten verrechnet. Sollte die Agentur der Einnahmen vorzeitige Kontrollen durchführen, erfolgt die Auszahlung direkt durch das Steueramt. /tw

Dott. Thomas Weissensteiner,  
Bereich Steuerrecht,  
Raiffeisenverband



# Raiffeisen Welfare stärkt lokale Kreisläufe

*Mit dem Projekt Raiffeisen Welfare bietet der Raiffeisenverband Südtirol für die Mitarbeiter des Raiffeisenverbundes und deren Familien ein umfassendes betriebliches Wohlfahrts-Angebot.*

Die Menschen werden immer älter und die Älteren werden immer mehr. Gleichzeitig nimmt der Anteil der Sozialleistungen ab, die von der öffentlichen Hand finanziert werden. „Bereits im Haushaltsgesetz 2017 hat der italienische Staat auf diese Entwicklung reagiert und gezielt Steuerbegünstigungen für betriebliche Wohlfahrtsleistungen vorgesehen“, sagt Christian Tanner, Vizedirektor des Raiffeisenverbandes Südtirol und Leiter des Bereichs Personal und Arbeitsrecht. Darunter fallen Prämienzahlungen, die für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer beitrags- und steuerfrei sind und in Form von Welfare-Leistungen ausgeschüttet werden können. Auch Arbeitgeber müssen hierfür keine Sozialabgaben entrichten. Die steuerlichen und beitragsbezogenen Begünstigungen bringen somit Vorteile für Mitarbeiter und Unternehmen.



Raiffeisen Welfare bringt Vorteile für Arbeitnehmer und Arbeitgeber.



Christian Tanner, Vizedirektor des Raiffeisenverbandes Südtirol und Leiter des Bereichs Personal und Arbeitsrecht

**Mit dem Projekt Raiffeisen Welfare hat der Raiffeisenverband Südtirol ein umfassendes betriebliches Wohlfahrts-Angebot für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Raiffeisenverbundes eingerichtet.** Es soll das Wohlbefinden der Beschäftigten und ihrer Familien verbessern und die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben fördern.

Das Angebot umfasst weiterhin alle Leistungen im Bereich Gesundheit (Mutual Help) und Zusatzrente und ist in **vier Leistungskategorien unterteilt:**

- **Gesundheit,**
- **Familie,**
- **Freizeit – Wohlbefinden – persönliche Entwicklung,**
- **Vor- und Fürsorge.**

In den kommenden Jahren will man das Angebot mit genossenschaftlichen Dienstleistungen, wie beispielsweise Senioren- oder Kinderbetreuung, und Produkten erweitern. „Dies wertet lokale Kreisläufe auf und stärkt den Raiffeisenverbund“, unterstreicht Tanner.

## Plattform für Welfare-Leistungen

Über eine eigene Online-Plattform kann jeder Mitarbeiter direkt und selbstständig aus dem Leistungsangebot wählen, Spesenrückvergütungen in den oben angeführten Bereichen beantragen sowie sein persönliches Welfare-Guthaben verwalten und überprüfen. Die Raiffeisenkassen sollen das Leistungspaket Raiffeisen Welfare in Zukunft über die eigene Nutzung hinaus auch ihren Firmenkunden als Dienstleistung anbieten können. Angedacht ist auch, dass Mitgliedsgenossenschaften und Unternehmen nicht nur Dienstleistungen für die Plattform liefern, sondern auch ihren Mitarbeitern Welfare-Leistungen anbieten können. /is

# Ab in die Cloud!

*In Zeiten von Home-Office und Smart Working wird das Bedürfnis nach einem flexiblen Zugriff auf Firmendaten größer. Für Unternehmen, welche den zeitlichen Anforderungen gewachsen sein wollen, heißt das: Ab in die Cloud!*

Der Begriff „Cloud“ mag ungewöhnlich klingen, was sich dahinter verbirgt, ist einfach. Eine Cloud setzt sich aus einem Netz von leistungsfähigen Rechnern zusammen. Durch eine Verbindung zum Internet bietet das Netz Speicherplatz und Rechenleistung. So können unzählige Daten in die Cloud gelegt und von dort aus standortunabhängig von jedem Gerät weiterverarbeitet werden.

## Brauche ich eine Cloud?

Die Arbeitswelt entwickelt sich in rasantem Tempo weiter, neben Computern haben auch Laptops, Tablets und Smartphones Einzug gehalten. Gleichzeitig steigt die Notwendigkeit,

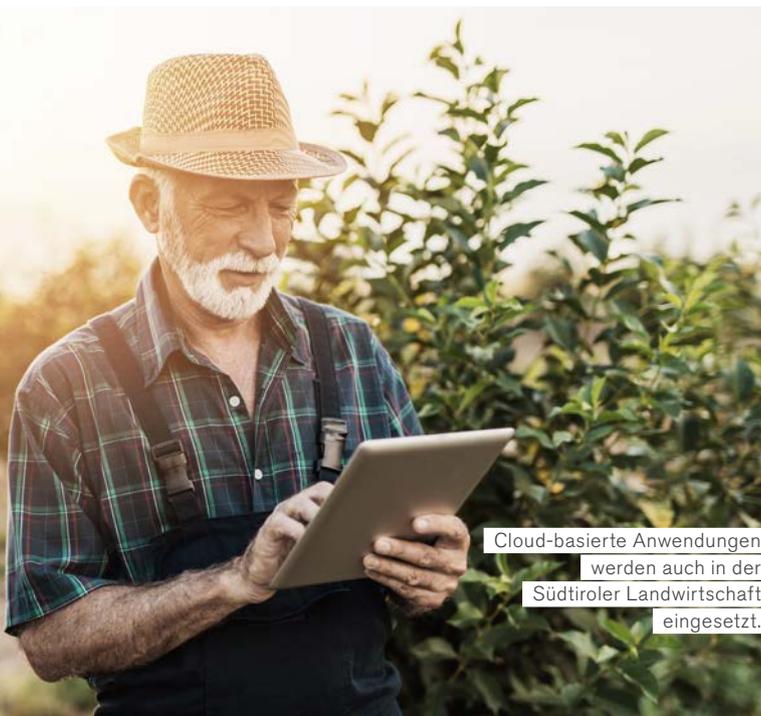
auch von unterwegs auf firmeninterne Daten zugreifen zu können. Zudem wird das Volumen an verarbeiteten Daten größer. Deshalb gilt tendenziell: Eine Cloud macht dann Sinn, wenn Unternehmensdaten nicht mehr nur auf einem Rechner zur Verfügung stehen sollen.

Ist die Cloud im Einsatz, hat sie viele Vorteile: Durch den Umstieg entfallen Investitionskosten für Server, das Speichervolumen kann flexibel angepasst werden und der Zugriff auf Daten ist unabhängig von Gerät, Ort und Zeit gewährleistet. Nicht zuletzt können Risiken betreffend Sicherheit, Auslastung und Technik sowie Betrieb und Wartung der Infrastruktur an den Cloud-Dienstleister ausgelagert werden.

## Public, Private und Hybrid

Man unterscheidet zwischen öffentlichen, privaten oder hybriden Cloud-Formen. Welche Cloud sich am besten für ein Unternehmen eignet, hängt von seinen Bedürfnissen und dem Datenbestand ab.

**Public Clouds** stehen der gesamten Öffentlichkeit zur Verfügung. Diese Cloud-Form unterliegt einer aufwendigen Zugriffskontrolle und einer standardisierten Infrastruktur. Deshalb sind individuelle Anpassungen kaum möglich. Bei den **Private Clouds** werden alle Services über das Internet oder ein privates Netzwerk bereitgestellt; sie sind jedoch nur für bestimmte Benutzer zugänglich. Diese Cloud-Form bietet zusätzliche Individualisierungsmöglichkeiten, unternehmensinterne Informationen unterliegen einem hohen Sicherheits- und Datenschutz. Die **Hybrid Cloud** vereint beide Ansätze.



Cloud-basierte Anwendungen werden auch in der Südtiroler Landwirtschaft eingesetzt.

## Pilotprojekt KULTIVAS

Die Azure Cloud ist das Cloud-Angebot von Microsoft. Mit mehr als 200 Anwendungen in den Bereichen Analyse, Migration, Infrastruktur, Sicherheit und Governance bis hin zu Künstlicher Intelligenz ist diese Cloud-Lösung eine der umfangreichsten.

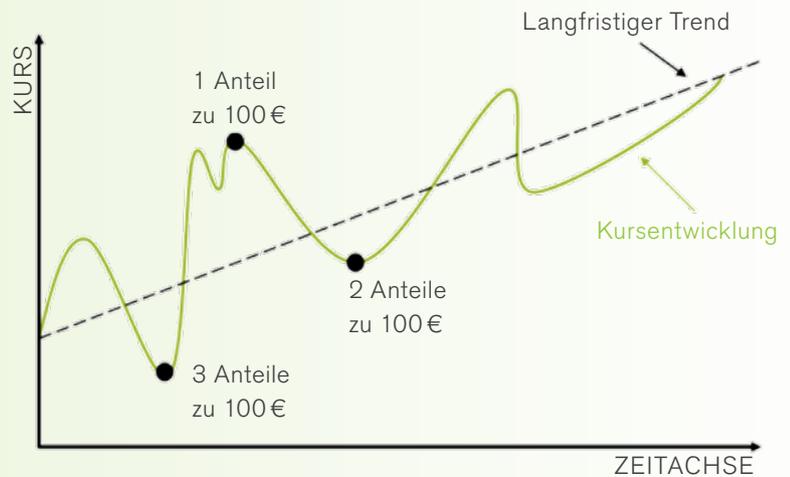
Auf Basis der Azure Cloud stellt KONVERTO mit dem neuen Pilotprojekt **KULTIVAS** eine zeit- und kosteneffiziente neue Plattform für die lokale Landwirtschaft zur Verfügung. Im Rahmen des Projektes werden große Datenmengen aus der Apfelproduktion in Südtirol gesammelt. Ziel ist es, die Wechselwirkungen zwischen Apfelsorte und Anbaulage zu analysieren.

Mit der richtigen Kombination aus Diensten und Produkten wird die Azure Cloud zur idealen Lösung, egal, um welches Unternehmen oder welchen Bereich es sich handelt.

**KONVERTO** ist bereits seit mehreren Jahren Microsoft Gold Partner und bietet Kunden mit seinem umfangreichen Know-how eine professionelle Beratung und personalisierte Cloud-Lösungen. */ist*

*Im Rahmen des Pilotprojektes  
KULTIVAS werden die  
Wechselwirkungen zwischen  
Apfelsorte und Anbaulage  
genau analysiert.*

**KULTIVAS**



### GUT ZU WISSEN

#### FINANZTHEMEN EINFACH ERKLÄRT

## Was ist der Cost-Average-Effekt?

Der Begriff „Cost-Average-Effekt“ oder Durchschnittskosteneffekt beschreibt, wie sich die Verteilung einer Geldanlage über einen längeren Zeitraum auswirkt. Wenn Sie zum Beispiel regelmäßig einen bestimmten Betrag in Wertpapiere wie Aktien, Investmentfonds oder ETFs investieren, können Sie bei Kursschwankungen von diesem Effekt profitieren. **Denn als Anleger erhalten Sie bei fallenden Börsenkursen mehr Anteile für Ihr Geld und erwerben umgekehrt bei steigenden Kursen weniger Anteile.** So haben Sie die Chance, mit Ihrer Investition über einen längeren Zeitraum Vermögen aufzubauen und Verluste zu mindern.

### MIT SPARPLÄNEN VOM COST-AVERAGE-EFFEKT PROFITIEREN

Mithilfe von Sparplänen können Sie den Durchschnittskosteneffekt für sich nutzen und Ihren Anlageerfolg erhöhen. Denn das kontinuierliche Anlegen von gleich hohen Beträgen über einen längeren Zeitraum gleicht Kursschwankungen weitestgehend aus. So können Fondssparer einerseits günstige Kaufkurse nutzen und begrenzen andererseits ihre Anlage bei höheren Preisen. Ein Fondssparplan sollte grundsätzlich langfristig ausgerichtet sein. Dadurch reduzieren Sie das Risiko, Ihr Geld zu einem falschen Zeitpunkt anzulegen. Bei einer Einmalanlage hingegen ist der Einstiegszeitpunkt von großer Bedeutung.



# Mitdenken, mitreden, mittun

## ZUR PERSON

Raffael Peer, Jahrgang 1998, stammt aus Kurtatsch. Schon früh wusste er, dass er im elterlichen Obst- und Weinbaubetrieb tätig sein möchte. Er besuchte die landwirtschaftliche Oberschule in Auer und ist seit mehreren Jahren als Weinbauberater beim Beratungsring tätig. Seit 2018 leitet er als Ortsobmann die Geschicke der SBJ-Ortsgruppe Kurtatsch. Die letzten zwei Jahre stand er dem Bezirk Unterland als Bezirksobmann vor. Im März wurde Peer zum Obmann der Südtiroler Bauernjugend gewählt.



Raffael Peer ist ein  
begeisterter Obst- und  
Weinbauer.

*Seit dem 10. März hat die Südtiroler Bauerjugend (SBJ) einen neuen Obmann: Raffael Peer, begeisterter Obst- und Weinbauer aus Kurtatsch. Warum für ihn Nachhaltigkeit und Regionalität wichtige Themen sind, verrät er uns im Interview.*



**Herr Peer, was hat Sie dazu motiviert, das Amt des SBJ-Obmanns anzunehmen?**

Raffael Peer: Ich war immer schon ein „Vereinsmensch“, die Bauernjugend und die Landwirtschaft waren mir immer schon sehr wichtig. Nachdem ich 2018 zum Ortsobmann der Ortsgruppe Kurtatsch und ein Jahr später zum Bezirksobmann des Unterlandes gewählt wurde, hatte ich bereits einen guten Einblick in den Verein. Als ich später von einigen Funktionären auf eine mögliche Kandidatur angesprochen wurde, habe ich mich entschieden, mich der neuen Herausforderung zu stellen.

**Welche Schwerpunkte möchten Sie setzen?**

Meine großen Anliegen sind die Weiterentwicklung der Landwirtschaft und die Weitergabe von Tradition und Brauchtum. Dabei gilt es, die Herausforderungen der Zeit anzugehen und uns auch zu verändern, wenn es notwendig ist. Die Südtiroler Landwirtschaft ist viel mehr als nur Obst- und Weinbau sowie Grünlandwirtschaft. Diese drei Erwerbszweige werden auch in Zukunft noch unsere Eckpfeiler bleiben. Wir müssen aber sicherlich unseren Horizont erweitern. Sonderkulturen und innovative Ideen können unsere Landwirtschaft zukunftsfähig machen und das Einkommen von Familien und Einzelpersonen sichern. Wir als SBJ wollen bei wichtigen Themen unsere Ideen und Sichtweisen einbringen und die Zukunft mitgestalten.

**Was bedeutet für Sie „nachhaltige Landwirtschaft“?**

Nachhaltige Landwirtschaft bedeutet für mich, mit den vielfältig gegebenen Ressourcen unseres Landes so umweltfreundlich wie möglich umzugehen und auch innovative Gedanken zuzulassen und neue Wege zu gehen. Neben dem ökologischen Aspekt ist dabei auch der ökonomische sehr wichtig. Nachhaltigkeit soll das Einkommen der Landwirte sichern.

**Wobei wir beim Thema Regionalität sind ...**

Regionalität ist uns wichtig, weil wir die Bevölkerung unmittelbar ansprechen und einen direkten Kontakt herstellen wollen. Der Verkauf unserer großartigen Produkte im näheren Umfeld verkürzt Transportwege, reduziert das Verpackungsmaterial und verringert somit auch den ökologischen Fußabdruck. Der Konsument sollte das nachhaltige Arbeiten aber auch honorieren.

**Welches sind Ihrer Meinung nach die zukünftigen Schlüsselfaktoren in der Landwirtschaft?**

Aus meiner Sicht gibt es mehrere Schlüsselfaktoren, die zwei wichtigsten sind die Technik und der Klimawandel. Der Einsatz von moderner Technik hilft kostengünstig und effizient zu produzieren und erleichtert die Arbeitsbedingungen. Technik wird aber auch in Zukunft den Menschen nicht ersetzen können. Den Klimawandel sehe ich als Herausforderung, aber auch als Chance. Die extremen Wetterkapriolen werden uns sicherlich stark fordern. Deshalb ist es wichtig, bei anfallenden Investitionen und Entscheidungen bereits heute an morgen zu denken. Andererseits wird es vielleicht künftig möglich sein, landwirtschaftliche Erzeugnisse zu produzieren, deren Anbau heute noch nicht möglich ist. ►

*„Wir als SBJ wollen bei wichtigen Themen unsere Ideen einbringen und die Zukunft mitgestalten.“*

*„Tradition und Brauchtum zeugen von ideellen Werten einer Gruppe und sind der Ausdruck der Zugehörigkeit zu einer Gesellschaft. Tradition und Brauchtum hemmen uns nicht, den technischen Fortschritt in unseren Betrieben anzuwenden und neue Wege zu gehen. Sie sind Zeugen unserer Wurzeln und sollten entsprechend gepflegt werden.“*

► **Was braucht es, damit der Beruf des Landwirtes Zukunft hat?**

Junge Landwirtinnen und Landwirte müssen für ihren Beruf fachlich qualifiziert sein und darauf vorbereitet werden. Außerdem braucht es viel Unternehmergeist und die Bereitschaft, neue Produktions- und Organisationsformen zu entwickeln. Zudem müssen sie offen für alternative Finanzierungsformen, wie zum Beispiel Crowdfunding, sein.

**Viele kleinere Landwirte stehen im Wettbewerb mit immer günstigeren Produzenten. Wie kann man dem entgegensteuern?**

Da stellt sich schon die Frage: Ist die Billigproduktion wirklich das Ziel unserer Konsumgesellschaft oder legt diese doch Wert auf qualitativ hochwertige Produkte? Ein klein-strukturierter Betrieb hat im Verhältnis immer höhere Betriebskosten zu tragen als ein großer Betrieb. Um wirtschaftlich interessant zu bleiben, wird daher ein Kleinbetrieb wohl eher mit qualitativ hochwertigen Erzeugnissen aus nachhaltiger Produktion punkten. Auch Nischenprodukte oder die Direktvermarktung am Hof könnten sich anbieten.

**Welche Rolle spielen dabei die Genossenschaften?**

Die Genossenschaft erleichtert dem Landwirt die Arbeit. Durch den Zusammenschluss zu einer größeren Vermarktungs-, Verkaufs- und Produzentengenossenschaft kann sich der Landwirt ganz auf die Produktion und den Anbau konzentrieren. Durch die größere Struktur kann man den Markt besser und vor allem auch vielfältiger bedienen. Für den großen Anteil der Landwirte ist die Genossenschaft der ideale Verbund, um zukunftsfähig zu bleiben. Ich bin überzeugt, ohne das Genossenschaftswesen hätten wir heute in Südtirol eine ganz andere landwirtschaftliche Betriebsstruktur.

**Wie lassen sich Tradition und Brauchtum mit der Moderne verbinden?**

Ich finde, dass Tradition und Brauchtum von ideellen Werten einer Gruppe zeugen und Ausdruck der Zugehörigkeit zu einer Gesellschaft sind. Tradition und Brauchtum hemmen uns nicht, den technischen Fortschritt in unseren Betrieben anzuwenden und neue Wege zu gehen. Sie sind Zeugen unserer Wurzeln und sollten entsprechend gepflegt werden.

**Was wünschen Sie sich persönlich für die Zukunft?**

Wir können uns alle miteinander glücklich schätzen, in einer so großartigen Umgebung zu leben. Deshalb ist es unsere Aufgabe, die Südtiroler Kulturlandschaft zu schützen, zu pflegen und für die nächsten Generationen zu erhalten. Es wäre schön, wenn der Landwirtschaft vonseiten der Gesellschaft etwas mehr Verständnis entgegengebracht würde. /is

**SÜDTIROLER  
BAUERNJUGEND**

Die Südtiroler Bauernjugend (SBJ) ist mit 150 Ortsgruppen und über 9.000 Mitgliedern die größte Jugendorganisation Südtirols. Sie setzt sich aktiv für die Pflege und den Erhalt von Landwirtschaft, Kultur und Brauchtum ein. Mit gezielten Maßnahmen fördert die SBJ die Aus- und Weiterbildung ihrer Mitglieder.

# Land & Leute

## RAIFFEISEN ONLINE-VERANSTALTUNG

### Wie nutze ich den Superbonus 110 %?



v.l.n.r.: Andreas Haller, Wilhelm Obwexer, Christian Palmosi und Marion Silgoner

*Mit dem Gesetzesdekret „Rilancio“ wurde der Superbonus in Höhe von 110 Prozent für spezifische Maßnahmen im Bereich Energieeffizienz und Erdbebensicherheit eingeführt.*

Ende April wurde das komplexe Thema in der Raiffeisen Online-Veranstaltung „Wie nutze ich den Superbonus 100 %?“ von Experten beleuchtet. **Wirtschaftsprüfer und Steuerberater Wilhelm Obwexer** informierte über energetische Maßnahmen, Steuerabsetzbeträge und steuerliche Neuerungen.

**Architekt Andreas Haller** ging auf die technischen Aspekte des Superbonus ein. Wie man das Steuerguthaben an die Raiffeisenkasse abtreten und Baumaßnahmen vorfinanzieren lassen kann, erklärte **Christian Palmosi von der Raiffeisen Landesbank**. Abschließend beantworteten die Referenten häufig gestellte Kundenfragen. Die Veranstaltung stieß auf reges Interesse. Durch den Abend führte **Marion Silgoner vom Raiffeisenverband Südtirol**.

v.l.n.r.: „NaveS“-Geschäftsführer Daniel Wierer, Bürgermeister Harald Stauder, „NaveS“-Aufsichtsrätin Vera Kofler und Genossenschafts-Obmann Georg Mayr



#### NAHVERSORGUNGS- GENOSSENSCHAFT NAVES

## Gemischt- warengeschäft in Völlan eröffnet

Eineinhalb Jahre mussten die 1.050 Einwohner des Lananer Ortsteil Völlan ohne ein Gemischtwarengeschäft auskommen. Ende April hat die Genossenschaft „NaveS“ Abhilfe geschaffen und am Propst-Wieser-Weg einen neuen Laden mit breitem Produktsortiment eröffnet. Damit ist die Nahversorgung im Ort gesichert. Es ist landesweit das zwölfte Geschäft der Genossenschaft. „Jede Filiale wird wirtschaftlich, aber ohne Gewinnabsicht geführt,“ betonte „NaveS“-Obmann Georg Mayr. Der Bürgermeister von Lana, Harald Stauder, bedankte sich bei den Verantwortlichen der Genossenschaft für die bürgernahe und wertvolle Initiative.

#### RAIFFEISENKASSE UNTERVINSCHGAU

## Vier AED-Säulen sollen Leben retten



v.l.n.r.: Manuela Gögele Auer, Franz Volgger, Zeno Christianell, Wolfram Gapp, Manfred Leimbruger, Jürgen Klotz und Gustav Tappeiner

Seit Jahren ist die Verbesserung der Notfallversorgung ein Herzensanliegen der lokalen Rettungsorganisationen. Dies betrifft auch die Gemeinden Naturns, Kastelbell-Tschars, Schnals und Plaus. Ende 2020 konnten in diesen Gemeinden an gut zugänglichen und viel besuchten Stellen AED-Säulen errichtet werden. Die AED-Geräte (automatisierte externe Defibrillatoren) können im Notfall auch von Laien bedient werden und sind direkt mit der Landesnotrufzentrale verbunden. Finanziert wurde das Projekt von der Raiffeisenkasse Untervinschgau und dem Landesrettungsverein Weißes Kreuz. „Für die Raiffeisenkasse Untervinschgau war es eine Ehre und eine Selbstverständlichkeit, dieses wichtige Projekt mitzufinanzieren“, unterstrich Raiffeisen-Obmann Wolfram Gapp.

Die Ausrüstung wurde an die Ersthelfer übergeben.



#### RAIFFEISENKASSE ULTEN- ST.PANKRAZ-LAUREIN

## Neue Ausrüstung für Ersthelfer

Die Ersthelfer (First Responder) in Proveis und Laurein haben eine wichtige Aufgabe: Sie müssen im Notfall die Zeit bis zum Eintreffen der Rettungskräfte des Weißen Kreuzes mit lebensrettenden Sofortmaßnahmen überbrücken. Damit sie auch zukünftig die Rettungskette optimal unterstützen können, wurden ihnen neue Schaufeltragen mit Kopffixierset übergeben. Diese Ausrüstung ist besonders bei der Rettung von verunglückten Personen wichtig, bei denen eine Verletzung der Wirbelsäule nicht auszuschließen ist. Der Ankauf der Ausrüstung wurde durch die finanzielle Unterstützung der Gemeinden Laurein und Proveis sowie der Raiffeisenkasse Ulten-St.Pankraz-Laurein ermöglicht.

## Abschied einer Koryphäe: Heiner Nicolussi-Leck



Heiner Nicolussi-Leck

Ende April verabschiedete sich die Raiffeisenkasse Bruneck von einer großen Persönlichkeit und einem ihrer treuesten Wegbegleiter: Heiner Nicolussi-Leck.

Als 1973 die Raiffeisenkasse Bruneck gegründet wurde, übernahm **Heiner Nicolussi-Leck** das Amt des Präsidenten des Aufsichtsrates, das er 47 Jahre lang innehaben sollte. Unter seinem wachsam prüfenden Auge entwickelte sich die Raiffeisenkasse zur größten Genossenschaftsbank in Südtirol. Stets im Interesse der Mitglieder handelnd, hat Nicolussi-Leck vor allem Wert auf die ausgeglichene Balance zwischen Wirtschaftlichkeit und sozialer Gerechtigkeit gelegt. Darüber hinaus hat er maßgeblich zur Entwicklung des Genossenschaftswesens auf Landesebene beigetragen. Zwölf Jahre war er Obmann des Raiffeisenverbandes Südtirol und hatte gleichzeitig viele Funktionen und Vertretungen in unterschiedlichen Gremien inne, darunter die Mitgliedschaft im „Consiglio Nazionale“ und im „Consiglio di Presidenza“ der Confcooperative, im „Consiglio Nazionale“ und im „Comitato Esecutivo“ der Federcasse. Besonders hervorzuheben ist sein bemerkenswertes Engagement bei der Reform der Genossenschaftsbanken. Am Ende seiner fast 50-jährigen Laufbahn in der Raiffeisenkasse Bruneck gebührt Nicolussi-Leck für seine wertvollen Dienste und seine beharrliche Tatkraft großer Dank und Anerkennung.



Stefan Tröbinger (links) und Anton Silbernagl

## Generationenwechsel in der Raiffeisenkasse

In der Raiffeisenkasse Kastelruth-St. Ulrich ging mit Ende April 2021 eine Ära zu Ende. Nach 45 Dienstjahren, davon 36 Jahre als Mitglied der Geschäftsführung und 24 Jahre als Direktor, hat sich **Stefan Tröbinger** in den Ruhestand verabschiedet. Bei Mitgliedern, Kunden, Mitarbeitern und den Kollegen in der Raiffeisenwelt war er für seine Kompetenz geschätzt und ein gefragter Gesprächspartner. In vielen Gremien hat er die Entwicklung der genossenschaftlichen Idee im Südtiroler Finanzwesen entscheidend mitgeprägt. Auch der langjährige Obmann Anton Silbernagl ist mit Ende April aus dem Verwaltungsrat ausgeschieden. Mit Dank und Wertschätzung als „der richtige Mann zur richtigen Zeit“ wurde Silbernagl bei seiner Verabschiedung gewürdigt.

Bei der diesjährigen Vollversammlung unter dem Motto „Wir sind Genossenschaft!“ haben mehr als 2.000 Mitglieder, also fast 80 % aller stimmberechtigten Mitglieder, ihre Vollmacht abgegeben und den Verwaltungs- und Aufsichtsrat neu bestellt. Dies ist ein beeindruckendes Zeichen für die Vitalität der Genossenschaft und Anerkennung für die wichtige Rolle der Raiffeisenkasse in den Gemeinden Kastelruth und St. Ulrich.

Nun übernimmt die nächste Generation das Ruder – mit Martin Fill als Obmann, Markus Karbon als Obmannstellvertreter und Simon Kofler als Geschäftsführer. Alles Gute!

v.l.n.r.: Die Hauptakteure der Veranstaltungsreihe:  
Georg Gasser vom SC Meran, Lisa Matzoll  
vom Pferdesportverein Ulten, Alena Lamprecht  
und Greta Kofler vom SSV Naturns Sektion  
Einrad sowie die Referentin Hanna Thuile



#### VERBAND DER SÜDTIROLER SPORTVEREINE

## Das VSS-Juniorteam geht in die Offensive

Seit 2019 gibt es im Verband der Sportvereine Südtirols das VSS-Juniorteam, das sich für die Interessen der jungen Mitglieder und Funktionäre in den Sportvereinen einsetzt. Dafür trifft man sich regelmäßig und tauscht Ideen aus. Als erstes offizielles Projekt wurde die Vortragsreihe „Sporternährung kompakt“ ins Leben gerufen. Fachwissen und Unterstützung dafür holte sich das Juniorteam bei der Ernährungstherapeutin und -wissenschaftlerin Hanna Thuile. Als Referentin bei der Auftaktveranstaltung vermittelte sie interessante Informationen zur Sporternährung und gab wertvolle Tipps weiter. Mit über 140 Teilnehmern am Online-Vortrag und den Live-Koch-Sessions war die Veranstaltung ein großer Erfolg. Auch für die Zukunft sind weitere spannende Initiativen geplant. Die Mitglieder des VSS-Juniorteam freuen sich über zusätzliche Unterstützung von jungen Engagierten aus den VSS-Mitgliedsvereinen. Interessierte können sich gerne unverbindlich bei der VSS-Geschäftsstelle melden.

#### RAIFFEISENKASSEN

## 21. Reschenseelauf

Der 21. Reschenseelauf findet voraussichtlich am 17. Juli 2021 statt. In fünf Laufbewerben (Just for Fun-Lauf, Handbiker, Nordic Walking, Bambini Apfellauf und Hauptlauf) können sich ambitionierte Sportler und Sportlerinnen messen und ein herrliches Panorama genießen. Auf jeden Teilnehmer wartet ein tolles Startpaket, u.a. eine mit dem persönlichen Namen bedruckte Startnummer. Die größte Laufveranstaltung Südtirols wird von den Raiffeisenkassen gefördert.



Die besondere Kulisse des Reschenseelaufs

v.l.n.r.: Daniel Baronchelli, Leiter der Geschäftsstelle Leifers, Roland Rauch, Verwaltungsratsmitglied der Raiffeisenkasse Unterland mit Vertretern des Roten Kreuzes



#### RAIFFEISENKASSE UNTERLAND

## Ein Dankeschön an das Rote Kreuz

Das vergangene Jahr war für alle herausfordernd, besonders aber für das medizinische Personal. Die Raiffeisenkasse Unterland hat die Sektion Leifers des Roten Kreuzes mit einer Spende für die Deckung der außerordentlichen Spesen unterstützt. Die freiwilligen Helfer und Mitarbeiter des Roten Kreuzes leisten in dieser schwierigen Zeit viele Dienste für die Bevölkerung. Die Vertreter der Raiffeisenkasse bedankten sich bei der Organisation für den unermüdligen Einsatz und die wertvolle Hilfe.

Wilfried Wisthaler (rechts) hat als Geschäftsleiter die Nachfolge von Hermann Aichner angetreten.



RAIFFEISENKASSE NIEDERDORF

## Führungswechsel vollzogen

Mit 1. Mai 2021 hat Wilfried Wisthaler die Geschäftsleitung der Raiffeisenkasse Niederdorf von Hermann Aichner übernommen. Aichner hatte die Bank seit dem Jahr 2006 mit großer Hingabe und Fachkompetenz erfolgreich geleitet. Wilfried Wisthaler bringt aufgrund seiner 27-jährigen Erfahrung in der Bank die besten Voraussetzungen für seine neue Aufgabe mit: Er hatte verschiedene Positionen in der Raiffeisenkasse inne, darunter im Marktbereich, Zahlungsverkehr und in der Buchhaltung. Viele Jahre war er EDV-Koordinator, seit 2014 ist er für die Stabstelle Risikomanagement, Antigeldwäsche und Compliance verantwortlich.

Die offizielle Verabschiedung konnte aufgrund der geltenden Pandemie-Bestimmungen leider nicht im Rahmen der Vollversammlung stattfinden. Der Verwaltungs- und Aufsichtsrat sowie das Mitarbeiterteam drückten Hermann Aichner ihre Wertschätzung aus und wünschen dem neuen Direktor viel Erfolg.

CASSA RAIFFEISEN VAL BADIA

## Willkommen im Raiffeisen Digital Center!



v. l. n. r.: Das Mitarbeiterteam des Raiffeisen Digital Centers: Elisabeth Valentin, Ines Pitscheider, Hubert Sottara, Elmar Agreiter, Elisabeth Penazzi, Maria Magdalena Agreiter

Der gute Service und die Nähe zum Kunden haben bei der Cassa Raiffeisen Val Badia seit jeher einen großen Stellenwert. Mit dem neuen Raiffeisen Digital Center wurde diesbezüglich ein weiterer wichtiger Meilenstein gesetzt. Sechs erfahrene Mitarbeiter nehmen im Center in Pederöa Anfragen über verschiedene Kanäle entgegen und kümmern sich um die Belange der Kunden. Ziel ist es, den Kunden in kürzester Zeit die beste Lösung für ihre Anforderungen zu bieten, so wie es auch in den Filialen täglich gelebt wird. Die Cassa Raiffeisen Val Badia bedankt sich bei den Unterstützern des Projektes, den Raiffeisenkassen Überetsch, Bruneck und Wipptal, sowie bei den Projektpartnern KONVERTO AG und dem Raiffeisen Rechenzentrum RIS KonsGmbH.

v.l.n.r.: Gernot Psenner (Bürgermeister Tiers), Paul Lintner (Bürgermeister Ritten), Othmar Stampfer (Bürgermeister Völs), Alois Zelger (Obmann RK Deutschnofen-Aldein), Leonhard Resch (Obmann RK Schlern-Rosengarten), Albin Kofler (Bürgermeister Karneid) und Bernhard Daum (Bürgermeister Deutschnofen)



RAIFFEISENKASSEN SCHLERN-ROSENGARTEN UND DEUTSCHNOFEN-ALDEIN

## Unterstützung für Covid-19-Testzentrum

Im Testzentrum Kardaun herrschte in den Wintermonaten reger Verkehr. Allein in den Monaten Jänner bis März hat das dreiköpfige Testteam unter der Federführung des ärztlichen Leiters Guido Martini an die 5.000 Corona-Schnelltests für die Einwohner der Gemeinden Karneid, Deutschnofen, Völs am Schlern, Ritten und Tiers durchgeführt. Die Aktion der Bezirksgemeinschaft Salten-Schlern wurde von der Bevölkerung gut und gerne angenommen. Die Raiffeisenkassen Schlern-Rosengarten und Deutschnofen-Aldein haben durch die finanzielle Unterstützung des Testzentrums einen wertvollen Beitrag zur Eindämmung des Coronavirus in den beteiligten Gemeinden geleistet.

## ERLEBNIS NATUR

# Von Grasstein zum Puntleidersee

*Wenn zu Sommerbeginn die erste Hitze in den Städten und Ortschaften drückt, suchen viele die angenehmere Luft in den Bergen. Auch unsere heutige Wanderung führt uns in kühlere Gefilde: es geht in das Wipptal.*

Unsere Wanderung startet bei Grasstein, der nördlichsten Fraktion der Gemeinde Franzensfeste, unmittelbar nördlich der Sachsenklemme gelegen. Wir fahren aufwärts zum Fischnallerhof. Wer rechtzeitig in der Früh ankommt, findet noch einen Parkplatz, ansonsten muss man unterhalb des Hofes einen Platz für sein Auto suchen. Es geht gleich steil aufwärts und wir wählen den Waldweg Nr. 14, welcher uns zügig hinaufsteigen lässt.

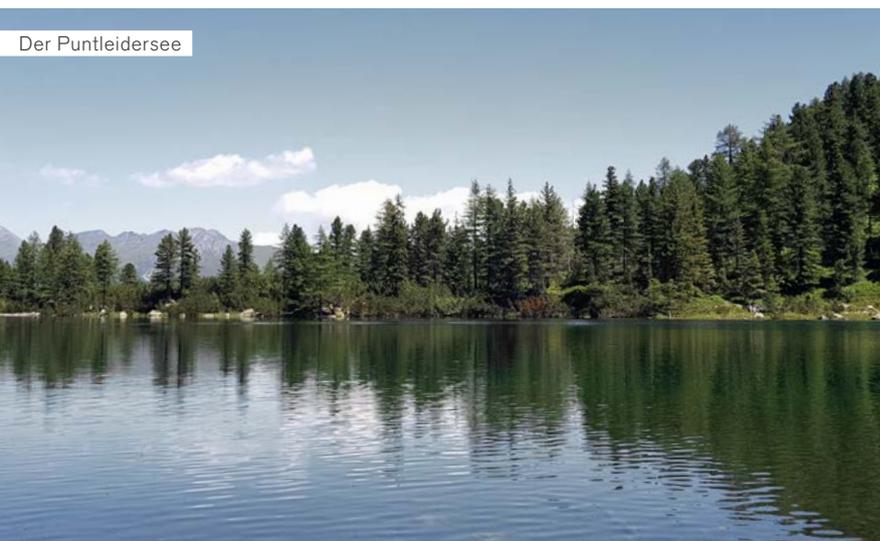
### Idyllischer Bergsee

Vorbei an dichtem Wald, an Lichtungen und dem quirligen Bach, erreichen wir nach anderthalb Stunden die Seealm. Die Einkehr dort planen wir erst für die Rückkehr. Wir wollen zuerst zum Puntleidersee, denn der einsame, äußerst reizvolle Bergsee ist ein lohnendes Wanderziel. Schon ab der Seealm führt der 15-minütige Wanderweg durch einen schönen Zirbenwald. Der See selbst liegt malerisch in einer weiten Mulde, von Bergrosen umgeben. Er ist von schroffen Bergspitzen umrahmt, die sich im Wasser spiegeln. Dieses Naturschauspiel macht den Puntleidersee zu einem der schönsten Bergseen in unserem Land. Kein Wunder, dass sich an heißen Sommertagen hier etliche Leute am „Strand“ tummeln und Hartgesottene das Bad ins kühle Nass wagen.



### Köstliches in der Seealm

Nachdem wir den See umrundet haben, wandern wir zur Seealm hinunter, wo ein leckeres Essen auf uns wartet. Wir werden mit selbst gemachtem Holundersekt und etwas Süßem verwöhnt, bevor wir den Abstieg antreten. Man kann die Rückkehr über die Aufstiegsroute antreten oder – dies gilt besonders für jene, die es gemütlicher angehen wollen – den Forstweg hinunter bis zum Fischnallerhof nehmen. Wir kehren erfrischt von unserem Ausflug zurück, wissend, dass wir noch einmal in diesem Sommer zurückkehren.



## GESUNDHEITSTIPP SPORT & DEPRESSIONEN

# Sport erhellt unser Gemüt

### Depressionen zählen zu den häufigsten und folgenreichsten psychischen Störungen.

Statistisch erleidet jeder fünfte Mensch im Laufe seines Lebens zumindest einmal eine depressive Episode mit Krankheitswert. Menschen mit einer Depression leiden unter innerer Leere, starker Antriebslosigkeit, negativen Gedanken und Emotionen. Es findet ein Rückzug aus sozialen Kontakten statt, das Interesse an Aktivitäten und Hobbys geht verloren. Doch genau das, was in der Depression so schwerfällt – die Überwindung sportliche Aktivitäten aufzunehmen – kann dabei helfen, die Krankheit besser in den Griff zu bekommen.

Mittlerweile sind Sport- und Körpertherapien in der Depressionsbehandlung als Ergänzung zu psychotherapeutischen und medikamentösen Verfahren Standard.

### Warum ist Sport bei der Depressionsbehandlung so wichtig?

Wissenschaftliche Studien bestätigen: Wer regelmäßig Sport treibt, kann das Risiko, eine Depression zu entwickeln, deutlich verringern. Es muss kein Leistungssport sein, viel wichtiger ist die Regelmäßigkeit der Einheiten. Auch in der akuten Phase einer Depression kann körperliche Aktivität zu einer Besserung der Symptome führen und zur Genesung beitragen.

Auf neurophysiologischer Ebene werden bei körperlicher Anstrengung vermehrt Botenstoffe wie Serotonin, Dopamin und Noradrenalin ausgeschüttet (das Gleichgewicht an Neurotransmittern ist bei Depressiven oft gestört). Auch Veränderungen der Atmung, die bei sportlicher Aktivität tiefer wird, können eine stressreduzierende Wirkung auf den Organismus haben. Durch die Wiederaufnahme von körperlicher Aktivität bessern sich sowohl das Körpergefühl selbst wie auch das Vertrauen in den eigenen Körper und der Selbstwert. Sport ist zudem eine geeignete Ablenkung von negativen Gedanken und bietet die Möglichkeit, soziale Kontakte zu verstärken. Auch die Schlafqualität kann sich dadurch maßgeblich verbessern.



Dr. Alex Mitterhofer, Arzt für Allgemeinmedizin, Facharzt für Physikalische Medizin und Rehabilitation, Facharzt für Sportmedizin

### WEGBESCHREIBUNG

Bei der Brennerautobahn Ausfahrt Brixen/Pustertal die Staatsstraße Richtung Brenner, vorbei an Gossensass bis zur Sachsenklemme. Bei Grasstein links die Autobahn und Bahngleise unterqueren und dann hinauffahren bis zum Fischnallerhof. Der Weg Nr. 14 führt zur Alm und zum See. Rückwärts entweder denselben Weg oder den Forstweg nehmen, der etwas länger, aber „knieschonender“ ist.

### TOURDATEN

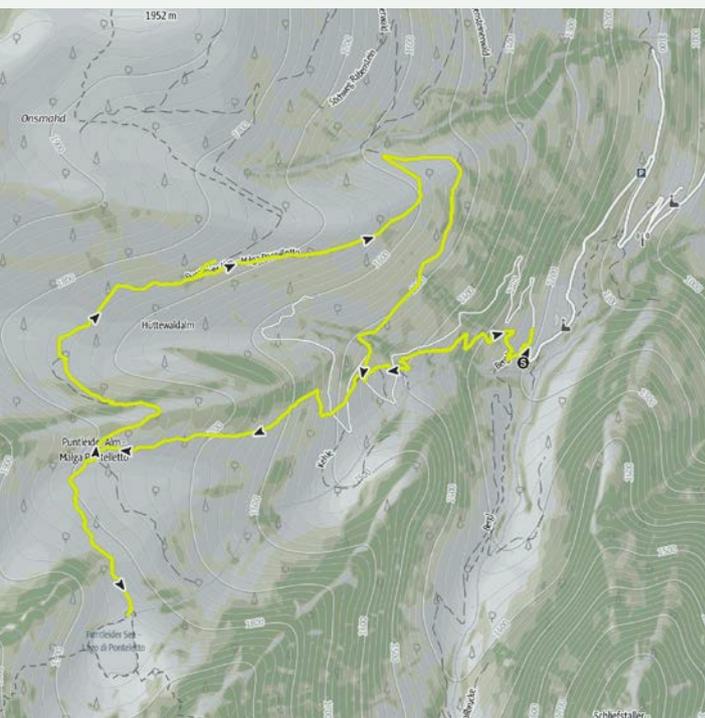
Strecke: 8,9 km  
Dauer: 3:30 h  
Aufstieg: 673 m  
Abstieg: 658 m  
Schwierigkeit: leicht

„Erfrischung  
gefällig? Badehose  
nicht vergessen  
und den Sprung ins  
kalte Nass wagen!“



Natur- und Landschaftsführer Olav Lutz,  
olav.lutz@rolmail.net

Die Tour zum Mitnehmen für  
iPhone und Android:



LITERATUR-BÜCHERJOURNAL

# „Ein Jahr Urlaub vom Leben“

*Roman Musils Roman  
„Der Mann ohne Eigenschaften“*

„Wenn es Wirklichkeitssinn gibt,  
muss es auch Möglichkeitssinn geben“  
Robert Musil

Ja, ich befinde mich immer noch auf der Reise durch Robert Musils Jahrhundertroman „Der Mann ohne Eigenschaften“. Versunken in den Mäandern dieses grandiosen, unvollendeten Meisterwerks, bin ich weiterhin begierig und neugierig auf jedes noch ungelesene Kapitel; es ist eine Art „Lust am Text“ (Roland Barthes), die mich in den Bann zieht. Die Lektüre des ersten und zweiten Buches liegt nun hinter mir, auf mich warten noch die Aufzeichnungen aus dem Nachlass.

Wie geht es mit Ulrich, der Hauptfigur, weiter? „In der Nacht fließen die Gedanken bald im Hellen, bald durch Schlaf, wie Wasser im Karst“. Der Text fließt, ich lasse mich treiben: „Man ist nie so sehr bei sich, als wenn man sich verliert“.

Der 32-jährige Ulrich ist ein Mathematiker und Intellektueller im Wien der k. u. k. Monarchie (im Roman: Kakanien). Dreimal scheitern seine Versuche, ein „Mann mit Eigenschaften“ zu werden, es will ihm nicht gelingen, seinen Platz in der Welt zu finden. „In wundervoller Schärfe sah er, mit Ausnahme des Geldverdienens, das er nicht nötig hatte, alle von seiner Zeit begünstigten Fähigkeiten und Eigenschaften in sich, aber die Möglichkeit ihrer Anwendung war ihm abhandengekommen; ... so beschloss er, sich ein Jahr Urlaub von seinem Leben zu nehmen, um eine angemessene Anwendung seiner Fähigkeiten zu suchen“.



Ulrich entwirft sich als Möglichkeitsmenschen. Diese Perspektive, dass etwas so ist, wie es ist, zugleich aber auch anders sein könnte, wird für ihn zur grundlegenden ironisch-distanzierten Einstellung zum Leben, ein „Erdensekretariat für Genauigkeit und Seele“ möchte er einrichten. „Es war ein schöner Augusttag des Jahres 1913“. Erzählt wird der Zustand der Welt knapp vor Ausbruch des Weltkriegs: Ein kranker Zeitgeist, Sinnentleerung und transzendente Obdachlosigkeit machen sich breit, das Habsburgerreich steht vor dem Zerfall. Musil entwirft ein großartiges Bewusstseinspanorama und thematisiert die zentralen Fragen menschlicher Existenz; so entsteht ein enzyklopädischer Roman.

*Die Fortsetzung der  
Besprechung folgt in der  
nächsten Ausgabe.*



Helmut Cazzanelli,  
Private Banking  
Raiffeisenkasse Unterland

REZEPTTIPP

## Mango- Orangen- Chiasamen- Pudding

Die Milch mit den Chiasamen und den Haferflocken in einer Schüssel mit dem Kochlöffel gut verrühren. Über Nacht im Kühlschrank quellen lassen. Die Orange und die Mango schälen. Einige Mangostücke auf die Seite legen, den Rest mit einem Pürierstab pürieren. Das Püree im Kühlschrank kalt stellen. Am nächsten Morgen abwechselnd in ein Glas schichten und mit den übrigen Mangostücken garnieren.

ZUTATEN  
FÜR 2 PORTIONEN:

- 300 g Milch
- 2 EL Chiasamen
- 4 EL Haferflocken
- 1 Mango
- 1 Orange

Gesehen in:

**Barbara Prast**  
**Mein Frühstückstisch**  
Bowls und Powersnacks  
auch für zwischendurch

Edition Raetia, Bozen 2021  
ISBN: 978-88-7283-761-0  
Preis: 17,90 Euro







# Meine Bank ist eine Genossenschaft,

**... weil man gemeinsam viel mehr  
bewegen kann.**

Unsere Eigentümer sind unsere Mitglieder: die Bürger und Betriebe aus unseren Gemeinden. Wir wissen, wem wir verpflichtet sind, täglich unser Bestes zu geben. Als finanzieller Weggefährte – ein Leben lang. [www.raiffeisen.it](http://www.raiffeisen.it)



**Raiffeisen**  
Meine Bank