

kuren.at

Das Magazin der Kurbad Tatzmannsdorf AG

Lebensqualität & Lebensalter

Seite 3

Tipps der Ärzteschaft

Seite 4

Gesunde Ernährung

Seite 5

Gesundheitspsychologie

Seite 6

Lebensqualität & Lebensalter

Seite 8

Fitness & Bewegung

Seite 9

Vor den Vorhang

Seite 10

Gastronomie

Seite 11

Hotellerie

Des eigenen Glückes

Schmied sein





Liebe Gäste!

Der Psychiater Erwin Ringel hat einmal gemeint: „Alle Menschen wollen alt werden, aber keiner will alt sein.“ Das Arbeiten am Erhalt der Gesundheit, dem vielleicht wichtigsten Merkmal von Lebensqualität, ist in erster Linie eine Aufgabe des einzelnen Menschen – auch oder gerade im Alter.

Seit der Betrieb nach dem 2. Weltkrieg im Jahr 1953 wieder aufgenommen wurde, bietet Bad Tatzmannsdorf den Menschen für diese wichtige Aufgabe eine entscheidende Hilfestellung. Die Zahl der treuen Stammgäste ist seither von Jahr zu Jahr gestiegen. Gäste kamen in jungen Jahren mit dem Ziel, sich die Gesundheit zu erhalten, und später, um chronische Beschwerden zu lindern. Wir feierten mit nicht wenigen unserer Gäste bereits den 10., 20., 30., ja sogar den 40. Aufenthalt bei uns. Der Hang, sich im Alter an Gewohntem zu orientieren, bringt uns ständig neue Stammgäste. Prognosen besagen, dass der Anteil der über 60-jährigen in unseren Breiten im Jahr 2030 bei 37 Prozent der Gesamtbevölkerung liegen wird. Wir sind uns hier unserer großen Verantwortung bewusst.

In keinem Urlaubsort in fernen Ländern findet der Gast, gleich welchen Alters, ein so breites Angebot in puncto Gesundheitvor- und -fürsorge. Das betrifft sowohl Therapie- und gezielte Bewegungsmöglichkeiten, als auch die altersgerechte Ernährung oder Entspannungstechniken als Weg zur besseren Wahrnehmung des eigenen Körpers. In der vorliegenden Ausgabe unseres „kuren.at“ haben wir dieses Angebotspektrum für Sie, werter Gast, näher durchleuchtet und beschrieben. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Ihr Mag. Rudolf Luipersbeck
(Vorstandsdirektor der Kurbad Tatzmannsdorf AG)

IMPRESSUM

P.b.b. 40588W88U
Kurpost-Magazin für Bad Tatzmannsdorf
Ausgabe Winter 2000

Verlagspostamt:
7431 Bad Tatzmannsdorf

Auftraggeber:
Gemeinde Bad Tatzmannsdorf und
„Verein Regionalmarketing für
Bad Tatzmannsdorf und das
Südburgenland“.
A-7431 Bad Tatzmannsdorf

Für den Inhalt verantwortlich:
Dr. Erwin Gollner

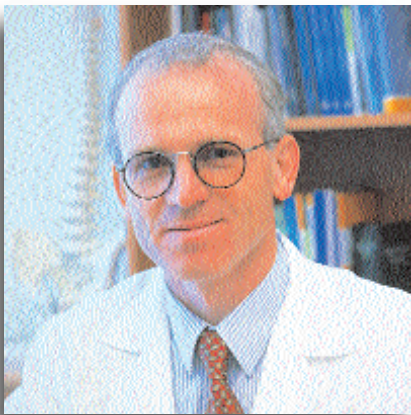
Redaktion:
Mag. Michael Sgiarovello

Fotos:
Thermenwelt Burgenland/Manninger,
Regionalmarketing Bad Tatzmannsdorf,
Kurbad Tatzmannsdorf AG/Manninger,
Kurbad Tatzmannsdorf AG/Bruckner,
Polar®, Foto Wilfried

Gesamtkonzept & Produktion:
atelier 4 Pichlmayer
www.a4grafik.com, 02616-3386

Druck:
Europrint Oberwart, Tel. 03352-33593

Patienten fragen – der Kurarzt antwortet



Bis zu welchem Alter kann man auf Kur gehen?

Die Reaktionsfähigkeit des Organismus ist für die Beantwortung dieser Frage entscheidend. Es kommt hier auf das biologische Alter und nicht auf das Alter, das der Kalender ausweist, an. Der älteste Kurgast, der zu mir kommt, ist eine Dame, die 93 Jahre alt ist. Die Kur bedingt einen Organismus, den man fordern kann. Denn durch Kuranwendun-

Dr. Herbert Melchart nimmt Stellung zu häufigen Fragen, die sich auf den Zusammenhang von Lebensqualität und Lebensalter beziehen.

gen werden Reize gesetzt, auf die der Körper reagieren muss. Und wenn der Organismus von Haus aus schon Probleme hat, im Gleichgewicht zu bleiben, sollte man ihn, von medizinischer Seite aus betrachtet, keinen zusätzlichen Reizen aussetzen.

Bei welchen Therapien ist mit zunehmendem Alter Zurückhaltung angesagt?

Generell sind das Therapien, die für den Kreislauf besonders belastend sind. Dazu zählen zum Beispiel Moorbäder und Unterwassermassagen. Hier wird einerseits durch den Wasserdruck der verstärkte Blutrückfluss zum Herzen erhöht. Andererseits stellt Wärme an sich eine Kreislaufbelastung dar. Natürlich muss und wird auch bei der Gymnastik auf das Alter Rücksicht genommen.

Soll man, um sich im Alter fit zu halten, Stiegen steigen und damit auf die Benützung des Aufzuges verzichten?

Das Stiegensteigen kann prinzipiell als ein in den Alltag einbaubares Training angesehen werden. Doch darf man das nicht generalisieren, weil die Grundvoraussetzung dafür eine entsprechende körperliche Verfassung ist. Die Anzahl der zu bewältigenden Stockwerke und das Tempo sollten zum einen so gewählt werden, dass man nicht außer Atem kommt. Zum anderen ist bei stärkeren Abnützungen der Kniegelenke meist das Hinaufgehen schmerzfrei zu bewältigen und hat den besseren Trainingseffekt als das Runtergehen, bei dem doch die Belastung der Gelenke im Vordergrund steht. Daher sollte man in diesem Fall für den Weg nach unten lieber stets den Aufzug benutzen.



Die Wahl ohne Qual

Vom Kleinkind bis zum Großpapa gilt: Bei der Zusammensetzung des täglichen Speiseplans sollen Abwechslung und Vollwertigkeit Priorität genießen.



Diätassistentin Karin Weingrill:
„Es gibt heute eine solch breite Auswahl an natürlichen, qualitativ hochwertigen Lebensmitteln, dass wir damit unseren gesamten Nährstoffbedarf ohne Probleme decken können. Nahrungsergänzungsmittel sind deshalb im Normalfall nicht notwendig.“

Für Abwechslung am Mittagstisch sollte insofern Vorsorge getroffen werden, als kein einziges Lebensmittel allein den Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen etc. zu liefern vermag. Frau Weingrill warnt davor, das Essen vom Genusserelebnis abzukoppeln: „Dies passiert vor allem bei Menschen, die abnehmen wollen. Ausschlaggebend ist allerdings für die Gewichtsproblematik vorrangig die Menge, die man zu sich nimmt. Denn im Rahmen einer vollwertigen Ernährung ist kein spezielles Lebensmittel verboten.“

Auf die Nährstoffzusammensetzung achten!

Die Nährstoffzusammensetzung bleibt für Jung und Alt gleich. Zu 60 Prozent sollten wir mit unserem Essen Kohlenhydrate zu uns nehmen und dafür reichlich auf Vollkornprodukte sowie Obst und Gemüse zurückgreifen. Die 25 Prozent Fett

wiederum sollten hochwertig sein: An Ölen empfehlen sich Olivenöl (zum Kochen) oder beispielsweise Weizenkeimöl und Distelöl (für den Salat). Dazu ist die Speisenverwendung von Fisch, von kleinen Portionen Fleisch (aber nicht täglich) und von fettarmen Milchprodukten sinnvoll. Den Nährstoffbedarf komplettieren 15 Prozent Eiweiß, die in pflanzlicher und tierischer Form zu konsumieren sind. Weingrill: „Süßigkeiten sollen seltener, und wenn dann ohne schlechtes Gewissen gegessen werden.“

Aufs Trinken im Alter nicht vergessen!

Zwei Dinge sind es letztlich, denen in Sachen Ernährung mit zunehmendem Alter doch ein verstärktes Augenmerk geschenkt werden muss. Zum einen ist Wachsamkeit angesagt, wenn es um die Deckung des täglichen Flüssigkeitsbedarfs von 1,5 bis 2 Litern geht. Diätassistentin Karin Weingrill: „Während Kinder ein natürliches Bedürfnis zu trinken ausleben, schwächt sich bei älteren Menschen das Durstgefühl ab.“ Daher: Bewusst trinken und beispielsweise jede Tasse Kaffee, die eine entwässernde Wirkung nach sich zieht, mit einem Glas Wasser begleiten. Und zum anderen nimmt im Alter der Kalorienbedarf ab. Vergleicht man nämlich den täglichen Energiebedarf einer 25-jährigen Person mit jenem einer 65-jährigen, dann reduziert sich dieser beim älteren Menschen um bis zu 500

Kalorien. Karin Weingrill: „Auch daraus ergibt sich, dass Bewegung im Alter letztlich immer wichtiger wird.“

Es muss nicht immer Fleisch sein *Grünkernaufstrich-Rezept*

Zutaten für 2 Personen:

100 g feines Grünkernvollkornmehl
200 ml Gemüsebrühe
1 kleine Zwiebel
2 kleine Knoblauchzehen
2 Bund frische Kräuter
100 g weiche Butter
2 EL Sonnenblumenöl
dazu: Kräutersalz,
Muskatnuss, weißer Pfeffer,
etwas Zitronensaft und Senf

Zubereitung:

Das Grünkernvollkornmehl in der Gemüsebrühe aufkochen und auf der ausgeschalteten Herdplatte ausquellen und erkalten lassen. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und auspressen. Die Kräuter waschen und fein hacken. Den Grünkernbrei mit der weichen Butter, dem Öl und den restlichen Zutaten vermischen und pikant abschmecken.

Gutes Gelingen!

Mehr Freunde, mehr Freude

Sich rechtzeitig um Hobbies zu bemühen, hilft auch im Alter bei der Pflege von sozialen Kontakten.

Einsamkeit ist ein sehr subjektiv empfundenes seelisches Phänomen. Mag. Daniela Leithner, Psychologin der Kurbad Tatzmannsdorf AG, erklärt: „Wenn jemand allein lebt, ist damit keineswegs ein krankhaftes Beziehungsdefizit verbunden. Oft ist das eine sehr sinnvolle Zeit, um sich wieder auf bestimmte Ziele zu besinnen. Junge Menschen fühlen sich nicht selten einsamer als ältere.“ Wenn das Alleinsein allerdings innerlich zu schmerzen anfängt, ist es sinnvoll, sich auf Ursachenforschung zu begeben. Mag. Leithner legt jedem davon Betroffenen die Beantwortung von drei wichtigen Fragen ans Herz:

1. Wer trägt die Schuld an meiner Einsamkeit?
2. Welche Veränderungen sind möglich? Welche Situation hätte ich gern?
3. Was für konkrete Schritte muss ich setzen, um mein Ziel zu erreichen?

Die Antworten auf diese Fragen muss jeder für sich selbst finden, wobei für die Ausarbeitung einer Lösungsstrategie auch psychologische Hilfe in Anspruch genommen werden kann.

Keine Angst vor Zurückweisungen!

Daniela Leithner: „Das Problem für viele unter Einsamkeit leidende Menschen ist, dass sie von einer Angst vor persönlicher Zurückweisung beseelt sind. Dabei ist diese Angst unberechtigt. Die meisten reagieren positiv, wenn jemand anderer sie anspricht.“ Eine ideale Rutsche bei der Kontakthanbahnung wird durch Hobbies, durch Außer-Haus-Aktivitäten gelegt. Beim Besuch von Kursen, Vorträgen oder anderen Veranstaltungen bekommt man sozusagen ein gemeinsames Thema für die Konversation automatisch mitgeliefert. Mag. Leithner: „Es ist daher immens wichtig, sehr frühzeitig seine Freizeit sinnvoll und abwechslungsreich zu gestalten. Die Arbeit allein darf nicht der einzig bestimmende Lebensinhalt sein. Ansonsten stellt sich der berühmte Pensionsschock mit großer Wahrscheinlichkeit ein.“ Doch auch durch die Betreuung von Tieren lässt sich Einsamkeit überwinden.

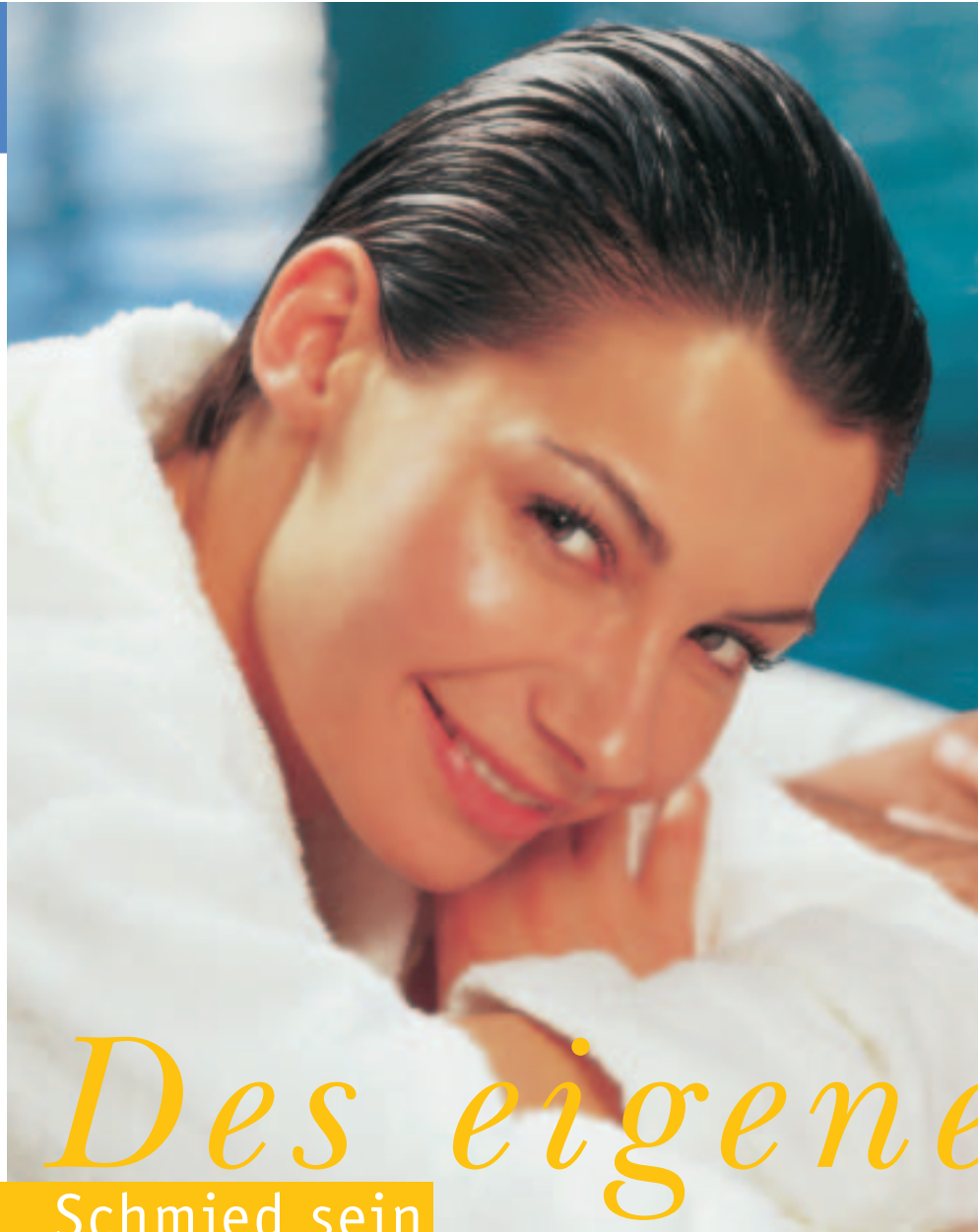


Mag. Daniela Leithner:
„Die Arbeit allein darf nicht der einzig bestimmende Lebensinhalt sein.“

Die Übernahme von Verantwortung stabilisiert die seelische Situation. Und neuerlich gerät hier die soziale Komponente ins Spiel. Psychologin Leithner: „Tiere werden ebenfalls rasch zum Gesprächsthema und helfen, mit anderen Menschen leichter in Kontakt zu kommen.“

Mag. Daniela Leithner ist für unsere Gäste am Montag, Dienstag und Donnerstag in der Zeit zwischen 8.00 und 16.30 Uhr präsent (Tel.: 03353/8581-7082).

Wer es schafft, das Beste aus seinem Lebensalter zu machen, für den stellt sich das Gefühl von Lebensqualität ganz automatisch ein. Dr. Herbert Melchart, Ärztlicher Leiter im Kurzentrum Bad Tatzmannsdorf: „Es hat keinen Sinn, mit 80 beim Inline-Skating mit den Jugendlichen mithalten zu wollen. Umgekehrt kann man von Kindern nicht verlangen, ihren Bewegungsdrang so zu zähmen, dass sie nur mehr im Park spazieren gehen.“ Die Lebensqualität reduziert sich, wenn der Mensch denjenigen Fähigkeiten, die in jüngeren Jahren vorhanden waren, laufend nachtrauert, und nicht das anerkennt, was das Alter an neuen Vorteilen und Möglichkeiten bietet. So mag man als Senior zwar nicht mehr erstklassig Fußball spielen können, doch verfügt man oft über mehr Zeit, die früher wahrscheinlich nicht zur Verfügung stand. Und diese Freizeit wiederum lässt sich beispielsweise mit ausgedehnten Rad-



Des eigene Schmied sein

Eine Kur hilft mit, die Gesundheit in jungen Jahren aufrecht zu erhalten und im Alter chronische Beschwerden zu lindern. Beides steigert die Lebensqualität.

ausflügen, auf denen noch dazu die Schönheiten der Natur genossen werden dürfen, nutzen. Eine Kur hilft letzten Endes entscheidend mit, die Voraussetzungen zu schaffen, damit Lebensqualität, Fitness sowie Genussfreude im Alltag erhalten bleiben.

Was ist überhaupt die wichtigste Basis für Lebensqualität?

Grundsätzlich ist Lebensqualität etwas subjektiv Erlebtes. Viele sind unglücklich, weil sie beispielsweise nicht länger dem hochalpinen Bergklettern frönen können. Andere wiederum geben sich trotz Ein-

schränkung ihres Bewegungsapparates zufrieden, indem sie sich aufgrund einer positiven Einstellung ihre Freude am Leben erhalten haben. Neben mentaler Stärke und einer gewissen materiellen Grundausstattung ist Gesundheit wohl die wesentlichste Voraussetzung für Wohlbefinden und Lebensqualität – sowohl in körperlicher als auch in seelischer Hinsicht.

Welchen Beitrag leistet nun die Kur zur Erhaltung von Lebensqualität?

Wenn man davon ausgeht, dass Gesundheit eine wesentliche Grundlage für Lebensqualität und Wohlbe-

finden darstellt, dann müssen zunächst für die Kur vom Lebensalter her unterschiedliche Aufgabenschwerpunkte formuliert werden. Während bei jüngeren Menschen der gesundheitsvorbeugende Charakter vorrangig ist, geht es bei älteren Personen um das Wiedererlangen der Gesundheit bzw. um eine Verbesserung der Lebensqualität trotz des Bestandes von chronischen, krankhaften Veränderungen.

Was sind dazu die jeweiligen Inhalte der Kur?

In puncto Gesundheitserhaltung müssen, basierend auf ärztlicher Diagnostik, mögliche Gefährdungen rechtzeitig erkannt werden. Als Folge davon können Risikofaktoren im Vorfeld gezielt ausgeschaltet werden. Zu diesen allseits bekannten, oft zitierten Risikofaktoren zählen

◁ *Mit zunehmendem Alter sind häufig auftretende Beschwerden eine normale Begleiterscheinung des Lebens. Dr. Herbert Melchart: „Was viel genutzt wird, wird abgenutzt. Das betrifft auch den Menschen und seinen Körper.“*

nur mehr in gemindertem Ausmaß die Lebensqualität beeinträchtigen. Man nehme als Beispiel die Abnutzung eines Kniegelenks. Trotz unverändertem Röntgenbefund kann der Patient sehr wohl beschwerdefrei sein. Zu den Kurbehandlungen im Fall eines abgenutzten Kniegelenks gehören in Bad Tatzmannsdorf Mooranwendungen in Form von Packungen und Bädern, Massagen, Bewegungstherapien im Thermalwasser und gezielte Heilgymnastik. Neue Verhaltensregeln schließen hier ein richtiges Essverhalten (Hilfestellung zur Gewichtsreduktion) ebenso ein wie die Vermeidung von Fehlbelastungen im Alltag (Heben und Tragen schwerer Lasten, Betreiben nicht mehr geeigneter Sportarten).

Welche Effekte hat die Kur auf die Alltagsbewältigung im Alter?

Neben der Behandlung chronischer Beschwerden darf man nicht vergessen, dass eine Kur gleichzeitig mithilft, die soziale Kompetenz aufrecht zu erhalten. Letztgenannte ist ein wichtiger Baustein, um den Erhalt der Eigenständigkeit im Alltag und damit die Behauptung der Selbständigkeit innerhalb unserer Gesellschaft zu bewahren. Denn auch das ist ein wertvoller Bestandteil der Lebensqualität. Dr. Herbert Melchart: „Eine Kur bedeutet, sich mit organisatorischen Dingen auseinanderzusetzen und mit vielen Menschen in Kontakt zu treten. Damit festigt man seine Handlungsfähigkeit.“



en Glückes

im Herz-Kreislaufbereich ein erhöhter Blutdruck und Cholesterinspiegel sowie das Rauchen. In Bezug auf den Bewegungsapparat sind es zu hohe Harnsäurewerte, die Belastung der Gelenke durch Übergewicht oder in Einzelfällen auch Fehlbelastungen aufgrund falsch gewählter Sportarten. Negativ auf die Gesundheit wirkt natürlich Stress und die damit verbundenen vegetativen Störungen mit Symptomen wie Nervosität, Gereiztheit und innere Unruhe. Eine Kur bietet die Möglichkeit gegenzusteuern. In ihrem Rahmen werden Hilfestellungen bei der Ernährungsorientierung, Raucherentwöhnung, dazu Entspannungstrainings, die Behandlung von Bluthochdruck oder die Erarbeitung von für den einzelnen zuträglichen Bewegungsformen offeriert. Dr. Melchart: „Eine Kur bringt die Chance, sich durch Er-

holung zu regenerieren und die inneren Rythmen wieder zu normalisieren.“

Wie wirkt sich eine Kur bei chronischen Beschwerden, die die Lebensqualität beeinträchtigen, aus?

Dass mit zunehmendem Alter Beschwerden häufiger auftreten, muss als normale Begleiterscheinung des Lebens aufgefasst werden. Dr. Herbert Melchart: „Was viel genutzt wird, wird abgenutzt. Das betrifft auch den Menschen und seinen Körper.“ Nun existieren chronische Beeinträchtigungen, wie etwa Beschwerden aufgrund von Gelenk-abnutzungen, bei denen die Ursache nicht mehr zu beseitigen ist. Trotzdem lässt sich durch Behandlungen oder dem Erlernen von bestimmten Verhaltensregeln erreichen, dass Beschwerden nicht oder

Mobilmachen

für die Gesundheit



Wer regelmäßig, aber mäßig Sport betreibt, bleibt länger jung und agil.

destens 30 Minuten zum Beispiel läuft, wandert oder mit dem Fahrrad fährt, werden Herz, Lungen, Muskeln sowie Nervensystem und Stoffwechsel trainiert. Das macht uns in Folge fitter, leistungsfähiger und ausgeglichener.“ Die Minimalanforderung, um eine gesundheitliche Wirkung auf die Organe zu erzielen, liegt bei zweimal Ausdauertraining pro Woche. Die Dauer der hierfür benötigten Bewegung hängt von der jeweiligen Sportart ab. Je mehr Muskelmasse bei einer Ausdauersportart beansprucht wird, desto effektiver ist diese und um so mehr Fett wird bei richtigem Trainingsimpuls verbrannt. Werden etwa beim Laufen 70 Prozent der Muskelmasse bewegt, sind es beim Radfahren nur 40 Prozent. Das bedeutet: Einem Zeitaufwand von 30 Mi-

nuten fürs Joggen entspricht ein ca. 45 Minuten langes Treten in die Pedale des Drahtesels. Dr. Gollner: „Wem es gelingt, in der Woche 1.500 Kcal an Energie über Bewegung zu verbrennen, der befindet sich im opti-

malen Bereich der Gesundheitsvorsorge. Bewegung ist jedenfalls ein Medikament, das man sich regelmäßig verschreiben lassen sollte.“ Was man nun tun muss, um „forever fit“ zu bleiben, zeigt unsere Tabelle!

Die schlechte Nachricht zuerst: Der biologische Alterungsprozess lässt sich nicht aufhalten. Die gute Nachricht: Die Leistungsfähigkeit kann auch im oder trotz Alter vergrößert und stetig ausgebaut werden. Dr. Erwin Gollner, Sportwissenschaftler in der Kurbad Tatzmannsdorf AG: „Wer mobil bleibt, vermag das zu leisten, was dem Potenzial eines um 20 Jahre jüngeren Menschen entspricht.“ Bewegung als Segen für die körperliche Gesundheit? Gollner: „Ja, nur kommt es auf die richtige Bewegung an. Es empfehlen sich Ausdauersportarten, wie Laufen, Radfahren, Schilanglauf, Schwimmen oder Walking, also flottes Wandern. Und es ist nie zu spät, mit sportiven Aktivitäten zu beginnen.“



Ausdauersportarten, wie Laufen, Radfahren, Schilanglauf, Schwimmen oder Walking, dienen der Gesundheitsvorsorge.

Beim Training wird ruhig geatmet

Das Training erfolgt im aeroben Bereich. Das heißt, der Körper geht keine Sauerstoffschuld ein. Trotz sportlicher Betätigung atmet man weiterhin ruhig und tief aus und ein. Faustregel für die Pulsfrequenz: Diese lässt sich mit der Formel 180 minus Lebensalter sehr leicht selbst berechnen. Bei den bereits genannten Ausdauersportarten wird – im Gegensatz zum reinen Krafttraining, das eher jüngeren Leistungssportlern vorbehalten bleiben sollte – das gesamte Organsystem beansprucht. Dr. Erwin Gollner: „Wenn man über einen Zeitraum von min-

Ausdauer



- flottes, wechselseitiges Auf- und Absteigen
- Arme schwingvoll einsetzen

Anfänger: 30 Sekunden
Fortgeschrittene: 60 Sekunden
Sportler: 2 x 60 Sekunden

Maria Wolf



Geboren

27.12.1955

Familie

Verheiratet mit Johannes

Wohnort

Pinkafeld

Hobbies

Wandern, Lesen, Blumen, Schifahren, Porzellanpuppen sammeln

Traum

*Dass mein Mann und ich weiterhin glücklich,
zufrieden und gesund bleiben – und natürlich
dass weiterhin viele Gäste zu mir ins Kurhotel kommen*



Maria Wolf:

„Wir sind wie eine Familie.

Das zeichnet

unsere Betrieb aus.“

Die Seele des Hauses

Sechzehnter April 1980. Wenn man Maria Wolf fragt, seit wann sie denn für die Kurbad Tatzmannsdorf AG tätig ist, dann kommt die Antwort wie aus der Pistole geschossen. Das zeigt bereits die Verbundenheit und Identifikation der Pinkafelderin mit dem Unternehmen, für das sie als Rezeptionistin im Kurhotel arbeitet. Und die Einheit, die die gebürtige Südburgenländerin mit ihrem Job bildet, kommt wiederum den vielen Gästen, die Maria Wolf jahraus, jahrein zu betreuen hat, zugute. Diese nennen sie deshalb nicht selten „die Seele des Hauses“. Ein Lob, „das mich natürlich schon freut“ (Wolf).

Anlaufstelle für Probleme jeglicher Art

Die 44-jährige ist speziell für ältere Gäste die erste Anlaufstation bei Problemen jeglicher Art – sei es, dass es sich um bestimmte Anmeldeformalitäten, die Organisation von Konzertkarten oder das Heraussuchen von Telefonnummern handelt. Dabei war es einst mehr der Wunsch der Eltern, dass Maria Wolf ihrer Heimat die Treue hielt. Denn dem erfolgreichen Absolventen der Hotelfachschule Bad Gleichberg folgten interessante Aufenthalte in England, der Schweiz und Tirol, ehe sie doch den beruflichen Einstieg in der Kurbad Tatzmannsdorf AG, zunächst für die ersten

„Ich arbeite sehr gerne mit Menschen und versuche jeden einzelnen zuvorkommend zu behandeln“, sagt Maria Wolf, Rezeptionistin. Die Gäste des Kurhotels wissen dies zu schätzen.

dreieinhalb Jahre in verschiedenen Abteilungen, wagte. Nun aber ist die Rezeption des Kurhotels das Revier, welches Maria Wolf mit steter Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft betreut: „Ich arbeite sehr gerne mit Menschen und versuche jeden einzelnen zuvorkommend zu behandeln.“ Viele Stammgäste kämen bereits seit 30, 40 Jahren und da freue man sich einfach, wenn man einander wieder sieht: „Wir sind wie eine Familie. Das zeichnet unseren Betrieb aus.“ Mit ihrer Kollegin, Maria Steiner, die ebenfalls bereits 16 Jahre im Unternehmen beschäftigt ist, sowie zwei weiteren Mitarbeiterinnen teilt sie sich Früh- und Nachmittagschicht. Bei der Antwort, was sie sich denn ihrerseits von den über 5.000 Gästen, die das Kurhotel jährlich beherbergt, bisweilen wünsche, hebt Maria Wolf zunächst bloß die Schultern, um dann doch fast bescheiden anzumerken: „Wenn vielleicht einige mehr Zeit und Geduld aufbringen würden, wäre die Arbeit manchmal einfacher.“

Gute Restaurant- wahl



Vor kurzem wurde für die diversen Restaurants der Kurbad Tatzmannsdorf AG ein Gourmetführer herausgebracht. In ihm werden die Typen- und Erlebnisvielfalt sowie die unterschiedlichen Angebote der Gastronomiebetriebe beschrieben. Daneben liefert der Gourmetführer auch Informationen zur im gesamten Jahr 2001 stattfindenden Stammgäste-Gastro-Rallye. So wird jede Konsumation über 1.000 Schilling mit einer Gratisflasche burgenländischen Wein, die beim nächsten Restaurantbesuch genossen werden kann, oder mit einem Cocktail-Gutschein für 2 Personen belohnt. Besonders treue Gäste haben zum Jahreszeitenwechsel außerdem die Zusatzchance, sehr wertvolle Preise zu gewinnen. Prok. Josef Sagmeister: „Unsere Restaurants stehen allen Gästen offen. Mit dem Gourmetführer wollten wir einfach einmal die Leistungskraft und Leistungsvielfalt unserer Gastronomiebetriebe in kompakter, übersichtlicher Form präsentieren.“ Der Gourmetführer kann unter der Tel. 03353/8709 oder per E-Mail (info@kuren.at) kostenlos angefordert werden.

Gute Partnerwahl



Prok. Josef Sagmeister: „Wir legen sehr großen Wert auf regionale Produkte. Der Grund dafür liegt auf der Hand: Nur Lebensmittel von frischer Qualität sollen Zutaten für diejenigen

Speisen sein, die wir unseren Gästen servieren wollen.“ Einer dieser regionalen Partner ist Hans Grabenhofer, der einen Milchhof als Landwirtschaft etwas außerhalb von Bad Tatzmannsdorf betreibt. Seine rund 70 schwarz-bunten Kühe, die in einem Laufstall volle Bewegungsfreiheit genießen, liefern die Milch, die in den Küchen der Kurbad Tatzmannsdorf AG zu Joghurts, Desserts, Saucen oder Cremes weiterverarbeitet wird. Das „weiße Flüssiggold“, rund 100 Liter pro Tag, wird von Hans Grabenhofer selbst tagesfrisch antransportiert. Seit über zehn Jahren ist der junge Landwirt und dreifache Familienvater nun schon Partner der Kurbad Tatzmannsdorf AG.

Guter Jahreswechsel

Bereits Tradition hat der Silvesterball, der alljährlich im Kurrestaurant/Restaurant Wintergarten und im Restaurant Hermes über die Bühne geht. Geboten wird wie immer ein feines Gala-Diner, ein mitternächtliches Feuerwerk, die Verlosung toller Preise sowie angenehme Tanzmusik. Prok. Josef Sagmeister: „Unsere Gäste können sich trockenen Fußes auf einen mitternächtlichen Spaziergang von einem musikalischen Hochgenuss zum anderen begeben.“ Das Neue Jahr bietet schließlich im Jänner wieder „Sautanz-Wochen“. Kredenzt werden dabei im Restaurant Wintergarten Spezialitäten rund ums Schwein.



*Viel Spaß und gute Laune kann man sich auch heuer wieder
von unserem Silvesterball erwarten.*



**Mag. Günther Ippisch
mit Gabriele Haidwagner
(Thermenwelt Burgenland)**

**Warum wurde die Homepage
www.kuren.at eingerichtet?**

Ippisch: „Es ist ein Trend im Reservierungs- und Buchungsverhalten des Gastes, sich über das neue Medium Internet sehr schnell einen Informationsüberblick zu verschaffen. Wir wollten diesen Zug der Zeit nicht versäumen und haben deshalb bereits 1996 unsere Homepage **www.kuren.at** eingerichtet. Wir sehen das Ganze als eine zusätzliche Kommunikationsmöglichkeit mit dem Gast. Dass wir jedoch auf die gewohnten, traditionellen Informationskanäle nicht verzichten wollen, zeigt, dass wir nunmehr bereits zum vierten Mal mit „kuren.at“ ein Kundenmagazin als Printmedium herausgeben. Die Zeitschrift ist jetzt übrigens auch auf unserer Homepage abrufbar.“

Wie ist die Resonanz der Gäste auf die Homepage www.kuren.at?

Ippisch: „Es werden über sie nicht nur Kurzaufenthalte, sondern auch Kuren gebucht. Die Anzahl der Anfragen steigt ständig. Wir bekommen rund 30 E-Mails pro Tag. Seit neuestem können Anfragen via Internet entweder weiterhin zentral (info@kuren.at) oder direkt an unsere verschiedenen Häuser (Adressen siehe unser Info-Kasten!) gerichtet werden. Aber ich möchte nochmals betonen: Wir verstehen

Der Kunde bleibt König

**Der Gast steht im Mittelpunkt aller Marketingbemühungen -
ob im Internet oder bei Messeauftritten.**

Ein Interview mit Hoteldirektor Mag. Günther Ippisch.

das Internet als zusätzliches Informationsangebot an unsere Gäste. Auf die traditionellen Kommunikationsmittel wie Inserate, direkte Zusendungen, TV-Werbung oder Messeauftritte werden und wollen wir auch weiterhin nicht verzichten.“

**Was bringt die Präsenz
auf Ferienmessen?**

Ippisch: „Das Internet ist zwar ein sehr schnelles Kommunikationsmittel. Das persönliche Gespräch mit dem Gast ersetzt es jedoch nicht. Gerade Ferienmessen sind eine ideale Plattform, um diverse Angebote besser beschreiben und erklären zu können. Auch sind sie für uns immer wieder eine gute Gelegenheit, um Stammgäste abseits des gewohnten Terrains zu treffen und mit ihnen nett plaudern zu können.“

**Auf welchen Messen sind Sie
im Jahr 2001 vertreten?**

Ippisch: „Wir sind dort präsent, wo die Mehrzahl unserer Gäste herkommt. Das heißt: Wir gehen vom 25. bis 28. Jänner auf die Ferienmesse nach Wien. Vom 9. bis 11. Februar fährt unser Team dann auf die TOURF nach Salzburg. Und schließlich sind wir auf der Ferienmesse in St. Gallen, die wenig später, nämlich vom 16. bis 18. Februar stattfindet, vor Ort. Die genannten Messen sind Veranstaltungen, wo auch der Ort Bad Tatzmannsdorf und die Region vertreten sind. Es

ergibt sich daraus ein recht kompakter Informationsfluss.“

**Kurz zurück zum Internet-
Auftritt, da stehen ja
jetzt Veränderungen an.**

Ippisch: „Ja, wir überarbeiten gerade unsere Homepage **www.kuren.at** und gestalten sie neu. So werden beispielsweise aktuelle Angebote per Mausclick prompt abrufbar. Für unsere mittlerweile fünf Jahre alte Homepage – nach der Internet-Zeitalterrechnung stammt sie sozusagen aus der Steinzeit – wurden wir übrigens gerade mit dem 3.Preis beim Adebar, dem burgenländischen Landespreis für Werbung, ausgezeichnet.“

**Welches Resümee ziehen Sie
für das abgelaufene Jahr 2000?**

Ippisch: „Weil uns viele Gäste über Jahre hindurch die Treue halten und weil unsere intensiven Verkaufsanstrengungen Früchte tragen, sind wir mit den Belegungen unserer Hotels sehr zufrieden. So durften wir heuer rund 15.000 Gäste bei uns begrüßen. Künftig sollten es noch einige mehr werden, weil wir darangehen, unser Kurhotel neu zu bauen. Der Grund für den Neubau ist, dass eine Sanierung und Renovierung des bestehenden Objekts aufgrund statischer Gutachten nicht machbar ist. Das alte Kurhotel wird jedoch noch weiterbetrieben werden. Baubeginn für das neue Objekt ist spätestens Anfang 2002.“

**E-Mail-Adressen: Kurzentrum: verwaltung@kuren.at • Kur- & Thermenhotel: thermenhotel@kuren.at
Kurhotel: kurhotel@kuren.at • Dependance: dependance@kuren.at • Parkhotel: parkhotel@kuren.at
Hotel Batthyany: batthyany@kuren.at • Restaurant Wintergarten: wintergarten@kuren.at
Homepage: www.kuren.at**