

Ausgabe 04

DEZEMBER 2021

Österreichische Post AG  
Firmenzeitung 12Z039368 F  
Retouren an Postfach 555, 1008 Wien  
Foto: Kurt Hörbst für LIWEST

 LIWEST

# Magazin



TIKTOK- UND POPSTAR  
MIKE VALLAS

## Im Augenblick leben

### + Gerätetrends 2022

Was Fernseher und Fitnesstracker, aber auch Türklingel und Parkscheibe können.

### + Eishockey-Akademie OÖ

Wie professionelle Nachwuchsarbeit junge heimische Talente unterstützt.

# Beste TV-Unterhaltung für die ganze Familie.



Die neuesten Serien, topaktuelle Blockbuster  
und exklusiver Live-Sport.



Ihr persönliches Angebot unter:  
LIWEST Shop | [sky.at/liwest](https://sky.at/liwest) | 0800 94 24 24



# Inhalt

## Winter 2021

### TIKTOK- UND POPSTAR

#### Mike Vallas

Der Mühlviertler ist Popmusiker und einer der einflussreichsten deutschsprachigen TikTok-Creatoren. Exklusiv erzählt er, was seine Generation liebt.

**4 – 9**



### Technik für Freizeit und Unterhaltung

Die anhaltende Pandemie beschert uns innovative Geräte mit schlaun Lösungen für den Alltag.

**16 – 17**



### Vom jungen Talent zum Eishockey-Profi

Die Eishockey-Akademie OÖ fördert Jugendliche, die Sport mit Schule oder Lehre kombinieren.

**20 – 21**



- 10** SOCIAL MEDIA: TikTok wird erwachsen
- 12** SOCIAL MEDIA: Facebook gehört jetzt Meta
- 13** LINZ AG Vorteilswelt: Top-Service für LIWEST-Kunden
- 14** 5G-TECHNOLOGIE: 5G kann Leben retten
- 18** STREAMING UND GAMING: Verkehrte Welt
- 19** E-SPORTS: Blau-Weiß Linz LIWEST Cup
- 22** APP-TIPPS: Mit digitaler Hilfe abschalten & entspannen

**IMPRESSUM:** Kundenmagazin der LIWEST Kabelmedien GmbH, Ausgabe 04/2021  
 Für den Inhalt verantwortlich: LIWEST Kabelmedien GmbH, Lindengasse 18, 4040 Linz, office@liwest.at, liwest.at  
 Redaktion LIWEST: Ruth Empacher, Daniela Ehrenguber, Theresa Mayr, Stefan Hackl.  
 Texte & Grafik: naderer communication. Fotos: Kurt Hörbst, istockfoto, LIWEST, naderer communication uva.  
 Stand: Dezember 2021. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.



Die LIWEST-Geschäftsführer  
Stefan Gintenteiter und  
Günther Singer

## Glück, Genuss und Gemeinschaft

Derzeit haben nur etwa fünf Prozent der oberösterreichischen Gesellschaft Zugang zu einem Glasfaseranschluss. In den kommenden zehn Jahren werden zehn weitere Prozent prognostiziert. Dabei liegt die Zukunft eindeutig im Ausbau der 5G-Technologie. Die im Februar 2019 gekauften 5G-Frequenzen haben es LIWEST ermöglicht, das erste kommerzielle 5G-Stand Alone-Netzwerk in Österreich zu schaffen. Dank 5G kann LIWEST in Kürze auch in Goldwörth, Lichtenberg, Rainbach und Ottensheim genossen werden. Die 5G-Technologie kann in Zukunft sogar zur Erhaltung von Leben beitragen (*mehr dazu auf Seite 14*).

### Versprechen halten

Welche Technologie LIWEST für den Breitbandausbau verwendet, steht immer in Abhängigkeit zu den Erfordernissen der jeweiligen Region. Wir können auf den unterschiedlichen Netztechnologien (Glasfaser, Coax und 5G) unser Qualitätsversprechen halten. In unserem eigenen 5G-Netz können wir die Auslastung sehr gut überwachen, da dieses Netz nur unseren Kunden zur Verfügung steht und wir die Anzahl der eingeloggten Modems kennen.

### Zeit genießen

Egal welche Hochleistungstechnologie von LIWEST Sie nützen, egal ob Sie Gaming, Streaming, TV oder Radio lieben: Genießen Sie die Angebote und verbringen Sie eine glückliche Zeit. Wir danken Ihnen namens des gesamten Teams für Ihr Vertrauen. Wir wünschen Ihnen frohe Feiertage und ein gesundes und erfreuliches Jahr 2022!



**Mike Vallas** wurde als Michael Raab am 2. November 1995 geboren, wuchs in der Mühlviertler Gemeinde Sarleinsbach auf und absolvierte das BG/BRG Rohrbach. Daneben erlernte er mehrere Musikinstrumente, trat als Turniertänzer auf, engagierte sich beim Roten Kreuz und eignete sich Kenntnisse in Malerei, Video- und Musikproduktion an. Seit 2015 studiert er Humanmedizin an der Universität Graz. Er arbeitet als Musiker und Social-Media-Kreativer und wohnt in mehreren mitteleuropäischen Städten.

## TIKTOK- UND POPSTAR MIKE VALLAS

# Im Augenblick leben

**Seit zehn Jahren produziert Mike Vallas eigene Songs. Dank der Social-Media-Plattform TikTok wurde er zum Star – als Musiker und noch mehr als Creator.**

Exklusiv erzählt der gebürtige Mühlviertler, wie er seine Kreativität auslebt und mit den Erwartungen von Millionen Menschen umgeht.

**M**ike Vallas hat viele Seiten, die schon während seiner Zeit am Rohrbacher Gymnasium sichtbar wurden. Der heute 26-Jährige erzählt lachend: „Im Klassenbuch stand: ‚Er wird entweder Popstar, obdachlos oder Arzt.‘ – Ich bin bei allen gleich nahe dran.“ Mike hat ein Medizinstudium begonnen, ein Obdach findet er mal in Graz, mal in Wien, Berlin oder Sarleinsbach, und ein Star ist er sowohl in der Musikwelt wie auf den Online-Kanälen TikTok, Instagram und Spotify.

## Family & Friends

Die Social-Media-Plattform TikTok wurde zwar bekannt mit wackeligen Handy-Filmchen, in denen Jugendliche zu Popmusik singen und Stars imitieren. Doch heute geht es auf TikTok in erster Linie um Kreativität, Dynamik und Tempo. Gefragt sind kurzweilige Videoclips, die mit Effekten und Filtern garniert werden können. Mike Vallas zeigt lustige Erlebnisse und originelle Szenen mit den Personen um ihn herum. Den Rahmen bildet die „Vermilion Family“, eine Art Social-Media-WG mit anderen TikTok-Größen wie Anna Lena Strigl, Sandra Hesch, Lisa Übelsbacher und Gästen wie Hannah Tulnik oder Aditotoro. Mit dem Manager Leon Ostwald im Hintergrund sind sie „Creatoren“: TikTok-Kreative, die miteinander plaudern und anderen Menschen begegnen – dramatisch, gruselig oder albern. Hinter vielen reichweitenstarken Clips stecken allerdings raffinierte Ideen und sorgsam vorbereitete Szena-



rien. Sie ziehen die Zuseher sofort in ihren Bann und verführen zum Weiterschauen.

## Corona & Kellner

Beispielsweise hat sich Mike mit der unter pandemischen Einschränkungen leidenden Gastronomie beschäftigt. „Weil es den Restaurants momentan eh nicht so gut geht, wollte ich meinem Lieblingskellner eine Freude machen“, erklärt er im Clip. Zu Beginn der Geschichte sitzt Mike Vallas im Auto mit Hannah Tulnik und Anna Strigl und zeigt eine Plastiktüte mit bunten Tischtennisbällen in die Kamera. Mike: „Wir lassen heute unseren Kellner das Trinkgeld ziehen. Wir haben nummerierte Kugeln von 1 bis 50. Zieht er zum Beispiel die 11, bekommt er 11 Euro.“ Anna: „O mein Gott!“ Mike: „Ich hoffe, er zieht was höheres.“ Schnitt. Die drei kurz im Restaurant. Dann der Kellner, staunt, spielt mit, zieht die 44.

TikTok bedeutet Kreativität und Dynamik.

Die kurzweiligen Videoclips machen einfach Spaß – und sie bringen eine gute Reichweite.



**"Trinkgeld ziehen": Mit originellen Einfällen, scharfem Auge und hohem Tempo prägt Mike Vallas die deutschsprachige TikTok-Welt.**

■ Ich bin fähig geworden, schnell zu navigieren. ■

Mike Vallas

Schnitt, er hält strahlend einen 50-Euro-Schein in die Kamera, Jubel, Ende. – Das ganze Video dauert nur 29 Sekunden, ist schnell geschnitten, schnell gesprochen, schnell verstanden, und bringt einfach ein gutes Gefühl in ungunstigen Zeiten. Allein dieser Beitrag hat über 2,2 Millionen Aufrufe und mehr als 250.000 Likes.

### TikTok-Tempo & Facebook-Thron

Typisch für TikTok sind nicht nur kurze Clips, sondern auch schnellste Verfügbarkeit. Einmal Wischen, schon kommt das nächste Video. In Inhalt und Form trifft TikTok einen Nerv der Zeit und wächst rasant. Die Plattform hat derzeit etwa 1,3 Milliarden monatlich aktive Nutzer. Deren Zahl hat sich gegenüber 2018 verdoppelt. Im September 2021 hat TikTok den Giganten Facebook von einem prestigeträchtigen Thron gestoßen. Erstmals wurde TikTok unter allen Social Media-Apps weltweit am häufigsten heruntergeladen. Facebook schaffte in diesem Monat „nur“ die zweitmeisten App-Downloads, dahinter folgten Instagram, WhatsApp, Messenger

und Snapchat (*Quelle: Sensor Towers*). Dass der frühere US-Präsident Trump die Plattform mit einer Sperre bedroht und der neue Präsident Biden die Ankündigung wieder aufgehoben hat, mag auch zum Erfolg beigetragen haben. Immerhin hat TikTok seine Basis in China, alle anderen genannten Anbieter in den USA.

### Creator & Clown

Mike Vallas hat sich intensiv mit Medium und Publikum auseinandergesetzt und gilt als einer der einflussreichsten Creatoren im deutschen Sprachraum. Seine Gedanken zu neuen TikTok-Beiträgen hat er früher per Post-it an eine Wand geklebt. Heute benützt er ein Whiteboard. Besonders raffinierte Ideen notiert Mike in einer eigenen Geheimsprache, damit sie seine Mitbewohner nicht schon vorher kennen. Oder auch besonders boshafte Ideen, sogenannte „Pranks“, wie im Video mit der Fliegenfalle: „Lass mal das Fliegenwasser in den BraTee reinfüllen.“ Schnitt. Und schon nimmt jemand eine Packung Eistee aus der Kühlschrankschranktür und führt sie an die Lippen, OMG! – Ähnlich erschrecken Mitbewohner, die mit verbundenen Augen exotische Tiere angreifen oder mit leichten Stromschlägen einen Eindruck von Geburtswehen verspüren sollen, quasi Medizinstudium in neuen Medien. „Ich war immer der Klassenclown. Heute kann ich das auf TikTok ausleben“, sagt der Creator. „Mir wird oft die Frage nach einer Message auf TikTok gestellt. Ich bin ja kein Pfarrer. Ich denke gar nicht so viel darüber nach, welchen Einfluss ich habe.“

### Trompete & Tango

Ganz anders wirkt Mike Vallas in der Musik, die er schon sein halbes Leben lang aktiv betreibt. Als Kind erlernte er Trompete, Klavier und Schlagzeug und war bald mit dem Mühlviertler Projekt „Am Dam Jazz“ unterwegs: „Da gab es drei Gruppen: Ich war bei den Kids, Christina Stürmer bei der Jugendgruppe, und meine Mama am Saxophon bei den Erwachsenen. Wir hatten 200 bis 300 Leute im Publikum, das war eine tolle Erfahrung.“ Nebenbei betrieb



In gefühlvollen Songs zeigt Mike Vallas seine andere Seite. So singt er etwa in "Train" von Sonnenuntergang und gebrochenem Herz.



er auch Tanzsport und nahm an Junioren-Staatsmeisterschaften teil. Seine Lieblingstänze waren Rumba und Tango – „die mit dem meisten Feuer!“ Mit dem Thema Musikproduktion beschäftigt sich Mike Vallas seit inzwischen zehn Jahren: „Ich war gerade 16, die Parties hatten begonnen, es war eine goldene Zeit.“ Damals faszinierte ihn Max Martin, der u.a. für die Backstreet Boys, Lady Gaga, Justin Timberlake oder Taylor Swift als Songwriter und Produzent arbeitet.

#### **Melodie & Melancholie**

Seinen musikalischen Durchbruch feierte Mike Vallas 2018 mit „Take A Pill“. Es folgten wunderschöne Songs wie „I don't want you to love me“, „The Other Side“ oder „Train“. Auf Spotify überschritt er bald die Schwelle von zehn Millionen Streams. Alle seine Kompositionen bringen eingängige Refrains zum Mitsingen, dazu gern einen Hauch Melancholie. „Melodien waren mir immer wichtig, auch neue Songs und der eigene Freiraum“, erzählt Mike Vallas. Seine musikalische Ausbildung hilft ihm bei der Umsetzung seiner Ideen. „In der Musikproduktion passiert alles im Kopf, du musst jedes Instrument durchdenken.“ Die Texte sind von Freunden und von Erfahrungen aus seinem eigenen Leben inspiriert. Im aktuellen Hit „Wedding Ring“ verarbeitet Mike die Jugenderinnerung an ein Mädchen von nebenan, das plötzlich weggezogen war: „So I turn my broken string into your wedding ring and use the rest to play your favorite song.“

#### **Romantik & Reichweite**

Eine Zeile wie „Ich verwandle meine gerissene Saite in einen Ehering, und mit dem Rest spiele ich dein Lieblingslied“ klingt doch anders als „Heute habe ich mich bei KFC reingeschlichen und gewartet, bis alle Mitarbeiter das Restaurant verlassen.“ Mike Vallas sieht das ganz entspannt: „Musik und Social Media müssen Hand in Hand gehen. Wer das vernachlässigt, versäumt den Zug.“ Früher hätten Zeitschriften Klatsch und Tratsch über Popstars verbreitet.



Was früher "Bravo" oder "Rennbahn-Express" wussten, erzählen Popstars heute selbst auf ihren Social-Media-Kanälen.

■ Erfolg bedeutet für mich: das machen können, was ich will, und glücklich sein mit dem, was ich mache. ■

Mike Vallas



„Heute sind das eigene Medien, die wir selbst aufbauen und kontrollieren können.“ Natürlich vermittele Musik andere Gefühle als ein Video; die unterschiedlichen Plattformen wollen verschieden bedient werden. „Aber es gibt viel Interesse für die Person, die hinter allem steckt.“ TikTok bringe rasch eine gute Reichweite, die kurzen Clips machen einfach Spaß. Längere YouTube-Videos hingegen tauchen tiefer ins Leben ein: „Man kann die Leute näher kennenlernen.“ Mike Vallas ist überzeugt, dass es beide Wege auch in zehn Jahren geben wird.

#### **Einer für alles & alle für einen**

Vor zwei Jahren hat Mike Vallas mit seiner Musik erstmals so viel verdient, dass er keinen Ferialjob mehr machen musste. Heute gehört er zu den erfolgreichsten Creatoren in Europa mit derzeit mehr als 50 Millionen Likes und 1,6 Millionen Followern auf TikTok. Dazu kommen 190.000 Abonnenten auf Instagram sowie über 105.000 verifizierte monatliche Hörer auf Spotify. „Erfolg bedeutet für mich: das machen können, was ich will, und glücklich sein mit dem, was ich mache.“ Wie er das alles schafft? „Ich wünschte, ich hätte





mich mit Zeitmanagement auseinander-gesetzt", sagt Mike Vallas lachend. „Work-Life-Balance ist Blödsinn. Ich unterscheide gar nicht, sondern bin froh, dass es viele Möglichkeiten gibt. Alles ist eins, so fühlt es sich momentan an.“ Zugleich bringt sein Social-Media-Beruf ein scharfes Auge dafür, welcher Moment privat ist. „Leute, die das nicht beruflich machen, fotografieren ihr Essen. Ich nehme mein Handy gar nicht heraus, sondern will Zeit mit meinen Freunden verbringen.“

### **Schnell navigieren & effizient sein**

Seit einem Jahr befällt Mike Vallas manchmal die Vorstellung von einem 80- bis 90-Jährigen im Rückblick auf sein Leben. „Ich bin schon jemand, der auch zurück-schauen kann. Dann nimmt man alles echter wahr.“ Zugleich sagt er auf die Frage, wo er sich in zehn Jahren sieht: „Keine Ahnung. Ich weiß nicht einmal, was nächste Woche passiert.“ Wenn es soweit ist, will er sein Medizinstudium abschließen. Aber jetzt will er andere Chancen nutzen und hart dafür arbeiten. „Ich habe einfach Motivation in mir und will effizient sein. Ich lebe im Augenblick und bin fähig geworden, schnell zu navigieren.“

## **PERSÖNLICH**

# Mike Vallas

### **ZEHN FRAGEN & ANTWORTEN**

Wohin würden Sie morgen früh verreisen?

**Puerto Rico**

Lieblingsmenü im Lieblingslokal?

**Miesmuscheln, in einer einsamen Hütte in Kroatien**

Feueralarm: Was retten Sie?

**Festplatte mit meinen Videos**

Welche Fehler entschuldigen Sie am ehesten?

**Die nicht mit Absicht gemacht werden**

Welches Talent würde man Ihnen nicht zutrauen?

**Abstrakte Malerei auf Leinwand**

Welche Internetseite besuchen Sie nicht für Ihren Beruf?

**Es gibt nichts, das nicht mit meinem Job zu tun hat.**

Wann waren Sie am glücklichsten?

**Jetzt gerade**

Welche Erfindung bewundern Sie am meisten?

**Neuralink von Elon Musk**

*(Anm.: Technologie zur Verbindung von menschlichem Gehirn und Computer)*

Mit wem möchten Sie an der Hotelbar etwas trinken?

**Mit dem YouTuber Shawn Dawson**

Und worüber reden?

**Ich würde mich einfach bedanken und genießen, wie er so drauf ist.**

### **ZEHN SÄTZE ERGÄNZEN**

In meinem Kühlschrank findet sich immer

**... Red Bull Sugarfree.**

Thema des letzten Tischgesprächs war

**... wir sprechen nie am Tisch (lacht) ... Thema Wohnung.**

Ich wäre gern für einen Tag

**... alleine irgendwo abgeschottet.**

Meine größte Schwäche ist

**... ungefragtes Feedback.**

An meinen Freunden schätze ich am meisten

**... vieles! Dass sie die gleichen Ziele anstreben.**

Meine Lieblingsbeschäftigung ist

**... kreieren – als Musik, als Video, als Malerei.**

Mein wichtigster Lehrmeister ist

**... es gibt so viele ... darunter auch ich selbst, denn es liegt an einem selbst zu lernen.**

Meine Lieblingssendung im Fernsehen ist

**... „Germany's Next Top Model“.**

Am meisten verabscheue ich

**... Ausreden.**

Ich bin erfolgreich, weil

**... ich viel probiere und immer**

**wieder Fehleranalysen bei mir selbst mache.**

## SOCIAL MEDIA

# TikTok wird erwachsen

**Der aus China stammende Social-Media-Konzern entwickelt neue Geschäftsfelder.**

Aus dem Online-Dienst für lustige Kurzvideos könnte eine Shopping-Plattform werden, die Amazon bedrängt.

**M**it 1,3 Milliarden monatlich aktiven Nutzern hat sich TikTok binnen kurzer Zeit auf eine Stufe mit Facebook, Instagram, Snapchat & Co gestellt. 69 Prozent der weltweiten TikTok-Nutzer sind zwischen 16 und 24 Jahren alt, 16 Prozent zwischen 25 und 34 Jahren, nur 15 Prozent sind älter als 35 Jahre. Bemerkenswert ist das Suchtpotenzial: TikTok-Nutzer in Deutschland und Österreich rufen die Plattform im Schnitt zehn Mal pro Tag auf. In Österreich hat TikTok etwa 1,2 Millionen Nutzer. Unter den 11- bis 17-Jährigen sind bereits 57 Prozent bei TikTok. Mit einem Plus von 15 Prozent gegenüber dem Vorjahr rangiert TikTok aktuell auf Platz fünf der populärsten sozialen Netzwerke bei

Kindern und Jugendlichen in Österreich. (Quellen: TikTok, statista.de, Jugend-Internet-Monitor 2021).

## Jeder kann TikTok

Ein Publikum mit kurzer Aufmerksamkeitsspanne wird von TikTok dank Unterhaltungsalgorithmen und genauester Kenntnis des Nutzerverhaltens optimal bedient. Auf der "For You Page" bekommen User neue Videos angezeigt, die sie aufgrund früherer Aufmerksamkeit interessieren könnten. Wenn Clips auf der "For You Page" vieler Nutzer landen, können deren Creatoren quasi über Nacht erfolgreich werden. Bei der Machart seiner Inhalte grenzt sich TikTok deutlich zum Wettbewerb ab. Im Gegensatz etwa zu Instagram geht es nicht um technisch sauber inszenierte Auftritte, sondern häufig um hausgemachte Comedy. Die Creatoren treten als sie selbst auf oder spielen fantasievolle Rollen. Manche Videos finden sofort Nachahmer und werden zum Hype. So veröffentlichte die Lehrerin Emily Jacobsen ein Liedchen „Ode to Remy“, eine Hymne auf die Ratte Remy aus dem Disney-Film „Ratatouille“. Ihre Grundbotschaft



Beim Start zum Shopping-Festival „11.11.“ begeisterte der chinesische Online-Handelsriese Alibaba die Massen.





Beim heurigen Shopping-Festival „818“ der chinesischen TikTok-Schwesterfirma Douyin wurden beispielsweise etwa 30.000 Flaschen eines deutschen Shampoos verkauft. (Quelle: Handelsblatt)

lautet: Jeder kann kochen. Ein TikTok-Nutzer nach dem anderen hängte sein Liedchen an, am Ende dauerte das ganze 72 Stunden und wurde über eine Milliarde Mal aufgerufen, quasi unter dem Motto: Jeder kann auf TikTok erfolgreich sein.

### In China ein Gigant

Der chinesische TikTok-Eigentümer ByteDance setzte im vergangenen Jahr etwa 30 Milliarden Euro um. (Quelle: Nachrichtenagentur Reuters) Derzeit organisiert ByteDance seine Geschäftsfelder und Dienstleistungen neu. Shou Zi Chew, der bisherige Finanzchef von ByteDance, soll sich nur noch auf die Führung des Kurzvideo-Dienstes konzentrieren. Dieser tritt innerhalb Chinas unter dem Namen „Douyin“ auf, außerhalb der Volksrepublik als TikTok. Beobachter werten die Umstrukturierung als Versuch, das chinesische Geschäft vom internationalen zu trennen. Innerhalb Chinas betreibt der Konzern noch Schwesterunternehmen für Computerspiele, Cloud-Dienste, Bildungs- und Management-Lösungen. Der Kundenstamm im eigenen Land umfasst etwa 700 Millionen Menschen. Am Weltmarkt ist das Unternehmen in den Konflikt zwischen den

USA und China geraten. Der ehemalige US-Präsident Donald Trump hatte versucht, einen Verkauf von TikTok an amerikanische Investoren zu erzwingen und drohte mit einem Verbot der App in den USA. Die Regierung in Peking versuchte, das mit einem Verkaufsstopp für Software-Algorithmen zu verhindern. In den USA wurde die Verbotsdrohung erst von einem Gericht und schließlich vom neuen US-Präsidenten Joe Biden entschärft. Ein Gefühl für die Dimension vermitteln zwei Zahlen: Den Heimmarkt von Mark Zuckerberg (Facebook, Instagram, WhatsApp) bevölkern 330 Millionen US-Amerikaner, den von Shou Zi Chew (Douyin, TikTok) 1,4 Milliarden Chinesen.

### TikTok bald gegen Amazon?

Während andere Social-Media-Plattformen zunehmend mit Marketingaktionen und Werbung überzogen wurden, halten sich internationale Unternehmen gegenüber TikTok noch zurück. Doch innerhalb Chinas ist Douyin bereits gegen die großen Online-Händler in den Ring gestiegen. Der chinesische E-Commerce-Gigant Alibaba ist u.a. mit Online-Shopping-Festivals groß geworden. Allein zum jährlichen „Singles Day“ am 11.11. setzt Alibaba etwa 74 Milliarden Euro um. Heuer hat Douyin sein eigenes Shopping Festival „818“ gestartet. Es orientiert sich an „618“ von JD.com, der zweitstärksten chinesischen Handelsplattform, mit etwa 30 Milliarden Euro Umsatz zum 18. Juni. (Quelle: e-commerce-Magazin) Spannend wird laut Handelsexperten die internationale Entwicklung. Während die chinesischen Online-Riesen bei uns eine geringere Bekanntheit haben, könnte Amazon durch eine Shopping-Plattform bei TikTok unter Druck geraten. Dafür sprechen zwei Argumente: TikTok setzt statt Textseiten auf Videos als Medium der Stunde. Vor allem aber kennt und bedient TikTok die jungen Konsumenten. Man darf gespannt sein.

## SOCIAL MEDIA

# Facebook gehört jetzt Meta – Vision oder Ablenkung?

**Facebook-Gründer Mark Zuckerberg betonte bei der Präsentation der neuen Konzernbezeichnung „Meta“ seine breiten Ambitionen.**

Das Echo ist geteilt: Die einen sehen den Durchbruch für ein virtuelles Universum, die anderen ein reines Ablenkungsmanöver.

**M**ark Zuckerberg hat seinem Konzern einen neuen Namen gegeben. Das soziale Netzwerk Facebook, die Video- und Foto-Sharing-App Instagram, die Instant-Messaging-App WhatsApp sowie Oculus VR, ein Hersteller von Virtual-Reality-Technologie, firmieren nun unter dem Dach der Meta Platforms Inc. in Menlo Park, Kalifornien. Der Konzern erreichte zuletzt einen Jahresumsatz von rund 86 Milliarden Dollar bei einem Jahresüberschuss von 29 Milliarden US-Dollar. Mit dem neuen Namen „Meta“ will Zuckerberg die Entwicklung eines sogenannten "Metaversums" in den Vordergrund stellen, eine kollektiv nutzbare virtuelle Welt. Deren Vorreiter sind Spieleplattformen, aber auch mit digitalen Waren- und Dienstleistungen soll künftig Geld verdient werden. Darüber hinaus will Meta seine weltweit führenden Apps enger mit seinen Virtual-Reality-Brillen verbinden, die den Eintritt ins Metaversum ermöglichen sollen.

## Kontroverse Einschätzungen

Für die weltweit etwa drei Milliarden monatliche User von Facebook & Co ändert sich nichts. Der Konzern gibt sich mit der Umbenennung in "Meta" nur eine neue Dachmarke und ein neues Logo. Die Technologiewelt im Silicon Valley beurteilt den Schritt Zuckerbergs als konsequent und logisch. Der Silicon-Valley-Investor Matthew Ball gilt als Vordenker in Sachen Metaversum. Er schätzt allerdings, dass es bis zur Umsetzung noch Jahrzehnte dauern könne. Als Beispiel nannte er das mobile Internet, das seit Mitte der 90er-Jahre technisch möglich, aber erst seit einem



**Facebook-Gründer Mark Zuckerberg zeigt seine neue Dachmarke.**

Jahrzehnt wirklich relevant sei. Andere Beobachter sehen in Zuckerbergs Schritt hingegen nur ein Ablenkungsmanöver. Der Konzern wird in den USA wegen seines Umgangs mit Hassrede und Falschinformationen seit Monaten kritisiert. Die angesehene US-Zeitung „Washington Post“ kommentierte die Namensänderung, dass Zuckerberg nur den Ruf der Firma bei politischen Entscheidungsträgern aufbessern wolle. Auf Twitter sorgte die Umbenennung für Spott und Häme. Sogar die Grafik wurde von einer Nutzerin bemängelt: "Warum sieht das neue Logo aus wie ein trauriges Unendlichkeits-Tattoo?"

## Probleme mit Markenrechten

Die Umbenennung in Meta Platforms Inc. kommt Facebook übrigens teurer als erwartet. Schon bisher tragen bestehende Unternehmen die Bezeichnung "Meta". So hat der US-Finanzdienstleister Meta Financial Group im heurigen Dezember 50 Millionen Dollar von Facebook erhalten. Das US-Computer-Unternehmen Meta PC aus Arizona fordert 20 Millionen US-Dollar, damit die Namensrechte an Facebook abgetreten werden. Im EU-Markenregister für geistiges Eigentum sind zwölf "Meta"-Eintragungen sowie zwei "Meta"-Anmeldungen registriert, darunter eine deutsche Möbelfirma und ein spanischer Anbieter für E-Zigaretten. (Quelle: heise.de) In diesen Geschäftsfeldern gibt es aber keine Überschneidungen mit Facebook, daher könnten die Unternehmen parallel den gleichen Markennamen verwenden.

# LINZ AG Vorteilswelt

## Ein Top-Service auch für LIWEST-Kunden

### Was ist die LINZ AG Vorteilswelt? Welche LIWEST-Kunden können davon profitieren?

Antworten auf diese und weitere Fragen gibt Projektleiter Mag. Mario Fitzka.

#### Herr Fitzka, was genau ist die LINZ AG Vorteilswelt und warum wurde sie entwickelt?

**Fitzka:** Die LINZ AG ist ein regional fest verankerter Energie- und Infrastrukturkonzern, der sich neben „Versorgungssicherheit“, „Innovation“ und „Nachhaltigkeit“ auch das Thema „Kundenorientierung“ auf seine Fahnen geschrieben hat. Unter anderem wird daher den Kunden eine Vielzahl an Services und Dienstleistungen geboten. Die LINZ AG Vorteilswelt wurde beispielsweise vor mehr als zwei Jahren aus der Taufe gehoben und exklusiv für LINZ AG-Kunden mit einem Stromliefervertrag und mindestens einem weiteren Liefervertrag – Erdgas, Wärme, LIWEST – entwickelt. LIWEST-Kunden, die ihren Strom von der LINZ AG beziehen, können also ebenfalls das volle Programm der LINZ AG Vorteilswelt nutzen – und somit im Alltag sparen.

#### Was genau bietet die LINZ AG Vorteilswelt, wie kann damit profitiert werden?

**Fitzka:** Mit der LINZ AG Vorteilswelt kann auf zweierlei Wegen gespart werden: Einerseits bietet sie **bis zu 30 Gratisstromtage ein Leben lang\***. Sobald die LINZ AG Vorteilswelt im LINZ AG-Kundenportal PLUS24 unter [www.linzag.at/plus24](http://www.linzag.at/plus24) aktiviert wurde, werden diese Gratisstromtage Jahr für Jahr automatisch von der Jahresabrechnung abgezogen.

Zweite Komponente der LINZ AG Vorteilswelt ist die Vorteilswelt-App, die rasch und einfach heruntergeladen werden kann. Sie punktet mit Gewinnspielen, LINZ AG-Vorteilen sowie mit jeder Menge Vorteilen

Mag. Mario Fitzka leitet die LINZ AG Vorteilswelt



von Partnerbetrieben in den Bereichen „Shopping & Lifestyle“, „Mobilität & Services“, „Freizeit & Kultur“, „Sport & Wellness“ sowie „Hotel & Genuss“. Die Vorteile und Partnerbetriebe ändern sich dabei laufend.

#### Mit welchen aktuellen Vorteilen kann in den nächsten Wochen gespart werden?

**Fitzka:** Um die Zeit bis Weihnachten ein wenig zu versüßen, haben wir uns auch heuer wieder tolle Geschenke überlegt. Neben vielen anderen Vorteilen warten auf unsere treuen App-Nutzer – solange das Kontingent besteht – zum Beispiel ein Mairinger Bratapfelpunsch bei Unimarkt, ein Honeder Kletzenbrot, ein Pralinensackerl bei Chocotega sowie ein Sonnentor Neujahrstee. Es lohnt sich also, regelmäßig in der App vorbeizuschauen. Und noch ein kleiner Tipp: Am letzten Adventsonntag gibt es in der App ein ganz besonderes Gewinnspiel. Mit etwas Glück können Kunden ihr Budget für Weihnachtsgeschenke noch erheblich aufstocken.

#### Alle Informationen zur LINZ AG Vorteilswelt:

[www.linzag.at/vorteilswelt](http://www.linzag.at/vorteilswelt)

E-Mail: [vorteilswelt@linzag.at](mailto:vorteilswelt@linzag.at)

Telefon: 0732/3400-4005

Montag bis Freitag von 7 bis 18 Uhr

\* Gilt, solange die LINZ AG Vorteilswelt angeboten wird und bei ununterbrochener Erfüllung der notwendigen Teilnahmebedingungen durch die Kundin/den Kunden.

**5G-TECHNOLOGIE**

# 5G kann Leben retten

**Neue Projekte mit 5G-Technologie beschleunigen die Beurteilung von medizinischen Notfallsituationen.**

Im ländlichen Raum genauso wie in der staugeplagten Stadt kann dank 5G die entscheidende Zeit für Patienten und Ärzte verkürzt werden.

**N**icht immer stehen sofort Ärzte vor Ort zur Verfügung, um Patienten zu untersuchen, die beispielsweise in einen Unfall geraten oder einen Zusammenbruch erleiden. Dank 5G-Technologie müssen für die erste Einschätzung weder Ärzte noch Patienten transportiert werden. Live-Videos von Patienten mittels 360-Grad-Kamera können in Echtzeit vom Rettungswagen an die Notaufnahme im Krankenhaus übermittelt werden. Dadurch kann sich das Personal in der Notaufnahme frühzeitig ein Bild von der Schwere einer Verletzung machen, noch bevor der Patient tatsächlich eingeliefert wurde. Das spart Zeit, Kosten, Belastungen und Stress, verbessert die Patientenversorgung und entlastet niedergelassene Ärzte genauso wie Krankenhäuser. Auch bei einer so einfach klingenden Aufgabe wie der Ortung von Personen und Geräten in Krankenhäusern hilft 5G. „Dies reicht von verwirrten und verirrten Personen bis hin zu Personal, das schnell benötigt wird“, erklärt Prof. Thomas Spittler vom European Campus Rottal-Inn. Er leitet ein staatlich gefördertes Projekt zur telemedizinischen Versorgung auf Basis des 5G-Mobilfunknetzes im benachbarten Niederbayern.

## **5G-Krankswagen in der Hauptstadt**

Ein innovativer 5G-Krankswagen der Universität Athen wurde im November in den Dienst gestellt. Dank optimaler Mobilfunktechnologie sowie Kameras an Uniformen bzw. Helmen der Retter wird die mobile Betreuung von Patienten verbessert. Der 5G-Krankswagen ist mit einem Arzt verbunden, der Patienten schon während des Transports durch die staugeplagte Hauptstadt untersucht. Auch automatisiertes Fahren und andere Innovationen



**5G-Technologie in Krankwagen etwa in Athen und Bangkok verbessert die direkte Kommunikation zwischen Einsatzort und Krankenhaus.**

werden von der Universität vorangetrieben. Auch aus der thailändischen Hauptstadt Bangkok wird ein 5G-Rettungsfahrzeug gemeldet. Das neue Modell für intelligente Gesundheitsvorsorge soll Diagnose- und Behandlungsverfahren sowie die Kommunikation zwischen Sanitätern und Ärzten verbessern. Der 5G-Krankswagen wird auch als mobile Notaufnahme eingesetzt. In Thailand sterben viele Patienten in der Notfallversorgung. Das 5G-Modell soll die Sterblichkeitsrate senken. Die Rettungsmannschaften verwenden mobile Röntgen- und Ultraschallgeräte sowie Augmented-Reality(AR)-Brillen. Hochauflösende Daten werden aus dem Krankwagen über das 5G-Netzwerk ins Krankenhaus gesendet. Ein eigenes Belüftungssystem im Fahrzeug senkt das COVID-19-Infektionsrisiko.

## **5G-Drohnen am Einsatzort**

Bei komplexeren Einsatzszenarien erleichtern über das 5G-Netz verbundene Drohnen den Überblick. Ein Pilotprojekt wurde im September von Martin Hunt, Medical Rescue Coordinator des British Automobile Racing Club, gemeinsam mit dem Schweizer Drohnenhersteller Fotokite präsentiert. Videos aus der Luft werden in Echtzeit auf ein Tablet der Ersthelfer vor Ort sowie ans Krankenhausteam übertragen und bieten ein vollständiges Bild der Lage. Das ermöglicht sofortiges Feedback und Entscheidungen, die Leben retten können. Die Drohne ist mit Wärmebild- und RGB-Kamera ausgerüstet und kann bei jedem Wetter über längere Zeit fliegen.

# Service ohne Bindung ohne Servicepauschale.

Gratis Rufnummer mitnehmen!



## LIWEST Mobil Super

10000 MB, 1000 MIN, 500 SMS

€ 9,90\*  
PRO MONAT

### Volles Service

- Keine Servicepauschale!
- Keine Vertragsbindung!
- Keine Aktivierungsgebühr!

[liwest-mobil.at](http://liwest-mobil.at)

\* Ein Produkt der LTK Telekom und Service GmbH (Produktbeispiel).  
Nur mit gültigem Bankeinzug möglich.  
Nähere Infos unter [liwest-mobil.at](http://liwest-mobil.at)



Suchbild: Wo ist der Lautsprecher versteckt?

## DIGITAL LIFESTYLE

# Cleverere Technik für Unterhaltung und Freizeit

**Die anhaltende Pandemie beschert uns neue Geräte mit schlaun Lösungen für den Alltagsgebrauch.**

Fernsehen und Musikhören, Begegnen und Bewegen wird zum reinsten Vergnügen.

**D**en Jahresanfang 2022 für etwa 1.000 Hersteller von Unterhaltungs- und Haushaltselektronik macht die weltweit führende Fachmesse CES in Las Vegas. Neben hochmoderner Fernsehetechnik werden zahllose neue Laptops, Smartphones, Wearables, Kopfhörer, Gaming, Robotik- und Haushaltsgeräte vorgestellt. Samsung zeigt ultrahochauflösende TV-Geräte in 4K und 8K sowie neue Mittelklasse-Smartphones. Auch LG, Sony, Panasonic, Hisense, TCL und weitere Produzenten bringen neue Smart-TV-Geräte, die neben enormer Bildqualität mit verbesserter Lautsprecher-Technologie und Klangqualität punkten.

### Hören ohne Sehen

Der amerikanische Lautsprecher-Spezialist Sonos kooperiert mit dem schwedischen Möbelkonzern IKEA. Zur breiten Palette an Sonos-Geräten, die bei IKEA in der Serie „Symfonisk“ vertrieben werden, gehören etwa 56 Zentimeter hohe Wandbilder, in denen flache Lautsprecher unsichtbar verbaut sind. Die gedruckten Bilder zeigen Farbkleckse, Schriftzüge, Blätter oder Tiere. Andere Hersteller präsentieren Bücherstützen für die Leseecke oder flache Regalbretter mit 80 Zentimetern Breite zur Wandmontage, in denen versteckte Bluetooth-Lautsprecher für den Stereo-Sound integriert sind.

### Berührungslose Technik

Ein großes Thema unter dem Eindruck pandemischer Virusübertragungen ist Technik ohne Berührung. Dazu gehören erschwingliche Bad- oder Küchenarmaturen, die Wasser sprudeln lassen und danach Luft zum Trocknen verströmen. Auch Türklingeln etwa von Arlo, Europas führendem Hersteller von Heimsicherheitskameras, brauchen keine Berührung mehr. Bewegungsmelder erkennen, was sich vor der Tür abspielt. Mit Hilfe von Künstlicher Intelligenz werden unerwünschte Bewegungsmeldungen etwa von Nachbarns Katze unterdrückt. Die Klingel meldet Besucher und ermöglicht ein Gespräch mit dem Besucher an der Tür. Die integrierte Kamera liefert ein HD-Video auf das Smartphone des Hausbesitzers und zeichnet das Geschehen auch über mehrere Tage auf.



### Intelligente Fitness-Tracker

Auch Fitness-Tracker und -Apps haben in Lockdown-Zeiten Hochkonjunktur. Die Fitbit Sense ist Sportuhr und Coach, misst Vital- oder Stresswerte, beobachtet den Schlafzyklus und erkennt mit Hilfe eines eigenen Sensors den Sauerstoffgehalt im Blut. Das Mi Smart Band von Xiaomi protokolliert unterschiedliche Schlafphasen, bietet fünf Sport-Modi und beinhaltet ein innovatives Menstruations-Tracking. Der bis 50 Meter wasserdichte Fitness-Tracker Vivoactive 4 von Garmin misst die Herzfrequenz beim Schwimmen, erkennt verschiedene Sportarten automatisch, protokolliert die Aktivitäten und arbeitet mit der App „MyFitnessPal“ zusammen. Auch ein Musikplayer ist integriert.

### Parkscheibe stellt sich selbst

Wer sich lieber mit Hilfe seines Autos als seines Körpers bewegt, kann neuerdings Parkstrafen intelligent vermeiden. Die dänischen Anbieter des Verkehrswarners Oono bieten neben Blitzer- und Unfallwarnern nun auch eine smarte Parkscheibe an. Sie erkennt dank integrierter Sensoren und patentierter Algorithmen, wann das Auto abgestellt wurde, und stellt die Uhr entsprechend ein. Die mit einem Durchmesser von sechs Zentimetern eher kleine Parkscheibe ist aus Aluminium gefertigt und wird von einer Knopfzelle mit Strom versorgt. Das 40 Gramm leichte Gerät hält magnetisch an zwei selbstklebenden Füßen für die Frontscheibe und berücksichtigt die jährliche Zeitumstellung von Sommer- zu Winterzeit. Die Scheibe kostet Euro 49,- und ist vom deutschen Kraftfahrt-Bundesamt und TÜV zertifiziert.



Preisfrage: Lieber Parkscheibe kaufen oder Parkstrafe zahlen?

# Doppelt sparen mit der LINZ AG Vorteilswelt

Sichern Sie sich jetzt mit Ihrem LIWEST-Produkt bis zu **30 Gratisstromtage ein Leben lang\*** mit der LINZ AG Vorteilswelt und den Zugang zur exklusiven **Vorteilswelt-App**.

### Mit der App sparen Sie bei:

-  Shopping & Lifestyle
-  Hotel & Genuss
-  Mobilität & Services
-  Freizeit & Kultur
-  Sport & Wellness



**Jetzt informieren:**  
[www.linzag.at/vorteilswelt](http://www.linzag.at/vorteilswelt)

\* Gilt solange die LINZ AG Vorteilswelt angeboten wird und bei ununterbrochener Erfüllung der notwendigen Teilnahmebedingungen durch den Kunden.



**LINZ AG**

# ARCANE

LEAGUE OF LEGENDS



STREAMING UND GAMING

## Verkehrte Welt

**Der Streaming-Riese Netflix präsentiert eine neunteilige Serie auf Basis eines Computerspiels. Die Gamer-Plattform Twitch hingegen versucht sich an gelernten TV-Inhalten.**

Aktives Spielen und passives Zuschauen sind nicht mehr an bestimmte Anbieter oder Geräte gebunden, die Grenzen verschwimmen immer mehr.

**S**eit Jahren gehört „League of Legends“ (LoL) zu den führenden Computerspielen weltweit. Auf dieser Vorlage basiert die Animations-Serie „Arcane“, die für den Streaming-Dienst Netflix zu einer der besten Produktionen des Jahres wurde. „Arcane“ spielt in einem geteilten Stadtstaat namens Piltover, der aus einem reichen sowie einem düsteren Bezirk besteht. In diesem lebensfeindlichen Untergrund wachsen die Waisenkinder Vi und Powder in der Obhut ihres Ziehvater Vander auf. Als sich die kleinkriminellen Schwestern eines Tages in den anderen Bezirk begeben, um dort auf Raubzug zu gehen, lösen sie damit eine Kette an Ereignissen und Konflikten aus. Dabei ist keine wichtige Figur einfach gut oder böse. Jede hat Schattenseiten genauso wie Momente der Menschlichkeit. Die Serie ist Pflicht für alle, die herausragende Animationen lieben, auch wenn sie keine Ahnung von League of Legends haben. Sie steckt voller visueller Experimente, krachender Action und magischer Überraschungen. Dazu kommt der für eine Fantasy-Serie ungewohnte Pop-, Rock- & Hip-Hop-Soundtrack. Eine zweite Staffel ist für 2023 angekündigt.

### Trymacs und Amar folgen Joko und Klaas

Auf der bei Gaming-Fans führenden Plattform Twitch haben die beiden Influencer Trymacs und Amar eine Spielshow namens „Teammates“ gestartet. Sie treten jeweils gegen zwei andere bekannte Online-Persönlichkeiten an. Damit bringen sie einen Klassiker des linearen Fernsehens auf die Streaming-Geräte. Das Format ähnelt „Joko und Klaas gegen ProSieben“ oder „Schlag den Star“ (früher „Schlag den Raab“). 220.000 Zuschauer zur selben Zeit sind zwar nur ein Siebtel von Joko und Klaas. Doch für Twitch sind die Zahlen überdurchschnittlich und markieren den drittgrößten Livestream aller Zeiten in Deutschland. Enorme Spannung und ein Preisgeld in Höhe von 30.000 Euro hielten die Zuschauer über sieben Stunden lang in ihrem Bann. Anders als bei klassischen TV-Shows blickt Teammates auch hinter die Kulissen. Dagegen floppte ein anderer populärer Streamer mit einer Spielshow: Jens „Knossi“ Knossalla präsentierte am 23. Oktober die Pilot-Episode von „Prime Time Games“. Während Knossis frühere Live-Ereignisse wie die Angel-, Horror- und Mittelalter-Camps jeweils 200–300.000 Zuschauer schafften, erreichte seine neue Show lediglich ein Zehntel davon.



Kai Pflaume und MontanaBlack gewannen die zweite Ausgabe von „Teammates“ gegen Amar und Trymacs (v. r. n. l.).

**E-SPORTS**

# Erster Blau-Weiß Linz E-Sports LIWEST Cup

**Das Team „Blau-Weiß Linz E-Sports“ hat mit Hauptsponsor LIWEST ein eigenes FIFA 2022-Turnier organisiert.**

Das Ereignis wurde auf Twitch gestreamt und prominent moderiert.

Im April 2020 begann der FC Blau-Weiß Linz ein weiteres Kapitel in seiner Vereinsgeschichte. Das neu gegründete FC Blau-Weiß Linz E-Sports Team absolvierte seine ersten Ligaspiele in der Rookie League der NGL (National Gaming League). Blau-Weiß Linz will mit seiner eigenen E-Sports-Sektion eine Vorreiterrolle einnehmen, um möglichst rasch tiefgreifende E-Sports-Strukturen aufzubauen. LIWEST unterstützt diese Aktivitäten als Hauptsponsor. Das erste eigene E-Sports-



Turnier wurde kürzlich erfolgreich im LIWEST Headquarter Linz durchgeführt und auf der Plattform Twitch gestreamt. Gespielt wurde FIFA 2022 im Pro-Club-Modus (11 gegen 11), mit 24 Mannschaften in sechs Gruppen.

## Begeisterung und Schmäh

Mit Konter e-TV ([twitch.tv/konteretv](https://www.twitch.tv/konteretv)) konnte ein kompetenter und erfahrener Caster für das Turnier verpflichtet werden. Für großes Echo sorgten aber die beiden hochkarätigen Co-Moderatoren. Gerald Scheiblehner, der neue Trainer der Fußball-Kampfmannschaft beim FC Blau-Weiß Linz, überzeugte auch beim E-Sport mit Begeisterung und Leidenschaft. Kongenial an seiner Seite plauderte ein populärer TV-Journalist: Günther Mayr, Leiter der ORF-Wissenschaftsredaktion ("Mayrs Magazin") und rhetorisch versierter Stammgast bei „Zeit im Bild“ und anderen Informationssendungen. Günther Mayr ist ein großer Blau-Weiß-Fan und leidet sehr darunter, dass er aufgrund der Corona-Einschränkungen nicht zum Fußball gehen kann. Der Hobby-Tormann Mayr hatte mit e-Sports bisher noch nichts am Hut, doch er meisterte den Sprung ins kalte Wasser souverän und meinte: „Ein bissl Schmäh ist immer dabei.“





LIVEST FÜR DEN SPORT

# Vom jungen Talent zum Eishockey-Profi

**Die Eishockey-Akademie OÖ ist die erste Adresse für Jugendliche, die professionellen Sport mit Schule oder Lehre kombinieren wollen.**

Wer hier seine Ausbildung startet, kann es als Profi in die Bundesliga und zu internationalen Clubs schaffen.

**V**or anderthalb Jahren hat der OÖ Eishockey-Verband die Eishockey-Akademie OÖ gegründet, um den heimischen Nachwuchs zu fördern. „Wir hatten von Anfang an eine gute Entwicklung und haben in kurzer Zeit trotz Corona viel auf die Beine gestellt. Inzwischen haben wir 70 Sportlerinnen und Sportler in drei Mannschaften, U16, U18 und U20“, freut sich Christian Ladberg. Er hat selbst als Neunjähriger mit dem Eishockey begonnen, in der Landes- und Regionalliga gespielt und engagiert sich jetzt als Präsident des OÖ Eishockey-Verbands. Der OÖEHV ist wirtschaftlicher Eigentümer der Akademie, de-

ren Türen allen Vereinen offenstehen. Wer in der Akademie ist, spielt auch für sie, darum ist die Akademie zugleich der größte Bundesliga-Nachwuchsverein in Oberösterreich. Davor und danach gehören die Talente ihrem jeweiligen Verein an. Nicht nur Burschen sind dabei, sondern auch immer mehr Mädchen entdecken ihre Leidenschaft für den schnellen Teamsport.

## Rundum-Service

Im Jahr 2010 wurde mit sechs Schülern im „Talentezentrum OÖ“ begonnen. Die heutige Eishockey-Akademie OÖ ermöglicht Jugendlichen eine professionelle Ausbildung quasi auf zwei Kufen: einerseits Abschluss in Sport-Gymnasium oder Sport-Handelsschule, andererseits Eishockey-Training samt Bundesliga-Spielen. Wohnen können die Talente in einem Internat mit „Doppelstudios“ (zwei Einzelzimmer mit gemeinsamer Küche und Sanitärbereich), sieben Tage Vollverpflegung und Nonstop-Betreuung samt Lernunterstützung, Shuttle-



**Raffael Aigner #89 ist Captain der U18 in der Eishockey-Akademie OÖ. Der junge Führungsspieler ist seit kurzem auch Schulsprecher am BORG Linz, dem größten Gymnasium des Landes.**



Fotos: ÖÖEHV

**Teamgeist, Exzellenz und Fairplay gehören zu den wichtigsten Werten der Eishockey-Akademie OÖ.**

diensten sowie gemeinsamen Veranstaltungen. Das Internat ist aber nicht Pflicht, auch die Wahl einer anderen Schule oder Berufsausbildung ist möglich. „Der Hauptanteil unserer Jugendlichen kommt aus Oberösterreich, zum Beispiel aus Linz, Wels, Steyr oder Gmunden“, berichtet Christian Ladberg. „Der gute organisatorische Ruf der Eishockey-Akademie OÖ lockt auch Talente aus anderen Bundesländern, die bei uns eine optimale Ausbildung für die 1. und 2. Bundesliga erhalten.“

### **Straffer Tagesplan**

Drei Mal pro Woche steht bereits um 7 Uhr ein Frühtraining auf dem Programm, gefolgt von Frühstück und Schulunterricht. Jeden Nachmittag geht es zum Ice- oder Off-Ice-Training. An den Wochenenden absolvieren die Teams ihre Bundesliga-Spiele im In- und Ausland in Vorbereitung auf den Profi-Betrieb. Die Eishockey-Akademie OÖ betont: „Wir fördern kontinuierlich und zielgerichtet die Weiterentwicklung unserer Talente. Dadurch ermöglichen wir unseren Sportlern, ihr volles Potential im Eishockey, in der Ausbildung und als Mensch mit Begeisterung auszuschöpfen.“ Die Akademie stellt besonders Werte wie Teamgeist, Begeisterung, Exzellenz, Transparenz, Verantwortung, Fairplay und Respekt in den Mittelpunkt. „Zum Gelingen tragen 22 Mitarbeiter und Ehrenamtliche, die Unterstützung des Landes sowie viele tatkräftige Sponsoren bei“, sagt Christian Ladberg. Auch LIWEST fördert den heimischen Nachwuchs als Hauptsponsor des OÖ Eishockey-Verbands und der Eishockey-Akademie OÖ.

### **Erfolgreiche Vorbilder**

Aus der heimischen Nachwuchsarbeit gehen immer mehr national und international erfolgreiche Profis hervor. Beispielsweise hat der gebürtige Linzer Lukas Haudum (24) fünf Saisons in Schweden gespielt und stürmt heute für den KAC. Erik Kirchschräger (25) wurde einst gemeinsam mit Lukas Haudum in der U18 und U20 österreichischer Meister und ist heute Top-Verteidiger bei den Graz 99ers. Aus dieser Generation kommt auch Gerd Kragl (24), der bei den Black Wings Linz verteidigt. Etwas jünger ist der Tiroler Niclas Maurer, der für Kitzbühel spielt. Sie und viele andere zeigen, dass die Verbindung zwischen jungen Talenten in der Akademie und den Profi-Mannschaften perfekt gelingt.



**Bewerbungen zur OÖ Eishockey-Akademie sind noch bis 15. Jänner 2022 möglich. Die Aufnahme erfolgt nach den Semesterferien. Interessierte finden Infos und ein Bewerbungsformular unter [akademie-ooe.hockey](http://akademie-ooe.hockey)**



## APP-TIPPS

# Mit digitaler Hilfe abschalten & entspannen

**Beruf und Advent, Corona und Alltag: Viele möchten einfach abschalten und den Stress hinter sich lassen.**

Zahlreiche Apps bieten Hilfe beim achtsamen Entspannen und Regenerieren – vielleicht gerade nach den Feiertagen?

**M**it dem intelligenten Einsatz von Smartphone-Apps lassen sich Stresssituationen bewältigen und Regenerationsphasen begleiten. Interessierte haben die Wahl, vom Wiederholen einfacher Übungen bis zur Vielfalt tausender Anleitungen. Viele Apps bieten einen kostenlosen Einstieg und Abomodelle für Premium-Einheiten. Alle vorgestellten Bei-

spiele sind für Android und iOS erhältlich. Manche Apps blockieren Anrufe während der Nutzung automatisch, bei anderen muss man dafür erst einen „Nicht-stören“-Modus aktivieren.



### **7Mind: Meditation mit Erfahrung**

„Meditieren wo, wann und wie du willst“ – unter diesem Slogan hat sich 7Mind zu einer führenden Meditations-App entwickelt. Nutzer können über 200 unterschiedliche Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen absolvieren. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, der Meditationsguide leitet

Schritt für Schritt durch die Angebote. Mit sogenannten „Jetzt-Übungen“ für bestimmte Situationen kann beispielsweise das Einschlafen erleichtert oder eine Wartezeit überbrückt werden. Durch Training seiner Vorstellungskraft lernt man, besser mit Angst, Wut oder Verzweiflung umzugehen. Alle Meditationen sind von erfahrenen Lehrern konzipiert und durch Wissenschaftler begleitet. 7Mind gibt es in einer Gratisversion mit Grundlagenkursen und ausgewählten Meditationen oder in kostenpflichtigen Abo-Angeboten mit vertiefenden Kursen.



#### **Calm: Schlaf & Glück**

Diese App gilt als eine führende App für Achtsamkeit, Schlaf und Entspannung.

Sie bietet Kurse in konkreten Kategorien wie „Stressabbau“, „Schlaf“, „Konzentration“, „Glücklich sein“, „Dankbarkeit“ oder „Selbstbewusstsein“. Der Nutzer kann selbst bestimmen, wie viel Zeit er mit den Übungen verbringen will. Mit „7 Days of Calm“ steht ein kostenloser Einstiegskurs zur Verfügung. Neben zehninütigen Meditationen gibt es auch hunderte Einschlafgeschichten sowie Schlafmusik, Naturgeräusche wie Vogelgezwitscher, Wellenrauschen oder Regentropfen, Videos und Meditationsunterricht. Calm gibt es gratis in einer Basisversion sowie in einem Abo-Modell mit länger geführten Programmen und Meisterkursen.



#### **Headspace: SOS in der Krise**

Bei dieser international sehr verbreiteten App gibt

es hunderte Angebote zu verschiedenen Themen wie Stress, Schlaf- und Konzentrationsstörungen sowie Angstbewältigung. Außerdem bietet Headspace angeleitete Kurzmeditationen für volle Terminkalender und SOS-Übungen für plötzliche Krisen. Die Einheiten werden von Andy Puddicombe gesprochen, der selbst Buddhistischer Mönch ist und in Tibet Meditation erlernt hat. Allerdings sind die meisten Übungsprogramme kostenpflichtig, die kostenlose Basisversion gibt einen raschen Überblick.



#### **Du hast Pause: Guter Einstieg**

Bei dieser App ist der Name Programm. Gründerin Maria Boettner will vor allem Menschen unterstützen, die in ihrem stressigen Alltag auf Pausen vergessen.

Kurze geführte Meditationsübungen behandeln unterschiedliche Themen wie Reisen, Schlafen, Arbeit oder Gesundheit. Der Offline-Modus vermeidet Störungen am Smartphone. Die kostenlose Basisversion ist ein guter Einstieg für Neulinge auf dem Gebiet der Meditation. Verschiedene Übungen für Fortgeschrittene sind kostenpflichtig.



#### **Buddhify: Kurze Meditation**

Die App bietet praktische Hilfestellungen bei Meditation und Achtsamkeitsübungen. Neben einem Meditations-Timer, der mit einem Gongschlag beginnt und

mit einem Geigenstrich endet, gibt es zahlreiche kurze Übungen zwischen sechs und zehn Minuten. Man sucht einfach eine passende Situation aus, etwa „Eating“, „Feeling Stressed“ oder „Waiting Around“. Die App ist zwar in englischer Sprache, zeichnet sich aber durch ein schönes und übersichtliches Design aus und ist um wenige Euro erhältlich.



#### **Insight Timer: Marktplatz und Vernetzung**

Diese App bietet tausende geführte Meditationen und fungiert auch als Marktplatz für Inhalte von Meditationslehrern, Psychologen und anderen Wissen-

schaftlern. Man kann Gruppen beitreten und sich mit anderen Meditierenden vernetzen. Die Palette der Angebote ist nicht auf eine spezielle Meditationsform beschränkt, sondern breit gestreut, der Einstieg ist gratis. Eine kostenpflichtige Jahresmitgliedschaft bietet nicht nur zahlreiche weitere Kurse, sondern auch die Offline-Nutzung.



#### **Digital Detox: Total abschalten**

Ein Tipp sei abschließend noch ergänzt, auch wenn es sich dabei nicht um einen App-Tipp handelt: „Digital Detox“ (engl. „Digitale Entgiftung“) – eine Auszeit von

jeglichen digitalen Medien. Warum nicht über fixe Zeiten im Alltag nachdenken, an denen man digitale Geräte abschaltet und sich stattdessen Zeit für Sport oder Spaziergänge an der frischen Luft, für ein Buch oder ein Bad, für Familie und Freunde nimmt?

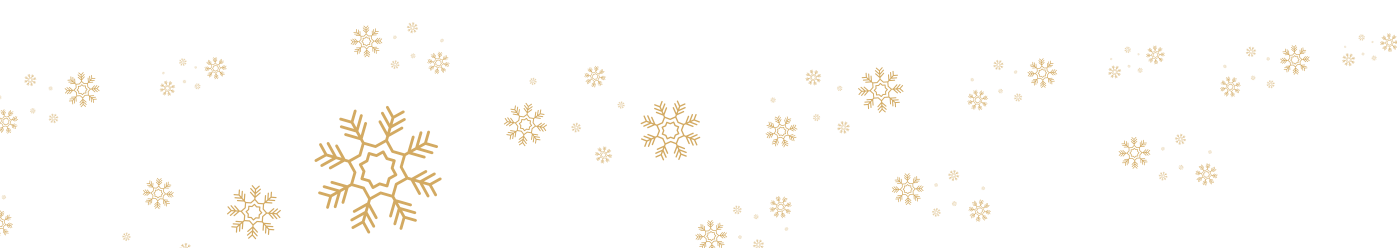





# Zu Weihnachten **gratis telefonieren!**

Zu Weihnachten versüßen wir Ihnen und Ihren Lieben das Fest mit unserem persönlichen Weihnachtsgeschenk:

Telefonieren Sie  
**gratis im gesamten österreichischen Festnetz\*** vom 24. bis einschließlich 31.12.2021 – 8 Tage – rund um die Uhr!



**Das LIWEST-Team wünscht Ihnen  
unterhaltsame Weihnachten!**

\* Gilt nur für LIWEST Telefonkunden und Telefonate ins österreichische Festnetz.  
Ausgenommen sind Mobil-, Online- oder Mehrwertdienste.