

WIR

von den Werken der Knorr-Bremse

155 / 1979



WIR

von den Werken der Knorr-Bremse



Herausgeber:
Knorr-Bremse Kommanditgesellschaft
München/Berlin
Moosacher Straße 80, 8000 München 40
Schriftleitung:
Renate Stapf
Moosacher Straße 80, 8000 München 40
Telefon: 089/35051
Titel und Layout:
H. A. Müller, München
Druck:
S. Hils & A. Maier
Bruckstraße 9, 8312 Dingolfing
Telefon: 08731/2307
Artikel ohne Namentangabe: Renate Stapf, München

155 FEBRUAR 1979

Inhalt/Seite	
Die Geschäftslage unserer Werke am Jahresende 78	3
Betriebsame MWM-Außenwirtschaft	4
Zahlen und Daten: Löhne und Gehälter	4
Unsere Firmengruppe	5
München, Möhlstraße 26	6
Nachdenken macht sich bezahlt (MWM)	6
Fröhliche Feste am Jahresende	7
Der große Preis von Klais	10
MWM: 24 Maschinen für Ecuador	12
Von Eltern und Kindern	12
Zuverdienst bei flexibler und vorgezogener Rente	13
Unser Hobby: Wandern	14
Essen und Trimmen — beides muß stimmen	16
Unsere Jubilare	16

»**T**ages Arbeit! Abends Gäste! Saure Wochen! Frohe Feste!« Nun, dieses Heft beweist wieder einmal, daß von den Mitarbeitern in München, Mannheim, Volmarstein und Berlin gern gefeiert wird. Offizielle Anlässe gibt es genug: Der Abschluß der Berufsausbildung für die Jungen und das Arbeitsjubiläum für die Älteren sind angenehme Pflichtfeiern. Natürlich auch Betriebsausflüge sowie Weihnachtsfeiern. Dazu kommen dann noch jene Feiern in Mittagspause und nach Dienstschluß, die man freiwillig unternimmt und selber finanziert: Die Einstandsfeier, der Umtrunk zur Beförderung und, wenn man ausscheidet oder pensioniert wird, der Ausstand.

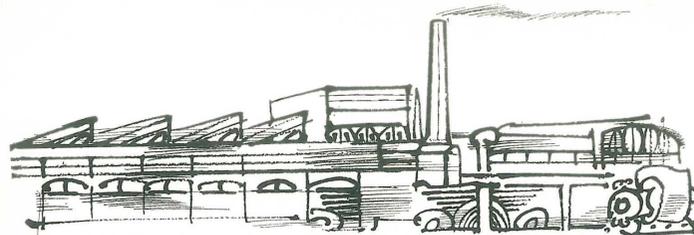
Seminare und Lehrgänge bieten neben der Arbeit oft Gelegenheiten zum Zusammensein in froher Runde. Man läßt den Tag Revue passieren und gerät ins Fachsimpeln. Dabei wird einem der Mund von vielen Reden ganz schön trocken! Also protestiert man sich zu. Auch auf den Messeständen in Hannover und anderswo herrscht oft eine schrecklich staubige und trockene Luft — ein frischer Trunk ist dann geradezu gesundheitsnotwendig.

Die zweite Gruppe der Feiernmöglichkeiten ergibt sich aus dem privat-menschlichen Bereich der Betriebsangehörigen: Geburtstage, Verlobungen und Hochzeiten. Auch wenn Paare sich endlich glücklich wieder auseinandergerauft haben, kann dies heutzutage durchaus ein Grund zum Feiern sein.

Natürlich wird auch das glücklich vollendete Häuschen des Kollegen oder der Einzugs in die neue Wohnung gefeiert. Aus gutem Grund, denn mitunter leistet die Abteilung dabei wackere Schützenhilfe, indem sie mit privaten Pkw's als mobile Transportbrigade wirkt und danach auch noch Sofas schleppt, Lampen anbringt, Küchenmaschinen installiert. Besonders gern wird diese Hilfe beim Umzug allein-stehenden Kolleginnen geleistet. Vielerorts begrüßt man auch den Beginn des großen Urlaubs mit einer kleinen Fete nach Dienstschluß. Ebenso wird die glückliche Heimkehr vom Urlaub mitunter gemeinsam festlich begangen. Manche feiern auch den letzten Tag der Arbeitswoche am Freitagabend bei einem kleinen Bierchen in der Eckkeipe.

Die dritte Gruppe der Gemeinschaftsfeiern sind jene aus sportlichen Anlässen: Nach Fuß- und Handballspielen, nach Tennis- und Tischtennis-Matches, nach Schiausflügen, gemeinsamen Wanderungen und nach der geglückten Landung beim Segelfliegen. Auch das Glas, mit dem sich Arbeitskollegen am Stammtisch beim Skatspiel bzw. Schachturnier zutrinken oder das nach dem Sängertreffen wollen wir nicht vergessen. Bei allen diesen Veranstaltungen, die mit Sport und Hobby in der Freizeit zu tun haben, trifft man sich übrigens ganz aus eigener Initiative samstags oder sonntags und bringt dazu nicht selten auch die Familie mit. Die Beteiligten greifen oft dafür tief in den eigenen Gelbbeutel, und auch, was besonders hoch anzurechnen ist, in die eigene Gehirnschublade, um mit einem Feuerwerk von Einfällen einen persönlichen Beitrag zum Gelingen der Gemeinschaftsfeier beizusteuern. So etwas kann man dann schon wirklich als kreatives Feiern bezeichnen!

Alles in allem kann man wohl jenen, die neu zu uns kommen wollen, versichern, daß wir keine Kinder von Traurigkeit sind und sie auf das passende Dichterwort hinweisen: »Wo man singt, da laß dich ruhig nieder; böse Menschen haben keine Lieder!«



Die Geschäftslage unserer Werke am Jahresende 1978

Die Ende 1977 abgegebene Prognose, daß im Jahr 1978 mit einer leicht gedrosselten Beschäftigung zu rechnen sei, hat sich bestätigt. Nach den vorliegenden vorläufigen Zahlen betrug der Umsatz 789 Mio DM, das sind 1,6% weniger als 1977 (802 Mio). Bei diesen Werten handelt es sich um die Umsätze der deutschen Werke der Knorr-Bremse-Gruppe, vermindert um die internen Lieferungen zwischen den KB-Werken. — Der Umsatz hätte höher sein können, wenn nicht politische Unruhen im Nahen Osten eingetreten wären. Andererseits wurde die Geschäftsentwicklung begünstigt durch verschiedene Aufträge, die sich, nicht einkalkuliert, im Laufe des Jahres einstellen.

Das Auslandsgeschäft war 1978 nicht ganz so erfolgreich wie im Vorjahr, weil abgesehen von der Konkurrenz die Währungsentwicklung, die Finanzlage einzelner Kunden, die erwählten Unruhen sowie die gestiegenen Material- und Personalkosten die Liefer- und Preisbedingungen ungünstig beeinflusst haben.

Die 1978 eingegangenen Aufträge waren niedriger als im Vorjahr, haben sich jedoch auf befriedigendem Niveau gehalten. Geringer waren die Bestellungen für Schienenfahrzeugbremsen in München sowie — nach Auslauf von Großaufträgen — die Bestellungen von RH-Motoren in Mannheim und Autorädern in Volmarstein.

Der Auftragsbestand verringerte sich von 397 Mio DM im Vorjahr auf 382 Mio DM zu Ende 1978. Er entspricht rechnerisch einer Beschäftigung von annähernd sechs Monaten.

Mit Ausnahme von MWM ist für 1979 mit einer weitgehenden Auslastung der Anlagen zu rechnen. Dies unter der Voraussetzung, daß nicht außerordentliche Storfaktoren auftreten.

Bei der KB München gelang es, den Umsatz des Vorjahres um 1,7% zu übertreffen. Anders als in den Jahren vorher haben sich 1978 die Exportlieferungen verringert und die Inlands-lieferungen erhöht. Der Rückgang des Auslands-geschäfts ist in erster Linie auf die Unruhen im Nahen Osten zurückzuführen; sie waren der Grund dafür, daß vor allem die bestellten Mittelpufferkupplungen nicht planmäßig ausgeliefert werden konnten. Daneben hat sich eine gewisse Investitions-Zurückhaltung bei manchen unserer ausländischen Kunden ausge-wirkt. Trotzdem konnten bei Kfz-Bremsen, Druckluftsteuerungen und im Anlagenvertrieb verstärkte Auslandsumsätze getätigt werden. — Im Inland waren bei allen Produktgruppen Zunahmen zu verzeichnen. — Erfreulich war

auch, daß die Auftragsgänge gegenüber dem Vorjahr insgesamt wieder leicht zugenommen haben. Innerhalb der Produktgruppen sind lediglich die Bestellungen für Schienenfahrzeug-bremsen zurückgeblieben. Der vorhandene Auftragsbestand und die Planungswerte lassen hoffen, daß der Umsatz 1979 mindestens so hoch ist wie 1978.

Die KB Volmarstein hat 1978 einen Umsatz-rückgang von 11,6% hinnehmen müssen. Sie hat aber besser abgeschnitten, als dies zu Anfang des Jahres befürchtet worden ist; ein Rückgang von 20% schien realistisch. Durch zusätzlich hereingeholte Aufträge für Stahlguß, u. a. im Zusammenhang mit Bestellungen für Berg-bauausrüstungen aus China, konnte der Rück-gang in Grenzen gehalten werden. Umsatzrück-gänge ergaben sich in den Produktgruppen Autoräder und Unicupler. Mehrumsätze konnten dagegen bei Stahlguß (entgegen dem Branchentrend) und bei Schienenfahrzeugbremsen erzielt werden. — Der Auftragsgang war geringfügig höher als im Vorjahr. Durch die bereits erwähnten sprunghaft gewachsenen Aufträge für Sonder-Stahlguß ist die Beschäf-tigung der Gießerei voraussichtlich bis über den Sommer hinaus gesichert.

Der Umsatz der MWM blieb um 1,8% hinter dem Vorjahr zurück. Allerdings ist hierbei zu berücksichtigen, daß eine größere Anzahl von versandfertigen Motoren wegen politischer Unruhen im Vorderen Orient nicht mehr ausgeliefert werden konnte. Diese Lieferungen fehlten dem RH-Motoren-Umsatz. Bei den KD-Motoren konnte ebenso wie bei den SB-Motoren und den KB-Kompressoren die Vorjahres-höhe etwa gehalten werden. Im Exportgeschäft spielten neben den erwählten Lieferschwie-keiten die Wechselkursänderungen der DM eine ungünstige Rolle; nicht alle Aufträge, die in Aussicht standen, konnten deshalb realisiert werden, obwohl Preiszeugstände gemacht wurden. — Die Auftragsgänge haben im Berichtsjahr nicht die außerordentliche Höhe des Vorjahres erreicht, vor allem weil Bestellungen aus dem Iran — einem Hauptmarkt der MWM — wegen der Unruhen ausgeblieben sind. Dies führte u. a. dazu, daß seit Januar 1979 — ver-mutlich für mehrere Monate — kurz gearbeitet wird.

Die Südbremse blickt auf eine gute Be-schäftigung im Jahr 1978 zurück. Bestimmend hierfür war, daß die Umsätze in den Bereichen Kfz-Bremsen und Steuerungen gesteigert und in den Bereichen Schienenfahrzeugbremsen

und Motoren gehalten werden konnten. Ins-gesamt ergab sich eine Zunahme des Um-satzes um 2,9%. — Die Auftragsgänge waren 1978 durchweg höher als im Vorjahr, so daß auch 1979 mit einer guten Auslastung zu rechnen ist.

H & W ist in das Jahr 1978 mit einem Auf-tragsbestand hineingegangen, der für eine längerfristige Disposition zu klein war. Die Hoff-nung, daß die Abnutzung der bei den Kunden vorhandenen Maschinen und Aggregate nach mehreren Jahren starker Kaufzurückhaltung kurzfristig zu einer stärkeren Nachfrage nach Ersatz-Investitionen führen würde, hat sich vor-erst nicht erfüllt. Trotzdem wurde die Umsatz-zahl des Vorjahres um 8,3% überschritten. Dies war möglich, weil sehr viele Aufträge in neuen Absatzbereichen abgewickelt werden konnten. Allerdings gingen diese erst im Laufe des Jahres, zum Teil im Herbst, ein, so daß beson-dere Probleme dadurch entstanden, daß auf der einen Seite stärkste Anspannung und Ausnut-zung der Kapazität bis an die äußerste Grenze des Möglichen zur Abwicklung von technisch schwierigen termingebundenen Aufträgen not-wendig wurde, zum anderen aber eine zu knappe Auftragsdecke und zu ungewisse Pro-gnosn die Sicherstellung einer kontinuierlichen Beschäftigung verhinderte. Erfreulicherweise — und allen Einschränkungen zum Trotz — ist der gegenwärtige Auftragsbestand wesentlich höher als im Vorjahr, so daß Optimismus auch für die Geschäftsentwicklung in 1979 ange-brecht scheint.

Die Knorr-Bremse-Gruppe beschäftigte Ende 1978 in ihren deutschen Werken 7224 Mitarbei-ter (im Vorjahr 7209). Bei MWM verringerte sich die Belegschaftszahl um 76 auf 3212 Personen, bei SB erhöhte sie sich um 61 auf 2043 Personen. Der Personalstand bei KB München und Volmarstein betrug 1693 (im Vor-jahr 1671), bei H&W 242 (im Vorjahr 235).

Die Löhne und Gehälter haben sich um 3,5% erhöht. Mehr aufgewendet wurde auch für die sozialen Leistungen, zwangsläufig durch die gestiegenen Beiträge für die Sozialver-sicherung, aber auch durch erhöhte Zahlungen im tariflichen und freiwilligen Bereich, nämlich für das Altersversorgungswerk, für Erholungs-aufenthalte von Mitarbeitern und deren Kin-der, für Essenzuschüsse, Fahrtkostenzu-schüsse, Jubiläumsvergütungen u. a. m.

Für Ersatz-, Erweiterungs- und Rationalisie-rungs-Investitionen wurden 1978 etwa 35 Mio DM ausgegeben. Das ist etwas weniger als im Vorjahr, in welchem höhere Aufwendungen für einen Grundstückskauf notwendig waren.

Die Erträge liegen bei den meisten Produkt-gruppen unter den Vorjahreswerten und leiden darunter, daß bei einem Teil der Aufträge keine bzw. gerade noch Vollkostendeckung erreicht wird. Die Wettbewerbsfähigkeit ist gegenüber früheren Jahren aufgrund höherer Lohnstück-kosten und des Anstiegs der DM-Wechselkurse generell schwächer geworden und macht ein erfolgreiches Abschneiden im Auslandsgeschäft immer schwieriger.

Für die ausländischen Werke der Knorr-Bremse-Gruppe liegen noch keine Zahlen vor. Gegenüber dem Vorjahr scheinen die Umsätze in Brasilien, Spanien und Frankreich etwas geringer, in Südafrika, Österreich und den USA etwas höher zu sein. Insgesamt dürfte wohl mit einem Umsatz von 350 Mio DM zu rechnen sein. Im Auslandsbereich werden 3850 Personen beschäftigt. ZV/Schl.

Betriebsame MWM- Außenwirtschaft

In einem „Bericht zur Lage“ erwähnte MWM-Vorstandsvorsitzer Peter J. Giesers, daß MWM nunmehr über sechs Produktionsstätten verfügt: je zwei in der Bundesrepublik Deutschland und in Spanien, je ein Werk in Brasilien und in den USA. Darüber hinaus besitzt man eine große Anzahl von Reparaturbetrieben und gut bestückten Ersatzteillagern. Das Auslandsengagement verlohne sich insofern, als die

eigenen Werke in Brasilien und Spanien im vergangenen Jahr eine beträchtliche Umsatzaufweitung erzielten. Die brasilianische Tochter in Sao Paulo hat ihren Ausstoß 1977 von 114 000 auf 126 000 Zylinder gesteigert, die spanische Tochter in der Nähe von Madrid brachte es von 45 000 auf 47 000 Zylinder. Zusätzlich wurde in Spanien ein neues Montagewerk in Betrieb genommen. —



Die Auslandsbemühungen haben nicht zuletzt zum Ziel, eine kritische Phase im Schiffsmaschinenbau zu überbrücken. Sein Fertigungsanteil von 75% ist bei MWM auf rund 20% abgesunken. Der Ausfall konnte bislang z. T. durch verstärkte Aktivitäten auf dem Sektor stationäre Motoren und Aggregate einigermaßen kompensiert werden. In der Beschäftigungsauslastung wird dies bis zum Jahresende (in Mannheim rund 80%) auch noch der Fall sein, wenn gleich auch in kurzfristigen Aufträgen der Zugang leicht zurückging. Zwei Drittel der Bestellungen entfallen auf das Exportgeschäft.

Vorstandsmitglied Direktor Dipl.-Ing. Onno Syassen gab eine Übersicht über den gegenwärtigen Stand der MWM-Fertigung. Das Dieselmotoren-Bauprogramm umfaßt luftgekühlte Viertaktmotoren von 3,5 bis 112 PS, wassergekühlte von 15 bis 7500 PS. Vielfältigste technische Anforderungen konnten bisher erfüllt werden.

Werbung für MWM in Amerika

Bei der SAE-Show in Milwaukee (Wisconsin, USA) warb die jüngste MWM-Tochter Murphy Diesel auf zwei Ausstellungsständen für MWM-Dieselmotoren. Wie unser Bild zeigt, wurden sie gut und mit Interesse gestaltet, sind aber unverkennbar in Platznutzung und Bunttheit auf den amerikanischen Werbestil und Geschmack zugeschnitten.

Murphy ist ein wichtiger MWM-Stützpunkt in den USA. Die Firma baut vorerst ihre eigenen Motoren, wird aber außerdem den Vertrieb der in Spanien produzierten kleinen MWM-Dieselmotoren übernehmen.

Mit einem Jahreseinkommen von 50 138 Mark an der Spitze der industriellen Gehaltsskala standen die Angestellten der Kraftwagen- und Kraffradindustrie, am unteren Ende mit Jahreseinkommen von 32 201 Mark die männlichen Angestellten der Lederverarbeitenden Industrie.

Die weiblichen Angestellten verdienten 1977 im Schnitt 24 520 Mark. Auch bei den Frauen lagen die Löhne in der Industrie mit 26 817 Mark höher als in den Dienstleistungsbereichen (23 011 Mark). Maßgebend für diesen Unterschied ist das Einkommen im Handel, wo viele weibliche Angestellte beschäftigt sind und wo erheblich weniger verdient wird als in den anderen Dienstleistungszweigen oder in der Industrie. So betrug der Bruttojahresverdienst im Einzelhandel nur 19 401 Mark. Die höchsten Gehälter wurden, wie schon in den Jahren davor, mit durchschnittlich 33 912 Mark in der Mineralölverarbeitung gezahlt.



Knorr-Bremse KG München und Berlin

Aufsichtsrat:
Dr. Wilfried Guth, Vors.
Dr. Karl Markmiller, stellv. Vors.
Liselotte von Bandemer
Dr. Helmut Petri

Geschäftsführung:
Joachim Vielmetter
Dr. Jens von Bandemer

Direktoren/Prokuristen:
Hans Weinmann, Bev. Dir.
Georg Werner Graf Bassewitz
Peter Dohmann
Erich Schloßbauer
Gerhard Wacke

Knorr-Bremse GmbH München und Volmarstein

Aufsichtsrat:
Dr. Bernd W. Rohrer, Vors.
Dr. Karl Markmiller, stellv. Vors.
Liselotte von Bandemer
Franz Gablowski
Berthold Marzinzik

Geschäftsführer:
Joachim Vielmetter
Dr. Jens von Bandemer
Dr. Alexander Bodey
Joachim Schultz-Naumann

Direktoren/Prokuristen:
Dr. Bo Göran Cavelli, Abt.-Dir.
Helmut Eber
Hansjürgen von Goedecke, Abt.-Dir.
Rudi Gorr, Dir.
Dr. Giselher Grabley
Norbert Ingenlath
Fritz Krückeberg
Gerhard Kubath, Dir.
Ulrich Lewettag
Dr. Wolfgang Linnemann, Werks-Dir.
Ernst Monstadt, Werks-Dir.
Manfred Müller-Cajnar, Dir.
Peter Paschen
Hans Pöllinger
Dr. Axel Schelle
Erich Schloßbauer
Dr. Thomas Schmitt
Curt Stolz
Heinz Hermann Thiele, Dir.
Hans Weinmann, Dir.

Motoren-Werke Mannheim AG

Aufsichtsrat:
Dr. Robert Ehret, Vors.
Werner Nagel, stellv. Vors.
Joachim Vielmetter, stellv. Vors.
Dr. Jens von Bandemer
Albert Christ
Xaver Ehrle
Ernst Eisenmann
Philipp Frank
Edgar Friedauer
Wolfgang Libbach
Dr. Franz J. Schmitt
Hans Weinmann

Vorstandsmitglieder:
Peter Giesers
Max Koenigs
Onno Syassen

Direktoren/Prokuristen:
Heinz Boje
Hans Butzke, Abt.-Dir.
Heinrich Dillmann
Dr. Karl-Horst Dischner, Abt.-Dir.
Franz Gerber
Emil Honeck
Kurt Iwen, Abt.-Dir.
Wolfgang Keller, Abt.-Dir.
Willibald Körner
Michael Lamprecht, Abt.-Dir.
Wolfgang Libbach
Werner Nestler

Max-H. Neuß
Helmut Pfleger
Peter Pötschke, Abt.-Dir.
Franz Reisinger, Abt.-Dir.
Willi Vogel, Abt.-Dir.
Peter Widow

Süddeutsche Bremsen AG, München

Aufsichtsrat:
Heinz Osterwind, Vors.
Joachim Vielmetter, stellv. Vors.
Liselotte von Bandemer
Georg Giesers
Georg Hartl
Friedrich Kempter
Friedrich Karl Kless
Dr. Dr. Lothar Rohde
Walter Wein

Vorstandsmitglieder:
Dr. Jens von Bandemer
Alexander Eckert

Direktoren/Prokuristen:
Konrad Aumiller
Oskar Englihard
Dieter Englisch
Dr. Rudolf Höniger, Abt.-Dir.
Heinz Kratzsch, Abt.-Dir.
Ralf Polk
Walter Schade, Abt.-Dir.
Josef Wilmerding, Abt.-Dir.
Gunter Zimmermann

Carl Hasse & Wrede GmbH, Berlin

Aufsichtsrat:
Joachim Vielmetter, Vors.
Friedrich Hansel
Walter Hinkel
Hans Weinmann

Geschäftsführer:
Udo Kurtzmann

Prokuristen:
Ilse Baum
Eberhard Rühl

Knorr-Bremse-Nucletron GmbH München

Beirat:
Dr. Jens von Bandemer
Dr. Alexander Bodey
Hans Weinmann

Geschäftsführer:
Bodo Ruthenberg
Günther Winkle

Prokurist:
Arthur Hamacher

Knorr-Bremse-Bowles-Fluidics GmbH, München

Aufsichtsrat:
Joachim Schultz-Naumann, Vors.
Dr. Alexander Bodey, stellv. Vors.
Hans Weinmann

Geschäftsführer:
Alexander Uebel

Knorr-Bremse SA Nanterre

Verwaltungsrat:
Joseph Peucelle de Waelhens, Präs.
Dr. Jens von Bandemer
Dr. Alexander Bodey
Joachim Schultz-Naumann

Unsere Firmengruppe

Vertretungs- und Kontrollorgane* Stand Januar 1979

Geschäftsführung:
Joseph Peucelle de Waelhens, Gen.-Dir.

Knorr-Brake-Corporation Rockville/USA

Verwaltungsrat:
Dr. Jens von Bandemer, Vors.
O. A. Kaletsch
G. G. Gagarin

Geschäftsführer:
G. G. Gagarin

Direktoren:
D. E. Baker
O. Meinicke
W. Maerz

Svenska Knorr-Bremse AB Malmö

Verwaltungsrat:
Nils Widding, Vors.
Dr. Bo Göran Cavelli

Geschäftsführer:
Gunnar Hambitzer

Knorr-Bremse Italia S. p. A. Milano

Aufsichtsrat:
Dr. Cesare Manzoni, Vors.
Hans Weinmann
Dr. Franz J. Schmitt

Direktoren:
Joachim Schultz-Naumann
Heinz Thiele
Dr. Diego Olivieri

Ind. Freios Knorr Ltda. Sao Paulo

Geschäftsführer:
Wolfgang Blau
Heinz Bindel
Harald von Sydow

Knorr-Bremse S. A. Johannisburg

Direktorium:
Joachim Vielmetter, Vors.
R. Alexander C. Camerer, stellv. Vors.
Hartmut H. Beckurts, Geschäftsführer
Gerhard Kubath

Knorr-Bremse GmbH Mödling Österreich

Aufsichtsrat:
Dr. Alexander Bodey, Vors.
Herbert Wirth, stellv. Vors.
Joachim Vielmetter
Dr. Peter Prettenhofer
Peter Novotni
Fritz Hiawatsch

Geschäftsführer:
Albert O. Suess
Kuno Skach

Dr. Techn. Josef Zelisko GmbH Mödling/Österreich

Geschäftsführer:
Heribert Czajaneck
Kuno Skach

Prokuristen:
Friedrich Feher
Ewald Fischer
Herbert Granzer
Gerald Schumy

Paul Dahl S. A. Saint Cloud

Verwaltungsrat:
André Fournier, Präsident
George Castelneau
Dr. Jens von Bandemer
Dr. Alexander Bodey

Direktoren:
André Fournier
George Castelneau

Soc. Esp. de Frenos Madrid

Verwaltungsrat:
Ricardo Fuster Conrado, Vors.
Nicolas Fuster Conrado
Jose Carlos Gil Romeo
Joachim Vielmetter
Albert O. Suess
Dr. Alexander Bodey
Julio de la Puente
Tomas Maestro Aznar
Alfonso Hurtado de Menzola
Francisco Alfaro Drake

Geschäftsführer:
Nicolas Fuster Conrado

Direktoren:
Jose Carlos Gil Romeo
Augustin Lagartos Ruano
Julio de la Puente

Diaz de Teran S. A. Zafrá Spanien

Geschäftsführung:
José Maria Barraca Sipan, Gen.-Dir.
Colmar von Jungenthal
Emilio Fernández Arranz

MWM Motores Diesel Ltda. Sao Paulo

Geschäftsführer:
Harald von Sydow
Heinz Bindel
Wolfgang Blau

Abteilungsdirektor:
Rolf Hitzler

MWM-Diesel Singapore

Geschäftsführer:
Gustav P. Liesendahl

MWM-Iran-Khass, Teheran

Geschäftsführer:
Wolfgang Schäfer

Mannheim Diesel A/S Kopenhagen

Geschäftsführer:
Jörg Brand

MWM-Diesel France Conflans-St.-Honorine

Geschäftsführer:
Karl-Heinz Gumbel

Zahlen und Daten

Löhne und Gehälter

Die männlichen Arbeiter in der Industrie (einschließlich Hoch- und Tiefbau) haben 1977 im Schnitt 28 219 Mark brutto verdient. An der Spitze der Lohnskala stand — wie schon seit Jahren — die Mineralölverarbeitung mit 35 760 Mark, am unteren Ende die Zigarrenindustrie, wo ein Arbeiter nur auf 21 003 Mark kam.

Der Verdienstabstand zwischen den beiden Extremwerten der Skala betrug rund 60 Prozent. Die Arbeiterinnen verdienten durchschnittlich 19 466 Mark; sie erreichten damit 69 Prozent des Arbeiter-Verdienstes, ein Unterschied, der in erster Linie durch den höheren Anteil der Arbeiterinnen in den unteren Leistungsgruppen bedingt ist. Außerdem liegt die Zahl der normal bezahlten Arbeitsstunden bei den Arbeiterinnen im Schnitt niedriger als bei den Männern, und sie leisten auch nicht so viele Überstunden.

Den höchsten Lohn (27 612 Mark) hatten im vergangenen Jahr die Arbeiterinnen in der Kraftwagen- und Kraffradindustrie. Schließlich bildete — wie bei den Männern — die Zigarrenindustrie, wo die Arbeiterinnen auf Jahreseinkommen von 14 797 Mark kamen. Die Spannweite zwischen den Branchen mit den höchsten und den niedrigsten Löhnen betrug bei den Arbeiterinnen knapp 54 Prozent.

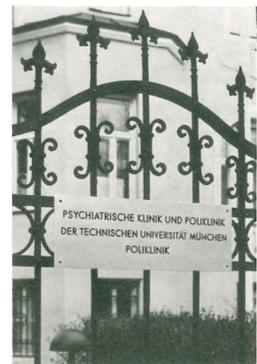
In den Branchen, in denen besonders viele Frauen beschäftigt sind, lagen die Jahreslöhne bei 17 404 Mark (Bekleidungsindustrie), 18 287 (Textilindustrie) und 19 872 Mark (Elektrotechnik).

Die männlichen Angestellten in Industrie und Handel sowie im Kredit- und Versicherungsgewerbe haben 1977 im Schnitt 38 260 Mark brutto verdient, wobei das Einkommensniveau in der Industrie (40 663 Mark) deutlich höher lag als in den Dienstleistungsbereichen (33 932 Mark). Die niedrigsten Gehälter wurden mit 30 445 Mark im Einzelhandel gezahlt.

* ohne Handlungsbevollmächtigte

München, Möhlstraße 26

TU München richtet Psychiatrische Klinik ein



Das Haus interessiert uns, das MWM-Werk selbst und sein Münchner Verkaufsbüro, weil hier ein vollautomatisches Diesel-Drehstrom-Aggregat (Leistung 110 kVA) mit einem D 232 V 8 Dieselmotor der MWM als Antrieb dieser Notstromanlage steht. Nach Abschluß des Gesamtumbaus soll hier ein Klinikum mit 80 Betten eingerichtet werden.

Ganz großen Wert hat Prof. Dr. Hans Lauter, für den gerade diese überschaubare Klinik ein Hauptgrund gewesen ist, den Ruf von Hamburg nach München anzunehmen, auf die Ausgestaltung nach neuzeitlichen Gesichtspunkten gelegt.

Wenn einmal der Netzstrom ausfallen sollte, dann wird das MWM-Notstromaggregat für gesicherten Weiterfluß des unablässig erforderlichen Stroms und so dafür sorgen, daß keinerlei Störung dieser angestrebten Behaglichkeit eintreten kann. JHB

Mannheim

Nachdenken macht sich bezahlt

Über hundert Augenpaare sahen gespannt auf die Glücksfee, die aus einem „umfunktionierten“ Schiffsmotorenkolben die Lose mit den Namen der glücklichen Gewinner zog. Alle Beobachter im Saal hatten während der letzten zwei Jahre im Rahmen des MWM-Qualitätsförderungsprogramms Verbesserungsvorschläge eingereicht und dafür bereits eine Prämie kassiert. Die zusätzliche Verlosung von wertvollen Preisen sollte all diejenigen, die sich noch nicht oder leider ohne Erfolg am Vorschlagswesen beteiligt hatten, den Anreiz geben, ebenfalls mitzumachen und mitzugewinnen.

Die Preise und die Namen der glücklichen Gewinner:

Als 3. Preis

gewonnen je einen ITT-Radio-Cassetten-Recorder:
1. Hubschneider, MB, W. Morscheid, ML 1, Kilian, TP 2, E. Reinhardt, CV 1.

Als 2. Preis

je ein tragbares Fernsehgerät:
E. Rupp, TP 1, G. Wagner, DV, O. Marx, FC, C. Libbach, MC 1.

Als 1. Preis

je eine Wochenend-Flugreise für 2 Personen in eine europäische Hauptstadt (mit Taschengeld):

1. Müller, TP 2, B. Bohnert, DV, F. Heck, AB 42, 1. Aber, AB 3.

Im nächsten Heft werden wir anhand der Darstellung verschiedener durchgeführter Verbesserungsvorschläge allen „MWM-Schlauköpfe“ Tips und Anregungen geben. Also, Augen aufmachen, Gehirn einschalten — es lohnt sich für alle Verbesserungen im Arbeitsablauf, in der Sicherheit oder an den Betriebsmitteln dienen allen Mitarbeitern.

G. Möller, Mannheim



Die Vorweihnachtszeit hat's in sich: Kräftig zupacken dürfen diese Glückspilze, wie man sieht.

Fröhliche Feste am Jahresende



So feierten die Münchner Knorr-Bremser

Das Kaffeegeschirr war abgeräumt worden, der erste Trubel im Festsaal des Münchner Hilton abgeklungen, mit dem die Knorr-Bremser von ihm Besitz ergriffen hatten — nun war man eingestimmt auf einen festlichen Auftakt zur traditionellen Weihnachtsfeier. Und die Bremser wurden nicht enttäuscht. Die „Münchner Chorbuben“ — in vielen Konzertsälen Europas zu Hause und mit Tourneererfahrung in USA und Moskau — sangen an diesem Abend nur für sie. Ganz still war es in dem großen Raum, als die schönsten deutschen Weihnachtslieder erklangen.

Nach dieser musikalischen Begrüßung ergriff Dir. Dr. Jens von Bandemer das Wort. Er verglich den Jahresablauf mit einer Wanderstrecke, und — auf den beruflichen Alltag bezogen — meinte er, daß der hinter uns liegende Weg kein Spaziergang gewesen sei, doch die Mitarbeiter hätten dazu beigetragen, ihn zu meistern. Da das Konjunkturwetter nicht ungünstig sei, hoffe er auf einen guten Weg durch 1979. Bei der Ansprache des BR-Vorsitzenden Franz Mock konnte und durfte gelacht werden: Er hatte sie in schöne bayerische Verse gepackt und trüffelnde Lob und Dank über alle Anwesenden, was diese auch erfreut annahmen.



Dann der Höhepunkt des Abends: das Kalte Buffet. Es hatte sich im Vorjahr bestens bewährt und war auch in diesem Jahr wieder der absolute Knüller. Sehr angetan von der Vielfalt des Gebotenen waren auch Frau Rita Maria Vielmetter und Frau Carola von Bandemer (hier am Arm von Franz Mock). Da Knorr-Bremser gern aktiv sind, scheuten sie auch einen zweiten und dritten Gang ins Vestibül nicht, um sich durch alle warmen und kalten, sauren und süßen Köstlichkeiten hindurchzukosten.

Übrigens feiern Knorr-Bremser nie ganz unter sich. Sie haben gern Gäste. Das sind zunächst die Altersjubilare, die oft aus den verschiedensten Teilen des Landes zu diesem Abend anreisen. Gäste sind aber auch Freunde des Hauses, Berater der Geschäftsleitung. Und Mademoiselle Brigitte Lefort (rechts), die sich hier mit Dr. Bodey unterhält; als Mitarbeiterin von Knorr/Nanterre gehört sie sozusagen mit dazu.



Zu einem munteren Abend gehört auch eine Lotterie. Stifter war die Werbeabteilung, die ihren Wunderschrank hochherzig geöffnet hatte. Unter den glücklichen Gewinnern fand sich auch Frau Reisinger (FR), die übrigens ihr Jubiläum im abgelaufenen Jahr feiern konnte. Sie gewann einen der 60 Preise, die sozusagen quer durch den Werbegeschenkartikel-Garten gepflückt wurden.



Zum erstenmal dabei: die Versandabteilung (VV2). Die Herren — in ihrer Mitte Chef Walter Walsch — bildeten eine handfeste Stammtischrunde und genossen den Abend sichtlich. Zum Zeitpunkt der Aufnahme mochten sie wohl noch kein Tänzchen wagen — zu eng ging es zeitweise auf der Tanzfläche zu, denn Georg Artmeiers Orchester servierte Klänge, nach denen sich Jung und Alt bis spät nach Mitternacht Bewegung machte. Motto: Tanze mit mir in den Morgen . . .

MWM bescherte 71 Heimkinder

Die schönste Veranstaltung, die in den Räumen von MWM ausgerichtet wird, ist jedes Jahr wieder die Bescherung Mannheimer Heimkinder.

Aus fünf Heimen kamen 71 Kinder wieder mit ihren Betreuern in Omnibussen, um ihre Weihnachtsgeschenke in Empfang zu nehmen.

Es waren Wunschzettel an die Heimleitungen verteilt worden, und jedes der Kinder konnte bis zu einem bestimmten Betrag seine Wünsche notieren.

Und wie groß war die Freude, als nun die geäußerten Wünsche tatsächlich erfüllt wurden. Ein Fahrrad für Fritz, eine Puppe und ein Nähkorb für die Anette und, und . . .

Über 17000,- DM waren von Mitarbeitern Aufschicht und Geschäftsleitung gespendet worden. Die Freude und das Glück aber, das man damit so vielen Kindern bereiten konnte, ist in Zahlen nicht auszudrücken. *Möller, VF*

War das eine schöne Bescherung! BR-Vorsitzender Werner Nagel (r.) ermuntert die ungläubige Kleine, all die Schätze getrost mitzunehmen. Für Kinderfreund Dir. Max Koenigs (Mitte) gehört diese traditionelle Heimkinderbescherung zu den schönsten Stunden bei MWM. Nur BR-Mitglied Oest mußte bei aller Rührung den starken Mann markieren!



Es ging schon turbulent zu, nachdem man „endlich“ — nach manch schönen Reden und ebensolchen Liedern — die Geschenke auswickeln durfte. Tatsächlich: bei MWM hatte das Christkind alle kleinen und großen Wünsche erfüllt!



Alle Jahre wieder . . .

Weihnachtsfeier der MWM-Pensionäre

Wenn auch der Wettergott nicht so recht mitspielte und Glatteis die Straßen Mannheims in Spiegel verwandelte: Die Pensionäre von MWM ließen es sich nicht nehmen, auf der traditionellen Weihnachtsfeier wie immer in großer Zahl zu erscheinen.

Mit dem „Largo“ von G. F. Händel, gespielt auf der Hammondorgel von der Auszubildenden Marion Betzwieser, begann das Programm. Selbst für Musikkenner war es erstaunlich, wie dieses junge Mädchen auch schwierige Passagen virtuos beherrschte. Unter Leitung von Musikdirektor Gerhard Wind sang der Männerchor die Weise „Musik du Trösterin“ von Rudolf Dech.

Dann begrüßte Vorstandsvorsitzer Peter Giesers im Namen der Geschäftsleitung und aller Mitarbeiter die Pensionäre: Durch den „Neuzugang“ sei die Zahl der MWM-Pensionäre nunmehr auf 712 gestiegen, davon 92 Damen. Unter den Pensionären befanden sich 282 Jubilarinnen und Jubilare, die 25 Jahre und länger dem Unternehmen angehörten.

In seinem Bericht zur Lage der Firma MWM erklärte Direktor Giesers den Umsatzrückgang im abgelaufenen Jahr sowie den starken Auftragsrückgang um 14% (45 Mio DM) gegenüber dem Vorjahr, der fast ausschließlich den Großmotoren-Sektor treffe. Es sei dies vor allem auf die augenblickliche Situation im internationalen Schiffbau und auf die schwierigen Verhältnisse im Iran und in Libyen zurückzuführen. Es gäbe aber auch positive Ereignisse: Die

Einweihung des Werkes II auf der Friesenheimer Insel, wo ein Zentralersatzteillager in moderner Hochregaltechnik mit teilcomputergesteuertem Arbeitsablauf entstanden ist. Auch im alten Straßenbahndepot und im Werk I wurden neue Produktions- und Büroräume geschaffen, die zum Teil um ein Mehrfaches größer sind als die bisher belegten.

Der Erwerb der kleinen Dieselmotorenfabrik MURPHY in Milwaukee war ein weiterer Lichtpunkt des Jahres. MURPHY ist ein wichtiger MWM-Stützpunkt in den USA. Sie baut vorerst ihre eigenen Motoren, wird aber außerdem den Vertrieb der in Spanien produzierten kleinen MWM-DITER-Motoren übernehmen.

MWM wurde auf Grund seines hohen Exportanteils von zwei Dritteln der Gesamtproduktion von der Dollarschwäche schwer getroffen. Die ausländische Konkurrenz nutzte die so entstandene Exporterschwerung zu ihrem Vorteil. Der verringerte Auftragsbestand erfordert als erste Maßnahme die Einführung von Kurzarbeit ab Januar 1979. Betroffen davon werden 519 Mitarbeiter aus dem RH-Bereich.

Eingehend auf die aktuelle wirtschaftliche Situation gab Herr Giesers folgendes zu bedenken: Die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland besitzt einen hohen Lebensstandard; die Wirtschaft bezahlt die höchsten Löhne, hat aber auf der anderen Seite von allen Industrieländern die höchsten Produktionskosten. Das macht es uns schon seit einiger Zeit unmöglich, unsere Produkte im Ausland zu normalen Listenpreisen zu verkaufen. So lagen z. B. die 1978 abgewickelten Großmotoren-Aufträge sämtlich auf der Preisbasis von 1976/77 — und das bei einem Anstieg der Lohnnebenkosten von 77% in 1977 auf 88% in 1978.

Abschließend brachte Herr Giesers die erfreuliche Nachricht, daß ab 1. 1. 1979 pauschal eine Renten Anpassung um 5% vorgenommen werde. Für die Erhöhung kämen die Renten in Frage, die nach dem 1. 1. 1975 bis einschließlich 31. 12. 1975 neu festgesetzt wurden. Es werden ferner die Renten angehoben, die letztmalig zum 1. 1. 1976 erhöht wurden.

Im Namen seiner Vorstandskollegen wünschte

er allen Pensionären ein frohes Weihnachtsfest und ein glückliches Neues Jahr.

Für den verhandigten Betriebsratsvorsitzer Werner Nagel überbrachte Franz Rudolph die Grüße des Betriebsrates. Nach einem kurzen Abriss über geschichtliche und sozialpolitische Ereignisse der letzten 100 Jahre sprach er von den Schwierigkeiten der heutigen weltwirtschaftlichen Situation. Er betonte, daß die Deutschen bisher besser als alle anderen Nationen damit fertig geworden wären. Die Arbeitsplätze seien sicherer und das Netz der sozialen Einrichtungen sei bei uns wesentlich enger. Was die Kurzarbeit im RH-Bereich angehe, so habe der Betriebsrat dazu seine Zustimmung gegeben, um die Arbeitsplätze zu erhalten. Im KD-Bereich brauchte man sich im Augenblick keine Sorgen zu machen.

Abschließend dankte er der Geschäftsleitung für die gute Zusammenarbeit im vergangenen Jahr und wünschte allen Anwesenden frohe Festtage und ein glückliches 1979.

Wie jedes Jahr hatte der Pensionär Friedrich Körner eine Festansprache in Gedichtform geschrieben, die er mit Temperament vortrug. Er bedankte sich im Namen aller Pensionäre bei der Geschäftsleitung und allen Kolleginnen und Kollegen, die noch arbeiten und damit zur Sicherung der MWM-Renten beitragen.

Die MWM-Gesangsgruppe bewies mit dem Vortrag des altrussischen Gesangs „Dir singen wir“ von Quirin Rische ihre hohe musikalische Qualität. Und zum Abschluß des offiziellen Teils spielte Marion Betzwieser auf der Hammondorgel die „Chopin-Melodie“. Sie und die Gesangsgruppe sorgten auch anschließend für frohe Unterhaltung. Gegen 18 Uhr verließen dann die Pensionäre froh gestimmt mit einer vollen Weihnachtstüte als Mitbringsel für daheim ihre MWM.

G. Möller, Mannheim



Feier-Abend für alle Südbremsjubilare

Wie schnell doch ein Jahr vergeht!



Wer kennt sie nicht: Friedrich Meier, Betriebsleiter I. R. und Betriebsdirektor Josef Wilmerding! Natürlich geriet man schnell ins Fachsimpeln

Johannes Kreitmeier (2.v.r.), der ebenfalls 1978 auf sein 40jähriges Dienstjubiläum zurückblicken konnte



Die meisten der altgedienten Südbremsler mochten es kaum glauben, daß seit dem letzten Wiedersehen zwölf Monate vergangen waren . . . zu schnell verging das Jahr.

Nach manch stürmischer Begrüßung in der festlich geschmückten Kantine zwischen den bereits im Rentenalter stehenden Jubilaren und den „Jungen“ (die immerhin auch schon die vierzig überschritten haben) und nach einem Begrüßungsschnäpschen „zum Aufwärmen“ wurde es offiziell: Vorstandsmitglied Dr. von Bandemer sprach den langjährigen Mitarbeitern Dank und Anerkennung für die Treue zum Unternehmen aus und freute sich über das vollzählige Erscheinen aller „50jährigen“. — Natürlich wurden Erinnerungsfotos gemacht, und natürlich war für alles das gesorgt, was einen solchen Abend unterhaltsam und behaglich macht: Speisen und Getränke für jeden Geschmack, musikalische Rhythmen, die in jedes Ohr gingen (dank Franz Erlachers Künstlern an der Hammondorgel), und als echte Attraktion konnte man einen Meister im Geschichtenerzählen, den Münchner Turmschreiber Wugg Retzer, erleben!

Als man sich spät in der Nacht trennte, gab es nur ein Urteil über diese Veranstaltung: „Schön war's wieder einmal — auf unserer Jubilarfeier!“



Eine gemütliche Runde: Gustav Sdranka, Meister Häfner, Simon Ziller (als 40jähriger Jubilar eine der beiden Hauptpersonen des Abends) und Meister Eibl

Zwei „Ruheständler“, die über die Firma zu Freunden wurden: Simon Ziller und Franz Filip

Pschorr-Keller, großer Festsaal:

Jahresabschlußfeier für den SB-Nachwuchs

Im gewohnten Raum fand wieder die Jahresabschlussfeier der SB-Auszubildenden statt. In seinem Jahresrückblick kam Prokurist Günter Zimmermann u. a. auch auf die Jugendarbeitslosigkeit zu sprechen, auf krisenfesteste Arbeitsplätze, wie sie gewerbliche Metallberufe bieten und damit auf „Männerberufe“ als eine Chance für Mädchen — sofern sie fest entschlossen sind, diese als Berufswünsche anzunehmen. Auf lange Sicht wird für die Bundesrepublik trotz des sogenannten Schülerbergs ein Facharbeitermangel prophezeit. Daß Mädchen hier nicht wieder vor der Tür stehen, kann durch den Entschluß, in eine gewerbliche Berufsausbildung einzutreten, verhindert werden.

Da bei der bestehenden und zu erwartenden Arbeitsmarktsituation die Berufsausbildung die wichtigste Stütze einer kontinuierlichen quantitativen und qualitativen Personalentwicklung ist, wurden 41 junge Menschen im September 1978 neu in die Berufsausbildung aufgenommen; die Gesamtzahl der Auszubildenden beträgt 93. Für alle von ihnen gab es



Preisverteilung durch den Vorstand Dr. Jens v. Bandemer und Alexander Eckert. — Als einer der besten Auszubildenden erhielt Gerhard Nerb als Sondergeschenk ein 64teiliges Werkzeugesortiment

Christel Barfus und Frauke Carls — zwei Mädchen, die bei der Südbrems eine „Männerberuf“ erlernen, nämlich Dreher. Sie sind mit ihrer Ausbildung zufrieden — und die Firma mit ihnen!

ein Geschenk, und für die besten drei fiel es besonders üppig aus.

Dann hieß es „Bühne frei für den Nachwuchs!“ Mehrere SB-Azubi zeigten Talent als Laien-

schauspieler. Einer von ihnen — Richard Salvermoser — erröte starken Beifall für seine artistische Darbietung auf dem Einrad. Und die Musi spielt! dazu.



Treffpunkt: Stadthalle Wetter

... für KB-Volmarsteiner Arbeitsjubilare

Die Weihnachtsfeier für unsere Alters- und Arbeitsjubilare 1978 stand unter einem guten Stern. Zum einen war das Wetter am 8. Dezember noch mitteleuropäisch, zum anderen stand sich die Geschäftsentwicklung nach dem Erfolg des ersten Halbjahres wieder unter Hochdruck. — Anlaß genug, einmal den Investitionen des letzten Jahres einige Zeilen zu widmen. Nachdem eine automatisch arbeitende Formanlage die Betriebsabteilung Formerei auf neuen modernen und leistungsfähigen Stand gebracht hat, ist im vergangenen Jahr die tägliche Erweiterung und die Modernisierung der Putzerei weitgehend abgeschlossen worden. Die meisten Arbeitsplätze sind nun entstaubt, die neue Großputzanlage sorgt für die Reinigung von Sand und Zunder, und in der nunmehr fast 30 m langen Halle ist die Putzkapazität dem eigentlichen Ausstoß gewachsen. Wie Herr Dr. Linnemann in seinen Grußworten zu Beginn der Feier ausführte, werden unsere Altersjubilare Gelegenheit haben, die Gestaltung von Formerei und Putzerei an Tag der offenen Tür zu begutachten. Wenn in etwa zwei Jahren auch neue Glühöfen und Vergüteeinrichtungen in Betrieb gehen, ist Volmarstein zu einer sehr modernen Gießerei in Deutschland geworden. Und nun zur Feier: In die Stadthalle Wetter wurden eingeladen: 49 Altersjubilare 15 Jubilare 1978 mit 40 Dienstjahren 14 Jubilare 1978 mit 25 Dienstjahren Im Jahre 1978 sind 11 Altersjubilare ver-

Die „Manager“ des Abends



237 Jahre an einem Tisch



Die „Ruheständlerinnen“ wurden umschwärmt



Met macht müde Männer munter

storbten und leider auch ein Jubilar, der noch im Stahlwerk tätig war.

Herr Dr. Linnemann begrüßte im Namen der Geschäftsleitung die Gäste, gab einen Überblick über die wirtschaftliche Entwicklung unseres Werkes und ehrte unsere verstorbenen Jubilare.

Herr Franz Gablowski, Vorsitzender des Betriebsrates, wünschte der Feier einen harmonischen Verlauf und gab den Startschuß zu

Abendessen, Musik und Unterhaltungsprogramm, das wie immer auf unsere „Alten“ zugeschnitten war. Bei Schnaps und Bier wurde anschließend so laut geklönt, daß selbst die Musik in den Hintergrund gedrängt wurde.

Zum Tag der offenen Tür werden alle Jubilare angeschrieben und wir hoffen, daß recht viele sich die Gelegenheit nicht entgehen lassen, den alten Arbeitsplatz wiederzusehen.

R. Weber, Volmarstein

Der große Preis von Klais



Zweihundert Leute (darunter ein Gipsmischer, zwei Medallensammler, mehrere Fernerlieferanten und ein Musentierchen) trafen sich am 20./21. Januar 1979 zum Knorr-Skiwochenende in Klais bei Mittenwald.

Zweihundert, eine beachtliche Zahl, wenn man bedenkt, daß der starke Föhnwind am Samstag gar manchen schon bei der Anreise dahinfliegte, daß zwei Teilnehmer im 10 km-Staub bei Ohlstadt verschollen blieben und daß so ein sportliches Wochenende auch die Muskeln stark strapaziert. Ein Wermuts- bzw. Honigtropfen: Die Biene Maja ließ sich mit dem Hinweis entschuldigen, sie hätte sich verwachst.

Um es gleich am Anfang zu sagen, das Knorr-Skiwochenende war wieder ein voller Erfolg. Man spürte, daß jeder mindestens sein Bestes gab. Disziplinen werden hier nicht genannt. Atsch.

Das sportliche Programm — wie gehabt: Am Hirzeneck der Riesentorlauf (hat nichts mit der Körpergröße zu tun) und am Ortsausgang von Klais das Eisstockschießen und der Langlauf. Die Organisation war so perfekt, als hätten die Organisatoren großer FIS-Skierennen Pate gestanden. Zitat eines Verantwortlichen: „Die Tausendstelsekunden kriegen wir auch noch auf dem Wecker“.

Das Starterfeld beim Riesentorlauf übertraf alles bisher Dagewesene. 138 (!) Teilnehmer zeigten zwischen und neben den Toren, wie sie die Bretter beherrschen. Doch nirgendwo übertriebener Ehrgeiz. Einfach dabei sein, das zählte. Und so war der schon traditionelle Medaillenregen eigentlich nur ein kurzer Schauer.

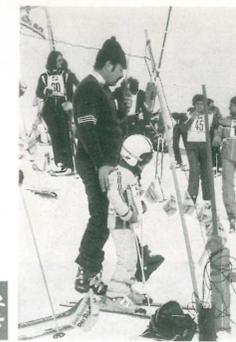
Beim Buntten Abend schlug die Begeisterung hohe Wellen. Heiße Tänze, gekonnte Einlagen von Vater Abraham mit seinem herzigen Schlumpf und Fernsehkoch Werner Krimsko-Demetz (der Mehlpapst), dazu lustige Wettbewerbe wie Kugelnageln und der „Große Preis von Klais“ — ein heißes Seifenkistrennen. Kaum einen hielt es am Platz. Das Mitmachen lohnte sich. Die zwei glücklichen Preisträger des Abends (gewonnen hatten eigentlich alle) konnten großartige Preise in Empfang nehmen:

1. Preis ein Paar Ski „Super Cup 600“, gestiftet von der Skifabrik Fritzmeier,
 2. Preis eine Skibindung „Salomon 727 Equipe“, gestiftet von dem Bindungshersteller Salomon.
- Übrigens, ausgezeichnete Produkte . . .

Beiden Firmen nochmals herzlichen Dank. Auf die Stiftung eine Anstiftung: Das nächste Knorr-Skiwochenende kommt bestimmt. Bis dann also . . .

M. Schallweg, München

SALOMON
Sicherheits-Skibindungen
FRITZMEIER-SKI



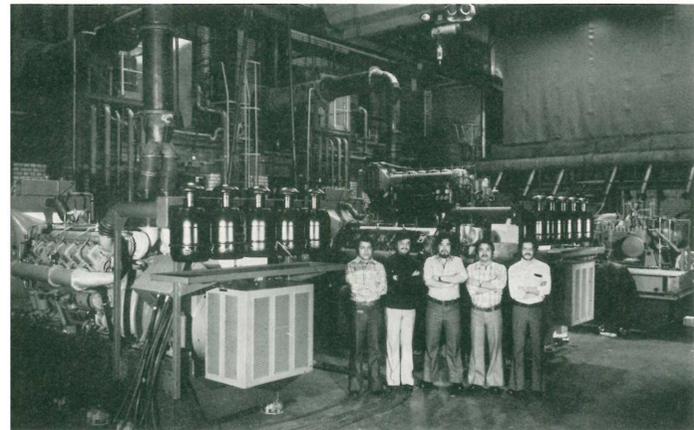
Die Tagespresse berichtete:

24 Maschinen für Ecuador

Lieferung von MWM

Sechs Ecuadorianer zur Wartung angelernt

Monteure aus Ecuador zur Ausbildung in Werk I



Anläßlich der „Expo-Quito '78“ stellte die dortige MWM-Vertretung Sumequipos 5 in Brasilien und Deutschland gebaute Diesel-Elektroaggregate aus

O lei! So feiert man in Ecuador! — Den MWM'lern wurde tüchtig eingeehelt mit scharfen Speisen und heißer Musik

Im Heddesheimer „Ristorante Don Carlos“ verabschiedeten sich sechs junge Leute aus Ecuador, die eine viermonatige Volontärzeit für einen ganz bestimmten Zweck hinter sich haben: Sie sollen 24 Pumpenaggregate für Pipelinebetrieb in ihrem Heimatland warten, reparieren und überwachen sowie zusätzliches Bedienungspersonal ausbilden. Die staatliche Petroleum-korporation hat diese 24 Maschinen bei MWM Mannheim bestellt nebst der dazugehörigen Elektroaggregate zur Versorgung der Pumpstationen. Der Auftragswert beläuft sich auf 19,3 Millionen DM. Die Motoren-Werke Mannheim liefern auch die in Frankreich hergestellten und dort gekauften Pumpen mit. Die sechs Ecuadorianer wurden auch an den Pumpen ausgebildet, so daß sie die ersten zwei Monate des neuen Jahres in Frankreich bleiben mußten.

Die Pumpenaggregate sind für den Betrieb von zwei Pipelines bestimmt. Die eine fördert Raffinerieprodukte von Esmeralda in die Hauptstadt Quito, die zweite Flüssiggas von Shushufindi im Amazonasbecken ebenfalls nach Quito. — Die Höhenunterschiede zwischen Esmeralda zur höchsten Station Corazon betragen 2517 Meter, die zwischen Shushufindi und der Station Chalpi 2632 Meter.

Die Ecuadorianer ließen es sich nicht nehmen — als Gastgeber für diesen Abschiedsabend — ihren Gästen Nationalgerichte vorzusetzen, und zwar selbstzubereitete. Dazu gab es auch süße, scharfe Sachen aus Ecuador. — Einer der sechs Männer, darunter zwei Berufsschullehrer und vier Kraftfahrzeugmechaniker, hat den Deutschkurs von MWM mit schönem Erfolg hinter sich gebracht und spricht schon ein recht achtbares Deutsch. Von ihm war zu hören, daß einer seiner Kameraden einen deutschen Schäferhund mit nach Hause nehmen wird — mit Stammbaum, versteht sich. Theodore Rodriguez, ein anderer, sucht Kontakt mit größeren deutschen Firmen zwecks Ankauf von gebrauchten Drehbänken und anderen Werkstattmaschinen.

Kuriosum: Eine von ihm gekaufte Maschine kostete ihn 400 DM, aber für den Transport muß er 5000 DM berappen. Immer noch zu verkraften, wenn man bedenkt, daß er für diese Maschine neu etwa 40000 DM bezahlen mußte.

Die zufriedenen und freudigen Gesichter der Ecuadorianer, die zwischenzeitlich von zwei Landsleuten besonders betreut worden waren, ließen erahnen, daß sie sich bei MWM sehr wohlfühlen. Mit heimischer Musik, Anklängen an heimische Tracht und der Nationalflagge als Ständer auf den Tischen sorgten die Ecuadorianer auch für ein bißchen Folklore.

G. Möller, Mannheim

erklärten jedenfalls 91% von ihnen. 83% gaben als vordringliche Sorge ihrer Eltern die richtige Ernährung an, 78% nannten das Thema „Schulaufgaben machen“ und ebenso viele „lange genug schlafen“. Ganz hinten rangiert nach Angaben der lieben Kleinen die Sorge der Eltern darüber, daß der Nachwuchs auch „Respekt vor den Erwachsenen“ habe, daß er „sexuell aufgeklärt“ werde und „den richtigen Umgang“ habe.

Auch bei den Kindern selbst ist nach dieser Umfrage die Gesundheit das Spitzenthema, hier ausgedrückt in der Hoffnung, daß sie „keine Erkältung“ bekommen und daß „Vitamine im Essen“ sind. Jedenfalls wird dieser Aspekt ihres täglichen Lebens häufiger genannt als „gute Schulnoten“. Viel unwichtiger war demgegenüber die Reinigungsfrage („genug Wasser, damit ich mich immer waschen kann“, „eine Zahnbürste haben“). Mensch bleibt eben Mensch, da mag sich um ihn herum noch so vieles ändern.

Das zeigt auch die Tatsache, daß die 9- bis 14jährigen nach ihren Angaben unter allen Ermahnungen und Drohungen zu Hause am häufigsten die altbekannten Sprüche hören „Wer nicht hören will, muß fühlen!“, „Keine Wiederrede! Verstehen?“ und „Kannst du dich denn nicht zusammennehmen?“.

Dennoch: 88% der Kinder haben nicht das Gefühl, streng oder gar sehr streng erzogen zu werden. 93% meinen, die Eltern ließen ihnen genügend persönliche Freiheit, und 92% bezeichnen ihr Verhältnis zu den Eltern als gut oder sehr gut.

Zuverdienst bei flexibler Altersrente und vorgezogener Rente

Rentner, die mit 63 oder 64 Jahren flexibles Altersruhegeld beziehen und eine ständige Nebenbeschäftigung ausüben, können bis zu 1000 Mark monatlich verdienen, ohne daß sich das auf ihre Rente auswirkt. Eine andere Möglichkeit: Beschränkung der Nebentätigkeit auf höchstens zwei Monate oder 50 Tage im Jahr. Gleich, wieviel einer in dieser Zeit verdient — seine Rente wird davon nicht betroffen. Allerdings muß diese Beschäftigung im voraus vertraglich auf diese Zeit beschränkt sein. Außerdem darf sie nicht unmittelbar an das Dauerarbeitsverhältnis bei demselben Arbeitgeber wie vor Rentenbeginn anschließen.

Schwerbehinderte, berufs- und erwerbsunfähige Versicherte, die 1979 von der neuen Möglichkeit Gebrauch machen, bereits mit 61 Jahren flexibles Altersruhegeld zu beziehen, dürfen bis zu 425 Mark im Monat zu ihrer Rente hinzuverdienen. Diese Grenze gilt bis zum vollendeten 62. Lebensjahr; danach können bei ständiger Nebenbeschäftigung bis zu 1000 Mark im Monat — wie bisher — ohne Auswirkungen auf die Rente verdient werden.

Bei 425 Mark monatlich liegt auch die Zuverdienstgrenze für Bezieher von vorgezogenem Altersruhegeld.

Kleines BETRIEBSLEXIKON

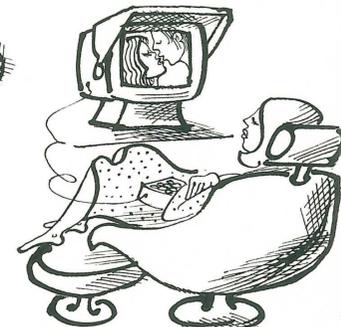
H. A. Müller



Betriebliche Altersversorgung



Blauer Montag



Humanisierung des Arbeitsplatzes



Besprechungsnotiz



Marktanalyse

Umfrage zum »Jahr des Kindes«

Von Eltern und Kindern

Vor allem gesund sollen sie sein, die Kinder — meinen die Eltern. Zu diesem Ergebnis kommt das Frankfurter Item-Institut in einer im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung durchgeführten Untersuchung. Thema: „Einstellung und Praktiken von Eltern im Feld der gesundheitlichen Erziehung ihrer Kinder“.

Auf die Frage, wie ihre Kinder einmal sein sollen, damit die Eltern von sich selber sagen

können, sie hätten sie gut erzogen — auf diese Frage also nannten 92% der befragten Eltern an erster Stelle die Eigenschaft „gesund“. Womit wohl belegt wäre, daß die Gesundheit heutzutage weit verbreitet — auch — als eine Erziehungsfrage angesehen wird.

84% der Eltern wollten, daß ihre Kinder „erhlich“ sind, jeweils 77% nannten „intelligent“, bzw. „hilfsbereit“, und 76% wollten ihre Kinder „glücklich“ sehen, was immer sie darunter ver-

stehen mögen. Schlußlicht bei der Befragung war mit einer Quote von 10% die Eigenschaft „ruhig“, wobei dies nun ja auch in erster Linie eine Temperamentsfrage ist und keine Eigenschaft, die man dem Nachwuchs als Erziehungsresultat ganz zuvorderst auf den Lebensweg mitgeben möchte.

Auch nach Meinung der Kinder, die ebenfalls befragt wurden, kümmern sich die Eltern vor allem um die Gesundheit ihrer Sprößlinge. Das

WANDERN

- der einfachste und gesündeste Sport der Welt

Anti-Streß im Pfälzerwald

„Wer rastet, der rostet“, doch wir — Günter, Hellmut, Robert und Karl — mit 69 Jahren unser Senior — wollen nicht rosten. Fast jedes Wochenende sind wir mit oder ohne unsere Frauen unterwegs. Der große Naturpark Pfälzerwald ist unser Revier. Wir richten uns meist nach den Wanderwegbezeichnungen des Pfälzerwald-Vereins, aber wir machen auch Touren nach vorher auf der Karte festgelegten Zeichen und dem Marschkompaß.

An einem Freitag im letzten Sommer starteten wir zu einer langvorbereiteten Nachtwanderung. Schnell und pünktlich brachte uns der 7.00 Uhr-Zug von Mannheim nach Neustadt. Dort stieß Günter zu uns. Mit ihm zusammen gehen wir nach Hinterweidenthal, unserem Ausgangspunkt. Nun ging's mit leichtem Rucksack in das Zieglertal, eines der schönsten und stillsten Täler der Südpfalz mit Forellenteichen und grünen Wiesen. Wir wollten die Sonne noch nutzen und mußten uns deshalb spaten. Nach seiner knappen Stunde hatten wir schon die Ruine Grafenstein erreicht, die bereits von der Abendsonne angestrahlt wurde. Kurze Burgbesichtigung; dann wieder ein Stück zurück bis zur Abzweigung (grünes Kreuz) und weiter auf einem langen Bergrücken bis zur Mühlenberger Ebene. Die letzten Sonnenstrahlen verankerten hinter den Bergen. Unser Pfad führte uns durch einen herrlichen Laubwald, in dem die Äste der Bäume ineinandergriffen und wir praktisch im Dunkeln gingen.

Langsam begannen auch unsere kleinen Begleiter, die Amseln, Meisen und Finken zu vertommen. In der Dämmerung sahen wir noch zwei der seltenen Hirschkäfer im Fluge. Das achte Licht der schmalen Mondsichel war zu schwach, um uns die Wegmarkierung finden zu lassen. Trotz des Scheinwerferlichtes aus der Taschenlampe mußten wir aufpassen, das grüne Kreuz nicht zu verlieren. Problematisch wurde es, als plötzlich zwei Lampen durch Feuchtigkeit usfielen und wir im Dunkeln marschieren mußten. Ausgerechnet da stießen wir auf ein anges Waldstück, in dem Stämme und Äste gefällter Bäume unseren Weg erschwerten . . .



Robert Buchert, Günther Busse, Hellmut Rossler und Karl Schmitt vor ihrem 70-km-Marsch durch den nächtlichen Pfälzerwald

Doch gottlob erholten sich unsere Taschenlampen wieder. Es war gegen Mitternacht, als wir in der Ferne einen Funkturm der US-Armee leuchten sahen. An diesem und nach den hellen Sternen am Himmel orientierten wir uns dann. Bald stießen wir auch auf die neue Markierung mit dem roten Kreuz.

Mitternacht war nun vorüber, wir hatten 28 Kilometer zurückgelegt und wollten biwakieren. Auf dem Eschkopf (608 m) fanden wir gegen 1 Uhr ein geeignetes Ruheplätzchen. An einem Lagerfeuer machten wir es uns bequem. Die Marschverpflegung und echter Pfälzerwein trugen zur Gemütlichkeit bei. Wir lagerten uns um das lodernde Feuer und fielen in einen Kurzschlaf . . .

Es mochte 2.30 Uhr gewesen sein, als wir das knisternde Lagerfeuer löschten und uns zum Weitermarsch fertig machten. Bald begannen wir die Kühle und Feuchtigkeit der

Nacht zu spüren. Wir beschleunigten unser Marschtempo, um die Hubertushütte zu erreichen. Leider ist sie nicht bewirtschaftet. Den Weg mit der Markierung Rotes Kreuz spurteten wir weiter auf unser nächstes Ziel Taubensuhl zu. Der Weg führte durch dichten Wald; doch plötzlich am Mühlegg hatten wir freien Blick hinaus in die Täler, die noch im dichten Morgennebel lagen. Der neue Tag zog herauf. Gegen 4 Uhr hatten wir Taubensuhl erreicht, eine Waldgaststätte im Pfälzerwald. Da wir dort wegen der frühen Stunde nicht bedient wurden, nahmen wir einen Schluck Tee aus der eigenen Thermosflasche. So gestärkt ging es fröhlich weiter. Bekannte Punkte wie „Freißwasen“, „Feuerplatz“ und „Lerchenplatte“ lagen auf unserem Weg. Schnell erreichten wir das Forsthaus Heldenstein. Nun drang die Sonne immer mehr durch Nebel und Dunst. Noch ca. 20 Kilometer Weg lagen vor uns. Das war kein Pappenstiel, denn wir wollten pünktlich unseren Zug in Neustadt erreichen. Bald hatten wir Schänzel und Lollorruhe hinter uns gebracht, auch Schafkopf und Hüttenhohl. Wir befanden uns nun auf der Markierung „Weißer Strich — schwarzer Punkt“, und über Hahnenschritt erreichten wir dann ganz schnell die „Hohe Logg“, ein Pfälzer Waldhaus der Gemeinde Hambach (620 m ü. M.), es bot eine herrliche Aussicht. Gegenüber in der strahlenden Sonne erhob sich der zweithöchste Berg der Pfalz, die Kalmit (683 m). Die prächtige Aussicht und sein Felsenmeer sind bekannt.

Unsere Füße waren heiß gelaufen. Immerhin hatten wir 12 Kilometer in weniger als zwei Stunden zurückgelegt. Ein gutes Bier war der Lohn. Dann setzten wir zum Endspurt nach Neustadt an, obwohl der Weg abwärts immer steiler und steiniger wurde. Von Speyersheld erreichten wir den Nollensattel, der einen schönen Ausblick über die Ebene, auf Neustadt, Musbach, Gimmeldingen, Deidesheim und all die namhaften Weinorte bietet. Nachdem wir mit hängender Zunge den Hauptbahnhof erreicht hatten, stellten wir fest, daß unser Zug erst in einer Stunde nach Mannheim abging. Mit Humor und bayrischem Bier überbrückten wir die Zeit. Als wir dann glücklich im Zug saßen, freuten wir uns über die Marschleistung von insgesamt 70 Kilometern. MWM'ler, die etwas tun wollen gegen den täglichen Streß und für Herz und Kreislauf, laden wir zur nächsten Tour ein. Aber es sollen sich nur Wanderer melden, die gut zu Fuß sind!

R. Buchert, Mannheim

Drei MWM'ler auf dem Schwarzwaldweg



auf dem Höhenweg II, dem sogenannten Mittelweg. Sie starteten früh morgens mit dem Pkw von Mannheim nach Pforzheim und hatten sich vorgenommen, innerhalb von einer knappen Woche den 240 Kilometer langen Wanderweg von Pforzheim bis Waldshut abzuschreiten. Für alle interessierten Wandervögel wird nachstehend die exakte Route beschrieben.

1. Tag
Tagesziel: Kaltenbronn. Wanderweg: Kupferhammer — Dillweißenstein — Büchenbronn zum Aussichtsturm (von hier aus hatten sie eine herrliche Rundschau; im Tal lagen noch die Frühnebel, darüber dehnte sich ein strahlend blauer Himmel) — Engelsbrand — Langen — Charlottenhöhe — Calmbach — Wildbad. Mit der Bergbahn auf den Sommerberg (720 m). Weiter zu den 5 Bäumen — Grünhütte — Kaltenbronn. Das war eine gute Leistung, mit den ca. 17 Kilogrammschweren Rucksäcken auf dem Rücken!

2. Tag
Tagesziel: Iglersberg. Wanderweg: Hornsee — Wildsee — Hohlohsee (908 m) — Prinzenhütte-Blockhaus — Besenfeld — Königswart/Igelberger Hardt — Trutenhoferwald — Hirschkopf — Iglersberg. Besonders eindrucksvoll an diesem Tag die Wanderung vom Wildsee zum Hohlohsee. Hier liegt das größte Hochmoor Deutschlands. Die Umgebung der Seen bietet mit ihren gekrümmten Birken, verästelten Leiföhren und abgestorbenen Bäumen ein eigenartliches Bild. Übernachtung im Gasthaus „Krone“: schön und preiswert.

3. Tag
Tagesziel: Schiltach. Wanderweg: Freudensstadt — Oberzwieselberg — Schmiedsbergerplatz und das Tor — Bockssee — Emilshütte am Salzeck — Teisenkopf — Kuhbergsattel — Schiltach. An diesem Morgen gab es eine unangenehme Überraschung: Es regnete Bindfäden! Aber das Wetter ist zum Wandern nie zu schlecht, höchstens die Ausrüstung. Die drei hatten Regenkotzen im Gepäck. Die haben den Vorteil, daß man selbst und auch der Rucksack nicht naß wird, aber den Nachteil, daß man von innen heraus dampft. An der „Bockssee“ und der „Emilshütte“ trafen sie auf fröhliche Jugendgruppen. Als Dank für die Einladung zu Bier und Obstler sagten ihnen die MWM'ler Wanderlieder zur Mundharmonika. Übernachtung im historischen Gasthof „Sonne“.

4. Tag
Tagesziel: St. Georgen. Wanderweg: Sattellebene — Dornacker — Heuwies — Rotwasser — Mooswaldkopf — Föhrenbühl — Falkenhöhe — Benzebene — Windkapf beim Lindendübel (928 m) Hochwälderhöhe — St. Georgen. Den ganzen Tag hatte es geregnet und gestürmt; eine Möglichkeit zum Aufwärmen zwischendurch bot das Gedächtnishaus des Schwarzwaldvereins auf dem Mooswaldkopf (881 m). Übernachtung im Gasthof „Stadt Frankfurt“.

5. Tag
Tagesziel: Reichenbach. Wanderweg: Schiltanne — Kesselberg — Stöcklewaldturm (1069 m) — Furtwangen — Kalte Herberge — Reichenbach. Welch ein schöner Tag: die Sonne lachte! Auch die Wirtin im Gasthof „Bären“ in Furtwangen, als sie die drei Wanderer mit ihren riesigen Rucksäcken zu Gesicht bekam; sie tischte eine extra große Portion Wildragout in Spätzle auf. Die Kalte Herberge machte ihren Namen Ehre: es lag Schnee dort oben.

6. Tag
Tagesziel: Häusern. Wanderweg: Neustadt — Saigerkreuz — Luxenfelsen — Hochfirscht (1192 m) — Lenzkirch — Birsgowenkapelle — Schluchsee — Seebürg — Eisenbreche — Straß-Altstätte — Häusern. Es war ein Sonntag, der seinem Namen gerecht wurde. Vom Rasthaus des Schwarzwaldvereins auf dem Hochfirscht hatte man eine einmalige Rundschau über den Titisee gegen den Feldberg, zur schwäbischen Alb im Osten und bis zu den Alpen im Süden. Übernachtung im Gasthaus „Walde Lust“. Der



fanden sie ein schönes Quartier mit Bad und reich gedecktem Abendbrottsch.

7. Tag
Tagesziel: über Waldshut zurück nach Mannheim. Wanderweg: Höchenschwand (1015 m) Föhrenbachmühle — Roggenschwiel — Heubach — Waldkirch — Wildpark — Waldshut. Von hier aus Bahnfahrt bis Mannheim. Unsere Wanderer hatten in 6 1/2 Tagen 240 Kilometer hinter sich gebracht. Sie wurden naß vom Regen, schwitzten in der Sonne und wateten durch knietiefe Schnee — und hatten danach das schöne Gefühl, etwas Rechtes geleistet zu haben. Noch im D-Zug, der sie heim zu Mannheim brachte, planten sie bereits die Route für die nächste Schwarzwaldwanderung.

Karl Schmitt, Mannheim

Wer recht in Freuden wandern will, der geh' der Sonn' entgegen.

Jedoch im Schwarzwald gab's diesmal nicht nur Sonne, sondern auch viel Schnee und Regen.

Ja, es waren wirklich drei muntere Knaben von MWM im Alter von 37, 49 und 67 Jahren, die wollten durch den Schwarzwald traben. Volker Fleckner, Anton Kindner und Karl Schmitt, und zwar von Pforzheim bis Waldshut

Essen und Trimmen - beides muß stimmen

Der Freizeitsportler kann vom Profi lernen

Ohne die richtige Nährstoffzufuhr kein optimaler Erfolg. Diese ernährungswissenschaftliche Erkenntnis hat sich mittlerweile im Leistungssport durchgesetzt. Auf den Freizeitsport übertragen bedeutet das: Richtige Ernährung ist wichtig für das erwartete sportliche Erfolgserlebnis. Wer sich — meist unbewußt — falsch ernährt, hat weniger Freude an der sportlichen Bewegung, schränkt seine körperliche Leistungsfähigkeit ein und entwickelt oft sogar eine abwehrende Haltung gegenüber jeglicher sportlicher Betätigung in der Freizeit. Essen und Trimmen — beides muß stimmen. So lautet ein beherzigenswerter Appell an den Bundesbürger. Wie muß nun das Essen aussehen, damit es bei Trimmen stimmt und der Freizeitsportler das bringt, was man sich von ihm erwartet?

Aus ärztlicher Sicht sollten vor sportlicher Betätigung schwerverdauliche Nahrungsmittel gemieden werden. Gerade bei älteren Menschen, deren Darm- und Bauchmuskulatur sowieso schon durch eine weitgehend sitzende Beschäftigung im Büro oder durch regel-

mäßiges Autofahren stark geschwächt ist, vertragen sich Waldlauf und Gerichte wie z. B. Erbsensuppe absolut nicht. Hülsenfrüchte sind schwer verdaulich und verlangen dem Körper während der sportlichen Anstrengung noch zusätzlich Energie ab. Vor jedem Trimmen sollten nur leicht verdauliche und schwach gewürzte Speisen — und diese nur in kleinen Mengen — eingenommen werden. Zu solchen Speisen gehören Geflügel, Reis, Salate, Rührei oder Quarkgerichte. Für Ausdauer-Sportarten wie Radfahren, Laufen oder Fußball empfiehlt es sich, als letzte Mahlzeit vor dem Start Nudeln, Kartoffeln, Kekse, Brötchen oder Haferflocken zu sich zu nehmen. Die Kohlenhydrate in diesen Nahrungsmitteln können die Fähigkeit zur Dauerleistung erhöhen.

Als Basisnahrung für ein sportlich-gesundes Leben wird dem Freizeitsportler eine richtig zusammengesetzte Mischkost empfohlen, die aus Fetten, Eiweiß und Kohlenhydraten besteht. Die einzelnen Speisen sollten den Organismus nicht belasten. Die verwendeten Nahrungsfette sollten daher leicht verdaulich sein und einen

hohen Anteil an mehrfach ungesättigten Fettsäuren aufweisen. Dies ist vor allem bei Sonnenblumen-, Soja- und Maiskeimölen sowie vielen pflanzlichen Margarinen der Fall. Die Getränke sollten nicht nur den Durst stillen, sondern auch Vitamine enthalten. Ausreichende Vitamine in Form von rohem Obst und Salaten in jeder Form dürfen auf keinen Fall vergessen werden. Auch auf die Eiweißzufuhr muß geachtet werden, denn Eiweiß kann nicht vom Körper selbst gebildet werden. Wichtige Eiweißquellen sind Milch, Quark, Käse und Eier. Allgemein gilt für eine optimale Ernährung von sportlich-gesunden Menschen folgendes: Für Ausdauerübungen ist eine kohlenhydratreiche Kost, insbesondere bei den letzten Mahlzeiten vor dem „Wettkampf“, von großer Bedeutung. Bei den reinen Kraftsportarten, aber auch bei den Schnellkraftsportarten, ist eine hohe Eiweißzufuhr wichtig. Bei den Spilsportarten sollten beide Nährstoffe sinnvoll kombiniert werden.

Mit der richtigen Ernährung beginnt der Erfolg im Sport und die Freude am sportlichen Leben.
J.K.

UNSERE JUBILARE

40 DIENSTJAHRE | 25 DIENSTJAHRE

Knorr-Bremse GmbH
Volmarstein



WALTER BERGER
Draher
17. 1. 79

Motoren-Werke Mannheim AG



RUDI HOLLSTEIN
Bohrer
31. 1. 79



VALENTIN GLÖCK
Werkzeugausgeber
6. 2. 79

Knorr-Bremse GmbH München



ILSE RIMKUS
Stenotypistin
11. 1. 79



FRANZISKA ZIERHUT
Raumpflegerin
30. 1. 79

Knorr-Bremse GmbH Volmarstein



SIEGFRIED GRÖNING
Direktionsfahrer
19. 1. 79



FRIEDRICH ECKHARDT
Fräser
10. 2. 79



ROLF SPROEDT
Vorarbeiter
12. 2. 79

Süddeutsche Bremsen AG



MAX SCHUSTER
Spitzendreher
19. 1. 79



KARL SCHÄFLER
Messerkopfschleifer
12. 2. 79

Motoren-Werke
Mannheim AG