

KOSMO

Deutschsprachige
Ausgabe ab
+++ Seite 39 +++

+++ COVER-STORY +++

Od Beograda do Dubaija:
karijera posvećena
lepoti



Die 1. Adresse für leistbares Wohnen.

Das vielfältige Angebot in Wien bietet dir zahlreiche Informationen zum Thema leistbares und nachhaltiges Wohnen.

Außerdem erhältst du Beratung und Informationen zu Förderanträgen, zur Wohnbeihilfe NEU, dem Mietenrechner und vielen weiteren Services.



Jetzt informieren auf:





Dejan SUDAR,
izdavač i
glavni urednik

Ono što nas pokreće, ono što nas povezuje

Drage čitateljice i čitatelji,

prilikom pripreme svakog novog izdanja časopisa KOSMO uvijek si iznova postavljam pitanje: Koje su to priče koje zaista pokreću našu zajednicu? Upravo se to pitanje nalazi u središtu i ovog izdanja.

Listopad nas podsjeća koliko je važno razgovarati o zdravlju. Rak dojke tema je koja dotiče mnoge obitelji. Iza svake dijagnoze stoji osoba, jedna životna priča, obitelj i put ispunjen nadom, strahom i snagom. U ovom izdanju hrabre žene otvoreno govore o svojim iskustvima i pokazuju zašto prevencija i rano otkrivanje bolesti mogu promijeniti živote. Njihove priče podsjećaju nas koliko je važno preuzeti odgovornost za vlastito zdravlje i ozbiljno shvatiti upozoravajuće znakove.

Zdravlje, međutim, ne znači samo liječiti bolesti. Ono znači i baviti se vlastitim blagostanjem te svjesno brinuti o sebi. U razgovoru sa dr Radmilom Lukian, koja svoje korijene vuče iz Srbije i danas djeluje kao međunarodno priznata stručnjakinja za estetsku medicinu, govorimo o prirodnoj ljepoti, zdravom starenju i pitanju kako moderna medicina može pomoći ljudima, a pritom sačuvati njihovu osobnost.

U ovom izdanju svoje mjesto imaju i društvene teme. Beč se suočava s velikim izazovima: priuštivo stanovanje, integracija, socijalna sigurnost i budućnost našega grada pitanja su koja zaokupljaju mnoge ljude. U aktualnom političkom intervjuu razgovaramo o političkim zahtjevima i pogledima na ove teme. Kao i uvijek, vrijedi isto pravilo: KOSMO daje prostor svim glasovima.

Ono što me osobno uvijek iznova impresionira jest raznolikost naše zajednice. Ljudi s korijenima na Balkanu već desetljećima sudjeluju u oblikovanju Austrije – u najrazličitijim područjima našeg društva. Upravo te priče želimo pričati. Ne zato što podrijetlo samo po sebi određuje tko smo, već zato što su iskustva, vrijednosti i životni putevi dio našeg zajedničkog društva.

KOSMO je više od medija. Mi smo platforma za susrete, informiranje i razmjenu mišljenja. Naš cilj od samog početka bio je obrađivati teme na način koji emocionalno dopire do naših čitateljica i čitatelja te im pruža stvarnu vrijednost.

Želim vam mnogo užitka u čitanju. Odvojite vrijeme za priče, razmišljanja i ljude koje vam predstavljamo. Možda ćete u njima pronaći inspiraciju ili neku novu perspektivu. U vremenu kada sve postaje brže i glasnije, osobne priče ostaju važan oslonac.

Srdačno,
Dejan Sudar



SADRŽAJ

10/2026

Izdanje br.

177

R(IJ)EČ IZDAVAČA: *Ono što nas pokreće, ono što nas povezuje* **03**

DONJA AUSTRIJA: *Donosimo vam najznačajnije vesti* **08**

POLITIKA: *Za KOSMO govori predsednik bečkog ogranka FPÖ Dominik Nepp o stanovanju i sistemu grada* **10**

COVER: *Iz strasti prema dermatologiji razvila se međunarodna karijera - dr Radmila Lukian u intervjuu za KOSMO* **14**

REPORTAŽA: *Ispovest hrabrih dama koje svoje borbe protiv karcinoma dojke otvoreno dele sa nama* **22**

EVENTS: *Donosimo vam najavu predstojećih kulturnih događaja* **26**

ZDRAVLJE: *Koliko su nam potrebni suplementi?* **28**

HOROSKOP: *Šta vam zvezde donose u septembru?* **36**

Značajni datumi koji se obeležavaju u oktobru

Oktobar



Mesec borbe protiv raka dojke

Oktobar je širom sveta posvećen podizanju svesti o raku dojke, značaju ranog otkrivanja bolesti i pravovremenog lečenja. Simbol kampanje je ružičasta traka – Pink Ribbon, a tokom meseca organizuju se brojne preventivne, edukativne i humanitarne akcije.

Oktobar

10



Svetski dan mentalnog zdravlja

Oktobar je širom sveta posvećen podizanju svesti o raku dojke, značaju ranog otkrivanja bolesti i pravovremenog lečenja. Simbol kampanje je ružičasta traka – Pink Ribbon, a tokom meseca organizuju se brojne preventivne, edukativne i humanitarne akcije.

Oktobar

11



Međunarodni dan devojčica

Ovaj datum skreće pažnju na prava devojčica i prepreke sa kojima se suočavaju širom sveta. Poseban značaj imaju teme obrazovanja, zaštite od nasilja i jednakih mogućnosti.

Oktobar

17

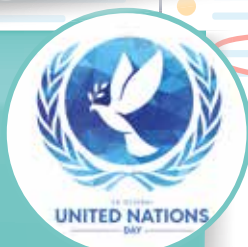


Međunarodni dan borbe protiv siromaštva

Milioni ljudi širom sveta i dalje žive bez dovoljno sredstava za osnovne životne potrebe. Ovaj dan poziva na solidarnost i mere koje mogu smanjiti socijalnu i ekonomsku nejednakost.

Oktobar

24



Dan ujedinjenih nacija

Ovaj datum obeležava stupanje na snagu Povelje Ujedinjenih nacija 1945. godine. UN danas okupljaju gotovo sve države sveta i bave se pitanjima mira, ljudskih prava, razvoja i međunarodne saradnje.

Oktobar

26



Nacionalni praznik austrije

Austrija 26. oktobra obeležava Nacionalni praznik u znak sećanja na proglašenje trajne neutralnosti 1955. godine. Dan je neradan i širom zemlje se održavaju brojne državne i javne manifestacije.



Nova pravila za e-trotinete u javnom prevozu

Od septembra 2026. godine Bečke linije menjaju uslove prevoza za e-trotinete. Njihov unos u vozila i dalje je u principu moguć, ali uz jasna pravila: e-trotineta moraju i dalje da budu sklopljeni tokom prevoza i ne smeju da ometaju druge putnike. U slučaju velike gužve ili iz bezbednosnih razloga, prevoz može biti ograničen. Korišćenje e-trotineta u stanicama ili vozilima nije dozvoljeno. Putnici bi trebalo da poštuju nova pravila kako bi izbegli probleme i moguće posledice. Bečke linije žele da na ovaj način povećaju bezbednost i udobnost svih putnika.

OBAVEZNA REGISTRACIJA

Beč pooštrava pravila za kratkoročno izdavanje stanova



Sve više stanova u Beču se kratkoročno izdaje putem platformi kao što su Airbnb ili booking.com. Ubuduće će važiti obaveza registracije: pružaoci usluga moraću da registruju stan i navedu registracioni broj u oglasima na internetu. Nova pravila trebalo bi da budu sprovedena još 2026. godine. Zakon će stupiti na snagu 1. januara 2027. godine. Bez

važećeg broja platforme neće smeti da objavljuju oglase. Za prekršaje prete kazne do 50.000 evra. Grad Beč želi da na ovaj način uvede veću transparentnost i ograniči nelegalno kratkoročno izdavanje stanova. Za vlasnike i dalje ostaju na snazi postojeća pravila o korišćenju, dozvolama i obavezama plaćanja.

NAKNADA ZA PAKETE

Austrija uvodi novi porez na pakete



Od 1. oktobra 2026. godine u Austriji se uvodi novi porez na pakete. Za određene prodavce putem interneta biće uvedena naknada od 2 evra po isporučenom paketu, a alternativno može da se obračuna po porudžbini.

Obuhvaćeni su paketi iz internet prodaje namenjeni privat-

nim kupcima ili sličnim primaocima. Porez važi bez obzira na to gde se roba nalazi u trenutku poručivanja, ukoliko se isporučuje u Austriji. B2B isporuke su uglavnom izuzete. Naknada se prvenstveno odnosi na velike internet trgovce sa velikim obimom slanja.

PUTOVANJE

Kontrole na granicama ostaju na snazi



Na austrijskim unutrašnjim granicama prema Slovačkoj, Češkoj, Sloveniji i Mađarskoj i dalje važe vremenski ograničena pravila prelaska granice. Do 15. marta 2027. godine ove granice se u kopnenom i vodenom saobraćaju u načelu mogu prelaziti samo na određenim graničnim prelazima. Kontrole mogu

biti sprovedene u zavisnosti od situacije. Za putnike prema Balkanu važno je: čak i unutar Šengenskog prostora, u slučaju posebnih bezbednosnih okolnosti, ponovo mogu biti uvedene kontrole. Ko putuje, trebalo bi da ima važeća putna dokumenta i računa na moguća zadržavanja.

BROJ MESECA

70

Dana 26. oktobra 1955. godine Austrija je usvojila Ustavni zakon o trajnoj neutralnosti. Godine 2026. navršava se 70

godina od tog događaja – Nacionalni praznik Austrije svake godine podseća na ovaj važan datum.

ELEKTRONSKI RAČUNI

Više nema papira: računi postaju digitalni



Od 1. oktobra 2026. godine u Austriji se uvodi elektronski račun. Preduzeća koja koriste fiskalne kase ubuduće će moći da kupcima dostave račun digitalnim putem, na primer preko QR koda ili elektronskog preuzimanja. Štampanje papirnog računa više neće automatski

biti potrebno. Ko želi papirni račun, i dalje može da ga zatraži. Nova regulativa treba da smanji količinu papira i olakša svakodnevno poslovanje firmama i kupcima. Obaveza izdavanja računa ostaje na snazi, menja se samo način njegovog izdavanja.

ZABRANA

E-mopedi više ne smeju na biciklističke staze



Od 1. oktobra 2026. godine u Beču stupaju na snagu nova pravila za e-mopede: vozila klase L1e-B više neće smeti da koriste biciklističke staze. Oni će se ubuduće tretirati kao motorna vozila i moraće da koriste kolovoz. Za vozače to znači i strožije obaveze: e-mopedi moraju imati regi-

straciju sa tablicom, osiguranje, vozačku dozvolu, a obavezna je i kaciga. Nova pravila treba da doprinesu većoj bezbednosti i jasnijem razdvajanju biciklističkog i motornog saobraćaja. Posebno se odnose na brojne dostavne službe koje koriste e-mopede.



Danijel
Tintor, upravitelj
poslovnice
WSK Bank
Thaliastraße

Štednja bez kompromisa

Ponekad je jednostavno dobar osjećaj znati da imate nešto novca sa strane. Ne zato što već tačno znate za šta ćete ga jednog dana potrošiti, već zato što finansijska rezerva pruža dodatnu sigurnost. Bilo da se dogodi nešto neočekivano ili da želite ostvariti neki od planova i želja koje imate za budućnost.

Štedna knjižica i dalje je jedan od najpopularnijih oblika štednje u Austriji. Ako želite jednostavno štedjeti, a pritom ostati fleksibilni, WSK štedna knjižica omogućava vam da postepeno stvarate svoju finansijsku rezervu. Sami odlučujete koliko želite uplatiti, u skladu sa svojim mogućnostima, a svom ušteđenom novcu možete pristupiti u svakom trenutku. Dodatnu sigurnost pruža činjenica da su vaši depoziti zakonski zaštićeni do iznosa od 100.000 evra po osobi i banci.

Pored klasične štedne knjižice, WSK Bank nudi i druge mogućnosti štednje. Koja opcija vam najbolje odgovara zavisi od vaše lične situacije, mogućnosti i ciljeva. Savjetnici WSK Bank rado će odvojiti vrijeme za vas i zajedno s vama pronaći oblik štednje koji najbolje odgovara vašim potrebama. Kontaktirajte nas na broj 01/476070, putem e-maila ili direktno u jednoj od naših poslovnica.

Filijale WSK Banke:

Meidlinger Hauptstr. 47, 1120 Beč
Thaliastraße 34, 1160 Beč
Gentzgasse 54, 1180 Beč

Tel.: 01/476070

www.wsk-bank.at



WSK Bank

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

Medijski pismeni u NÖ: Sigurnije kroz digitalni svet

Deca i mladi odrastaju uz društvene mreže, veštačku inteligenciju i digitalne tehnologije. Novom inicijativom „Medienfit in Nöderösterreich“ pokrajina želi, zajedno sa školama, da ojača njihovu medijsku kompetenciju i omogući im sigurno, svesno i odgovorno korišćenje digitalnih sadržaja.

U fokusu su nastavni materijali koje nastavnici mogu koristiti putem centralne internet stranice. Oni obuhvataju kratke sadržaje, ali i nastavne jedinice za čitav čas i prilagođeni su različitim uzrastima učenika. Teme uključuju društvene mreže, digitalnu komunikaciju, način ophođenja pre-



Lukas Schneider, Karl Fritthum, Christiane Teschl-Hofmeister i Bernhard Jungwirth

ma informacijama i lični digitalni trag.

Pokrajinska ministarka za obrazovanje Christi-

ane Teschl-Hofmeister ističe da digitalni mediji nude brojne mogućnosti, ali nose i određene rizike. Zbog toga Donja Austri-

ja želi da poveže zaštitu i obrazovanje. Pored ponuda namenjenih školama, planirane su i informacije i predavanja za roditelje, jer je medijska pismenost zajednički zadatak škole i porodice.

Inicijativa se zasniva na evropskim preporukama za bezbedno korišćenje društvenih mreža. Cilj nije da se deca i mladi udalje od digitalnog sveta, već da nauče kako da se u njemu kreću samostalno, odgovorno i kritički.

U realizaciji učestvuju i Jugend NÖ i Saferinternet.at. Dodatni materijali dostupni su na internetu i pružaju podršku školama u svakodnevnom radu.

Nova autobuska linija: Svaki deset minuta od Švehata do Beča

Veza između Švehata i Beča-Simeringa biće značajno unapređena. Sa gušćim voznim redom, između ova dva mesta će ubuduće svakih deset minuta saobraćati autobus. Time će javni prevoz između Donje Austrije i glavnog grada biti dodatno ojačan.

Nova linija predstavlja veliko olakšanje, posebno za putnike koji svakodnevno putuju na posao. Oni koji se kreću između Švehata i Beča imaju kraće vreme čekanja i bolju mogućnost planiranja puta do posla ili škole. Istovremeno, nova ponuda treba da podstakne više ljudi da koriste javni prevoz umesto automobila.

Region oko Švehata već godinama raste i usko je povezan



Michael Hasenöhr, Udo Landbauer i Wolfgang Schroll

sa Bečom. Mnogi stanovnici svakodnevno putuju u glavni grad, dok brojni Bečlije rade ili provode slobodno vreme u oblasti Švehata. Pouzdana i česta veza zato predstavlja važan faktor za mobilnost u širem području Beča i Donje Austrije.

Proširenjem autobuske ponude Donja Austrija pravi još jedan korak ka poboljšanju javnog prevoza. Cilj je bolje povezivanje opština i gradova, kao i dalje jačanje javnog prevoza kao atraktivne alternative automobilu.

Nova autobuska veza dopunjuje postojeću ponudu i ubuduće bi trebalo da omogućiti bržu, jednostavniju i udobniju vezu između Švehata i Beča-Simeringa.

Nova Taskforce treba da ojača privredu Donje Austrije

Donja Austrija pokreće novu „Taskforce Wirtschaft“, koja će ubuduće pomagati kompanijama kod složenih ili posebno važnih postupaka dobijanja dozvola. Cilj inicijative je ubrzavanje procesa i bolja podrška preduzećima prilikom investicija i realizacije projekata.

Nova radna grupa biće posebno aktivna kada su postupci veoma kompleksni – na primer kod dozvola za poslovne objekte, prenosa vlasništva nad firmama ili neophodne koordinacije sa inspekcijom rada i drugim stručnim službama. Svi učesnici bi trebalo da budu uključeni u proces u ranoj fazi, kako



Radni sastanak VPNÖ: Sa zalaganjem, ličnom odgovornošću i praktičnim pristupom počinje rad „Taskforce Wirtschaft“.

bi se otvorena pitanja rešila i napravio jasan plan za naredne korake.

Pokrajinska predsednica Johanna Mikl-Leitner naglašava da nije reč o

zaobilaženju propisa niti o smanjenju standarda zaštite. Cilj je da se postojeći postupci učine efikasnijim i da kompanije dobiju bolju podršku prilikom realizacije svojih planova.

Iskustva iz posebno zahtevnih slučajeva ubuduće će se analizirati i uključivati u kontrolne liste, obuke i administrativne procese. Taskforce je zamišljen kao vremenski ograničena podrška, ali bi njeni rezultati trebalo dugoročno da imaju efekat.

Ovom inicijativom pokrajina Donja Austrija želi da dodatno ojača privredni položaj i pomogne kompanijama da brže pronađu rešenja za administrativne izazove. Posebno za mala i srednja preduzeća jednostavniji procesi mogu predstavljati važnu podršku kod investicija, proširenja poslovanja ili prenosa firme.

Donja Austrija traži novi model socijalne pomoći

Narodna partija Donje Austrije (VPNÖ) zalaže se za jedinstveni model socijalne pomoći na nivou cele Austrije, po uzoru na Donju Austriju. Debata o reformi socijalne pomoći trenutno se vodi na saveznom nivou. VPNÖ se zalaže za to da u slučaju uvođenja jedinstvenog modela u celoj Austriji niko ne bi trebalo da dobija više nego u Donjoj Austriji.

Pokrajinski sekretar VPNÖ-a Matthias Zauner zahteva „pravednu i strogu“ socijalnu pomoć i kritikuje razmatranja o uvođenju novih poreza za finansiranje sistema. Istovremeno smatra da je potrebno uvesti više podsticaja kako bi se rad ponovo



Matthias Zauner zalaže se za jedinstvenu, pravednu i strogu socijalnu pomoć u svim pokrajinama.

više isplatio. Socijalna pomoć bi, prema njegovim rečima, trebalo prvenstveno da podrži one kojima je pomoć zaista potrebna.

Kao argument VPNÖ navodi različite troškove među saveznom pokrajinama. Prema podacima ove stranke, Beč izdvaja oko 1,1 milijardu

evra za socijalnu pomoć, dok se Donja Austrija zadovoljava sa oko 63 miliona evra. VPNÖ ove brojke navodi kao argument za uvođenje jedinstvenog modela po uzoru na Donju Austriju.

Ovaj zahtev izaziva nove rasprave o budućnosti socijalne pomoći u Austriji. Dok VPNÖ traži stroža pravila i orijentaciju prema modelu Donje Austrije, u okviru planirane reforme pre svega se postavlja pitanje kako bi jedinstveni sistem za sve savezne pokrajine mogao da izgleda.

Dalji oblik reforme trebalo bi da bude dogovoren između savezne vlade i pokrajina. U centru debate nalaze se vina davanja i moguće gornje granice.

A portrait of Dominik Nepp, a man with grey hair, wearing a white shirt and a blue blazer. He is looking slightly to the left with a serious expression. The background is blurred, showing blue and white patterns.

■ Autor: Voin Mihajlović

„Grad ponovo mora da radi za građane“

INTERVJU: U intervjuu za KOSMO predsednik bečkog ogranka FPÖ Dominik Nepp govori o pristupačnijem stanovanju, integraciji, socijalnim davanjima i svojim kritikama političkog sistema u gradu. Objašnjava koje promene bi Bečlije, prema njegovom mišljenju, prve trebalo da osete u svakodnevnom životu i zalaže se za promenu kursa.

KOSMO: U poslednje vreme često govorite o „promeni kursa“ za Beč. Koje promene bi, po vašem mišljenju, građani Beča prvo primetili u svakodnevnom životu?

Dominik Nepp: Potrebna nam je ova promena kursa, jer se sistem Ludwiga vidljivo urušava. Poslednjih meseci jedna afera za drugim izlazi u javnost – od gradske pijace i narodnih univerziteta, preko „Ruck fajlova“, pa sve do izjava o bečkom komunalnom stanovanju. Iznova se radi o političkim mrežama, prijateljskim vezama, popunjavanju funkcija, nedostatku kontrole i velikim izdacima iz novca poreskih obveznika. A kada nešto krene po zlu, na kraju niko ne želi da bude odgovoran.

„Onaj ko ujutru ustane i ode na posao ne sme na kraju meseca da ispadne gubitnik“

Upravo od toga moramo da se udaljimo: od nameštanja funkcija i politike iza zatvorenih vrata, ka transparentnosti, radu, učinku i pravičnosti. U Beču ne sme da bude presudno koga neko poznaje ili koju partijsku knjižicu ima. Grad ponovo mora da radi za ljude, a ne za politički sistem koji se decenijama učvršćivao.

Građani Beča ovu promenu kursa treba da oseće i u svakodnevnom životu: kroz manje takse i opterećenja, vraćanje godišnje karte za javni prevoz na 365 evra, povoljnije kirije u komunalnim stanovima, veću bezbednost i grad koji funkcioniše kada je reč o školama, bolnicama, nezi i infrastrukturi. Beču su ponovo potrebni jasni prioriteti. Novac poreskih obveznika mora prvenstveno da se koristi za one zadatke za koje

je grad odgovoran – a ne za političke mreže, funkcije za zbrinjavanje partijskih kadrova i projekte za prestiž.

Više puta ste navodili ljude poreklom iz bivše Jugoslavije kao primer uspešne integracije u Austriji. Šta za vas danas znači uspešna integracija i kakvu ulogu u tome ima politika?

Poznajem mnogo ljudi iz bivše Jugoslavije koji su tokom devedesetih godina došli u Beč. Mnogi od njih su ovde radili, osnovali porodice, naučili nemački jezik i izgradili sebi život. Za mene uspešna integracija znači: vladati nemačkim jezikom, raditi i samostalno brinuti o sopstvenom životu, poštovati naše zakone i prihvatiti osnovne vrednosti našeg društva. Integra-

cija nije jednosmerna ulica. Politika mora da stvori mogućnosti za integraciju, ali istovremeno mora jasno da definiše očekivanja. Odlučujuće je da za sve važe ista pravila i da se integracija ne samo nudi, već i zahteva.

Već mesecima zahtevate niže kirije u bečkom komunalnom stanovanju i kritikujete veliki broj objekata kojima je potrebna sanacija. Šta bi konkretno moralo da se promeni u okviru „Wiener Wohnen“, kako bi stanovanje u gradu ponovo bilo pristupačnije?

Kod komunalnog stanovanja postoje dve ključne stvari: pristupačnost i kvaliteta. Moj stav je da kirije u komunalnim zgradama koje su u potpunosti otplaćene moraju da budu smanjene po uzoru na neprofitne

„Naša socijalna država nije sistem u kojem svako može da uzima šta želi“, kaže Nepp.

stambene zadruge. Istovremeno, sanacije moraju mnogo brže da se sprovede. „Wiener Wohnen“ upravlja sa oko 220.000 stanova. Pored toga, predložio sam da se „Wiener Wohnen“ organizaciono drugačije postavi: stambeni fond ostaje u vlasništvu grada, dok bi „Wiener Wohnen“ postao društvo koje upravlja imovinom, a usluge upravljanja bi bile organizovane prema jasnim kriterijumima kvaliteta i efikasnosti.

Protivim se privatizaciji komunalnih stanova. Na kraju je najvažnije ono što građani osećaju: niži troškovi stanovanja, brže otklanjanje kvarova i znatno veći tempo sanacija, kao i prvenstvo pri dodeli stanova za Austrijance, a ne za

tražiocima azila.

Kritikujete bečki sistem minimalne socijalne pomoći i želite da se socijalna davanja više vežu za određene uslove. Kako bi, po vašem mišljenju, izgledao sistem koji je istovremeno pravedan i socijalno usmeren?

Socijalni sistem je pravedan kada pomaže onima kojima je pomoć zaista potrebna, ali istovremeno poštuje ljude koji svakog dana rade i finansiraju taj sistem. Upravo ta ravnoteža je u Beču izgubljena. Bečka minimalna socijalna pomoć je tokom godina postala magnet, jer su ovde isplaćivana davanja koja su bila znatno iznad onoga što isplaćuju druge



savezne pokrajine. Zbog toga je, po mom mišljenju, potreban osnovni zaokret sistema. Puna minimalna socijalna pomoć mora biti rezervisana za austrijske državljane. Ko dolazi kod nas ne može od prvog dana imati pravo na ista obimna socijalna davanja kao neko ko je ovde godinama radio, plaćao poreze i doprinose za socijalno osiguranje. Istovremeno, radno sposobni korisnici moraju biti obavezni da učine sve kako bi se ponovo uključili u radni proces. Ko odbije prihvatljiv posao ili mere integracije mora računati sa jasnim posledicama kada je reč o socijalnim davanjima. Ne radi se o tome da ljude ostavimo na cedilu. Ali naša socijalna država nije sistem u kojem svako može da uzima šta želi. Ona dugoročno može da funkcioniše samo ako zajedno postoje rad, lična odgovornost i solidarnost. I jedno pravilo uvek mora da važi: onaj ko ujutru ustane i ode

na posao ne sme na kraju meseca da bude onaj koji ispadne gubitnik.

Smatrate da je u bečkoj obrazovnoj politici potrebna velika reforma, a nedavno ste kritikovali i školsku inkluziju. Gde biste konkretno počeli kako bi deca i nastavnici dobili bolju podršku?

Za mene se prvo ponovo mora postaviti pitanje šta je svakom pojedinačnom detetu zaista potrebno. Inkluzija može dobro da funkcioniše za mnogo dece, ali ne sme da postane dogma. Ako dete zbog ozbiljnog invaliditeta ili posebnih potreba može bolje da napreduje u specijalizovanom odeljenju ili školi, takva mogućnost mora da postoji. Odlučujuće su potrebe deteta, a ne neka ideološka smernica. Istovremeno, bečkim školama je potrebno više dodatnog osoblja za podršku. Nastavnici treba da mogu da predaju, a ne da isto-

BEČU su ponovo potrebni jasni prioriteti

vremeno moraju da budu socijalni radnici, psiholozi, menadžeri za integraciju i administrativni radnici. Poseban prioritet za mene je nemački jezik. Ko ne može jezički da prati nastavu, već na početku ima veliki hendikep. Zato i dalje zahtevam procenu nivoa znanja jezika za svu decu od treće godine života.

Karte za javni prevoz, energija, takse i stanovanje postali su приметно skuplji za mnoge Bečlije. Gde grad, po vašem mišljenju, ima najveći prostor da zaista rastereti domaćinstva?

Tamo gde grad sam određuje cene ili preko svojih preduzeća ima direktan uticaj. Godišnja karta za javni prevoz povećana je 2026. godine sa 365 na 467 evra, dok su naknade za parkiranje povećane za 30 odsto.

budžetske probleme kroz veće takse, skuplji javni prevoz i više troškove stanovanja. Međutim, odmah bismo imali potencijal za uštedu od više od milijardu evra kada bismo ukinuli minimalnu socijalnu pomoć za „migraciju naroda“. Takođe konačno moraju da se ukinu subvencije za najspornija udruženja i projekte. Tu se i dalje godišnje gube stotine miliona evra.

Beč je 2026. godine imao rekordno leto sa izuzetno velikim brojem tropskih dana. Šta bi grad, po vašem mišljenju, konkretno morao da promeni kako bi Beč ostao prijatan za život i u uslovima sve većih vrućina?

Smatram da su pragmatične mere korisnije od novih ideoloških zelenih projekata. Posebno je važno da

Dominik Nepp u razgovoru za KOSMO.



„U Beču ne sme da bude presudno koga neko poznaje“

Moj zahtev je zato sledeći: vratiti godišnju kartu na 365 evra, smanjiti gradske takse, omogućiti povoljnije tarife kod „Wien Energie“ i smanjiti kirije u komunalnim stanovima. To su oblasti u kojima grad ne može da se poziva na saveznu vladu ili Evropsku uniju, već sam ima mogućnost da deluje.

Naravno, rasterećenje košta novca. Zato je za mene deo ove debate i pitanje na šta Beč troši svoj budžet. Grad ne može istovremeno stalno da donosi nove rashode, a onda da objašnjava građanima da upravo oni moraju da nadoknade

ustanove za negu, vrtići i škole budu opremljeni klima-uređajima. Upravo na tim mestima zaštita od vrućina mora biti poboljšana. Prilagođavanje klimatskim promenama za mene ne sme da znači da se svaka mera automatski sprovodi protiv vozača automobila. Milionskom gradu su potrebni i drveće i zelene površine, ali isto tako i funkcionalan javni prevoz, dovoljno mogućnosti za parkiranje, kao i nesmetan privredni i individualni saobraćaj. Dobro urbanističko planiranje mora da poveže ove interese i ne sme da ih postavlja jedne protiv drugih.



**„Ich setze mich
dafür ein, dass
unser Publikum
immer als Sieger
vom Platz geht.“**

Herbert, Experte

Ein Mitarbeiter des ORF, der wie all seine Kolleginnen und Kollegen den Auftrag hat, mit einem ausgewogenen Programm zu einer funktionierenden Gemeinschaft in Österreich beizutragen.

ORF FÜR DICH UND MICH UND ALLE.

A portrait of a woman with blonde, wavy hair, wearing a white lab coat, looking directly at the camera. The background is a soft, out-of-focus brown.

■ Autorka: Gordana Perić

Od Beograda do Dubaija: karijera posvećena lepoti

Njeni koreni su u Srbiji, a karijera ju je odvela sve do Dubajja. Iz njene strasti prema dermatologiji razvila se međunarodna karijera. Danas se dr Radmila Lukian ubraja među poznate stručnjakinje za regenerativnu estetsku medicinu. Pritom je njena filozofija ostala jasna: lepota ne treba da menja sopstveni identitet, već da ga istakne. U intervjuu za KOSMO govori o svojim balkanskim korenima, zdravom starenju, budućnosti estetike i svojoj povezanosti sa Bečom.



U srcu Džumeire, LUCIA CLINIC počela je sa radom 2012. godine. Danas se ubraja među vodeće medicinske klinike u Dubaiju.

LEPOTA & STARENJE

Poznati ste po prirodnim rezultatim i očuvanju individualnog karaktera lica. Gde za Vas prestaje estetsko unapređenje, a počinje promena ličnog identiteta?

Dr Radmila Lukian: Za mene lepota nikada ne bi trebalo da znači gubitak sopstvenog identiteta. Svaka osoba ima drugačiju genetiku, drugačiju kožu i drugačiju strukturu lica, a moja uloga je da razumem te individualne karakteristike i da ih istaknem, umesto da ih menjam. Uvek želim da moji pacijenti izgledaju kao najbolja verzija sebe, a ne kao neko drugi.

Šta lepota znači Vama lično i da li se Vaša definicija lepote menjala tokom karijere?

Lepota danas znači ono što vas čini jedinstvenim.

Radi se o tome da svoju ličnost izrazite kroz lice i sopstvene crte. Lice priča priču o tome ko ste i kako se osećate i odražava vaš životni put i vaš stil života.

Tokom godina, moja definicija lepote postala je više povezana sa zdravom kožom, kvalitetom kože, vitalnošću, samoi-

mena estetska medicina trebalo da pristupa temi starenja?

Ne možemo zaustaviti hronološko starenje, ali možemo da radimo na biološkom kvalitetu kože, njenoj vitalnosti i njenoj sposobnosti da dobro funkcioniše.

Mislim da se udaljavamo od tradicionalne predsta-

Lepota ne treba da menja sopstveni identitet, već da ga istakne.

ražavanjem i opštim blagostanjem. Za mene se radi o očuvanju prirodne lepote, isticanju sopstvenih karakteristika i tome da se ne prati svaki trend.

Da li smatrate da je izraz „anti-aging“ i danas odgovarajući? Kako bi savre-

ve o anti-agingu. Danas zajedno posmatramo ulepšavanje, regeneraciju i dugovečnost. Cilj nije jednostavno izgledati mlađe, već poboljšati kvalitet kože, podržati zdravo starenje i podsticati dugovečnost u svakoj životnoj fazi.



Dr Lukian važi za pionirku u oblasti uređaja zasnovanih na energiji i laserskih tehnologija.

KOŽA & TRETMANI

Koji su iz dermatološke perspektive, ključni pokazatelj zaista dobre kože?

Za mene zdrava koža podrazumeva kvalitet kože, vitalnost, čvrstinu, teksturu, ton kože i hidrataciju. Ali koža je najveći organ našeg tela, a njeno stanje govori nam mnogo više od onoga što vidimo na površini. Stres, san, ishrana, pušenje, izlaganje suncu, emocionalno blagostanje i imunitet mogu se odraziti na koži. Zato uvek posmatram celokupno sta-

Budućnost leži u uređajima zasnovanim na energiji i regenerativnoj medicini, koji poboljšavaju kvalitet kože.

nje kože i pokušavam da razumem šta joj je zaista potrebno.

Koje tri stvari preporučujete za dugoročno očuvanje zdrave kože? I koju grešku u nezi najčešće primećujete?

Kao dermatolog, lečim pacijente iz celog sveta sa veoma različitim tipovima kože. Rekla bih: zdrava ishrana, aktivna rutina nege kože i odgovarajući tretmani kada su potrebni. Svojim pacijentima uvek preporučujem da potraže dermatološki savet i da razumeju šta je njihovoj koži zaista potrebno. Koža ima sopstvenu inteligenciju i važno je komunicirati sa njom i raditi sa njom, a ne protiv nje.

Greška koju posebno često primećujem jeste da ljudi preteruju. Podvrgavaju se tretmanima koji nisu odgovarajući za njihove godine ili njihovu kožu. Prate trendove, ponude i obećanja na društvenim mrežama. To ne poboljšava kožu, a u najgorem slučaju može čak dovesti do toga da ona brže stari ili da se promene crte lica.

Da li iz medicinske perspective, postoji pravo doba za početak estetskih tretmana?

Ne postoji određeno starosno doba za početak estet-

skih tretmana. To zavisi od individualne kože, njenog stanja i od toga šta pacijent

potrebno i izabrati odgovarajući tretman prema koži, a ne prema godinama. Uvek preferiram personalizovan pristup, jer svaki pacijent dolazi sa drugačijom pričom, drugačijom genetikom, drugačijom kožom i drugačijim stilom života.

Koja su tri tretmana bez kojih Vi lično ne biste želeli da ostanete i koji je Vaš apsolutni favorit?

Uvek volim da kombinujem različite tehnologije, posebno uređaje zasnovane na energiji, regenerativne

delovanje svetlosnih uređaja kada je reč o poboljšanju kvaliteta kože, stimulaciji kože i stvaranju veoma prirodnog sjaja.

U kom trenutku svesno savetujete pacijentu da odustane od određenog tretmana?

Savetujem pacijentu da odustane od tretmana kada on nije odgovarajući za njegove godine ili kožu ili kada neko prati trend koji je video kod poznate ličnosti ili influensera, a koji ne odgovara njegovoj koži ili prirodnoj strukturi lica. Ja sam takođe edukatorka, a moja uloga je da edukujem svoje pacijente i da se pobrinem da iz klinike izađu sa više znanja i boljim razumevanjem stanja svoje kože i onoga što je zaista potrebno.

Neinvazivni i minimalno invazivni tretmani postaju sve popularniji. Kako objašnjavate ovaj razvoj i gde vidite granice takvih procedura?

Pacijenti danas žele efikasne rezultate uz minimalno vreme oporavka, zbog čega neinvazivni i minimalno invazivni tretmani postaju sve popularniji. Bila sam među prvima koji su najnovije tehnologije doneli u region i uvek volim da kombinujem različite tehnologije, umesto da se oslanjam samo na jedan tretman.

Za mene budućnost leži u uređajima zasnovanim na energiji i regenerativnoj medicini, koji zajedno rade na poboljšanju kvaliteta kože, vraćanju vitalnosti i podržavanju sporijeg starenja. Sa pojavom uređaja zasnovanih na energiji kojima upravlja veštačka inteligencija, posebno laserskih i svetlosnih tehnologija, tretmane



Glumica Lindsay Lohan svoju blistavu kožu i podmlađen izgled duguje dr Lukian.

želi da postigne. Prevencija može biti deo očuvanja zdrave kože i dobrog kvaliteta kože, ali nije svakome u istom uzrastu potreban isti tretman. Ključno je razumeti šta je koži zaista

tretmane i tretmane koji poboljšavaju kvalitet kože i vraćaju vitalnost. Veliki sam ljubitelj uređaja zasnovanih na svetlosti. Bila sam jedna od pionirki u ovoj oblasti i čvrsto verujem u

možemo učiniti preciznijim, efikasnijim i individualizovanijim, uz minimalno vreme oporavka. Ove tehnologije su veoma moćne, ali moraju da se koriste u skladu sa individualnom kožom. Potrebno je znati kada šta koristiti, kako kombinovati različite procedure i za koji tip kože su pogodne.

VEŠTAČKA INTELEGENCIJA & INOVACIJE

Kako koristite veštačku inteligenciju u svom radu? Koje podatke sistem analizira, kakve preporuke daje i koje odluke na kraju ipak ostaju na Vama kao lekaru?

Bila sam među prvim koji su koristili veštačku inteligenciju u ovoj oblasti. Uređaji kojima upravlja veštačka inteligencija, posebno laseri, mogu, kada se pravilno koriste, da daju brže rezultate, uz preciznija podešavanja i minimalno vreme oporavka. Tehnologija je veoma moćna, ali ne zamenjuje lekara. Potrebno je biti sposoban da se „čita“ koža, da se razumeju parametri i da se zna kako se radi sa softverom.

Uvek volim da kombinujem različite tehnologije, a ključno je znati kako međusobno kombinovati različite uređaje kojima upravlja veštačka inteligencija i povezati ih sa regenerativnim biostimulatornim proizvodima. Posebno mi je važna odgovorna upotreba tehnologije, jer empatija, poverenje i medicinska odgovornost nikada ne mogu biti zamenjeni mašinom.

Gde leže granice veštačke inteligencije? Koje odluke u estetskoj medicini



„Starenje mi ne smeta, samo želim da lepo starim“, kaže glumica Eva Longoria.

nikada ne biste prepustili algoritmu? I kakav razvoj očekujete u narednih pet do deset godina?

Veštačka inteligencija, laseri i regenerativna medicina, sve je to fascinantno. Ali jedno nikada ne sme da se izgubi: ljudska komponenta. Empatija, poverenje i medicinska odgovornost nikada ne mogu biti zamenjeni mašinom. Tehnologija je veoma moćna, ali ne zamenjuje lekara.

Vidim da se dermatologija i estetika snažno razvijaju u pravcu regenerativnih pristupa, uz korišćenje uređaja zasnovanih na energiji kojima upravlja veštačka inteligencija. Budućnost leži u njihovoj inteligentnoj kombinaciji, uz to da tretmani ostanu bezbedni, efikasni, prilagođeni svakom pacijentu i naučno utemeljeni.

Regenerativna medicina smatra se jednom od

važnih oblasti budućnosti estetske medicine. Gde se ona nalazi danas, koje pravce razvoja smatrate posebno obećavajućim i u kojim oblastima je i dalje potrebno više naučnih dokaza?

Regenerativna medicina je jedna od oblasti koje smatram posebno obećavajućim. Regenerativni tretmani su za mene poput nove ishrane za kožu. Radi se o stimulisanju ćelija kože i davanju signala i sastojaka



Za ikonu među top-modelima Naomi Campbell, Lucia Clinic je uvek jedna od prvih adresa u Dubaiju – za svežu kožu i prirodan sjaj.

kako bi ponovo mogle bolje da funkcionišu. Sa godina-ma nedostaju određeni hormonalni ili biološki impulsi, a regenerativna medicina može pomoći da se koža ponovo dovede u aktivnije stanje.

Danas imamo veoma moćne proizvode i tehnologije, ali iskustvo je ključno. Potrebno je znati kada šta koristiti, kako kombinovati različite procedure i za koji tip kože su pogodne. Za mene budućnost leži u povezivanju ulepšavanja i regeneracije, odnosno dugovečnosti.

Gde pronalazite inspiraciju za nove tretmane i tehnologije? Po kojim kriterijumima odlučujete koje inovacije će na kraju postati deo ponude Lucia Clinic?

Kao Key Opinion Leader u estetskoj medicini, putujem po svetu i govorim na međunarodnim kongresima, gde delim svoje stručno zna-

nje, upoznajem se sa novim dostignućima i razmenjujem znanje sa drugim stručnjacima.

Uvek me zanimaju nove tehnologije i inovacije, ali u Lucia Clinic one moraju biti bezbedne, efikasne, prilagođene svakom pacijentu i naučno utemeljene.

IDEALI LEPOTE NA BALKANU

Radite sa ljudima iz različitih zemalja i

kulturnih sredina. Koje razlike primećujete u odnosu prema lepoti, starenju i estetskim tretmanima posebno kod žena sa Balkana? Šta bi žene sa Balkana mogle da nauče od drugih kultura?

U Lucia Clinic u Dubaiju lečim ljude iz celog sveta, sa veoma različitim tipovima kože, kulturama i idealima lepote. Preseljenje iz Evrope u Dubai bilo je veliki izazov. Dubai je globalni centar i to zahteva mnogo znanja, iskustva i senzibiliteta.

Žene sa Balkana imaju sopstveni pristup lepoti, ali svaka osoba ima

drugačiju priču, drugačiju genetiku, drugačiji stil života i drugačiju predstavu o sopstvenom izgledu. Kada javne ličnosti poput Eve Longorije tako otvoreno i pozitivno govore o starenju, to je veoma vredno. Ona je u suštini rekla: „Ne smeta mi starenje, samo želim dobro da starim.“ Ne možemo zaustaviti hronološko starenje, ali možemo da radimo na biološkom kvalitetu kože, njenom sjaju i celokupnom izgledu.

Rođeni ste u Srbiji izgradili ste međunarodnu karijeru. Kakvu ulogu Vaši balkanski koreni danas imaju u Vašoj ličnosti, radu i doživljaju lepote?

Rođena sam u Srbiji i veoma sam Srпкиnja. To ima veliki uticaj na moj život, moj stil života i moju percepciju lepote. Kada ste rođeni u Srbiji, okruženi ste prirodnim lepotom, a mi smo takođe veoma sportska zemlja. Briga o tome kako izgledamo bila mi je važna još od mladih godina.

To sam dobila od svojih balkanskih korena. Uvek vidim lepotu osobe i uvek razmišljam o tome kako da rasporedim crte, kako da ih zadržim prirodnim i kako da sačuvam vaš identitet.

Ova vrsta lepote odražava se u mom radu.

DUBAI & KARIJERA

Zašto ste se tada odlučili baš za Du-

bai i kada ste shvatili da je to bila prava odluka za Vas?

Kada sam prvi put došla u Dubai da održim predavanje i obuku na dermatološkoj konferenciji, pozvali su me da ostanem i radim ovde. Brzo mi je postalo jasno da je to za mene kao dermatologa i estetskog lekara veliki izazov. U Dubaiju imamo sjajnu mešavinu različitih tipova kože i različitih pristupa svakom tipu kože, a ja sam se uvek osećala dobrodošlo i kao lekar i kao žena.

Po prirodi sam sportistkinja, zato volim izazove. Dubai je postao moj novi dom. Danas je Dubai globalni centar koji privlači ljude svih nacionalnosti sa najvišim očekivanjima. To je grad inovacija, izvrsnosti i mogućnosti i pružio mi je mogućnost da razvijem i podignem na viši nivo svoj pristup svakom pojedinačnom tipu kože, dok sam istovremeno gradila Lucia Clinic kao globalnu destinaciju za estetsku medicinu.

Sećate li se prve poznate ličnosti koja je posetila Vašu kliniku? Kako je došlo do tog kontakta i da li je taj trenutak uticao na razvoj Lucia Clinic?

Prve poznate ličnosti se, naravno, sećam zato što nisam znala ko je ona. Došla je kao sasvim obična pacijentkinja, jedna od veoma poznatih umetnica arapskog dela sveta, sa kojom nisam bila upoznata. Tretirala sam je veoma jednostavno, kao običnu pacijentkinju, i to joj se dopalo i cenila je to.

Kada sam shvatila koliko je kao poznata

ličnost značajna u arapskom svetu, bila sam zaista veoma srećna što je i ona bila veoma jednostavna. To je za mene bio važan trenutak učenja: kako pristupiti poznatim ličnostima, kako ih tretirati i kako se odnositi prema njima.

Sve do danas veoma dobro znam kako da ih osetim i kako da se povežem sa njima, a to je imalo veliki uticaj.

PRIVATNO & BUDUĆNOST

Kako izgleda Vaš tipičan radni dan a kako slobodan dan? Uspevate li da se potpuno isključite od klinike i poslovnih obaveza?

Veoma sam sportski tip i volim da budem aktivna. Ujutru uvek počinjem kretanjem, bilo da je to plivanje, teretana, pilates ili joga. Takođe sam veoma posvećena zdravoj ishrani, zato nikada ne preskačem doručak.

Zatim dolazim u kliniku, gde je svaki dan drugačiji. Viđam svoje pacijente, vodim osoblje i uvek zovem svoje prijatelje lekare iz celog sveta kako bismo razgovarali o najnovijim trendovima ili konferencijama koje se održavaju.

Posle posla sve se vrti oko društvenih obaveza. Volim da posećujem događaje u Dubaiju ili da provodim vreme sa prijateljima.

Gde vidite sebe privatno i profesionalno za deset godina i kakva je Vaša dugoročna vizija za Lucia Clinic?

Vidim sebe za deset godina kako sa mnogo više

iskustva doprinosim svetu estetike i dugovečnosti, jer je iskustvo u ovoj oblasti uvek važno. Vidim sebe kako i dalje radim kao edukatorka, globalno i na velikoj sceni, gde delim svoja iskustva sa više ljudi iz različitih kultura i delova sveta.

Verujem da se krećemo ka znatno personalizovanijem i inteligentnijem pristupu estetskoj medicini. Veštačka inteligencija, napredne metode snimanja, dijagnostika i nove regenerativne tehnologije pomoći će nam da kožu razumemo mnogo detaljnije i da tretmane učinimo preciznijim i individualizovanijim.

U Lucia Clinic moj fokus ostaje na tome da bismo na čelu novih tehnologija i inovacija, uz istovremeno obezbeđivanje da tretmani budu bezbedni, efikasni, prilagođeni svakom pacijentu i na-

učno utemeljeni, sa većim fokusom na wellness i dugovečnost.

Pored Beograda i Dubajja, imate i blisku povezanost sa Bečom. Kakvu ulogu Beč ima u Vašem životu?

Imam blisku povezanost sa Bečom, jer je moj suprug iz Beča. Vreme provodim između Dubajja, Beograda i Beča, tako da je Beč važan deo mog života.

Žena lepo stari kada ...

...se fokusira na prevenciju, zdravu kožu, kvalitet kože, vitalnost, wellness i dugovečnost, uz holistički pristup. Ne možemo postaviti hronološko staranje, ali možemo da radimo na biološkom kvalitetu kože, njenoj vitalnosti i nje-
noj sposobnosti da dobro funkcioniše i da podržimo zdravo starenje.



Dr. Radmila Lukian Profesionalni put:

Nakon završetka studija medicine u Srbiji, započela je profesionalnu karijeru u Univerzitetnoj bolnici u Beogradu, gde je proglašena najboljom studentkinjom dermatologije. Nakon toga se specijalizovala za dermatologiju i završila master studije sa odlikovanjem. Dalje stručno usavršavanje nastavila je u vodećim centrima širom sveta i time postavila snažne temelje u oblastima dermatologije, estetske medicine i dugovečnosti. Dr. Lukian obavlja rukovodeće funkcije i članica je upravnih odbora brojnih stručnih organizacija. Pored toga, renomirana je predavačica na međunarodnim kongresima i ambasadorica vodećih međunarodnih kompanija iz oblasti medicine i estetskih tehnologija iz Evrope, SAD-a i Japana. Danas se ubraja među najtraženije svetske stručnjakinje za regenerativnu estetsku medicinu.

www.luciaclinic.com

■ Autor: Voin Mihajlović

Großer Auto-Abverkauf: Gebrauchte jetzt bis zu 25 % günstiger

Wer aktuell ein gebrauchtes Auto sucht, hat bei Porsche Inter Auto vor allem eines: viel Auswahl. Der derzeit besonders große Fahrzeugbestand reicht von kleinen Stadtautos über SUVs und Kombis bis hin zu Hybrid- und Elektrofahrzeugen. Gleichzeitig werden ausgewählte Modelle im Rahmen des aktuellen Abverkaufs mit Preisvorteilen von bis zu 25 Prozent angeboten.

Damit entsteht für Käufer:innen eine Situation, die am Gebrauchtwagenmarkt nicht selbstverständlich ist: Statt sich zwischen wenigen verfügbaren Fahrzeugen entscheiden zu müssen, lassen sich unterschiedliche Modelle, Ausstattungen und Preisklassen direkt miteinander vergleichen.

SUV oder Kombi? Benzin, Diesel, Hybrid oder Elektro? Kompakt für die Stadt oder groß genug für die Fahrt mit der ganzen Familie nach Kroatien, Bosnien oder Serbien? Jünger mit wenigen Kilometern oder etwas älter und da-

AUTO-ABVERKAUF: Bei Porsche Inter Auto ist die Auswahl an Gebrauchtwagen derzeit besonders groß. Das bedeutet für Käufer:innen: mehr Vergleichsmöglichkeiten, viele unterschiedliche Modelle und ausgewählte Fahrzeuge mit einem Preisvorteil von bis zu 25 Prozent. An zehn Standorten in Wien.

für günstiger? Je größer die Auswahl, desto besser lässt sich ein Fahrzeug finden, das zu den eigenen Anforderungen passt.

Zehn Standorte quer durch Wien

Ein weiterer Vorteil: Die Aktion beschränkt sich nicht auf ein einzelnes Autohaus. Porsche Inter Auto ist mit mehreren großen Betrieben quer über Wien vertreten, viele davon verbinden Verkauf und Werkstatt am selben Standort.

Das wird spätestens nach dem Kauf relevant. Denn zum Auto gehören auch Pickerl, Service, Reifen, Reparaturen und irgendwann vielleicht der nächste Fahrzeugwechsel. Bei PIA lassen sich viele dieser Leistungen

innerhalb desselben Netzes erledigen. Dazu kommen Finanzierung und Versicherung über die Porsche Bank, Garantieleistungen sowie die Möglichkeit, das bisherige Fahrzeug direkt beim Händler einzutauschen.

Zwei Wiener Beispiele zeigen, was möglich ist

Wie interessant die aktuelle Auswahl sein kann, zeigt ein Blick auf zwei Fahrzeuge aus dem Wiener Bestand – sie stehen exemplarisch für das derzeitige Angebot.

Dabei lohnt es sich, bei Gebrauchtwagen nicht nur auf Alter und Preis zu schauen. Viele Fahrzeuge im Bestand sind Jungwagen, wurden erst vor wenigen Monaten zugelassen, weisen eine niedrige Laufleistung auf

und haben Herstellergarantie.

Gebraucht, aber mit Sicherheitsnetz

Gerade beim Gebrauchtwagenkauf spielt Sicherheit eine wichtige Rolle. Bei zertifizierten Fahrzeugen gelten definierte Anforderungen. Auf das WeltAuto werden Autos als zertifizierte Gebrauchtwagen ausgewiesen, die jünger als 18 Monate sind, weniger als 30.000 Kilometer gefahren wurden und über eine Herstellergarantie verfügen.

Bei einigen SEAT-Fahrzeugen sind sogar bis zu zehn Jahre Garantie möglich. Beim Audi Q2 kommt das Programm Audi Gebrauchtwagen mit intensiver Prüfung dazu.

AUSWAHL statt Kompromiss: das volle Lager zählt.

Der eigene Vergleich bleibt trotzdem wichtig: Unterschiede bei Laufleistung, Ausstattung, Garantie oder Preis machen schnell mehrere tausend Euro Unterschied aus.

Nicht nur auf die 25 Prozent schauen

Der Hinweis „bis zu 25 Prozent günstiger“ sorgt natürlich für Aufmerksamkeit. Trotzdem ist der höchste Rabatt nicht automatisch die beste Wahl. Ein Fahrzeug mit etwas geringerem Preisnachlass kann durch bessere Ausstattung, weniger Kilometer oder eine längere Garantie am Ende das attraktivere Gesamtpaket sein. Umgekehrt kann ein Modell, das bei Far-

be oder Ausstattung nicht exakt der ursprünglichen Vorstellung entspricht, durch einen besonders interessanten Preis plötzlich zur guten Alternative werden. Gerade bei einem großen Abverkauf zahlt sich deshalb etwas Flexibilität aus. Wer Budget und Anforderungen vorab festlegt, kann aus dem großen Bestand gezielter auswählen und mehrere Fahrzeuge vergleichen.

Der alte Wagen kann gleich mit

Auch die Frage „Was mache ich mit meinem jetzigen Auto?“ lässt sich direkt beim Händler klären. Statt selbst zu inserieren, Anfragen zu beantworten und Termine zu

organisieren, kann der bestehende Wagen bewertet und in Zahlung gegeben werden. Der errechnete Wert fließt anschließend in die Finanzierung beziehungsweise in den Kauf des nächsten Autos ein. Für viele Käufer:innen ist das eine deutlich unkompliziertere Alternative zum privaten Verkauf.

Wichtig bleibt, bei zusätzlichen Boni auf die jeweiligen Voraussetzungen zu achten. Angebote der Porsche Bank können beispielsweise an Finanzierung, Versicherung oder ein Servicepaket gekoppelt sein.

tion aus bis zu 25 Prozent Preisvorteil, einem sehr großen Fahrzeugangebot, vielen jungen Gebrauchten und einem dichten PIA-Netz direkt in Wien.

Für Käufer:innen bedeutet das: Sie können derzeit nicht nur über den Preis sprechen, sondern wirklich auswählen.

Wer ohnehin einen Fahrzeugwechsel plant, kann zuerst Budget und Anforderungen festlegen und anschließend vergleichen, was an den zehn Wiener PIA-Standorten verfügbar ist. Denn je größer die

„Man kann gleichzeitig über Preis und Auswahl sprechen“

Jetzt ist Auswahl Trumpf

Besonders interessant ist der aktuelle Abverkauf bei Porsche Inter Auto deshalb nicht allein wegen des Rabatts. Es ist die Kombina-

Auswahl, desto größer die Chance, dass am Ende sowohl das Auto als auch der Preis passen.

Infos: [porscheinterauto.at](https://www.porscheinterauto.at)



BEISPIEL 1 · PORSCHE WIEN-LIESING

VW Golf Variant Business TDI

Erstzulassung 09/2025 · rund 6.470 km · 115 PS
12,9-Zoll-Navigation, ACC, Winterpaket, Anhängervorrichtung
5 Jahre bzw. 100.000 km VW-Garantie

Listenneupreis	Fahrzeugpreis
37.752 €	28.750 €

Ersparnis 12.502 € · -33 %

* Vorteilspreis mit Porsche-Bank-Paketbonus: Finanzierung, Kaskoversicherung und Serviceprodukt über die Porsche Bank. Aktion läuft bis 30. November 2026.

VORTEILSPREIS*
25.250 €



BEISPIEL 2 · PORSCHE WIEN-PRAGERSTRASSE

Audi Q2 30 TFSI admired

Erstzulassung 09/2025 · rund 7.274 km
Matrix-LED, Navigationssystem, Smartphone-Connectivity
5 Jahre bzw. 100.000 km Werkgarantie ab Erstzulassung

Listenneupreis	Fahrzeugpreis
43.901 €	28.690 €

Ersparnis 17.711 € · -40 %

* Vorteilspreis bei erfüllttem Porsche-Bank- und Versicherungsbonus. Zusätzlich abgesichert über das Programm Audi Gebrauchtwagen.

VORTEILSPREIS*
26.190 €

ZEHN STANDORTE QUER DURCH WIEN

Liesing · Simmering · Oberlaa · Hietzing · Muthgasse · Donaustadt · Erdberg · Leopoldauerstraße · Pragerstraße · Tigergasse



Details & Informationen
PORSCHE
INTER AUTO
9 x in Wien
www.porscheinterauto.at

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

■ Autorin: Vera Marjanović

APEL: Drage dame, idite redovno na mamografiju!

Tumor, karcinom ili rak – svedjedno kako ga zovemo, izaziva nam osećaj straha. Nekad je to bila najteža i neizlečiva bolest, ali danas su prilike sasvim drugačije. S obzirom da je ovo mesec borbe protiv karcinoma dojke, govorićemo kako se ova bolest može staviti pod kontrolu. Uslov je da žene vode računa o prevenciji, što znači da povremeno treba da opipaju svoje grudi, ali i da redovno odlaze na mamografiju. To košta samo par sati uloženog vremena, ali može da spasi život. Koliko je to zaista istinito, svedoče ispovesti hrabrih i savesnih dama koje svoje borbe protiv karcinoma dojke otvoreno dele sa vama.

Jasna Vujošević (49), šnajderka

Jasna je prvi put promenu na desnoj dojci primetila krajem oktobra 2024. godine, dok je mazala telo nakon tuširanja. Opipavajući tu kuglicu, nije pomislila da se radi o karcinomu jer u njoj porodiци niko nije imao tu bolest.

„Par dana ranije dobila sam od ÖGK obaveštenje da je

Kad je nekad davno ženama dijagnostifikovan karcinom dojke, bilo je to poput smrtne presude. Srećom, medicina je napredovala krupnim koracima, pa se savremenom dijagnostikom i lečenjem rak uspešno pobeđuje. Ipak, prve i najvažnije korake čine žene.

vreme za novu mamografiju, pa sam odmah sledećeg dana nazvala i zakazala termin, na koji sam otišla pomalo nervozna. Nakon mamografije, usledio je ultrazvučni pregled, a doktor mi je rekao da mu se ne sviđa ono što je video, te da bez biopsije ne može ništa da tvrdi. Odmah sam napravila termin. Bila sam zbunjena, mada mi je u delu svesti

onom što me je očekivalo“, o početku svog teškog puta je ispričala Jasna.

Nekoliko dana kasnije, naša sagovornica se podvrgla biopsiji. Nalaz je čekala desetak dana.

„U ordinaciji mi je pažljivo saopšteno da je u pitanju vrlo agresivni, hormonski karcinom. Po savetu dok-

protokolu lečenja lekar mi je objasnio da neću izgubiti dojku, te da ćemo početi sa hemoterapijama – osam ciklusa u razmaku od tri sedmice. Tada sam o svemu obavestila sina, snahu i ostale srodnike, što je bilo veoma emotivno. U međuvremenu su mi urađeni brojni pregledi, snimanja i analize, kako bi se proverilo da li se karcinom proširio na druge organe. Srećom, bilo je sve u redu. Sa hemoterapijom sam počela 3. februara 2025. godine i već nakon par dana sam primetila da mi otpada kosa, duga i lepa, na koju

Prevencija, odnosno mamografija, mogu da spasu život.

tinjla misao da ne mora da bude najgore. Kasnije sam se rasplakala, ali sam donela odluku da neću nikome ništa govoriti dok ne dobijem rezultate biopsije. Par dana kasnije bila sam na velikom porodičnom slavlju, nastojeći da budem vesela, mada su mi misli lutale ka

tora, zakazala sam termin u bolnici, obavila razgovor i nekoliko dana sačekala na odluku konzilijuma o daljem toku lečenja. Tih dana sam shvatila da svi moji planovi padaju u vodu, emocije su mi bile u haosu, pa sam samo mom partneru saopštila šta se dešava. Na razgovoru o



Jasna Vujošević je napipala kuglici na desnoj dojci.

sam bila jako ponosna. Nakon drugog ciklusa terapije, nisam imala trepavice i obrve, a tada sam u stan pozvala sestru od tetke da mi obrije glavu. Nisam od toga pravila dramu, čak sam sebi rekla da ličim na ratnicu, što u to vreme i jesam bila. Srećom, hemoterapiju sam dobro podnosila, ali mi je teško padalo što sam morala sebi da dajem inekcije zbog oslabljene krvne slike", priseća se Jasna Vujošević.

Od postavljanja dijagnoze, Jasna je odbacila cigarete i kafu, uzimajući puno voća i povrća. Već nakon četvrte hemoterapije je ustala

novljeno da se tumor smanjio, a nakon poslednje, 8. jula 2025. više ga nije bilo. Mesec dana kasnije, usledila je operacija.

„Očišćeno je tkivo u kojem je bio nastanjen tumor, uklonjena je i jedna limfna žlezda, a patolog je utvrdio da nema kancerogenih ćelija. Kad sam se oporavila, imala sam petnaest zračenja u tri sedmice, što nije bilo strašno. No, time lečenje nije završeno jer sam počela da uzimam tablete koje su zaustavile stvaranje estrogena u mojim jajnicima i uvele me u klimakterijum. To je bio šok za organizam, a mene su počeli da bole svi zglobovi, što i danas traje i baš je neprijatno. Sad na kontrole idem svakih šest meseci, zdravo se hranim, bavim se sportom i dobro sam raspoložena. Kroz ceo proces lečenja imala sam ogromnu podršku partnera i cele porodice, a ja svakodnevno sebi ponavljam da je život lep i vredan“, naglasila je naša sagovornica.

Sanela Melius (46), službenica

Sanela je otišla na redovnu kontrolu kod ginekologa i on joj je predložio mamografiju, s obzirom da je imala 40 godina. Kako je vrlo savezna, ona je lekara poslušala i podvrgla se pregledu u januaru 2020. godine.

„Nakon mamografije i ultrazvučnog pregleda, jedna doktorka je nešto izmerila, rekla je da ima šest milimetara, dodajući da nema razloga za brigu i da dođem na kontrolu za šest meseci. Imala sam veoma loš osećaj, a baš tada je počela pandemija i Lockdown. Negde u martu sam se čula sa mojom doktorkom, sve sam joj ispričala i zamolila je da mi pošalje uput za magnetnu rezonansu. Čekala sam termin dva meseca i četiri meseca nakon prve mamografije otišla sam na pregled. Kratko nakon toga pozvao me je radiolog i savetovao mi da se što pre javim u neki centar za bolesti dojke jer snimak ne izgleda dobro. Odmah sam kontaktirala mog ginekologa, a već

sledećeg dana sam imala termin u AKH, gde mi je urađena biopsija. Pet dana kasnije sam sa suprugom otišla na razgovor, ubeđena da će me operisati i tako rešiti problem. No, doktor je počeo da govori o hemoterapijama, a ja sam bila u šoku, drhtala sam od hladnoće, plakala, bilo me je strah od raka“, opisuje Sanela prve korake do dobijanja dijagnoze.

Lekari su gospođi Melius prepisali osam hemoterapija, sa kojima je odmah započeto. Već nakon prve je izgubila kosu, obrve i trepavice, ali nije to shvatila tragično. Teško je bilo što je osećala mučninu i što je došlo do teške slabosti mišića, pa se teško kretala. Mislila je na svoju decu, pitala se da li će ikad više moći da se smeje. „Kad je došlo vreme za osmu hemoterapiju, rekla sam doktoru da više ne mogu, a on je odgovorio da treba da je primim kako se nekad ne bismo kajali. Naravno, poslušala sam ga. Krajem januara sam pre operacije tražila da mi uklone celu dojku, ne že-



Saneli Melius je ginekolog na redovnoj kontroli predložio mamografiju.

RAK DOJKE se uspešno leči!

leći ni nju ni rak, ali samo je očišćeno tkivo gde se nalazio tumor, izvađene su mi dve limfne žlezde i sve je bilo sasvim čisto. Usledilo je 19 zračenja, a potom antihormonska terapija koju i danas uzimam. Na kontrole idem svakih šest meseci i vrlo sam disciplinovana pacijentkinja. Redovno mi rade mamografiju i magnetnu rezonansu, a svi nalazi su uredni.

Nažalost, ja sam jedna od 1% žena kojima nakon hemoterapije nije ponovo izrasla zdrava kosa, kao ni obrve. Na glavi imam tanano paperje, što mi teško pada jer me svakodnevno, kad se pogledam u ogledalu, podseća na bolest. Kupila sam tri perike koje menjam, nastojeći da se vratim normalnom životu. Terapija koju uzimam donosi posledice poput migrena, bolova, nesanica, znojenja, depresivnih raspoloženja... Sve su to klasični simptomi menopauze", nastavila je ispovest Sanela.

Kad danas govori o bolestima, Sanela oseća tugu zbog svega što su prošla njena deca i suprug. Nije ih mogla zaštititi od strahova za njen život, mada su oni nastojali da ih pred njom ne pokažu. Nažalost, vreme se meri pre raka i posle njega.

„Mnogo me je bolelo što oni moraju tako nešto da proživljavaju. Sin me je uvek posmatrao, sedeći pored mene, čuvao me je. A ćerka je plakala, uvek

krišom, i onda mi pokazivala pozitivno lice i ogromnu nežnost. Moj muž je bio moja snaga, bili su svi moja najveća podrška i moj najveći blagoslov. Vremenom sam uspevala da manje razmišljam o bolestima, nastojim da zdravo živim, ispunjena i srećna sa porodicom.“

Tanja Foro (44), samostalna frizerka

Tanja je početkom januara 2021. kod kuće opušteno



Tanja Foro je pomislila na karcinom čim je napipala kuglicu u dojci.

telefonirala, kad je ispod ruke naslonjene na grudi osetila nešto neobično. Prstima je napipala kuglicu u gornjem delu leve dojke i odmah je bila ubeđena da je u pitanju karcinom.

„Kuglica u dojci me nije bolela, a mogla sam da je pokrećem prstima. Javila sam se odmah kućnoj doktorki i ona me je poslala na ultrazvučni pregled, a odmah nakon toga je usledila i magnetna rezonansa. Rečeno mi je da je u pitanju dobro-

ćudni tumor i da se javim za šest meseci. Nedelju dana kasnije, mali klikerčić u mojoj dojci postao je veliki kliker. Kako niko nije hteo da me zbog korone primi u bolnicu, preko poznanica koje su medicinske sestre, svoje nalaze sam slala lekarima i svaki je odgovorio da se javim za šest meseci, kao što je napisano. E, onda sam sasvim okrenula priču, tvrdeći da tonem u depresiju, te da mi je psiha ozbiljno

u njenoj dojci uvećan za jedan santimetar.

„Doktor je odmah predložio biopsiju, kojom je ustanovljeno da imam trostruko negativni karcinom dojke, čija je agresivnost 90%. To je neka specifična, retka i vrlo nepredvidljiva vrsta. Uхватила me je panika jer sam bila samohrana majka, nisam mogla da radim, sve je zavisilo od mene, a već sam bila pod stresom zbog životnih udaraca.

Kad sam se malo sabrala, ispričala sam sve deci, predstavljajući to kao vojni rok koji je težak, ali će proći. Par dana kasnije, u bolnici su mi ispod kože ugradili port-a-kat, kako bih lakše dobijala hemoterapije, a bilo ih je čak 18. Teško sam ih podnosila zbog netipičnih alergijskih reakcija, ali i drugih, vrlo neprijatnih poteškoća. Pao mi je imunitet, dobila sam upalu pluća, a onda i stafilokoku. Tada sam posegla za alternativnim sredstvima, moleći se Bogu za pomoć. I, kad mi je nakon 17. hemoterapije urađena magnetna rezonansa, tumora više nije bilo“, opisuje taj važni trenutak Tanja Foro.

Naša sagovornica je verovala da joj operacija neće trebati, ali lekar joj je objasnio da je neophodna. Pored tkiva u dojci gde se nalazio tumor, izvađena joj je samo jedna

ugrožena zbog promene u dojci. U isto vreme, moja majka je u Srbiji vodila rat protiv raka debelog creva, a kratko pre svega pomenutog sam se razvela i bila sam sama sa troje dece, uzrasta 12, 14 i 16 godina“, samo deo svoje teške priče iznosi Tanja.

Srećom, jedan lekar iz klinike Favoriten je Tanju primio na razgovor, gde mu je ona rekla da tumor raste. Ultrazvučni pregled je pokazao da je, samo dvanaest dana nakon magnetne rezonanse, tumor

limfna žlezda, a rezultat histopatološke analize je bio negativan. Na dojci i ispod pazuha ostali su joj ožiljci od po pet santimetara.

„Odmah nakon operacije mi je rečeno da ću imati 25 terapija zračenjem, ali je to smanjeno na 15, što sam dobro podnela. Napominjem da su mi lekari u jednom periodu zaustavili menstruaciju, za slučaj da je moj tumor hormonski. Sada povremeno imam ciklus, ali bez ikakvog reda.

U početku sam na kontrole odlazila svaka tri, a sad je to na šest meseci, dok mamografiju imam svake dve godine. Iako je sve u redu, strah mi je ostao, pa se javljam lekaru čim me nešto zaboli. Kad pogledam unazad, najteže je bilo da pred decom glumim snagu, a bilo mi je strašno zbog bolesti, teške finansijske situacije i neizvesnosti. Moj sin je imao 15 godina kad mi je rekao da će napustiti školu i zaposliti se, kako bismo preživeli.

Srećom, sve je to iza nas, a moglo se završiti kobno da nisam slušala svoju intuiciju. Lekar mi je rekao da bi moj tumor metastazirao da sam čekala kontrolni pregled šest meseci nakon prve magnetne rezonanse“, zaključuje svoju ispovest Tanja.

Rak dojke u Austriji

NAJVAŽNIJI BROJEVI NA JEDNOM MESTU



NOVE DIJAGNOZE 2024

6.959

Ženama i muškarcima je 2024. godine u Austriji dijagnostikovao rak dojke.

PODELA PREMA POLU



6.877

Žene



82

Muškarci

NAJČEŠĆI RAK KOD ŽENA



Rak dojke činio je 31,1% svih novootkrivenih malignih tumora kod žena i bio je najčešća maligna bolest kod žena.

SMRTNI SLUČAJEVI 2024



1.755

Žene



20

Muškarci

Tokom 2024. godine u Austriji je od raka dojke preminulo 1.755 žena i 20 muškaraca. Kod žena je to predstavljalo 17,8% svih smrtnih slučajeva od raka.

STADIJUM PRI DIJAGNOZI



57,4% invazivnih slučajeva raka dojke dijagnostikovanih u periodu od 2022. do 2024. godine otkriveno je u lokalizovanom stadijumu.



ŽIVOT SA DIJAGNOZOM RAKA DOJKE

92.301

Krajem 2024. godine u Austriji je živelo 92.301 žena sa dijagnozom raka dojke.

Izvor: Statistik Austria, 2024

REČ LEKARA

Dr Maksim Spasić, lekar opšte medicine

Kao lekar opšte medicine, smatram da je moja uloga da svoje pacijentkinje podsetim na redovne kontrole i da ih ohrabrim da se obrate lekaru ako primete bilo kakve promene. Neophodno je da se žene kod kojih postoji sumnja na zloćudno oboljenje što pre upute specijalistima u centrima za bolesti dojke. U Austriji žene od 40. godine mogu uz prijavu osiguranju da učestvuju u programu ranog otkrivanja raka dojke i da urade mamografiju svake dve godine. Žene između 45. i 74. godine starosti dobijaju pozive za preglede. U zavisnosti od nalaza, može biti potreban i ultrazvuk dojki. U slučaju nekih promena ili određenih tegoba, ne treba čekati sledeći termin za kontrolu, već se odmah treba

javiti lekaru. Nova kvržica, promena oblika dojke ili kože, uvučena bradavica ili neuobičajen sekret iz bradavice, treba da se pregledaju. Važno je naglasiti da svaka promena ne znači da postoji rak jer mogu



Dr Maksim Spasić

biti i hormonske prirode. Ipak, sve treba shvatiti ozbiljno. Postoje faktori rizika na koje ne možemo da utičemo: godine starosti, genetika i porodična istorija, ali i faktori na koje mi lekari treba da skrenemo pažnju. Takvi su pre-

komerna telesna težina, pušenje, nedovoljna fizička aktivnost, način ishrane, hormonska terapija u menopauzi, ali i odsustvo trudnoće. Na osnovu faktora rizika, može biti potrebna individualna procena celokupne situacije. Zato ističem da prevencija, ipak, nije samo odlazak na pregled, nego i odgovoran odnos prema sopstvenom zdravlju i rad na zdravijim navikama. Za kraj nešto veoma važno: dijagnoza raka dojke danas ne znači automatski lošu prognozu.

Postoje različite mogućnosti lečenja koje se prilagođavaju svakoj pacijentkinji, poput antihormonske terapije. Zato je najvažnije ne ignorisati promene, ići na preporučene kontrole i na vreme razgovarati sa svojim lekarom. Rano otkrivanje daje više mogućnosti, a kod raka je to ključno.

„Radio Sarajevo“ – priča o detinjstvu, ratu i sećanju na sceni

Višejezičko i multikulturalno pozorište TEATA novu sezonu otvara predstavom „Radio Sarajevo“, koja će 9. oktobra biti izvedena u Theater Arche u Beču. Produkcija je nastala prema nagrađivanom romanu Tijana Sile i donosi emotivnu priču o odrastanju u Sarajevu tokom ratnih devedesetih.

Radnja prati desetogodišnjeg Tijana, koji 1992. godine pokušava da pronađe svoj put kroz svakodnevni život u gradu pod opsadom. U svetu ograničenom na nekoliko okolnih zgrada, radio postaje njegova veza sa spoljnim svetom, ali i simbol nade, poverenja i potrage za normalnošću



u vanrednim okolnostima. Kroz spoj pozorišta, muzike i više jezika, rediteljka Sara Ostertag pretvara roman u scensko putova-

nje kroz teme rata, pripadnosti, kulturnog nasleđa i sećanja. Predstava govori o generacijama koje su odrastale između različi-

tih svetova i identiteta, ali i o iskustvima koja povezuju ljude bez obzira na granice.

Uz predstavu je pripremljen i prateći program, koji kroz različite formate, medije i perspektive otvara teme rata, opsade Sarajeva, umetnosti, kulture, sećanja i pripadnosti. Nakon premijere publiku očekuje još sedam izvođenja.

Više informacija i termine predstava možete pronaći na www.teata.at.

Datum: 9.10.2026.

Početak: 19:30

Lokacija: TEATA u teatru Arche, Gumpendorfer Straße 67, 1060 Beč

Balkanska fešta: Wiener Tschuschenkapelle predstavlja „Einkehr“

Wiener Tschuschenkapelle sprema opet veliko muzičko slavlje u Beču. Kulni sastav će 14. oktobra u Globe Wienu predstaviti novi album „Einkehr“, koji će biti objavljen na CD-u i vinilu. Početak koncerta je u 19.30 časova, a publiku očekuje mnogo više od klasične promocije novog izdanja.

Bend koji je Slavko Ninić osnovao 1989. godine već decenijama spaja muzičke tradicije Balkana sa bečkim zvukom, mediteranskim melodijama, sevdalinkama i drugim uticajima. Upravo ta mešavina, uz prepoznatljiv humor i energične nastupe, učinila je Wiener Tschuschenkapelle jednim



od najpoznatijih predstavnika balkanske muzike u Austriji. Na promociji albuma „Einkehr“ na bini će

se okupiti svi muzičari koji su učestvovali u njegovom snimanju. Organizatori najavljuju pravu feštu, a

tradicija njihovih promocija podrazumeva i poseban dodatak: uz kupovinu CD-a ili ploče posetioци će moći da probaju Slavkovu domaću šljivovicu uz jagnjetinu ili pečeno prase.

Globe Wien nije izabran slučajno. Upravo je tamo Wiener Tschuschenkapelle 2024. godine proslavila 35 godina rada pred više od hiljadu gostiju. Ovoga puta povod je novo izdanje, ali ideja ostaje ista – muzika, druženje i veliko zajedničko slavlje.

Datum: 14.10.2026.

Početak: 19:30

Lokacija: GLOBE Marx Halle, Karl-Farkas-Gasse 19, 1030 Beč

Politika ulazi u birtiju:

„Pouzdana sastanak“ stiže u beč

Šta se dogodi kada naivni krčmar pusti politiku u svoju birtiju? Upravo od tog pitanja kreće „Pouzdana sastanak – Politika i birtija“, komedija Joze Ivakića koja 18. oktobra stiže u Theater Akzent u Beču. Predstava Gradskog kazališta „Joza Ivakić“ iz Vinkovaca spaja satiru, političku komediju i priču o ljudskim odnosima, a režiju i dramaturgiju potpisuje Vladimir Andrić.

Radnja je smeštena u slavonsku varoš, gde jedan politički sastanak remeti svakodnevnicu lokalne birtije i brzo otkriva skrivene interese, slabosti i nesigurnosti njenih gostiju. Kroz dinamične dijaloge predstava balansira između komičnih i ozbiljnih tonova,



dok u središte stavlja poverenje, iskrenost i pitanje koliko se odnosi menjaju kada politika uđe u privat-

ni život. Ivakićev tekst nastao je 1913. godine, a prvo izveden je 1915. u Osijeku. Nova vinkovačka postavka

premijerno je izvedena 2024, a iste godine osvojila je posebno priznanje na 13. Bobijevim danima smeha za zajedničku igru, uigranost i zaigranost ansambla. Posebnu energiju donosi ansambl što kroz humor i napetost oživljava sukobe, skrivene motive i odnose među likovima.

Predstava se igra na hrvatskom jeziku i traje 90 minuta. Početak je u 19 časova, a ulaznice koštaju 26, 28, 30 ili 32 evra. Za mlađe od 27 godina najavljen je popust od 27 odsto.

Datum: 18.10.2026.

Početak: 19:00

Lokacija: Theater Akzent, Theresianumgasse 18, 1040 Beč

Dalmatinsko veče u beču:

Tomislav Bralić i Klapa Intrade

Jedan od najprepoznatljivijih sastava dalmatinske klapske scene ponovo stiže pred bečku publiku. Tomislav Bralić i Klapa Intrade nastupiće 14. novembra u VHS Meidlingu, gde će od 20:30 časova prirediti veče ispunjeno klapskom pesmom, dalmatinskim šansonama i hitovima koje publika već godinama peva zajedno sa njima.

Klapa Intrade već decenijama neguje prepoznatljiv višeglasni zvuk, dok poseban pečat njihovim pesmama daje karakteristični bariton Tomislava Bralića. Tradicionalni klapski izraz na velikim koncertima spajaju sa



instrumentalnom pratnjom benda, čime njihove pesme dobijaju snažniji

koncertni karakter. Tokom dugogodišnje karijere izgradili su publiku daleko

izvan Dalmacije i nastupali na velikim pozornicama u Hrvatskoj i inostranstvu.

Bečka publika moći će da čuje poznate pesme poput „Zora bila“, „Škrinja ljubavi“, „Zalutali pogled“, „Sri-tan čovik“, „Bilo je vrime“, „Stina dida mog“ i „Nisam te sriće“, uz još niz hitova iz njihove bogate karijere. Emocija, dalmatinski zvuk i zajedničko pevanje sa publikom već su godinama zaštitni znak njihovih nastupa. ulaznice koštaju od 40 do 50 evra.

Datum: 14.11.2026.

Početak: 20:30

Lokacija: VHS Meidling, Längenfeldgasse 13-15, 1120 Beč

Autorka: Vera Marjanović

SUPLEMENTI: Gde je granica između istinske koristi i reklame?



Dr. Vesna
Budić-Spašić

Gotovo svaka osoba zna za vitamine, minerale, omega-3, probiotike, kolagen, magnezijum, cink i još čitav niz preparata koji obećavaju više energije, bolji san, jači imunitet, lepšu kožu, zdravije zglobove i, ako verujemo reklamama, gotovo novi život.

Police u apotekama i, naravno, drogerijama izgledaju kao da se pripremaju za svetski šampionat zdravlja, a čovek se često s pravom pita: Da li meni ovo stvarno treba? Da li to samo lepo izgleda u kupatilu ili je to samo još jedna teglica u kuhinji? Upravo to je tema koju smo otvorili sa dr Vesnom Budić-Spašić, stalnom konsultantkinjom magazina KOSMO.

KOSMO: Koliko su nam zaista potrebni i korisni suplementi?

Dr Vesna Budić-Spašić: Suplementi mogu biti korisni, ali nisu zamena za pravilnu

ishranu, san, kretanje i klasično lečenje bolesti. Suplementi, odnosno dodaci ishrani, služe da dopune ishranu ili terapiju određenim vitamini

Magnezijum je jedan od najpopularnijih suplemenata.

nima, mineralima ili drugim sastojcima. Njihova osnovna ideja je vrlo jednostavna: ako organizmu nešto nedostaje, ako organizam nešto gubi ili su potrebe povećane, određeni sastojak možemo dodatno uneti. Ako smo anemični, uzećemo gvožđe. Ako uzimamo diuretike, moramo nadoknaditi kalijum. Ako

bolujemo od reumatizma i uzimamo metotreksat, moramo uzeti i folnu kiselinu. Pri tome, treba biti svestan da više nije uvek i bolje. Ako nam nedostaje određeni vitamin, njegovo nadoknađivanje, tj. suplementiranje, može imati smisla. Ali, ako ga već imamo dovoljno, dodatna količina ne znači automatski i dodatno zdravlje. Da je tako, svi bismo bili zdravi, naspavani i puni energije do 100. godine. Naglašavam, vitamini i minerali potrebni su

organizmu u relativno malim količinama, ali učestvuju u velikom broju procesa.

Koji vitamini i minerali se najčešće koriste i koliko je to opravdano?

Vitamin D je zanimljiv jer ga organizam može stvarati izlaganjem kože suncu, ako ga u telu u neaktivnom re-

zervnom obliku ima dovoljno. Tokom zime, kod osobe koje malo borave na suncu ili imaju određene faktore rizika, nivo vitamina D može biti nizak. Pre nadoknade preporučuje se laboratorijska kontrola.

Gvožđe je veoma važno za stvaranje hemoglobina i transport kiseonika. Međutim, nije dobro uzimati ga „na svoju ruku“ samo zato što smo umorni. Umor ima mnogo mogućih uzroka, a višak gvožđa može biti štetan. Dakle, za umor tražimo razlog, a ne kupujemo odmah celu policu suplemenata.

Magnezijum je jedan od najpopularnijih suplemenata. Često se koristi kod grčeva i uznemirenosti, a najčešći je mineral koji se uzima samoinicijativno, kao lek za sve tegobe. Veće količine mogu izazvati proliv, što vrlo dobro ukazuje da smo možda malo preterali.

Kolagen može biti koristan, ali efekti svakako ne mogu biti čarobni.

Omega-3 masne kiseline nalaze se prvenstveno u sevanomorskoj ribi, kao što su losos, sardina i skuša. Šaran i dunavsko somče nemaju visok sadržaj nezasićenih masnih kiselina, tako da balkanskoj populaciji nije loše dodati malo ribe u kapsuli. Omega-3 suplementi su jako korisni u određenim situacijama za srce, mozak, zglobove i kožu. No, i ovdje važi isto pravilo: Za uzimanje suplementa treba da postoji razlog, a ne da to bude samo reklama.

Probiotici se, takođe, često koriste. Nime, naše crevo je dom ogromnom broju mikroorganizama, što zvuči pomalo nelogično, ali je, zapravo, potpuno normalno. Probiotici sadrže određene žive mikroorganizme koji mogu imati pozitivan efekat u mnogim situacijama. Međutim, nije svaki probiotik isti. Različiti sojevi imaju različita svojstva, pa nije dovoljno reci: „Uzeću neki probiotik.“ To bi bilo kao kada bismo rekli: „Imam problem sa veš-mašinom, dajte mi bilo koji deo.“

Šta je još popularno na tržištu suplemenata?

Kolagen, tj. lepota u kapsuli, poslednjih godina je postao prava zvezda među suplementima. Prah, kapsule, napici – kolagen je svuda. Organizam prirodno proizvodi kolagen i on je važan za kožu, vezivno tkivo, hrskavicu i druge strukture. S godinama opada proizvodnja kolagena, što je i osnovni razlog starač-

kog izgleda lica i tela. Kolagen može biti koristan, ali efekti svakako ne mogu biti čarobni, na koji god način ga konzumirali. Dakle, ako uzmete kolagen, ne treba očekivati da ćete se sutradan probuditi sa dvadesetogodišnjim licem. Ali, ako se to čak i desi, verovatno neće potrajati doživotno,



Suplementi su korisni, ali nisu zamena za pravilnu ishranu, san, kretanje i klasično lečenje bolesti.

već ćete, ipak, posle nekog vremena u ogledalu videti lice svoje majke iz lične karte.

Imunitet je jedna od najčešćih poruka u reklamama. Zvuči lepo, ali imunitet nije biceps koji možemo jednostavno „napumpati“ sa nekoliko kapsula. Za normalno funkcionisanje imunog sistema ima mnogo važnih faktora: kvalitetna i raznovrsna ishrana, dovoljno sna, fizička aktivnost, normalna telesna težina, prestanak pušenja, umeren unos alkohola, manje stresa.

Za suplemente se tvrdi da su prirodni, a time i zdravi. Da li je zaista tako?

Da, često se može čuti: „To je prirodno, ne može da škodi“, mada prirodno ne znači automatski i bezbedno. I glijive su prirodne, ali mogu biti i opasne. Neki biljni preparati mogu uticati na krvni pritisak, srčani ritam, jetru ili dejstvo lekova. Poseban oprez potreban je kod osoba koje uzimaju više lekova, kod trudnica i dojilja, kod osoba sa bolestima jetre ili bubrega, kao i pre operacija. Neki suplementi mogu uticati na dejstvo lekova za razređivanje krvi, lekova za krvni pritisak, štitastu žlezdu ili

menti nisu ni neprijatelji, ni čarobnjaci, a mogu biti veoma korisni kad za njih postoji opravdan razlog. Kod dokazanog nedostatka vitamina ili minerala, suplementacija je važan deo brige o zdravlju. U nekim situacijama određeni preparati mogu imati dodatnu korist i daju se u terapijskim dozama koje su veće od doza za nadoknadu. Uzimanje velikog broja suplemenata u jednoj kapsuli uglavnom je nepotrebno zato što su pojedinačne komponente uvek jako nisko dozirane, inače ne bi stale u jednu kapsulu. Od većih doza bi kapsula mo-

šećerne bolesti. Zato lekaru obavezno treba da kažete šta sve uzimate, uključujući vitamine, biljne preparate i suplemente.

Šta savetujete ljudima u vezi sa suplementima?

Pre nego što kupite još jednu kutiju, dobro razmislite da li je to samo zato što je komšinica rekla da je suplement odličan. Prvo treba proceniti ishranu, simptome i uraditi laboratorijske nalaze. Isto tako, nije svaki suplement namenjen da se uzima mesecima ili godinama. Suple-

rala biti veličine bundeve koju bi bilo teško progutati. Ne treba imati ni petnaest teglica na polici samo zato što na njima piše „imunitet“, „energija“, „detoks“ ili „anti-age“. Za naše zdravlje ne treba da važi pravilo supermarketa 2+1 gratis. Najbolji pristup je individualan i pod kontrolom lekara: šta vam zaista treba, u kojoj dozi, koliko dugo i da li je bezbedno uz terapiju koju već uzimate. Teško je sve spakovati u čarobnu kapsulu koja će rešiti postojeće i sprečiti moguće probleme.

■ Autorka: Gordana Perić

Jesen na tanjiru: Brzi recepti iz Tiganja, rerne i lonca

Miris pečenih pečuraka, bundeve, jabuka, cimeta i toplih začina znači samo jedno – stigla je jesen. Hladniji dani traže jela koja greju, ali to ne znači da moramo satima da stojimo u kuhinji. Od kremaste testenine do brzih poslastica sa jabukama i bundevom, izdvojili smo jednostavne recepte koje možete pripremiti u tiganju, rerni ili loncu.

OSNOVA ZA RECEPTE: DOMAĆI PIRE OD BUNDEVE

Pire od bundeve koristi se kao osnova za testeninu, palačinke, kolače, supe i brojne druge jesenje recepte. Možete ga pripremiti unapred i čuvati u frižideru nekoliko dana. Pečenjem bundeva dobija intenzivniji i slađi ukus, a pire ostaje gušći nego kada se bundeva kuva u vodi.

Priprema: 10 minuta
Ukupno vreme: 50-60 minuta
Pečenje: 40-50 minuta

Sastojci

- 1 kg bundeve
- po želji nekoliko kapi maslinovog ulja

Priprema

1. Rernu zagrejte na 200 °C. Bundevu prepolovite ili isecite na veće komade i kašikom odstranite semenke i vlaknasti deo.
2. Komade bundeve stavite na pleh i pecite oko 40–50 minuta, dok meso ne postane potpuno mekano.
3. Ostavite bundevu nekoliko minuta da se prohladi, a zatim kašikom odvojite meso od kore.
4. Meso stavite u blender ili usitnite štapnim mikserom dok ne dobijete potpuno gladak pire.
5. Ako je pire previše vodenast, ostavite ga kratko u cediljci da se ocedi. Ohlađeni pire čuvajte u zatvorenoj posudi u frižideru.

SPREMANJE U TIGANJU

Kremaste špagete sa bundevom i parmezanom

Priprema: 5 minuta

Kuvanje: 15 minuta

Porcije: 4 porcije

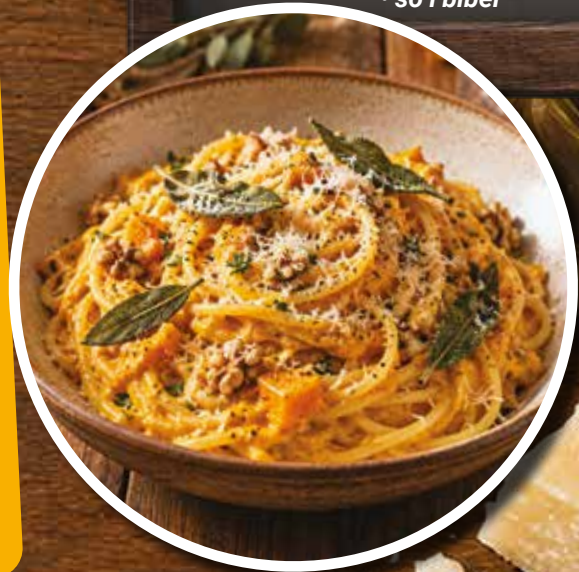
Ukupno vreme: 20 min sa pripremljenim pireom

Priprema

1. Ako nemate pripremljen pire od bundeve, napravite ga prema osnovnom receptu.
2. Testeninu skuvajte al dente prema uputstvu na pakovanju.
3. U velikom tiganju otopite puter i kratko propržite beli luk i začinsko bilje.
4. Dodajte pire od bundeve, mleko, parmezan i muskatni oraščić i kuvajte nekoliko minuta dok ne dobijete kremast sos.
5. Dodajte testeninu, dobro promešajte i poslužite uz još malo parmezana.

Sastojci

- 350 g špageta ili fetučina
- 200 g domaćeg pirea od bundeve
 - 2 kašike putera
 - 2 čena belog luka
 - 120 ml mleka
- 50 g rendanog parmezana
- malo ruzmarina ili žalfije
- prstohvat muskatnog oraščića
- so i biber



Tople jabuke sa cimetom i medom

Priprema

1. Jabuke operite i isecite na manje kockice ili tanke kriške.
2. Stavite ih u zagrejan tiganj i dodajte malo putera.
3. Dodajte med i cimet i dobro promešajte.
4. Pržite nekoliko minuta dok jabuke ne omekšaju i blago se karamelizuju.
5. Poslužite samostalno ili uz jogurt, ovsenu kašu, palačinke ili sladoled od vanile.

Priprema: 5 minuta

Kuvanje: 8 minuta

Ukupno vreme: 13 minuta

Porcije: 2 porcije

Sastojci

- 2 veće jabuke
- 1–2 kašike meda
- 1 kašičica cimeta
- 1 kašičica putera,
po želji



SPREMANJE U RERNI

Lazanja sa bundevom i pečurkama

Priprema: 30 minuta
Pečenje: 30 minuta
Ukupno vreme: oko 60 min
Porcije: 4 porcije



Sastojci

- 500 g bundeve
- 300 g pečuraka
- 1 glavica crnog luka
- 2 čena belog luka
- listove za lazanje
- 500 ml bešamel sosa
- 150 g rendanog sira
- 2 kašike maslinovog ulja
- malo majčine dušice ili žalfije
- prstohvat muskatnog oraščića
- so i biber

Priprema

1. Bundeve isecite na male kockice. Luk i beli luk sitno iseckajte, a pečurke narežite na listiće.
2. Na maslinovom ulju propržite luk i beli luk, zatim dodajte pečurke i bundevu. Začinite solju, biberom i majčinom dušicom i dinstajte oko 10 minuta.
3. U vatrostalnu posudu stavite malo bešamela, zatim red listova za lazanje, sloj bundeve i pečuraka i ponovo bešamel. Ponavljajte dok ne potrošite sastojke.
4. Poslednji sloj premažite bešamelom, pospite rendanim sirom i sa malo muskatnog oraščića.
5. Pecite u prethodno zagrejanj rerni na 200 °C oko 25–30 minuta, dok površina ne postane zlatna.

Savet: Hokkaido bundeva je posebno praktična jer joj se kora može jesti, pa je nije potrebno ljuštiti.

Jastučići od lisnatog testa sa bundevom

Priprema: 15 minuta
Pečenje: 15 minuta
Porcije: 6 porcije
Ukupno vreme: 35 min sa pripremljenim pireom



Sastojci

- 1 pakovanje lisnatog testa
- 200 g domaćeg pirea od bundeve
- 3 kašike smeđeg šećera
- 1 kašičica cimeta
- prstohvat muskatnog oraščića
- malo vanile
- 1 jaje
- seckani orasi, po želji

Priprema

1. Ako nemate gotov pire, pripremite ga od sveže bundeve prema osnovnom receptu.
2. Rernu zagrejte na 200 °C. Pire od bundeve pomešajte sa šećerom, cimetom, muskatnim oraščićem i vanilom.
3. Lisnato testo isecite na kvadrate, na svaki stavite malo fila i preklopite u trougao.
4. Ivice pritisnite viljuškom, a površinu premažite umućenim jajetom.
5. Pecite oko 20 minuta, dok jastučići ne postanu zlatni i hrskavi.

SPREMANJE U LONCU

Kremasta supa od bundeve

Priprema: 20 minuta
Kuvanje: 25 minuta
Ukupno vreme: 45 min
Porcije: 6 porcije

Priprema

1. Luk sitno iseckajte i pržite na maslinovom ulju oko 5 minuta.
2. Dodajte bundevu isečenu na manje kocke i pržite još 8–10 minuta.
3. Nalijte bujonom i kuvajte dok bundeva potpuno ne omekša.
4. Dodajte pavlaku i sve izmiksajte štapnim mikserom dok ne dobijete glatku, kremastu supu.
5. Začinite po ukusu i poslužite sa pečenim semenkama bundeve ili krutonima.



Sastojci

- 1 kg očišćene bundeve
- 2 glavice crnog luka
- 2 kašike maslinovog ulja
- 700 ml povrtnog ili pilećeg bujona
- 150 ml pavlake za kuvanje
- so i biber
- malo muskatnog oraščića, po želji
- semenke bundeve ili kruton za serviranje

Kremasti rižoto sa pečurkama

Priprema: 10 minuta
Kuvanje: 30 minuta
Ukupno vreme: 40 min
Porcije: 4 porcije

Priprema

1. Na ulju propržite sitno seckani luk i beli luk, pa dodajte pečurke.
2. Kada pečurke omekšaju, dodajte pirinač i pržite oko minut.
3. Sipajte vino i pustite da gotovo potpuno ispari.
4. Postepeno dodajte vruć bujon uz često mešanje, dok pirinač ne postane kremast i mekan.
5. Sklonite sa vatre i umešajte puter, parmezan i peršun.

Sastojci

- 300 g arborio pirinča
- 250 g pečuraka
- 1 glavica crnog luka
- 2 čena belog luka
- oko 800 ml toplog povrtnog bujona
- 100 ml belog vina
- 2 kašike maslinovog ulja
- 25 g putera
- 50 g parmezana
- šaka peršuna
- so i biber

Halloween između vere i zabave: Zašto ga jedni slave, a drugi odbacuju?

Kraj oktobra u Austriji već godinama donosi istu sliku: bundeve sa izrezbarenim licima, kostime veštica i vampira, ukrašene kuće i decu koja sa osmehom obilaze komšije tražeći slatkiše. Halloween je za mnoge postao deo svakodnevice, ali među porodicama sa Balkana i dalje izaziva podeljene reakcije. Dok ga jedni vide kao bezazlenu zabavu, drugi ga odbacuju kao običaj koji nema veze sa njihovom tradicijom i verom.

Za mnoge ljude sa Balkana Halloween nije deo odrastanja. Njihove uspomene iz detinjstva nisu vezane za maske i bundeve, već za porodične običaje, verske praznike i tradicije koje su se prenosile generacijama. Upravo zato deo roditelja smatra da Noć veštica predstavlja još jedan primer zapadnog uticaja koji polako potiskuje ono što je vekovima bilo deo našeg identiteta.

Posebno među vernicima postoji dodatna dilema. Simboli Halloweena – duhovi, veštice, zombiji i mračne maske – kod nekih izazivaju nelagodu jer ih povezuju sa nečim što nije u skladu sa njihovim verskim vrednostima. Za njih nije problem samo u kostimima i slatkišima, već u simbolici praznika koji se vezuje za teme smrti, natprirodnog i straha.

Ali kako je Halloween uopšte nastao?

Koreni ovog običaja povezuju se sa drevnim keltskim praznikom Samhain, kojim se obeležavao kraj žetve i početak mračnijeg dela godine. Verovalo se da se u noći između 31. oktobra i 1. novembra granica između sveta živih i mrtvih privremeno „otvara“. Ljudi su palili vatre, nosili maske i pravili rituale kojima su pokušavali da se zaštite od zlih sila. Vremenom je ovaj običaj kroz hrišćanski uticaj, posebno u Irskoj i drugim delovima Evrope, dobio nove oblike, a kasnije se kroz američku kulturu proširio širom sveta.

Danas je Halloween mnogo više od istorijskog običaja. Postao je globalni fenomen, posebno popularan među decom i mladima. U Austriji kao i na Balkanu ga najčešće prihvataju mlađe

generacije koje ga ne povezuju sa religijom, već sa druženjem, kreativnošću i zabavom. Za njih maska nije simbol, već igra.

Upravo tu nastaje generacijski jaz. Dok roditelji pitaju: „Zašto slavimo nešto što nije naše?“, njihova deca često odgovaraju: „To je samo zabava.“ Deca koja odrastaju u Austriji prirodno usvajaju običaje zemlje u kojoj žive, baš kao što kod kuće čuvaju jezik, porodične praznike i tradiciju svojih roditelja.

Zanimljivo je da ni Balkan nije bez svojih običaja povezanih sa maskama i natprirodnim. Naši krajevi vekovima imaju priče o vampirima, vilama, duhovima i različitim narodnim ver-

ovanjima. Postoje i tradicionalni maskirani običaji poput bugarskih kukera, čija je svrha bila da oteraju zle sile i donesu sreću zajednici.

Ipak, najveća kritika Halloweena danas možda nije samo pitanje porekla, već činjenica da je ovaj praznik postao veliki biznis. Kostimi, dekoracije i slatkiši često su važniji od samog običaja. Mnogi roditelji strahuju da deca lakše prihvataju globalne trendove nego sopstvenu kulturnu baštinu.

Možda zato pravo pitanje nije samo da li treba slaviti Halloween, već koliko dobro poznamo ono što već imamo. Jedna maska i jedna bundeva neće izbrisati porodične vrednosti, ali tradicija može nestati ako je prestanemo prenositi.

U životu između Balkana i Austrije izazov nije u tome da se sve novo odbaci, već da se pronađe ravnoteža. Jer dete može znati šta znači Halloween, a istovremeno znati ko su njegovi baka i deda, odakle dolazi i koje običaje nosi sa sobom.

HERZLICH
WILLKOMMEN  NÖ LANDESAUSSTELLUNG

Landesausstellung 2026: Wenn Abschalten zum Erlebnis wird

Rund um die Landesausstellung „Wenn die Welt Kopf steht“ gibt es in der Region Moststraße viel zu entdecken: Ausflugsziele, Kultur, Natur und Mosttradition.

Manchmal ist der Alltag so turbulent, dass man nicht weiß, wo einem buchstäblich „der Kopf steht“... umso wichtiger sind Momente zum Abschalten – sei es bei einem Ausflug oder einem Urlaub, der neue Kraft schenkt. Die Niederösterreichische Landesausstellung „Wenn die Welt Kopf steht – Mensch.Psyche.Gesundheit.“ im Landesklinikum Mauer bei Amstetten bietet die optimale Gelegenheit für einen Kurzurlaub im Mostviertel, denn die Region Moststraße und auch zahlreiche Projekte rund um die Ausstellung laden zum Entdecken, Genießen und Entspannen.

Moststraße: Wo der Baron den Most holt

Die Moststraße verzaubert wie aus dem Bilderbuch: kleine Dörfer mit Charakter, ehrwürdige Birnbaumzeilen und stattliche Vierkanthöfe, die auf sanft grünen Hügeln thronen. Wanderwege und Radrouten durchziehen die Region. Die vielen Mosttheurigen laden mit Spezialitäten aus der Region und dem Besten der Früchte – allem voran natürlich dem berühmten Birnenmost – oft auch unter freiem Himmel zur Jause ein.

Die Region der Landesausstellung entdecken

Rund um die Landesausstellung gibt es in der Region Moststraße noch vieles mehr zu entdecken: In der Region sind sieben spannende Umfeldprojekte entstanden. Ein neues Highlight ist der Birnen-Erlebnisweg in Öhling. Er führt auf den Spuren von Johann Kirchweyer, dem Förderer des Landesklinikums Mauer und Pionier der Mostbirnenkultur. Die Mostelleria in Öhling wurde rund um die Landesausstellung neu inszeniert: Die Führungen in der Schau-Destilliererei im ehemaligen Mostkeller des Landesklinikums Mauer im Meierhof in Öhling wurden überarbeitet und modernisiert.

Die Birne hautnah erleben

Auch im Tierpark Haag gibt es nun eine neue Birnerlebniswelt, die den Tierpark auch bei schlechtem Wetter zum spannenden Ausflugsziel macht. In Aschbach-Markt wurde der bekannte Schaugarten der Familie Starkl zum Erlebnisgarten – einem lebendigen Ausflugsziel, das Abenteuer, Spiel und Entspannung vereint.

In St. Valentin informiert die Ausstellung „Codename: Spielwarenfabrik“ über bislang wenig bekannte Kapitel des KZ-Nebenlagers und Zwangsarbeiterlagers St. Valentin. Im Schloss Ulmerfeld-Hausmending zeigt die Ausstellung „Am Fluss: Die Ybbs – Lebensader und Kraftquelle“, wie Landschaft und Lebensumfeld die seelische Gesundheit beeinflussen. Nur bei geführten Touren und Schul-Workshops zu sehen. Und ein Tipp für alle, die sich nach etwas Ruhe sehnen: Im Pfarrhof Haag lädt der „Raum der Stille“ zum Träumen ein.



Im Tierpark Haag gibt es nun eine neue Birnerlebniswelt.

Mesečni horoskop

Znak meseca

VAGA

Oktobar je vaš mesec i donosi vam priliku da ponovo stavite sebe u prvi plan. Bićete primećeniji, sigurniji u svoje odluke i spremniji da napravite promene koje već neko vreme odlažete. Ovo je dobar period za nove početke, promenu izgleda, poslovne odluke i sređivanje odnosa koji su ostali nedorečeni. Na poslu može da se pojavi nova ponuda, saradnja ili ideja koja vam otvara drugačiji pravac. Nemojte je odbaciti samo zato što zahteva izlazak iz zone komfora. Finansijski će vam prihvatiti malo više discipline. U ljubavi dolazi vreme odluka. Slobodne Vage bi mogle da upoznaju osobu koja će ih brzo zainteresovati, dok će zauzete želiti više jasnoće i sigurnosti u odnosu. Sve što je dugo bilo „ni tamo ni ovamo“ sada traži odgovor.

KOSMO SAVET: Ne pokušavajte da svima budete po meri. Najvažnija odluka ovog meseca je ona kojom birate ono što odgovara vama.

Ovan (21.3 - 20.4)

Oktobar vas tera da malo usporite i više pažnje posvetite ljudima oko sebe. Navikli ste da odluke donosite brzo, ali ovog meseca upravo će strpljenje biti vaša najveća prednost. Na poslu su mogući pregovori i kompromisi. U ljubavi dolazi vreme ozbiljnijih razgovora. Zauzeti Ovnovi rešavaju probleme, dok slobodni mogu upoznati osobu koja će ih privući.

KOSMO SAVET: Ne morate pobediti u svakoj raspravi. Ponekad je mnogo važnije sačuvati dobar odnos.

Rak (22.6 - 22.7)

Porodica i dom biće u centru vaše pažnje. Moguće je rešavanje jednog starog nesporazuma ili odluka većeg zajedničkog troška. Bićete emotivniji nego inače, zbog čega nemojte svaku tuđu reč shvatati lično. Na poslu izbegavajte konflikte. Zauzeti Rakovi tražiće više bliskosti i podrške, dok će slobodni želiti nešto ozbiljnije.

KOSMO SAVET: Ne pokušavajte da rešite probleme svih oko sebe. Sačuvajte malo energije i za sebe.

Bik (21.4 - 20.5)

Oktobar vraća red u svakodnevnicu. Poslovne obaveze biće brojne, ali uz dobru organizaciju sve uspevate. Finansijska situacija može postati stabilnija. U ljubavi ćete želiti mir i sigurnost. Partneru će prihvatiti vaša posvećenost. Slobodni Bikovi mogli bi drugačijim očima da pogledaju osobu koju već duže poznaju.

KOSMO SAVET: Manje razmišljajte o tome šta bi moglo poći po zlu, a više o tome šta možete da promenite.

Blizanci (21.5 - 21.6)

Pred vama je živahan mesec pun razgovora, novih ideja i zanimljivih kontakata. Vaša komunikativnost biće posebno izražena, pa oktobar može biti odličan za nove projekte, pregovore i upoznavanje ljudi koji vam kasnije mogu biti važni. Na ljubavnom planu biće mnogo flerta i uzbuđenja. Slobodni Blizanci lako privlače pažnju. Novac može brzo dolaziti, ali još brže odlaziti.

KOSMO SAVET: Ne obećavajte više nego što realno možete da ispunite.

Lav (23.7 - 23.8)

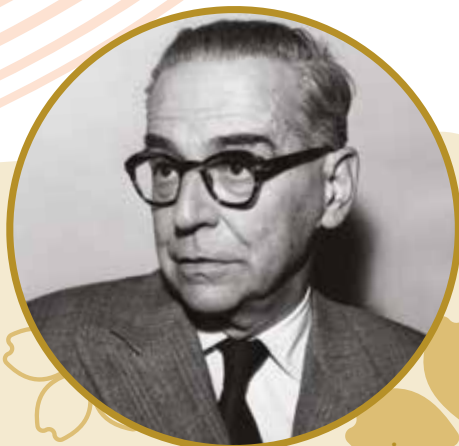
Oktobar vam donosi mnogo kretanja, sastanaka i dogovora. Možete dobiti priliku da pokažete svoje sposobnosti. Ipak, pripazite na ton kojim razgovarate sa ljudima – ono što vi smatrate iskrenošću neko drugi može doživeti kao aroganciju. U ljubavi vas očekuje zanimljiv period. Jedan susret ili poruka menja tok meseca.

KOSMO SAVET: Samopouzdanje je vaša snaga, ali ne mora baš svaka prostorija da ima samo jednu glavnu zvezdu.

Devica (24.8 - 23.9)

Finansije dolaze u prvi plan. Oktobar je dobar za pravljenje budžeta, rešavanje dugovanja i planiranje većih troškova. Na poslu možete dobiti potvrdu da se trud isplatio. U ljubavi prestanite da analizirate svaku poruku, pogled ili rečenicu. Zauzete Device mogu nepotrebno stvarati problem tamo gde ga nema, dok slobodne može privući stabilna osoba.

KOSMO SAVET: Ne mora sve biti savršeno da bi bilo dobro.



Horoskop poznatih

Ivo Andrić

(09.10.1892 – 13.3.1975), Travnik, Bosna i Hercegovina

Ivo Andrić rođen je 9. oktobra 1892. godine u Travniku. Bio je književnik, diplomata i jedan od najznačajnijih autora sa prostora bivše Jugoslavije. Njegova dela često su bila posvećena Bosni, njenoj istoriji, ljudskim sudbinama i složenim odnosima među kulturama i narodima.

Najpoznatiji je po romanima „Na Drini ćuprija“, „Travnička hronika“ i „Gospođica“. Godine 1961. dobio je Nobelovu nagradu za književnost, čime je postao prvi i do danas jedini nobelovac za književnost sa prostora bivše Jugoslavije.

Andrić je studirao u Zagrebu, Beču, Krakovu i Gracu, a deo života proveo je u diplomatskoj službi Kraljevine Jugoslavije. Službovao je u više evropskih gradova, među kojima su Rim, Madrid, Ženeva i Berlin. Iskustva iz diplomatije, putovanja i života u različitim sredinama ostavila su snažan trag u njegovom književnom radu. Nobelovu novčanu nagradu kasnije je poklonio za razvoj biblioteka u Bosni i Hercegovini.

Premинуo je 13. marta 1975. godine u Beogradu, a njegova dela i danas pripadaju najvažnijem delu književne baštine regiona.



Vaga (24.9 - 23.10)

Ovo je vaš mesec. Osetićete veću potrebu da nešto promenite, bilo da je reč o izgledu, poslu, svakodnevici ili odnosima.

Poslovno čeka zanimljiva ponuda. U ljubavi više nećete želiti nejasne odnose. Slobodne Vage mogu započeti veoma zanimljivu priču. **KOSMO SAVET:** Ne donosite odluke samo da biste udovoljili drugima. Ovog meseca pitajte i sebe šta zaista želite.



Jarac (22.12 - 20.1)

Posao i karijera biće u centru pažnje uz više odgovornosti. Vaš trud može konačno biti primećen od osobe čije mišljenje vam je važno. Partner može imati osećaj da za sve imate vremena osim za njega. Slobodni Jarčevi mogli bi upoznati zanimljivu osobu kroz poslovno okruženje. **KOSMO SAVET:** Uspeh nema mnogo smisla ako zbog njega nemate vremena za ljude koji su vam važni.

Škorpija (24.10 - 22.11)

Prvi deo oktobra biće mirniji i više okrenut unutrašnjem preispitivanju. Pred kraj meseca energija se menja i ponovo ćete imati osećaj da stvari držite pod kontrolom. U ljubavi se mogu vratiti stare emocije.

Moguće je javljanje osobe iz prošlosti. Razmislite dobro da li želite novi početak. **KOSMO SAVET:** Verujte intuiciji, ali ne dozvolite da nostalgija donosi odluke umesto vas.



Strelac (23.11 - 21.12)

Oktobar donosi mnogo druženja i novih kontakata. Nova poslovna prilika je moguća. Budite otvoreni prema novim idejama. Slobodni mogu upoznati nekoga preko društva. Zauzeti će želiti manje rutine. Finansijski pripazite na obećanja o brznoj zaradi. **KOSMO SAVET:** Svaka prilika nije dobra prilika. Pre nego što kažete „da“, proverite detalje.



Vodolija (21.1 - 19.2)

Biće vam potrebna promena, putovanje ili jednostavno izlazak iz rutine. Dobar je mesec za kurseve, usavršavanje i kontakte sa ljudima iz drugih gradova ili država. U ljubavi ćete tražiti više slobode. Slobodne Vodolije može privući neko potpuno drugačijeg karaktera. **KOSMO SAVET:** Ako vas rutina guši, prominite je – ali nemojte rušiti ono što dobro funkcioniše.

Ribe (20.2 - 20.3)

Pred vama je emotivno intenzivan mesec. Neke stvari koje ste dugo gurali pod tepih konačno se rešavaju. Obratite pažnju na finansije. U ljubavi tražite iskrenost. Slobodni mogu osetiti privlačnost prema osobi koja nije njihov tip. **KOSMO SAVET:** Ne ignorišite ono što vas muči. Problem koji se reši danas neće morati da vas čeka sledećeg meseca.



Pusta razbibriga

Prekovremeno

- Zašto kasniš na posao?
- Sanjao sam da radim.
- Pa?
- Nisam hteo da radim prekovremeno.

Više kretanja

- Doktor kaže pacijentu:
- Morate više da se krećete.
- Važi, doktore. Od sutra menjam kanal bez daljinskog.

Dijeta

- Kako ti ide dijeta?
- Odlično.
- Koliko si smršao?
- Tri dana.

Kafa i plata

- Konobar pita gosta:
- Kako želite kafu?
- Kao i platu.
- Kako to mislite?
- Veliku, jaku i da stigne na vreme.

Večernji izlazak

- Tata, mogu li večeras da izađem?
- Možeš.
- Super!
- Ali iz kuhinje pravo u sobu.

Štednja

- Jesi li počeo da štediš?
- Jesam.
- Kako?
- Više ne gledam stanje na računu.

Slavina

- Žena pita muža:
- Jesi li popravio slavinu?
- Nisam.
- Zašto?
- Čekam da kvar postane dovoljno ozbiljan da opravda majstora.

Teretana

- Koliko često ideš u teretanu?

- Redovno.
- Stvarno?
- Da. Svakog meseca proverim da li mi članarina još važi.

Telefon

- Mama, gde mi je telefon?
- U ruci ti je.
- Aha.
- I ti bi jednog dana da živiš sam?

Buduće vreme

- Učiteljica pita:
- Perice, šta je buduće vreme?
- Petak posle posla.

Pametni sat

- Zašto si kupio pametni sat?
- Da mi kaže kada treba da ustanem.
- I radi?
- Radi. Ja ne.

Nesanica

- Šta radiš kad ne možeš da zaspiš?
- Uzmem telefon.
- I onda zaspiš?
- Ne, onda više ni ne pokušavam.

Slušaj telo

- Kažu da treba slušati svoje telo.
- I šta ti tvoje kaže?
- „Još jedno parče pice.“

Sređen stan

- Jesi li sredio stan?
- Jesam.
- Baš sve?
- Sve sam prebacio na jednu stolicu.

Stigla je jesen

- Kako znaš da je stigla jesen?
- Po tome što ujutru obučeš jaknu, u podne je

- nosiš u ruci, a uveče opet tražiš gde si je ostavio.

Alarm

- Zašto si stavio alarm u 6:00 ako ustaješ u 7:30?
- Volim da imam osećaj da sam već nešto odbio tog dana.

Hobi

- Imaš li neki hobi?
- Imam.
- Koji?
- Počnem seriju „samo jednu epizodu“ i završim sezonu.

Brzi ručak

- Šta si kuvao danas?
- Nešto brzo.
- Šta?
- Broj dostave.

Novi život

- Od sutra počinjem novi život.
- A šta ćeš danas?
- Da završim stari kako treba.

Odrasli život

- Šta znači biti odrastao?
- Radovati se kad otkazu planove koje si sam dogovorio.

Sam sa sobom

- Doktore, stalno pričam sam sa sobom.
- To nije ništa strašno.
- Jeste, doktore. Da znate samo koliko sam dosadan.

Koristan dan

- Žena pita muža:
- Jesi li danas nešto korisno uradio?
- Jesam.
- Šta?
- Nisam ništa pokvario.

Skupa dijeta

- Kako ti ide dijeta?
- Odlično.

- Koliko si smršao?
- Novčanik mi je lakši za 200 evra.

Porcija

- Konobar prilazi gostu:
- Da li je sve u redu sa jelom?
- Jeste, samo imam jedno pitanje.
- Izvolite.
- Da li je ovo porcija ili degustacija?

Auto

- Tata, mogu li da uzmem auto večeras?
- Možeš.
- Stvarno?
- Naravno. Samo ga nemoj pomerati iz garaže.

Bol u ruci

- Pacijent kaže lekaru:
- Doktore, boli me kad ovako pomerim ruku.
- Lekar ga pogleda i kaže:
- Onda nemojte tako da je pomerate.
- A račun?
- To morate da pomerite.

Jutarnji trening

- Jesi li počeo da vežbaš?
- Jesam.
- Šta radiš?
- Svako jutro napravim nekoliko krugova.
- Trčiš?
- Ne, okrećem se u krevetu.

Ručak za dva dana

- Muž ulazi u kuhinju i pita:
- Šta ima za ručak?
- Žena odgovara:
- Ništa.
- Pa i juče je bilo ništa.
- Znam, kuvala sam za dva dana.

Rad od kuće

- Koliko dugo radiš od kuće?
- Dovoljno dugo da znam tačno koji deo stana kame-ra ne vidi.

KOSMO

+++ COVER-STORY +++

Von Belgrad nach Dubai:
Eine Karriere für die
Schönheit

WORT DES HERAUSGEBERS



Dejan SUDAR,
Herausgeber
und Chefredakteur

Was uns bewegt, was uns verbindet

Liebe Leserinnen und Leser,

beim Vorbereiten jeder neuen KOSMO-Ausgabe, frage ich mich immer wieder: Welche Geschichten bewegen unsere Community wirklich? Genau diese Frage steht auch diesmal im Mittelpunkt.

Der Oktober erinnert uns daran, wie wichtig es ist, über Gesundheit zu sprechen. Brustkrebs ist ein Thema, das viele Familien berührt. Hinter jeder Diagnose steht ein Mensch, eine Geschichte, eine Familie und ein Weg voller Hoffnung, Angst und Stärke. In dieser Ausgabe geben mutige Frauen Einblicke in ihre Erfahrungen und zeigen, warum Vorsorge und Früherkennung Leben verändern können. Ihre Geschichten erinnern uns daran, Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen und Warnsignale ernst zu nehmen.

Gesundheit bedeutet aber nicht nur, Krankheiten zu behandeln. Sie bedeutet auch, sich mit dem eigenen Wohlbefinden auseinanderzusetzen. Im Gespräch mit Dr. Radmila Lukian, die ihre Wurzeln in Serbien hat und heute international als Expertin für ästhetische Medizin arbeitet, geht es um natürliche Schönheit, gesundes Altern und die Frage, wie moderne Medizin Menschen unterstützen kann, ohne ihre Persönlichkeit zu verändern.

Auch gesellschaftliche Fragen haben in dieser Ausgabe ihren Platz. Wien steht vor großen Herausforderungen: leistbares Wohnen, Integration, soziale Sicherheit und die Zukunft unserer Stadt beschäftigen viele Menschen. Im aktuellen Politik-Interview sprechen wir über politischen Forderungen und die Sicht auf diese Themen. Wie immer gilt dabei: KOSMO gibt allen Stimmen Raum.

Was mich persönlich immer wieder beeindruckt, ist die Vielfalt unserer Community. Menschen mit Wurzeln am Balkan gestalten Österreich seit Jahrzehnten mit – in vielen Bereichen unserer Gesellschaft. Genau diese Geschichten wollen wir erzählen. Nicht, weil Herkunft allein definiert, wer wir sind, sondern weil Erfahrungen, Werte und Lebenswege Teil unserer gemeinsamen Gesellschaft sind.

KOSMO ist mehr als ein Medium. Wir sind eine Plattform für Begegnung, Information und Austausch. Unser Ziel war von Beginn an, Themen so aufzubereiten, dass sie unsere Leserinnen und Leser emotional erreichen und einen echten Mehrwert bieten.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen. Nehmen Sie sich Zeit für die Geschichten, Gedanken und Menschen, die wir vorstellen. Vielleicht finden Sie darin eine Inspiration oder neue Perspektive.

Gerade in einer Zeit, in der vieles schneller und lauter wird, bleiben persönliche Geschichten ein wichtiger Anker.

Herzlich,
Dejan Sudar



48



52



58

Fotos: iStock, PR Lucia Clinic, FPÖ

INHALT

10/2026

Ausgabe Nr.

177

WORT DES HERAUSGEBERS: *Was uns bewegt, was uns verbindet* 40

NIEDERÖSTERREICH: *Wir bringen Ihnen die wichtigsten Nachrichten* 46

POLITIK: *Für KOSMO spricht FPÖ-Landesparteiobmann Dominik Nepp über das städtische System* 48

COVER: *Aus Leidenschaft für Dermatologie entwickelte sich eine internationale Karriere – Dr. Lukian im KOSMO-Interview* 52

REPORTAGE: *Mutige Frauen teilen mit uns ihre Kämpfe gegen Brustkrebs* 58

Bedeutende Ereignisse, die im Oktober gefeiert werden

Oktober



Brustkrebs-Monat

Der Oktober steht weltweit im Zeichen der Aufklärung über Brustkrebs, der Bedeutung der Früherkennung und einer rechtzeitigen Behandlung. Das Symbol dieser Kampagne ist die rosa Schleife („Pink Ribbon“). Während des gesamten Monats finden zahlreiche Präventions-, Informations- und Hilfsaktionen statt.

Oktober

10



Welttag der psychischen Gesundheit

Psychische Gesundheit ist genauso wichtig wie körperliche Gesundheit, dennoch wird darüber häufig noch zu wenig gesprochen. Dieser Tag soll den offenen Austausch über Themen wie Stress, Angstzustände, Depressionen und den Zugang zu professioneller Unterstützung fördern.

Oktober

11



Internationaler Mädchentag

Dieser Tag macht auf die Rechte von Mädchen und die Herausforderungen aufmerksam, mit denen sie weltweit konfrontiert sind. Besonders wichtig sind dabei Themen wie Bildung, Schutz vor Gewalt und Chancengleichheit.

Oktober

17

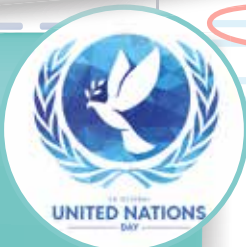


Internationaler Tag gegen Armut

Millionen Menschen weltweit leben weiterhin ohne ausreichende Mittel für grundlegende Bedürfnisse. Dieser Tag ruft zu mehr Solidarität und zu Maßnahmen auf, die soziale und wirtschaftliche Ungleichheiten verringern können.

Oktober

24



Tag der Vereinten Nationen

Dieser Tag erinnert an das Inkrafttreten der Charta der Vereinten Nationen im Jahr 1945. Die UNO vereint heute nahezu alle Staaten der Welt und setzt sich für Frieden, Menschenrechte, Entwicklung und internationale Zusammenarbeit ein.

Oktober

26



Nationalfeiertag

Österreich begeht am 26. Oktober den Nationalfeiertag in Erinnerung an die Erklärung der immerwährenden Neutralität im Jahr 1955. Der Tag ist arbeitsfrei und im ganzen Land finden zahlreiche staatliche und öffentliche Veranstaltungen statt.

Zu viel bezahlt? Holen Sie es sich zurück!

Überhöhte Mieten und fehlerhafte Betriebskostenabrechnungen sind in Wien keine Seltenheit. Die Mietervereinigung prüft, berät und unterstützt Mieter dabei, zu viel bezahltes Geld zurückzuholen.

Geld zurück bei Mieten

Wer in Wien im Altbau wohnt, zahlt möglicherweise zu viel: Nach den Erfahrungen der Mietervereinigung sind vier von fünf Altbauwohnungen überhöht. Ob das auch die eigene Wohnung betrifft, lässt sich mit dem Mietzinsrechner unter mietervereinigung.at/rechner/mietzinsrechner in wenigen Minuten prüfen.

Für eine genaue Einschätzung stehen die Wohnrechts-Experten der Mietervereinigung bereit und beraten unabhängig über alle Möglichkeiten. Ist die Miete tatsächlich zu hoch, führen sie für den Mieter das Verfahren vor der Schlichtungsstelle, um das zu viel bezahlte Geld zurückzuholen.

Achtung, Fristen beachten: Wer einen unbefristeten Vertrag hat, kann die Miete

nur drei Jahre ab Abschluss überprüfen lassen. Bei befristeten Verträgen ist ein Verfahren bis sechs Monate nach dem Ende des Mietverhältnisses möglich.

„Im privaten Sektor sind sehr viele Verträge befristet und oftmals viel zu teuer. Lassen Sie uns gemeinsam prüfen, ob bei Ihrem Mietvertrag alles stimmt. Nach dem Motto ‚Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser‘ helfen wir Ihnen, zu Ihrem Recht zu kommen“, sagt Mario Ferstl, Vorsitzender der Mietervereinigung Favoriten.

Im privaten „Neubau“ (vereinfacht gesagt Häuser, die nach 1945 errichtet wurden) gilt das Mietrecht nur teilweise – ohne gesetzliche Preisgrenzen. Die Mietervereinigung fordert daher ein Mietrecht mit echten Preisgrenzen für alle Mietverhältnisse.

Geld zurück bei Betriebskosten

Zur Miete kommen die Betriebskosten – und die Mehrzahl aller Abrechnungen enthält Fehler. Immer wieder finden sich darin unzulässige Positionen wie Reparaturkosten, die gar keine Betriebskosten sind. Die Experten der Mietervereinigung prüfen jährlich tausende Abrechnungen, decken Fehler auf und fordern zu viel Bezahltes zurück.

Auch hier kämpft die Mietervereinigung für mehr Fairness: Per Gesetz zahlen Mieter bis heute Grundsteuer, Hausverwaltung und Versicherung – Kosten, die eigentlich der Eigentümer tragen müsste. Eine faire



Mario Ferstl

Reform würde einem durchschnittlichen Mieter rund 70 Euro im Monat ersparen.

„Sie haben Fragen zur Kautions-, Provision- oder zur monatlichen Miete? Ihnen ist vielleicht unklar, welche Betriebskosten verrechnet werden? Oder antworten Ihnen die Hausverwaltung auf E-Mails nicht? Kommen Sie gerne zu uns. Wir lassen Sie nicht im Stich“, so Ferstl.

Die Mietervereinigung

Die Mietervereinigung Österreichs ist ein gemeinnütziger Verein, dessen Wurzeln bis ins Jahr 1911 zurückreichen. Finanziert wird sie durch die Beiträge ihrer rund 60.000 Mitglieder. Diese erhalten Rat und Hilfe in allen miet- und wohnrechtlichen Fragen – persönlich, telefonisch oder online, und werden vor der Schlichtungsstelle, vor Gericht und wenn nötig auch bis zum Obersten Gerichtshof vertreten.

Alle Infos unter www.mietervereinigung.at





Neue Regeln für E-Scooter in den Öffis

Ab September 2026 ändern die Wiener Linien ihre Beförderungsbedingungen für E-Scooter. Die Mitnahme bleibt grundsätzlich möglich, aber nur unter klaren Vorgaben: E-Scooter müssen weiterhin zusammengeklappt transportiert werden und dürfen keine anderen Fahrgäste behindern. Bei starkem Platzmangel oder aus Sicherheitsgründen kann die Mitnahme eingeschränkt werden. Nicht erlaubt ist die Nutzung von E-Scootern in Stationen oder Fahrzeugen. Wer unterwegs ist, sollte die neuen Regeln beachten, um Probleme und mögliche Konsequenzen zu vermeiden. Die Wiener Linien wollen damit Sicherheit und Komfort für alle Fahrgäste verbessern.

REGISTRIERUNGSPFLICHT

Wien verschärft Regeln für Kurzzeitwohnungen



Immer mehr Wohnungen in Wien werden über Plattformen wie Airbnb oder booking.com kurzfristig vermietet. Künftig gilt eine Registrierungspflicht: Anbieter müssen ihre Wohnung registrieren und eine Registrierungsnummer in Online-Inseraten angeben. Die neuen Regeln sollen noch 2026 umgesetzt werden. Das Gesetz wird mit 2027 in Kraft treten. Ohne gültige Nummer

dürfen Plattformen Angebote nicht veröffentlichen. Bei Verstößen drohen Strafen von bis zu 50.000 Euro. Die Stadt Wien will damit mehr Transparenz schaffen und illegale Kurzzeitvermietungen eindämmen. Für Vermieter bleiben bestehende Vorgaben wie Nutzungsregeln, Bewilligungen und Abgaben bestehen!

PAKETGEBÜHREN

Österreich führt neue Paketsteuer ein



Ab 1. Oktober 2026 kommt in Österreich die neue Paketsteuer. Für bestimmte Versandhändler fällt dann eine Abgabe von 2 Euro pro zugestelltem Paket an. Alternativ kann sie pro Bestellung berechnet werden. Betroffen sind Pakete aus dem Versandhandel an private Kund:innen oder vergleichbare

Empfänger:innen. Die Steuer gilt unabhängig davon, wo sich die Ware bei der Bestellung befindet, wenn die Zustellung in Österreich erfolgt. B2B-Lieferungen sind ausgenommen. Die Abgabe betrifft vor allem große Onlinehändler mit hohen Versandumsätzen.

REISEN

Grenzkontrollen bleiben aufrecht



An den österreichischen Binnengrenzen zur Slowakei, Tschechien, Slowenien

und Ungarn gelten weiterhin zeitlich befristete Grenzregelungen. Bis 15. März 2027 dürfen diese Grenzen im Land- und Wasserverkehr grundsätzlich nur an bestimmten Grenzübergangsstellen überschritten werden. Kontrollen können lageabhängig durchgeführt werden. Für Reisende Richtung Balkan ist wichtig: Auch innerhalb des Schengen-Raums können bei besonderen Sicherheitslagen wieder Kontrollen stattfinden. Wer unterwegs ist, sollte daher gültige Reisedokumente mitführen und mögliche Verzögerungen einplanen. Bitte beachten!

BROJ MESECA



Am 26. Oktober 1955 beschloss Österreich das Bundesverfassungsgesetz über die immerwährende Neutralität. 2026 jährt sich dieser Tag zum 70. Mal – der Nationalfeiertag erinnert jedes Jahr daran.

ELEKTRONISCHE RECHNUNGEN

Kein Zettel mehr: Kassenbons werden digital



Ab 1. Oktober 2026 wird der elektronische Beleg in Österreich eingeführt. Unternehmen mit Registrierkassen können Kund:innen den Kassenbon künftig digital bereitstellen, etwa per QR-Code oder über einen elektronischen Abruf. Ein Ausdruck auf Papier ist dann nicht mehr automatis-

ch nötig. Wer einen Papierbeleg möchte, kann diesen weiterhin verlangen. Die neue Regelung soll die Zettelwirtschaft reduzieren und den Alltag für Betriebe und Kund:innen vereinfachen. Die Belegerteilungspflicht bleibt bestehen, nur die Form der bisherigen Ausgabe ändert sich.

VERBOT

E-Mopeds müssen runter vom Radweg



Ab 1. Oktober 2026 gelten neue Regeln für E-Mopeds: Fahrzeuge der Klasse L1e-B dürfen nicht mehr auf Radwegen fahren.

Sie gelten künftig als Kraftfahrzeuge und müssen daher die Fahrbahn benutzen. Für Lenker:innen bedeutet die Änderung außerdem strengere

Vorgaben: E-Mopeds brauchen eine Zulassung mit Kennzeichen, eine Versicherung, einen Führerschein und es gilt eine Helmpflicht. Die Neuregelung soll für mehr Sicherheit und klare Regeln zwischen Rad- und motorisiertem Verkehr sorgen. Betroffen sind Lieferdienste, die E-Mopeds nutzen.

Medienfit in NÖ: Sicher durch die digitale Welt

Kinder und Jugendliche wachsen mit sozialen Medien, künstlicher Intelligenz und digitalen Technologien auf. Mit der neuen Initiative „Medienfit in Niederösterreich“ will das Land gemeinsam mit Schulen ihre Medienkompetenz stärken und ihnen einen sicheren, bewussten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Angeboten vermitteln.

Im Mittelpunkt stehen Unterrichtsmaterialien, die Lehrkräfte über eine zentrale Website nutzen können. Diese reichen von kurzen Impulsen bis zu Einheiten für eine ganze Unterrichtsstunde und sind für verschiedene Schulstufen aufbereitet. Thematisiert werden unter anderem soziale Medien,



Lukas Schneider, Karl Fritthum, Christiane Teschl-Hofmeister und Bernhard Jungwirth

digitale Kommunikation, der Umgang mit Informationen und der persönliche digitale Fußabdruck.

Bildungslandesrätin Christiane Teschl-Hofmeister

betont, dass digitale Medien viele Chancen bieten, aber auch Risiken mit sich bringen. Deshalb wolle Niederösterreich Schutz und Bildung verbinden. Neben Angeboten für

Schulen sind auch Informationen und Vorträge für Eltern geplant, denn Medienkompetenz sei eine gemeinsame Aufgabe von Schule und Familie.

Die Initiative orientiert sich an europäischen Empfehlungen für einen sicheren Umgang mit sozialen Medien. Ziel ist es nicht, Kinder und Jugendliche von der digitalen Welt fernzuhalten, sondern sie dazu zu befähigen, sich selbstbestimmt und kritisch darin zu bewegen. Auch die Jugend NÖ und Saferinternet.at sind an der Umsetzung beteiligt. Weitere Materialien stehen online bereit und unterstützen Schulen im Alltag dabei.

Neue Buslinie: Alle zehn Minuten von Schwechat nach Wien

Die Verbindung zwischen Schwechat und Wien-Simmering wird künftig deutlich verbessert. Mit einem dichteren Fahrplan soll zwischen den beiden Standorten künftig alle zehn Minuten ein Bus unterwegs sein. Damit wird die öffentliche Anbindung zwischen Niederösterreich und der Bundeshauptstadt weiter ausgebaut.

Die neue Verbindung bringt vor allem für Pendler eine Erleichterung. Wer täglich zwischen Schwechat und Wien unterwegs ist, profitiert von kürzeren Wartezeiten und einer besseren Planbarkeit des Arbeits- oder Schulweges. Gleichzeitig soll das neue Angebot dazu beitragen, mehr Menschen zum Umstieg



Michael Hasenöhl, Udo Landbauer, Wolfgang Schroll

auf öffentliche Verkehrsmittel zu bewegen.

Gerade die Region rund um Schwechat wächst seit Jahren und ist eng mit Wien verbunden. Viele

Bewohner pendeln täglich in die Bundeshauptstadt, während zahlreiche Menschen aus Wien in der Region Schwechat arbeiten oder ihre Freizeit verbringen. Eine zuverlässige

und häufige Verbindung ist daher ein wichtiger Faktor für die Mobilität im Großraum Wien-Niederösterreich.

Mit dem Ausbau des Busangebots setzt Niederösterreich einen weiteren Schritt zur Verbesserung des öffentlichen Verkehrs. Ziel ist es, Gemeinden und Städte besser miteinander zu verbinden und den öffentlichen Verkehr als attraktive Alternative zum Auto weiter zu stärken.

Die neue Busverbindung ergänzt das bestehende Angebot und soll künftig für eine schnellere, einfachere und komfortablere Verbindung zwischen Schwechat und Wien-Simmering sorgen.

Neue Taskforce soll Wirtschaft in NÖ stärken

Niederösterreich startet eine neue „Taskforce Wirtschaft“, die Unternehmen künftig bei schwierigen oder besonders wichtigen Genehmigungsverfahren unterstützen soll. Ziel der Initiative ist es, Abläufe zu beschleunigen und Betriebe bei Investitionen und Projekten besser zu begleiten.

Die neue Einsatzgruppe soll vor allem dann aktiv werden, wenn Verfahren besonders komplex sind – etwa bei Betriebsanlagen-Genehmigungen, Betriebsübergaben oder notwendigen Abstimmungen mit der Arbeitsinspektion und anderen Fachstellen. Dabei sollen alle Beteiligten frühzeitig



Arbeitsklausur der VPNÖ: Mit Leistung, Eigenverantwortung und Hausverstand startet die „Taskforce Wirtschaft“.

an einen Tisch gebracht werden, um offene Fragen zu klären und einen klaren Fahrplan für die weiteren Schritte zu entwickeln.

Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner betont, dass es nicht um eine Umgehung von Vorschriften oder eine

Absenkung von Schutzstandards gehe. Vielmehr sollen bestehende Verfahren effizienter gestaltet und Unternehmen bei der Umsetzung ihrer Vorhaben besser unterstützt werden.

Erfahrungen aus besonders schwierigen Fällen

sollen künftig ausgewertet und in Checklisten, Schulungen sowie Verwaltungsabläufe einfließen. Die Taskforce ist als zeitlich begrenzte Unterstützung gedacht, ihre Erkenntnisse sollen jedoch langfristig Wirkung zeigen.

Mit der Initiative will das Land Niederösterreich den Wirtschaftsstandort stärken und Unternehmen helfen, schneller Lösungen für bürokratische Herausforderungen zu finden. Gerade für kleinere und mittlere Betriebe können vereinfachte Abläufe eine wichtige Unterstützung bei Investitionen, Erweiterungen oder Betriebsübergaben sein.

Niederösterreich fordert neues Sozialhilfe-Modell

Die Volkspartei Niederösterreich (VPNÖ) fordert ein österreichweit einheitliches Sozialhilfemodell nach dem Vorbild Niederösterreichs. Die Debatte um eine Reform der Sozialhilfe wird derzeit auf Bundesebene geführt. Die VPNÖ spricht sich dafür aus, dass bei einer bundesweiten Regelung niemand mehr erhalten soll als in Niederösterreich.

VPNÖ-Landesgeschäftsführer Matthias Zauner fordert eine „faire und strenge“ Sozialhilfe und kritisiert Überlegungen, neue Steuern zur Finanzierung des Systems einzuführen. Gleichzeitig müsse es aus seiner Sicht mehr Anreize geben, damit sich Arbeit wieder lohne. Sozialhilfe



Matthias Zauner fordert eine einheitliche, faire und strenge Sozialhilfe für alle Bundesländer.

solle vor allem jene Menschen unterstützen, die tatsächlich Hilfe benötigen. Zur Begründung verweist die VPNÖ auf unterschiedliche Ausgaben in den

Bundesländern. Nach Angaben der Partei gibt Wien rund 1,1 Milliarden Euro für die Mindestsicherung aus, während Niederösterreich mit etwa 63 Millionen Euro

auskommt. Die Zahlen werden von der VPNÖ als Argument für ein einheitliches Modell nach niederösterreichischem Vorbild angeführt.

Die Forderung sorgt für Diskussionen über die Zukunft der Sozialhilfe in Österreich. Während die VPNÖ strenge Regeln und eine Orientierung am NÖ-Modell verlangt, geht es bei der geplanten Reform vor allem um die Frage, wie ein einheitliches System für alle Bundesländer aussehen könnte.

Die weitere Ausgestaltung der Reform soll zwischen Bund und Ländern geklärt werden. Dabei stehen Leistungen und mögliche Obergrenzen im Mittelpunkt der Debatten.

A portrait of Dominik Nepp, a man with grey hair, wearing a white shirt and a blue blazer. He is looking slightly to the left with a serious expression. The background is a blurred blue and white pattern.

■ Autor: Voin Mihajlović

„Die Stadt muss wieder für die Menschen arbeiten“

INTERVIEW: Im KOSMO-Interview spricht FPÖ-Wien-Chef Dominik Nepp über leistbares Wohnen, Integration, Sozialleistungen und seine Kritik am politischen System der Stadt. Er erklärt, welche Veränderungen die Wienerinnen und Wiener im Alltag zuerst spüren sollen und fordert einen Kurswechsel.

KOSMO: Sie sprechen derzeit häufig von einem „Kurswechsel“ für Wien. Welche Veränderungen würden die Wienerinnen und Wiener Ihrer Meinung nach im Alltag als Erstes bemerken?

Dominik Nepp: Wir brauchen diesen Kurswechsel, weil das System Ludwig sichtbar bröckelt. In den vergangenen Monaten ist eine Affäre nach der anderen bekannt geworden – vom Marktamt über die Volkshochschulen und die Ruck-Files bis zu den Aussagen über den Wiener Gemeindebau. Immer wieder geht es um politische Netzwerke, Freunderlwirtschaft, Postenbesetzungen, mangelnde Kontrolle und viel Steuergeld. Und wenn etwas schief läuft, will am Ende

erst für jene Aufgaben eingesetzt, für die eine Stadt verantwortlich ist – und nicht für politische Netzwerke, Versorgungsposten und Prestigeprojekte.

Sie haben Menschen aus dem ehemaligen Jugoslawien mehrfach als Beispiel für Integration in Österreich genannt. Was bedeutet gelungene Integration für Sie heute und welche Rolle spielt dabei die Politik?

Ich kenne viele Menschen aus dem ehemaligen Jugoslawien, die in den 1990er-Jahren nach Wien gekommen sind. Viele haben hier gearbeitet, Familien gegründet, Deutsch gelernt und sich ein Leben aufgebaut. Gelungene Integration bedeutet für mich: die deutsche Sprache beherrschen,

„Wer morgens aufsteht und arbeiten geht, darf am Monatsende nicht der Dumme sein“

niemand verantwortlich gewesen sein.

Genau davon müssen wir weg: weg von Postenschacher und Hinterzimmerpolitik, hin zu Transparenz, Leistung und Fairness. Es darf in Wien nicht darauf ankommen, wen man kennt oder welches Parteibuch man hat. Die Stadt muss wieder für die Menschen arbeiten und nicht für ein politisches System, das sich über Jahrzehnte eingerichtet hat.

Und diesen Kurswechsel sollen die Wiener auch im Alltag spüren: weniger Gebühren und Belastungen, die Öffi-Jahreskarte wieder um 365 Euro, günstigere Gemeindebaumieten, mehr Sicherheit und eine Stadt, die bei Schulen, Spitälern, Pflege und Infrastruktur funktioniert. Wien braucht wieder klare Prioritäten. Das Geld der Steuerzahler gehört zu-

arbeiten und selbst für den eigenen Lebensunterhalt sorgen, unsere Gesetze respektieren und die Grundwerte unserer Gesellschaft akzeptieren. Integration ist keine Einbahnstraße. Die Politik muss Möglichkeiten schaffen, sie muss aber ebenso klare Erwartungen formulieren. Entscheidend ist, dass für alle dieselben Regeln gelten und Integration nicht nur angeboten, sondern auch eingefordert wird.

Sie fordern seit Monaten niedrigere Mieten im Wiener Gemeindebau und kritisieren einen hohen Sanierungsbedarf. Was müsste sich bei Wiener Wohnen konkret ändern, damit Wohnen in der Stadt wieder leistbarer wird?

Beim Gemeindebau geht es um zwei Dinge: Leistbarkeit und Qualität. Meine Position

ist, dass bei ausfinanzierten Gemeindebauten die Mieten nach dem Vorbild gemeinnütziger Genossenschaften sinken müssen. Gleichzeitig muss die Sanierung wesentlich schneller vorangetrieben werden. Wiener Wohnen verwaltet rund 220.000 Wohnungen. Ich habe darüber hinaus vorgeschlagen, Wiener Wohnen organisatorisch neu aufzustellen: Der Wohnungsbestand bleibt im Eigentum der Stadt, Wiener Wohnen wird zu einer Besitzgesellschaft, während Verwaltungsleistungen nach klaren Qualitäts- und Effizienzkriterien organisiert werden. Privatisierungen des Gemeindebaus lehne ich ab. Entscheidend ist am Ende, was beim Mieter ankommt: niedrigere Wohnkosten, raschere Gebrechensbehebung und eine deutlich höhere Sanie-

rungsgeschwindigkeit und vor allem Vorrang bei Wohnungen für Österreicher und nicht für Asylanten.

Sie kritisieren das Wiener System der Mindestsicherung und möchten Sozialleistungen stärker an bestimmte Voraussetzungen knüpfen. Wie müsste ein System aussehen, das aus Ihrer Sicht gleichzeitig fair und sozial treffsicher ist?

Fair ist ein Sozialsystem dann, wenn es jene auffängt, die tatsächlich Hilfe brauchen, aber gleichzeitig jene respektiert, die jeden Tag arbeiten gehen und dieses System finanzieren. Genau diese Balance ist in Wien verloren gegangen. Die Wiener Mindestsicherung ist über Jahre zu einem Magneten geworden, weil hier Leistungen gewährt wurden, die weit über das hinausgehen,



„Unser Sozialstaat ist kein Selbstbedienungsladen“, sagt Nepp.

was andere Bundesländer zahlen. Für mich braucht es deshalb einen grundlegenden Systemwechsel. Die volle Mindestsicherung muss österreichischen Staatsbürgern vorbehalten sein. Wer zu uns kommt, kann nicht vom ersten Tag an Anspruch auf dieselben umfassenden Sozialleistungen haben wie jemand, der hier jahrelang gearbeitet, Steuern und Sozialversicherungsbeiträge bezahlt hat. Gleichzeitig müssen arbeitsfähige Beziehler verpflichtet werden, alles dafür zu tun, wieder in Beschäftigung zu kommen. Wer eine zumutbare Arbeit oder Integrationsmaßnahmen verweigert, muss mit klaren Konsequenzen bei den Leistungen rechnen. Es geht nicht darum, Menschen im Stich zu lassen. Aber unser Sozialstaat ist kein Selbstbedienungsladen. Er kann auf Dauer nur funktionieren, wenn Leistung, Eigenverantwortung und Solidarität zusammengehören. Und eines muss immer gelten: Wer morgens aufsteht und arbeiten geht, darf am Monatsende nicht der Dumme sein.

Sie sehen in der Wiener Bildungspolitik großen Reformbedarf und haben zuletzt auch die schulische Inklusion kritisiert. Wo würden Sie konkret ansetzen, damit Kinder und Lehrkräfte besser unterstützt werden?

Für mich muss zuerst wieder die Frage gestellt werden, was das einzelne Kind tatsächlich braucht. Inklusion kann für viele Kinder gut funktionieren, aber sie darf nicht zum Dogma werden. Wenn ein Kind aufgrund einer schweren Beeinträchtigung in einer spezialisierten Klasse oder Schule besser gefördert werden kann, muss auch dieses Angebot vorhanden sein. Entscheidend sind die Bedürfnisse des Kindes und nicht eine ideologische Vorgabe. Gleichzeitig brauchen die Wiener Schulen mehr Unterstützungspersonal. Lehrer sollen unterrichten können und nicht gleichzeitig Sozialarbeiter, Psychologen, Integrationsmanager und Verwaltungsmitarbeiter sein müssen. Ein indiskutabler Schwerpunkt ist für mich Deutsch. Wer dem Unter-

WIEN braucht wieder klare Prioritäten

richt sprachlich nicht folgen kann, startet mit einem massiven Nachteil. Deshalb fordere ich weiterhin eine Sprachstandsfeststellung ab drei Jahren für alle Kinder.

Öffi-Tickets, Energie, Gebühren und Wohnen sind für viele Wienerinnen und Wiener spürbar teurer geworden. Wo hätte die Stadt aus Ihrer Sicht den größten Spielraum, um Haushalte tatsächlich zu entlasten?

Dort, wo die Stadt selbst Preise festlegt oder über ihre Unternehmen unmittelbarer Einfluss hat. Die Jahreskarte wurde 2026 von 365 auf 467 Euro erhöht, Parkgebühren wurden um 30 Prozent angehoben. Meine Forderung ist deshalb:

gleichen. Allerdings hätten wir sofort ein Einsparungspotential von über einer Milliarde Euro, würden wir die Mindestsicherung für Völkerwanderer streichen. Auch müssen endlich die Subvention an die obskuren Vereine und Projekte gestrichen werden. Hier gehen immer noch hunderte Millionen Euro jährlich flöten.

Wien hat 2026 einen Rekordsommer mit außergewöhnlich vielen Hitzetagen erlebt. Was müsste die Stadt aus Ihrer Sicht konkret verändern, damit Wien auch bei zunehmender Hitze lebenswert bleibt?

Ich halte dabei pragmatische Maßnahmen für sinnvoll, statt immer neuer ideologischer Grün-Pro-

„Es darf nicht darauf ankommen, wen man kennt“

Jahreskarte zurück auf 365 Euro, städtische Gebühren senken, bei Wien Energie günstige Tarife ermöglichen und die Mieten im Gemeindebau reduzieren. Das sind Bereiche, in denen die Stadt nicht auf den Bund oder die EU verweisen kann, sondern selbst Handlungsmöglichkeiten besitzt.

Natürlich kostet Entlastung Geld. Deshalb gehört für mich zur Debatte auch die Frage, wofür Wien sein Budget verwendet. Eine Stadt kann nicht gleichzeitig immer neue Ausgaben beschließen und dann erklären, ausgerechnet bei Gebühren, Öffis und Wohnen müsse die Bevölkerung die Budgetprobleme aus-

jekte. Besonders wichtig sind außerdem Pflegeeinrichtungen, Kindergärten und Schulen, die mit Klimageräten ausgestattet werden müssen. Gerade dort muss der Hitzeschutz verbessert werden. Klimaanpassung darf für mich aber nicht bedeuten, jede Maßnahme automatisch gegen Autofahrer auszuspielen. Eine Millionenstadt braucht Bäume und Grünflächen ebenso wie funktionierende Öffis, ausreichend Parkmöglichkeiten und einen flüssigen Wirtschafts- und Individualverkehr. Gute Stadtplanung muss diese Interessen miteinander verbinden und darf sie nicht gegeneinander ausspielen.

Dominik Nepp im Gespräch mit KOSMO.





Eine starke Verbindung!

Das Jahresabonnement des
Magazins KOSMO beträgt 20 Euro!

Mit dem Abonnement erhalten Sie die Zustellung von
10 Ausgaben unseres Magazins direkt an Ihre Adresse!*



*Das Produkt ist unentgeltlich. Der Preis beinhaltet lediglich Porto- und Aufwandskosten.

www.kosmo.at

A portrait of a woman with blonde, wavy hair, wearing a white lab coat, looking directly at the camera. The background is a warm, out-of-focus brown.

■ Autorin: Gordana Perić

Von Belgrad nach Dubai: Eine Karriere für die Schönheit

Ihre Wurzeln liegen in Serbien, ihre Karriere führte sie bis nach Dubai. Aus ihrer Leidenschaft für Dermatologie wurde eine internationale Karriere. Heute zählt Dr. Radmila Lukian zu den bekannten Expertinnen für regenerative ästhetische Medizin. Dabei ist ihre Philosophie klar geblieben: Schönheit soll die eigene Identität nicht verändern, sondern sie unterstreichen. Im KOSMO-Interview spricht sie über ihre Balkan-Wurzeln, gesundes Altern, die Zukunft der Ästhetik und ihre enge Verbindung zu Wien.

SCHÖNHEIT & ALTERN

KOSMO: Sie stehen für natürliche Ergebnisse und dafür, die individuelle Ausstrahlung eines Gesichts zu bewahren. Wo liegt für Sie die Grenze zwischen ästhetischer Optimierung und einer Veränderung der eigenen Identität?

Dr. Radmila Lukian: Für mich sollte Schönheit niemals bedeuten, die eigene Identität zu verlieren. Jeder Mensch hat eine andere Genetik, eine andere Haut und eine andere Gesichtsstruktur, und meine Aufgabe besteht darin, diese individuellen Merkmale zu verstehen und sie zu betonen, anstatt sie zu verändern. Ich möchte immer, dass meine Patientinnen und Patienten wie die beste Version ihrer selbst aussehen und nicht wie jemand anderes.

Was bedeutet Schönheit für Sie persönlich und hat sich Ihre Definition davon im Laufe Ihrer Karriere verändert?

Schönheit bedeutet heute das, was einen einzigartig macht. Es geht darum, die eigene Persönlichkeit durch das Gesicht und die eigenen Merkmale zum Ausdruck zu bringen. Das Gesicht erzählt die Geschichte dessen, wer man ist und wie man sich fühlt, und spiegelt den eigenen Lebensweg und Lebensstil wider.

Im Laufe der Jahre ist meine Definition von Schönheit stärker mit gesunder Haut, Hautqualität, Vitalität, Selbstausdruck und allgemeinem Wohlbefinden verbunden worden. Für mich geht es darum, die natürliche Schönheit zu bewahren, die eigenen



Im Herzen von Jumeirah wurde LUCIA CLINIC 2012 eröffnet. Heute zählt sie zu den führenden medizinischen Kliniken in Dubai.

Merkmale zu betonen und nicht jedem Trend zu folgen.

Ist der Begriff „Anti-Aging“ für Sie heute noch zeitgemäß? Wie sollte moderne ästhetische Medizin mit dem Thema Altern umgehen?

Wir können das chronologische Altern nicht aufhalten, aber wir können an der biologischen Qualität der Haut, ihrer Vitalität und ihrer Fähigkeit, gut zu funktionieren, arbeiten. Ich denke, wir bewegen uns über die traditionelle Vorstellung von Anti-Aging hinaus. Heute betrachten wir Verschönerung, Regeneration und Langlebigkeit gemeinsam. Das Ziel besteht nicht einfach darin, jünger auszusehen, sondern die Hautqualität zu verbessern, gesundes Altern zu unterstützen und die Langlebigkeit in jeder Lebensphase zu fördern.

HAUT & TREATMENTS

Woran erkennt man aus dermatologischer Sicht wirklich gesunde Haut?

Für mich geht es bei gesunder Haut um Hautqualität, Vitalität, Festigkeit, Textur, Hautohn und Feuchtigkeitversorgung. Aber die Haut ist das größte Organ unseres Körpers, und ihr Zustand sagt uns viel mehr als das, was wir an der Oberfläche sehen. Stress, Schlaf, Ernährung, Rauchen, Sonneneinstrahlung, emotionales Wohlbefinden und das Immunsystem können sich alle



Dr. Lukian gilt als Pionierin im Bereich energiebasierter Geräte und Lasertechnologien.

Wenn Sie unseren Leser:innen nur drei Dinge für langfristig gesunde Haut empfehlen dürften und welche wären das? Und welchen Fehler bei der Hautpflege beobachten Sie besonders häufig?

Als Dermatologin behandle ich Patientinnen und Patienten aus der ganzen Welt mit sehr unterschiedlichen Hauttypen. Ich würde sagen: gesunde Ernährung,

Schönheit soll die eigene Identität nicht verändern, sondern sie unterstreichen.

auf der Haut zeigen. Deshalb betrachte ich immer den Gesamtzustand der Haut und versuche zu verstehen, was sie wirklich braucht.

eine aktive Hautpflegeroutine und die richtigen Behandlungen, wenn sie notwendig sind. Ich empfehle meinen Patientinnen und

Die Zukunft liegt in energiebasierten Geräten und der regenerativen Medizin, die die Hautqualität verbessern.

Patienten immer, dermatologischen Rat einzuholen und zu verstehen, was ihre Haut wirklich braucht. Die Haut besitzt ihre eigene Intelligenz, und es ist wichtig, mit ihr zu kommunizieren und mit ihr zu arbeiten, nicht gegen sie.

Der Fehler, den ich besonders häufig sehe, ist, dass Menschen es übertreiben. Sie lassen Behandlungen durchführen, die für ihr Alter oder ihre Haut nicht geeignet sind. Sie folgen Trends, Angeboten und Versprechen in den sozialen Medien. Das verbessert die Haut nicht, und im schlimmsten Fall kann es sie sogar schneller altern lassen oder die Gesichtszüge verändern.

Gibt es aus medizinischer Sicht ein „richtiges“ Alter, um mit ästhetischen Treatments zu beginnen?

Es gibt kein festgelegtes Alter, um mit ästhetischen Behandlungen zu beginnen. Es hängt von der individuellen Haut, ihrem Zustand und davon ab, was die Patientin oder der Patient erreichen möchte. Prävention kann ein Teil der Erhaltung gesunder Haut und guter Hautqualität sein, aber nicht jeder benötigt im gleichen Alter dieselbe Behandlung. Entscheidend ist, zu verstehen, was die Haut wirklich braucht, und die richtige Behandlung

entsprechend der Haut und nicht entsprechend dem Alter auszuwählen. Ich bevorzuge immer einen personalisierten Ansatz, denn jede Patientin und jeder Patient kommt mit einer anderen Geschichte, einer anderen Genetik, einer anderen Haut und einem anderen Lebensstil.

Auf welche drei Treatments würden Sie persönlich niemals verzichten und welches davon ist Ihr absolutes Highlight?

Ich kombiniere immer gerne verschiedene Technologien, insbesondere energiebasierte Geräte, regenerative Behandlungen und Behandlungen, die die Hautqualität verbessern und die Vitalität wiederherstellen. Ich bin ein großer Fan von lichtbasierten Geräten. Ich war eine der Pionierinnen auf diesem Gebiet und glaube fest an die Wirkung von Lichtgeräten, um die Hautqualität zu verbessern, die Haut zu stimulieren und einen sehr natürlichen Glow zu erzeugen.

Wann ist für Sie der Punkt erreicht, an dem Sie bewusst von einer Behandlung abraten?

Ich rate einer Patientin oder einem Patienten von einer Behandlung ab, wenn sie für das jeweilige Alter oder die Haut nicht geeignet ist oder wenn jemand einem

Trend folgt, den er bei einer Berühmtheit oder einem Influencer gesehen hat und der nicht zu seiner Haut oder seiner natürlichen Gesichtsstuktur passt. Ich bin auch Ausbilderin, und meine Aufgabe ist es, meine Patientinnen und Patienten aufzuklären und sicherzustellen, dass sie die Klinik mit mehr Wissen und einem besseren Verständnis für den Zustand ihrer Haut und dafür verlassen, was tatsächlich notwendig ist.

Non-invasive und minimalinvasive Treatments werden immer gefragter.

malinvasive Behandlungen immer beliebter werden. Ich gehörte zu den Ersten, die die neuesten Technologien in die Region gebracht haben, und ich kombiniere immer gerne verschiedene Technologien, anstatt mich nur auf eine einzige Behandlung zu verlassen.

Für mich liegt die Zukunft in energiebasierten Geräten und regenerativer Medizin, die gemeinsam daran arbeiten, die Hautqualität zu verbessern, die Vitalität wiederherzustellen und ein langsames Altern zu unterstützen. Mit



Schauspielerinnen Lindsey Lohan hat ihre strahlende Haut und ihr verjüngtes Aussehen Dr. Lukian zu verdanken.

Wie erklären Sie diese Entwicklung und wo liegen die Grenzen solcher Verfahren?

Patientinnen und Patienten wünschen sich heute effektive Ergebnisse mit minimaler Ausfallzeit, weshalb nicht-invasive und mini-

dem Aufkommen KI-gesteuerter energiebasierter Geräte, insbesondere Laser- und Lichttechnologien, können wir Behandlungen präziser, effektiver und individueller gestalten, bei minimaler Ausfall-

zeit. Diese Technologien sind sehr leistungsstark, müssen aber entsprechend der individuellen Haut eingesetzt werden. Man muss wissen, wann man was einsetzt, wie man die verschiedenen Verfahren kombiniert und für welchen Hauttyp sie geeignet sind.

AI & INNOVATION

Wie setzen Sie künstliche Intelligenz heute bereits konkret in Ihrer Arbeit ein? Können Sie uns einen konkreten Behandlungsablauf schildern: Welche Daten analysiert das System, welche Empfehlung liefert es und welche Entscheidung treffen am Ende weiterhin?

Ich gehörte zu den Ersten, die KI in diesem Bereich eingesetzt haben. KI-gesteuerte Geräte, insbesondere Laser, können bei richtiger Anwendung schnellere Ergebnisse liefern, mit präziseren Einstellungen und minimaler Ausfallzeit. Die Technologie ist sehr leistungsstark, aber sie ersetzt den Arzt nicht. Man muss in der Lage sein, die Haut zu lesen, die Parameter zu verstehen und zu wissen, wie man mit der Software arbeitet.

Ich kombiniere immer gerne verschiedene Technologien, und entscheidend ist zu wissen, wie man unterschiedliche KI-gesteuerte Geräte miteinander kombiniert und sie mit regenerativen Biostimulator-Produkten verbindet. Besonders wichtig ist mir der verantwortungsvolle Einsatz von Technologie, denn Empathie, Vertrauen und medizinische Verantwortung können niemals

durch eine Maschine ersetzt werden.

Wo liegen für Sie die Grenzen von AI? Welche Entscheidungen in der ästhetischen Medizin würden Sie niemals einem Algorithmus überlassen, selbst wenn die Technologie technisch dazu in

die menschliche Komponente. Empathie, Vertrauen und medizinische Verantwortung können niemals durch eine Maschine ersetzt werden. Die Technologie ist sehr leistungsstark, aber sie ersetzt den Arzt nicht. Ich sehe, dass sich Dermatologie und Ästhetik stark

sicher, effektiv und auf jede Patientin und jeden Patienten zugeschnitten bleiben und wissenschaftlich fundiert sind.

Regenerative Medizin gehört zu den großen Zukunftsthemen der ästhetischen Medizin. Wo steht sie heute, welche Entwicklungen halten Sie für besonders vielversprechend und wo braucht es noch mehr wissenschaftliche Evidenz?

Regenerative Medizin ist einer der Bereiche, die ich besonders vielversprechend finde. Regenerative Behandlungen sind für mich wie eine neue Ernährung für die Haut. Es geht darum, Hautzellen zu stimulieren und ihnen Signale und Inhaltsstoffe zu geben, damit sie wieder besser funktionieren können. Mit zunehmendem Alter fehlen bestimmte hormonelle oder biologische Impulse, und regenerative Medizin kann dabei helfen, die Haut wieder in einen aktiveren Zustand zu versetzen.

Heute verfügen wir über sehr leistungsstarke Produkte und Technologien, aber Erfahrung ist entscheidend. Man muss wissen, wann man was einsetzt, wie man die verschiedenen Verfahren kombiniert und für welchen Hauttyp sie geeignet sind. Für mich liegt die Zukunft in der Verbindung von Verschönerung und Regeneration beziehungsweise Langlebigkeit.

Woher bekommen Sie Inspiration für neue Treatments und Technologien? Nach welchen Kriterien entscheiden Sie, welche Innovation tatsächlich



„Altern stört mich nicht, ich möchte einfach gut altern.“, so Schauspielerinnen Eva Longoria.

der Lage wäre und welche Entwicklungen erwarten Sie in den kommenden fünf bis 10 Jahren?

KI, Laser und regenerative Medizin, all das ist faszinierend. Aber eines darf niemals verloren gehen:

in Richtung regenerativer Ansätze entwickeln, unter Einsatz energiebasierter Geräte, die durch KI gesteuert werden. Die Zukunft liegt in ihrer intelligenten Kombination, wobei die Behandlungen



Für Topmodel-Ikone Naomi Campbell ist die Lucia Clinic immer eine der ersten Adressen in Dubai - für frische Haut und natürlichen Glow.

den Weg in die Lucia Clinic finden?

Als Key Opinion Leader in der ästhetischen Medizin reise ich um die Welt und spreche auf internationalen Kongressen, wo ich mein Fachwissen teile, mich über neue Entwicklungen informiere und Wissen mit anderen Spezialisten austausche.

Ich interessiere mich immer für neue Technologien und Innovationen, aber in der Lucia Clinic müssen sie sicher, effektiv und auf jede Patientin und jeden Patienten zugeschnitten sein und wissenschaftlich fundiert sein.

BALKANS SCHÖNHEITSIDEALE

Sie behandeln Menschen aus vielen unterschiedlichen Ländern und Kulturen. Welche Unterschiede beobachten Sie im Umgang mit Schönheit, Aging und ästhetischen Behandlungen, insbesondere bei Frauen aus dem Bal-

kanraum? Gibt es etwas, das Frauen vom Balkan von anderen Kulturen lernen können?

In der Lucia Clinic in Dubai behandle ich Menschen aus der ganzen Welt mit sehr unterschiedlichen Hauttypen, Kulturen und Schönheitsidealen. Der Umzug von Europa nach Dubai war eine große Herausforderung. Dubai ist ein globales Zentrum, und das erfordert sehr viel Wissen, Erfahrung und Sensibilität.

Frauen vom Balkan haben ihren eigenen Zugang zu Schönheit, aber jeder Mensch hat eine

andere Geschichte, eine andere Genetik, einen anderen Lebensstil und eine andere Vorstellung vom eigenen Aussehen. Wenn Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens wie Eva Longoria so offen und positiv über das Altern sprechen, ist das sehr wertvoll. Sie sagte im Grunde: „Altern stört mich nicht, ich möchte einfach gut altern.“ Wir können das chronologische Altern nicht aufhalten, aber wir können an der biologischen Qualität der Haut, ihrem Glow und ihrem gesamten Erscheinungsbild arbeiten.

Sie selbst stammen aus Serbien und haben international Karriere gemacht. Welche Rolle spielen Ihre serbischen Wurzeln heute für Ihre

Persönlichkeit, Ihre Arbeit und Ihren Blick auf Schönheit?

Ich wurde in Serbien geboren, und ich bin sehr serbisch. Das hat einen großen Einfluss auf mein Leben, meinen Lebensstil und meine Wahrnehmung von Schönheit. Wenn man in Serbien geboren wird, ist man von natürlicher Schönheit umgeben, und wir sind außerdem ein sehr sportliches Land. Darauf zu achten, wie wir aussehen, war für mich schon in jungen Jahren wichtig.

Das habe ich von meinen Balkan-Wurzeln. Ich sehe immer die Schönheit eines Menschen, und ich denke immer darüber nach, wie die Merkmale verteilt werden können, wie sie natürlich bleiben und wie die eigene Identität bewahrt werden kann. Diese Art von Schönheit spiegelt sich in meiner Arbeit wider.

DUBAI & KARRIERE

Warum haben Sie sich damals für Dubai entschieden und wann wussten Sie, dass diese Entscheidung für Sie die richtige war?

Als ich zum ersten Mal nach Dubai kam, um bei einer Dermatologiekonferenz einen Vortrag und eine Schulung zu halten, wurde ich

eingeladen, hierzubleiben und hier zu arbeiten. Mir wurde schnell klar, dass dies für mich als Dermatologin und ästhetische Ärztin eine große Herausforderung war. In Dubai haben wir eine großartige Mischung unterschiedlicher Hauttypen und unterschiedlicher Herangehensweisen an jeden Hauttyp, und ich habe mich sowohl als Ärztin als auch als Frau immer willkommen gefühlt.

Von Natur aus bin ich eine Sportlerin, deshalb liebe ich Herausforderungen. Dubai wurde zu meinem neuen Zuhause. Heute ist Dubai ein globales Zentrum, das Menschen jeder Nationalität mit höchsten Erwartungen anzieht. Es ist eine Stadt der Innovation, Exzellenz und Möglichkeiten, und sie hat mir die Möglichkeit gegeben, meinen Ansatz für jeden einzelnen Hauttyp weiterzuentwickeln und auf ein höheres Niveau zu bringen, während ich gleichzeitig die Lucia Clinic als globale Destination für ästhetische Medizin aufgebaut habe.

Erinnern Sie sich an die erste prominente Persönlichkeit, die Ihre Klinik besucht hat? Wie kam es dazu und hat dieser Moment etwas für die Entwicklung der Lucia Clinic verändert?

An die erste Berühmtheit erinnere ich mich natürlich, weil ich nicht wusste, wer sie war. Sie kam wie eine ganz normale Patientin, eine der sehr bekannten Künstlerinnen der arabischen Welt, die mir nicht bekannt war. Ich behandelte sie ganz einfach wie eine normale Patientin, und das gefiel ihr und sie respektierte das.

Als ich verstand, wie bedeutend sie als

Berühmtheit in der arabischen Welt war, war ich wirklich sehr froh darüber, dass auch sie sehr unkompliziert war. Das war für mich ein wichtiger Lernmoment: wie man auf Berühmtheiten zugeht, wie man sie behandelt und wie man mit ihnen umgeht. Bis heute weiß ich sehr gut, wie ich sie wahrnehmen und wie ich eine Verbindung zu ihnen aufbauen kann, und das hatte einen großen Einfluss.

PERSÖNLICHES & ZUKUNFT

Wie sieht ein typischer Arbeitstag bei Ihnen aus und wie ein freier Tag?

Ich bin sehr sportlich und liebe es, aktiv zu sein. Morgens beginne ich immer mit Bewegung, sei es Schwimmen, Fitnessstudio, Pilates oder Yoga. Gesunde Ernährung ist mir ebenfalls sehr wichtig, deshalb lasse ich mein Frühstück nie aus.

Dann komme ich in die Klinik, wo jeder Tag anders ist. Ich sehe meine Patientinnen und Patienten, leite das Personal und rufe immer meine befreundeten Ärztinnen und Ärzte aus der ganzen Welt an, um über die neuesten Trends oder stattfindende Konferenzen zu sprechen.

Nach der Arbeit dreht sich alles um gesellschaftliche Verpflichtungen. Ich besuche gerne Veranstaltungen in Dubai oder verbringe Zeit mit Freunden.

Wo sehen Sie sich persönlich und beruflich in zehn Jahren und welche Vision haben Sie?

Ich sehe mich in zehn Jahren mit sehr viel mehr Erfahrung einen Beitrag in der Welt der Ästhetik und Langlebigkeit leisten, denn Erfahrung ist in

diesem Bereich immer wichtig. Ich sehe mich weiterhin als Ausbilderin, weltweit und auf der großen Bühne, wo ich meine Erfahrungen mit mehr Menschen aus unterschiedlichen Kulturen und Teilen der Welt teile.

Ich glaube, dass wir uns auf einen wesentlich stärker personalisierten und intelligenten Ansatz in der ästhetischen Medizin zubewegen. KI, fortschrittliche Bildgebung, Diagnostik und neue regenerative Technologien werden uns dabei helfen, die Haut sehr viel detaillierter zu verstehen und Behandlungen präziser und individueller zu gestalten. In der Lucia Clinic liegt mein Fokus weiterhin darauf, bei neuen Technologien und Innovationen an vorderster Front zu bleiben und gleichzeitig sicherzustellen, dass die Behandlungen sicher, effektiv und auf jede Patientin und jeden Patienten zugeschnitten sind, wissenschaftlich fundiert und mit

einem stärkeren Fokus auf Wellness und Langlebigkeit.

Sie haben neben Belgrad und Dubai auch eine enge Verbindung zu Wien. Welche Rolle spielt Wien in Ihrem Leben?

Ich habe eine enge Verbindung zu Wien, da mein Mann aus Wien stammt. Ich verbringe meine Zeit zwischen Dubai, Belgrad und Wien, daher ist Wien ein wichtiger Teil meines Lebens.

Eine Frau altert schön, wenn...

...sie sich auf Prävention, gesunde Haut, Hautqualität, Vitalität, Wellness und Langlebigkeit konzentriert, mit einem ganzheitlichen Ansatz. Wir können das chronologische Altern nicht aufhalten, aber wir können an der biologischen Qualität der Haut, ihrer Vitalität und ihrer Fähigkeit, gut zu funktionieren, arbeiten und gesundes Altern unterstützen.



Dr. Radmila Lukian

Beruflicher Werdegang:

Nach Abschluss ihres Medizinstudiums in Serbien begann sie ihre berufliche Laufbahn am Universitätsklinikum in Belgrad, wo sie als beste Dermatologie-Studentin ausgezeichnet wurde. Anschließend spezialisierte sie sich auf Dermatologie und schloss ihr Masterstudium mit Auszeichnung ab. Ihre weitere berufliche Ausbildung absolvierte sie an führenden Zentren weltweit und legte damit ein starkes Fundament in den Bereichen Dermatologie, ästhetische Medizin und Langlebigkeit. Dr. Lukian hat Führungs- und Vorstandspositionen in zahlreichen Fachorganisationen inne. Darüber hinaus ist sie eine renommierte Vortragende auf internationalen Kongressen und als Botschafterin für führende internationale Unternehmen aus den Bereichen Medizin und ästhetische Technologien aus Europa, den USA und Japan tätig. Heute zählt sie weltweit zu den gefragtesten Expertinnen für regenerative ästhetische Medizin.

www.luciaclinic.com

■ Autorin: Vera Marjanović

APPELL: Liebe Frauen, gehen Sie regelmäßig zur Mammografie!

Tumor, Karzinom oder Krebs – egal, wie wir die Erkrankung nennen: Sie löst bei vielen Menschen Angst aus. Da der Oktober weltweit im Zeichen der Brustkrebsaufklärung steht, möchten wir zeigen, wie diese Erkrankung früh erkannt und behandelt werden kann. Entscheidend ist, dass Frauen auf Prävention achten. Dazu gehört, die eigene Brust regelmäßig auf Veränderungen zu überprüfen und die empfohlenen Mammografie-Untersuchungen wahrzunehmen. Wie wichtig Vorsorge tatsächlich ist, zeigen die Geschichten mutiger Frauen, die ihre persönlichen Erfahrungen im Kampf gegen Brustkrebs offen mit uns teilen.

Jasna Vujošević (49), Schneiderin

Jasna bemerkte Ende Oktober 2024 erstmals eine Veränderung an ihrer rechten Brust, als sie sich nach dem Duschen eincremte. „Einige Tage zuvor hatte ich von der ÖGK eine Erinnerung erhalten, dass es Zeit für eine neue Mammografie sei. Deshalb rief ich

Noch vor vielen Jahren bedeutete die Diagnose Brustkrebs für viele Frauen beinahe ein Todesurteil. Zum Glück hat sich die Medizin enorm weiterentwickelt: Dank moderner Diagnoseverfahren und gezielter Behandlungsmöglichkeiten kann Brustkrebs erfolgreich bekämpft werden. Doch die ersten und wichtigsten Schritte liegen in den Händen der Frauen selbst.

sofort am nächsten Tag an und vereinbarte einen Termin. Ich ging etwas nervös zur Untersuchung. Nach der Mammografie folgte eine Ultraschalluntersuchung. Der Arzt sagte mir, dass ihm das Ergebnis nicht gefalle und dass er ohne eine Biopsie keine genaue Aussage treffen könne. Ich war verwirrt, hatte

sehr aggressiven, hormonabhängigen Brustkrebs handelt. Auf Empfehlung des Arztes vereinbarte ich einen Termin im Krankenhaus, führte Gespräche mit den Spezialisten und wartete einige Tage auf die Entscheidung des Tumorbords über den weiteren Behandlungsverlauf. Beim Gespräch über die Behand-

In der Zwischenzeit wurden zahlreiche Untersuchungen, bildgebende Verfahren und Analysen durchgeführt, um zu überprüfen, ob sich der Krebs bereits auf andere Organe ausgebreitet hatte. Zum Glück war alles in Ordnung. Am 3. Februar 2025 begann ich mit der Chemotherapie. Bereits wenige Tage später bemerkte ich, dass meine langen, schönen Haare ausfielen. Nach der zweiten Therapie hatte ich keine Wimpern

Vorsorge, insbesondere die Mammografie, kann Leben retten.

aber gleichzeitig den Gedanken, dass es vielleicht nicht das Schlimmste sein müsse“, erzählt Jasna über den Beginn ihres schweren Weges. „In der Ordination wurde mir vorsichtig mitgeteilt, dass es sich um einen

lung erklärte mir der Arzt, dass ich meine Brust nicht verlieren würde und dass wir zunächst mit einer Chemotherapie beginnen würden – acht Zyklen im Abstand von jeweils drei Wochen.



Jasna Vujošević ertastete einen Knoten in ihrer rechten Brust.

und Augenbrauen mehr. Damals rief ich meine Cousine zu mir und bat sie, mir den Kopf zu rasieren. Ich machte daraus kein Drama. Ich sagte mir sogar, dass ich wie eine Kriegerin aussehe – und genau das war ich in diesem Moment auch. Zum Glück vertrug ich die Chemotherapie relativ gut. Bereits nach der vierten Chemotherapie zeigte sich, dass der Tumor kleiner geworden war. Nach der letzten Behandlung am 8. Juli 2025 war er schließlich nicht mehr nachweisbar. Einen Monat später folgte die Operation. „Das

Gewebe, in dem sich der Tumor befand, wurde entfernt. Außerdem wurde ein Lymphknoten entnommen. Die pathologische Untersuchung zeigte, dass keine Krebszellen mehr vorhanden waren. Doch damit war die Behandlung noch nicht abgeschlossen. Danach begann ich mit Tabletten, die die Bildung von Östrogen in meinen Eierstöcken blockieren und mich vorzeitig in die Wechseljahre versetzten. Danach begannen alle meine Gelenke zu schmerzen, und diese Beschwerden begleiten mich bis heute. Heute gehe ich alle sechs Monate zu Kontrolluntersuchungen, ernähre mich gesund, treibe Sport und versuche, positiv zu bleiben. Während meiner gesamten Behandlung hatte ich enorme Unterstützung von meinem Partner und meiner Familie. Ich sage mir jeden Tag aufs Neue: Das Leben ist schön und wertvoll“, betont unsere Gesprächspartnerin.

Sanela Melius (46), Angestellte

Sanela ging zu einer regelmäßigen Kontrolle bei ihrer Frauenärztin. Da sie 40 Jahre alt war, empfahl ihr die Ärztin zusätzlich eine Mammografie. „Nach der Mammografie und der Ultraschalluntersuchung wurde eine kleine Veränderung festgestellt. Eine Ärztin maß sie aus und sagte mir, dass sie sechs Millimeter groß sei. Sie meinte, ich müsse mir keine Sorgen machen und solle in sechs Monaten zur Kontrolle wiederkommen.

Ich hatte jedoch ein sehr ungutes Gefühl. Genau zu dieser Zeit begann die Pandemie und der Lockdown. Im März sprach ich mit meiner Ärztin, erzählte ihr alles und bat sie um eine Überweisung für eine Magnetresonanztomografie. Kurz danach rief mich der Radiologe an und empfahl mir dringend, mich so schnell wie möglich an ein Brustgesundheitszentrum zu wenden, da die Aufnahmen nicht gut aussehen würden.

Bereits am nächsten Tag bekam ich einen Termin im AKH, wo eine Biopsie durchgeführt wurde. Fünf Tage später ging ich gemeinsam mit meinem Ehemann zum Gespräch. Ich war überzeugt, dass man mich operieren und damit das Problem lösen würde. Doch dann begann der Arzt über Chemotherapien zu sprechen. Ich stand unter Schock, zitterte vor Kälte, weinte und hatte große Angst vor der Diagnose Krebs“, beschreibt Sanela die ersten Schritte bis zur Gewissheit.

Die Ärzte verordneten Frau Melius acht Chemotherapien, mit denen sofort begonnen wurde. Viel belastender waren die Übelkeit und die starke Muskelschwäche, die dazu führte, dass sie sich nur schwer bewegen konnte. „Als die achte Chemotherapie bevorstand, sagte ich meinem Arzt, dass ich nicht mehr könne. Er antwortete mir, dass ich sie unbedingt noch machen müsse, damit wir es später nicht bereuen würden. Ende Jänner, kurz vor der Operation, wollte ich,



Saneli Melius wurde bei einer Routinekontrolle von ihrem Gynäkologen eine Mammografie empfohlen.

BRUST- KREBS ist gut be- handelbar!

dass mir die gesamte Brust entfernt wird. Doch die Ärzte entfernten nur das Gewebe, in dem sich der Tumor befand, sowie zwei Lymphknoten. Alles war vollkommen frei von Krebszellen. Danach folgten 19 Bestrahlungen und anschließend eine anti-hormonelle Therapie, die ich bis heute einnehme. Ich gehe alle sechs Monate zu den Kontrollen. Regelmäßig werden Mammografien und Magnetresonanztomografien durchgeführt, und bisher waren alle Ergebnisse unauffällig. Leider gehöre ich zu den ein Prozent der Frauen, bei denen nach der Chemotherapie weder gesundes Haar noch Augenbrauen vollständig zurückgekehrt sind. Die Therapie bringt leider Nebenwirkungen mit sich – Migräne, Schmerzen, Schlafstörungen, Schweißausbrüche und depressive Verstimmungen. Das sind typische Beschwerden der Wechseljahre“, erzählt Sanela weiter.

Wenn Sanela heute über ihre Erkrankung spricht, empfindet sie vor allem Trauer darüber, was ihre Kinder und ihr Ehemann durchmachen mussten. „Es hat mir sehr wehgetan, dass meine Familie so etwas erleben musste. Mein Mann war meine größte Kraft. Sie alle waren meine wichtigste Unterstützung und mein größter Segen. Mit der Zeit habe ich gelernt, weniger über die Krankheit nachzudenken. Ich versuche, gesund zu leben und mein Leben gemeinsam mit meiner Familie erfüllt und glücklich zu genießen.“

Tanja Foro (44), selbstständige Friseurin

Mit ihren Fingern ertastete sie eine kleine Verhärtung im oberen Bereich ihrer linken Brust. Sofort war sie überzeugt, dass es sich um Brustkrebs handeln könnte. „Ich meldete mich sofort bei meiner Hausärztin. Sie überwies mich zu einer Ultraschalluntersuchung, kurz danach folgte auch eine Magnetresonanztomografie. Mir wurde gesagt, dass es sich um einen gutartigen Tumor handle und ich nach sechs Monaten wieder zur Kontrolle kommen solle.

Brust nur zwölf Tage nach der Magnetresonanztomografie bereits um einen Zentimeter größer geworden war. „Der Arzt schlug sofort eine Biopsie vor. Dabei wurde festgestellt, dass ich an einem dreifach negativen Brustkrebs erkrankt war, dessen Aggressivität bei 90 Prozent lag. Es handelt sich um eine besondere, seltene und sehr unberechenbare Form des Brustkrebses.

Ich geriet in Panik, weil ich alleinerziehende Mutter war. Als ich mich etwas gefangen hatte, erzählte ich meinen

infektion. Als nach der 17. Chemotherapie eine Magnetresonanztomografie durchgeführt wurde, war der Tumor nicht mehr nachweisbar“, beschreibt Tanja Foro diesen wichtigen Moment. Unsere Gesprächspartnerin war zunächst davon überzeugt, dass keine Operation notwendig sein würde. Doch ihr Arzt erklärte ihr, dass dieser Schritt unverzichtbar sei. Neben dem Gewebe, in dem sich der Tumor befunden hatte, wurde lediglich ein Lymphknoten entfernt. Die histopathologische Untersuchung zeigte anschließend ein negatives Ergebnis – es konnten keine Krebszellen mehr festgestellt werden. „Direkt nach der Operation wurde mir gesagt, dass ich 25 Bestrahlungen bekommen würde. Letztlich wurde die Zahl auf 15 reduziert, und ich habe diese Behandlung gut vertragen.

Am Anfang ging ich alle drei Monate zu den Kontrollen, inzwischen sind es sechs Monate. Eine Mammografie bekomme ich alle zwei Jahre. Obwohl alles in Ordnung ist, ist die Angst geblieben. Sobald ich irgendwo Schmerzen verspüre, melde ich mich beim Arzt. Wenn ich zurückblicke, war es am schwierigsten, vor meinen Kindern Stärke zu zeigen. Gleichzeitig hatte ich große Angst wegen der Krankheit, der finanziellen Belastung und der Unsicherheit. Mein Sohn war 15 Jahre alt, als er mir sagte,



Tanja Foro dachte sofort an Krebs, als sie einen Knoten in ihrer Brust ertastete.

Doch bereits eine Woche später wurde aus der kleinen Kugel in meiner Brust plötzlich eine große Veränderung. Gleichzeitig kämpfte meine Mutter in Serbien gegen Darmkrebs. Kurz davor hatte ich mich scheiden lassen und war mit meinen drei Kindern im Alter von 12, 14 und 16 Jahren alleine“, erzählt Tanja nur einen Teil ihrer schweren Geschichte. Die anschließende Ultraschalluntersuchung zeigte, dass der Tumor in ihrer

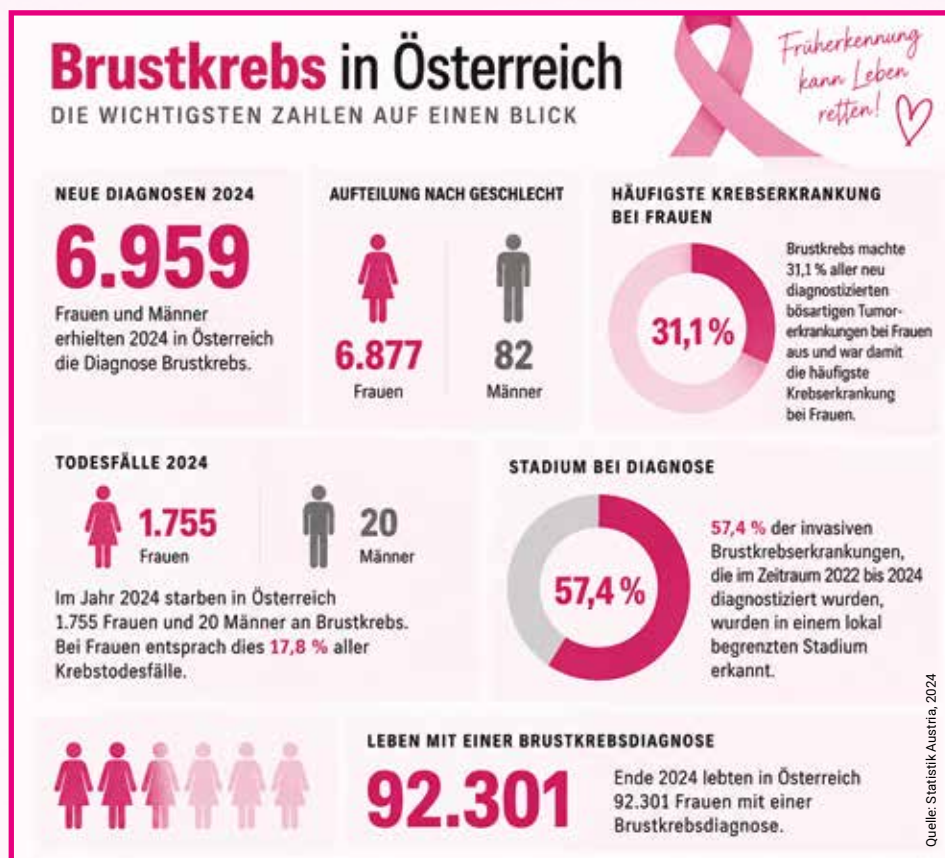
Kindern davon. Ich stellte es ihnen als eine Art Militärdienst dar: etwas Schwieriges, das man durchstehen muss, aber das irgendwann vorbei ist. Insgesamt waren es 18 Behandlungen. Ich vertrug sie sehr schlecht, da ich ungewöhnliche allergische Reaktionen und weitere unangenehme Beschwerden hatte. Mein Immunsystem wurde geschwächt, ich bekam eine Lungenentzündung und anschließend auch eine Staphylokokken-

dass er die Schule abbrechen und arbeiten gehen wolle, damit wir überleben können. Zum Glück liegt diese Zeit hinter uns. Es hätte schlimm enden können, wenn ich nicht auf meine Intuition gehört hätte. Mein Arzt sagte mir, dass mein Tumor Metastasen gebildet hätte, wenn ich tatsächlich sechs Monate bis zur nächsten Kontrolle nach der ersten Magnetresonanztomografie gewartet hätte“, beendet Tanja ihre bewegende Geschichte.

DIE MEINUNG DES ARZTES

Dr. Maksim Spasić,
Allgemeinmediziner

Als Allgemeinmediziner sehe ich meine Aufgabe darin, meine Patientinnen regelmäßig an Vorsorgeuntersuchungen zu erinnern und sie dazu zu ermutigen, sich bei Veränderungen oder Beschwerden frühzeitig an einen Arzt zu wenden. Frauen, bei denen der Verdacht auf eine bösartige Erkrankung besteht, sollten so schnell wie möglich an spezialisierte Brustgesundheitszentren überwiesen werden. In Österreich können Frauen ab dem 40. Lebensjahr im Rahmen des Früherkennungsprogramms für Brustkrebs nach Anmeldung bei der Krankenversicherung regelmäßig Mammografien durch-



ren lassen. Frauen zwischen 45 und 74 Jahren erhalten Einladungen zu den entsprechenden Untersuchungen. Bei auffälligen Veränderungen oder bestimmten Beschwerden sollte man nicht auf den nächsten Kontrolltermin warten, sondern sofort einen Arzt aufsuchen. Eine neu aufgetretene Verhärtung, eine Veränderung der Form oder Haut der Brust, eine eingezogene Brustwarze oder ungewöhnlicher Ausfluss aus der Brustwarze sollten immer ärztlich abgeklärt werden. Dabei ist wichtig zu betonen: Nicht jede Veränderung bedeutet automatisch, dass es sich um



Dr. Maksim Spasić

Krebs handelt. Viele Beschwerden können auch hormonelle Ursachen haben. Trotzdem sollte jede Auffälligkeit ernst genommen werden.

Es gibt Risikofaktoren, auf die wir keinen Einfluss haben – etwa das Alter, genetische Faktoren oder die familiäre Krankheitsgeschichte. Daneben gibt es jedoch auch Faktoren, auf die Ärzte aufmerksam machen können. Dazu zählen beispielsweise Übergewicht, Rauchen, mangelnde körperliche Aktivität, die Ernährung, eine Hormontherapie in den Wechseljahren sowie das Ausbleiben einer Schwangerschaft. Deshalb betone

ich: Prävention bedeutet nicht nur, regelmäßig zu Untersuchungen zu gehen. Es geht auch um einen verantwortungsvollen Umgang mit der eigenen Gesundheit und darum, langfristig gesündere Gewohnheiten zu entwickeln. Zum Abschluss möchte ich etwas besonders Wichtiges hervorheben: Eine Brustkrebsdiagnose bedeutet heute nicht automatisch eine schlechte Prognose. Es gibt zahlreiche moderne Behandlungsmöglichkeiten, die individuell auf jede Patientin abgestimmt werden können, darunter auch antihormonelle Therapien. Entscheidend ist, Veränderungen nicht zu ignorieren, empfohlene Kontrolluntersuchungen wahrzunehmen und rechtzeitig mit dem Arzt darüber zu sprechen. Früherkennung eröffnet mehr Behandlungsmöglichkeiten – und genau das kann bei Brustkrebs entscheidend sein.



BLITZBLANK

QUALITÄT · VERANTWORTUNG · INNOVATION

ÖSTERREICH IST BLITZBLANK!



BLITZBLANK ist Ihr verlässlicher Partner für professionelle Reinigungsdienstleistungen in ganz Österreich.



Einzigartiger Content & hohe Relevanz Mit KOSMO zu Ihrem Werbeerfolg!

www.kosmo.at



Impressum & Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz:



Medieninhaber: Twist Zeitschriften Verlag GmbH | **Herausgeber und Geschäftsführer:** Dejan Sudar (dejan.sudar@kosmo.at) | **Chefredakteur:** Dejan Sudar | **Leitung Sales und Marketing:** Voin Mihajlović (voin.mihajlovic@kosmo.at) | **Kontakt für Mediaagenturen:** Voin Mihajlović (voin.mihajlovic@kosmo.at) | **Redaktion:** Gordana Perić (gordana.peric@kosmo.at), Vera Marjanović (vera.marjanovic@kosmo.at) | **Online Redaktion:** Viktorija Wu, Lukas Vospernik, Arneta Junuzović | **Lektorat:** Redaktion | **Grafik:** Lukas Vospernik, Saša Radić (sasa.radic@kosmo.at) | **Fotografen:** iStock, zVg., FPÖ, PR Lucia Clinic, © WSK Bank, Porsche Inter Auto, Landesausstellung © PS Werbeagentur, Haag März 2026 © cleanhillstudios, © Archiv Theater Akzent, © Ali Yildiz, OpenAI, Stevan Kragujević / Wikimedia Commons, © NLK Filzwieser, © NLK Pfeiffer, VPNÖ, Parlamentsdirektion/Thomas Topf | **Fotoredaktion:** Grafische Abteilung | **Cover-Foto:** KOSMO, EPA Images | **Druck:** Walstead Leykam Druck GmbH & Co KG | **Auflage:** 120.000 Stück Mediaunterlagen und Tarife unter www.kosmo.at | KOSMO – das auflagenstärkste Ethnomagazin in Österreich | **Verlags- und Redaktionsadresse:** Zieglergasse 14/1/2, A-1070 Wien | Tel.: +43 (0)1 235 05 72-0 | office@kosmo.at | www.kosmo.at

Unternehmensgegenstand: Der Unternehmensgegenstand umfasst die Veröffentlichung und Verbreitung von Nachrichten, Artikeln und multimedialen Inhalten in den Bereichen Politik, Sport, Lifestyle, Wissenschaft und Gesellschaft, sowie verwandte Informationsdienstleistungen.

Grundlegende Richtung: von politischen Parteien unabhängiges Informationsmedium.

Die Meinung von Kolumnisten muss nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Für den Inhalt von Inseraten haftet ausschließlich der Inserent. Für unaufgefordert zugesandtes Bild- und Textmaterial wird keine Haftung übernommen. Jegliche Reproduktion nur mit schriftlicher Genehmigung der Geschäftsführung. Zurzeit gilt die Anzeigenpreisliste laut Mediadaten 2024. Alle Rechte vorbehalten. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlags strafbar. Geringfügige Farbabweichungen sind aus drucktechnischen Gründen möglich. Alle Preise (in Euro) und Angebote vorbehaltlich Druckfehler. Die Ziehung bei allen Gewinnspielen erfolgt immer für die aktuelle Ausgabe unter Ausschluss der Öffentlichkeit. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Die Gewinner werden per E-Mail oder Telefon verständigt. Eine Barablöse des Gewinns ist nicht möglich. Mit der Teilnahme an einem Gewinnspiel o.ä. erklären Sie sich mit der Speicherung und Verarbeitung der von Ihnen bekanntgegebenen Daten sowie Übermittlung von Informationsmaterial (via E-Mail, Telefon, Fax, SMS/MMS) durch den Twist Zeitschriften Verlag GmbH über ihre Produkte, Aktionen und ähnliche Vorteilsaktionen einverstanden. Diese Daten können für Marketingzwecke verwendet und an Dritte weitergegeben werden. Sie können Ihre Zustimmung jederzeit widerrufen.

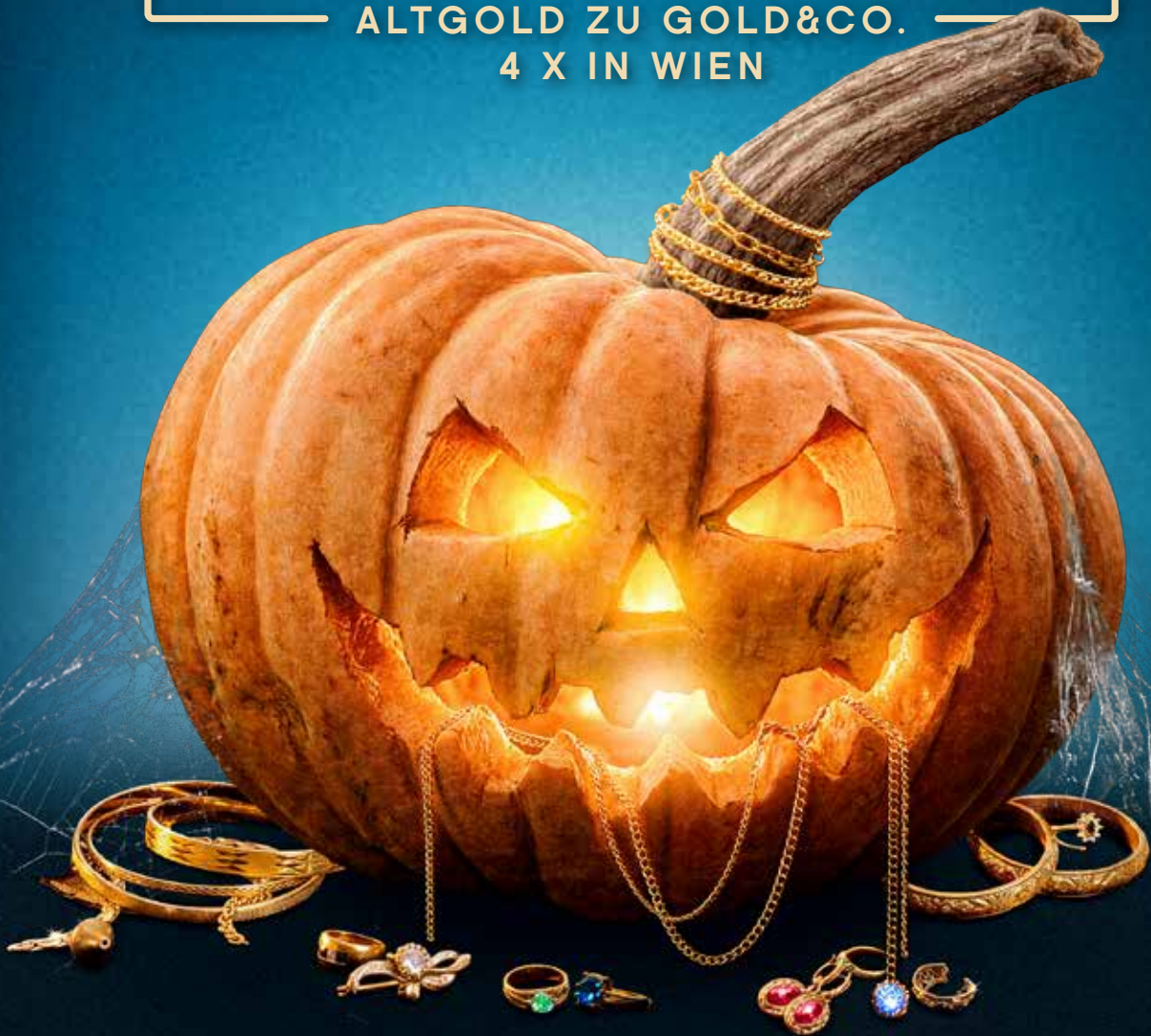
GOLD & Co.

Gold kann mehr.
Wir auch.



HALLOWIEN!

ALTGOLD ZU GOLD&CO.
4 X IN WIEN



JETZT ALTGOLD VERKAUFEN

KONTAKT

Tel +43 1 23 50 222

WhatsApp +43 660 50 50 999

E-Mail info@goldundco.at

Web goldundco.at

4 FILIALEN IN WIEN

1010 | Wipplingerstraße 20 – Coming soon

1030 | Landstraßer Hauptstr. 8

1090 | Währinger Straße 48

1220 | Kagranerplatz 1 / 1.OG

Aktuelle
Preise:

