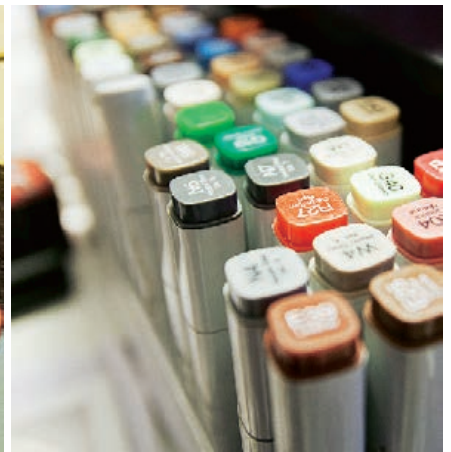


In Stufen zurück in den Job

Hamburger Modell Nach langer Krankheit brauchen Arbeitnehmer Zeit, um sich wieder an den Berufsalltag zu gewöhnen. Das Hamburger Modell ermöglicht eine Rückkehr nach Maß.



Innarchitekt Ulrich Zarling, 46, aus Berlin erkrankte 2010 an Krebs. Während der Behandlung konnte der Familienvater ein Jahr lang nicht arbeiten. Ab Sommer 2011 kehrte er mit steigender Stundenzahl (siehe Grafik rechts) in seinen Beruf zurück.



Mehr als ein Jahr lang musste Ulrich Zarlring krankheitsbedingt pausieren. Im Juni kehrte er an seinen Arbeitsplatz zurück, aber zunächst nur für zwei Stunden täglich. Der Innenarchitekt las E-Mails, ließ sich von Kollegen über laufende Projekte informieren und nahm Kontakt zu Kunden und Auftraggebern auf.

Zarlring: „Anfangs dachte ich: Zwei Stunden am Tag arbeiten? Das lohnt sich nicht. Kaum bin ich hier, muss ich wieder weg.“

Doch die zwei Stunden waren zum Wiedereinstieg in den Beruf genau richtig für den 46-Jährigen, der 2010 wegen einer Krebserkrankung mehrere Operationen und drei Chemotherapien durchstehen musste. Nach einem Monat erhöhte der Familienvater seine Büroanwesenheit auf vier Stunden am Tag, acht Wochen später auf sechs Stunden. Der Innenarchitekt nutzte das sogenannte Hamburger Modell.

Jeder hat Anspruch

Das Hamburger Modell ist eine gesetzliche Leistung der Krankenkassen oder der Rentenversicherung. Nach einem Arbeitsunfall muss die Berufsgenossenschaft ran.

Jeder Mitarbeiter, der nach längerer Krankheit noch als arbeitsunfähig gilt, hat Anspruch auf dieses Programm, auch Teilzeitbeschäftigte und Auszubildende. Be-

amte können das Modell ebenso nutzen. Für Selbstständige gilt es, sofern sie mit Krankengeldanspruch gesetzlich krankenversichert oder – bei Übernahme der Maßnahme durch die gesetzliche Rentenversicherung – wenn sie dort pflichtversichert sind oder bis vor kurzem waren.

„Hat jemand lange gefehlt, kann es gut sein, wenn er nicht sofort wieder voll einsteigt“, sagt Gudrun Steiner, Krankengeld-Expertin der Techniker Krankenkasse. War ein Versicherter länger arbeitsunfähig, schütze die stufenweise Rückkehr mit langsam steigender Belastung vor Überforderung und sichere den Behandlungserfolg.

Der Arzt bestimmt

Wie funktioniert die Wiedereingliederung? Expertin Steiner: „Der Versicherte wendet sich an seinen Arzt. Hält dieser eine stufenweise Rückkehr in den Beruf für sinnvoll, muss er einen Plan für seinen Patienten erstellen. Darin gibt er an, in welchen Schritten die Tätigkeit aufgenommen wird.“

Arbeitgeber müssen dem Stufenplan zustimmen, damit das Projekt gelingt. In der Regel sind die Firmen einverstanden. Ausnahme: Das Verhältnis zum Arbeitnehmer ist schwer zerrüttet.

Der Ablaufplan muss die Dauer der beruflichen Wiedereingliederung einschließ-

lich der wöchentlichen Arbeitszeit festsetzen (siehe Kasten unten). Die Rückkehr in den Job kann auch tageweise erfolgen. Das ist zum Beispiel sinnvoll, wenn der Erkrankte einmal pro Woche eine weiter entfernte Rehabilitationsklinik aufsuchen muss. Der Stufenplan sollte dann mindestens einen freien Tag pro Woche vorsehen.

Auch noch bestehende gesundheitliche Einschränkungen sollten formuliert werden. So darf, wer unter Schwindelgefühlen nach einer Herz-Kreislauf-Erkrankung leidet, verlangen, dass er nicht auf einer Leiter stehen muss. Bei Erkrankungen der Atemwege kann der Umgang mit bestimmten Stoffen den Heilungsprozess behindern.

Oft noch unbekannt

Der Stufenplan ist kein fester Vertrag. Er kann, wenn die Genesung langsamer oder schneller als erwartet einsetzt, geändert oder ausgesetzt werden. „Der Wiedereingliederungsplan muss individuell an den Erkrankten und seine Vorgeschichte angepasst sein“, sagt Oliver Fröhle, Experte für Wiedereingliederungs-Management bei der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Im Mittelpunkt stünden der Heilungsprozess und die medizinische Rehabilitation des Erkrankten. Das Hamburger Modell hilft erkrankten Mitarbeitern, ▶

Stufenplan zum Hamburger Modell

Das sollte drinstehen

Den Stufenplan zur beruflichen Wiedereingliederung erstellen behandelnde Ärzte gemeinsam mit dem Patienten. Anschließend muss der Arbeitgeber zustimmen. Der Plan sollte folgende Punkte enthalten:

Laufzeit. Beginn und voraussichtliches Ende der Maßnahme.

Stundenzahl. Arbeitsstunden pro Tag bei Beginn des Wiedereinstiegs.

Stufen. Zeitpunkte für die Erhöhung der Stundenzahl.

Aufgaben. Zumutbare und unzumutbare Aufgaben während der Wiedereingliederung sowie gegebenenfalls dafür notwendige Maßnahmen am Arbeitsplatz. Beispiel: Ein Malermeister kann wegen Schwindelgefühlen zu-

nächst auf keine Leiter steigen. Er übernimmt nur Lackierarbeiten. Oder: Nach einer Rückenverletzung ist längeres Sitzen ausgeschlossen. Ein höhenverstellbarer Schreibtisch ist nötig.

Vertrag. Mögliche Abänderungen des Arbeitsvertrags während der Wiedereingliederungsphase.

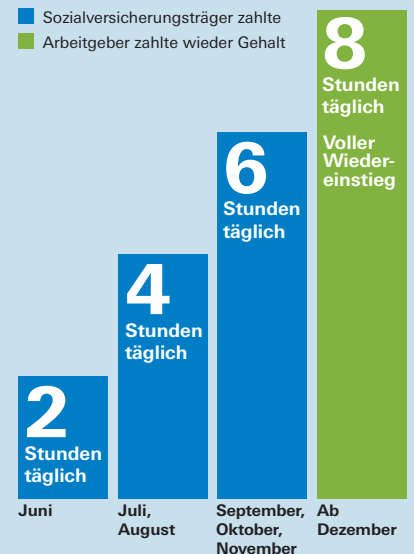
Lohn. Eventuell freiwillig vom Arbeitgeber zusätzlich zum Krankengeld gezahltes Entgelt, zum Beispiel Fahrtkosten oder sonstige Pauschalen.

Rahmenbedingungen. Parallele Rehabilitationsmaßnahmen während der Rückkehrphase, beispielsweise Physiotherapie mit erforderlichem Zeitplan.

Ende. Rücktrittsrecht vom Modell und Gründe für einen Abbruch.

Zarlings Wiedereinstieg

So sah das Hamburger Modell bei Ulrich Zarlring aus: Ab Mitte 2011 kehrte er schrittweise ins Büro zurück.



Quelle: Angaben des Patienten

den bisherigen Arbeitsplatz wieder in vollem Umfang einzunehmen. Nach Fröhlikes Beobachtung kennen viele erkrankte Arbeitnehmer das Programm nicht. „Sogar Ärzte sind oft schlecht informiert.“ Fröhlike empfiehlt Betroffenen dann, einen anderen Arzt aufzusuchen oder bei ihrer Krankenkasse nachzufragen.

Kein Gehalt, aber Krankengeld

Arbeitgeber zahlen den Genesenden während der Eingliederung kein Gehalt. Arbeitnehmer erhalten aber Krankengeld von der gesetzlichen Krankenkasse, Übergangsgeld von der Rentenversicherung oder Verletzungsgeld von der gesetzlichen Unfallversicherung, Beamte volle Dienstbezüge.

Weil die Leistungen der Sozialversicherungen das bisherige Nettoeinkommen nicht voll ersetzen, müssen angestellte Wiedereinsteiger finanzielle Einbußen verkraften. Durch Obergrenzen kann die Differenz zum Netto bei Gutverdienern recht groß sein. Viele Firmen unterstützen Rückkehrer allerdings freiwillig, beispielsweise mit Fahrtkostenzuschüssen.

Anspruch auf deren Arbeitsleistung haben die Betriebe dennoch nicht. „Für jemanden, der vielleicht anderthalb Jahre wegen Depressionen in seinem Beruf ausgefallen ist, ist es schon ein Riesenschritt,

jeden Morgen pünktlich aufzustehen und seinen Dienst anzutreten. Dann darf es nicht wichtig sein, dass die Leistungen nicht in vollem Umfang erbracht werden können“, erklärt Oliver Fröhlike.

Zurück im Job

Ulrich Zarling setzte sich in der Rehabilitationsklinik erstmals intensiv mit einer Rückkehr ins Berufsleben auseinander. „Ich wusste zwar immer, dass ich wieder arbeiten will, doch wie das funktionieren könnte, war mir nicht klar“, sagt er.

Mit seinem Arzt erarbeitete der Innenarchitekt einen Stufenplan, der der Krankenkasse und seinem Arbeitgeber vorgelegt wurde. Beide Parteien stimmten zu. Fünf Wochen nach Ende der Reha saß Zarling zum ersten Mal wieder an seinem Schreibtisch und fuhr den Computer hoch.

In den ersten Wochen fühlte sich der Krebspatient trotz der kurzen Arbeitszeit abends erschöpft. Dazu trugen die anfangs parallel noch häufigen Arztbesuche bei. Als erneut sehr belastend empfand Zarling die Umstellung von einem vierstündigen auf einen sechsstündigen Arbeitstag. „Bis in den Nachmittag hinein zu arbeiten, war ein Riesenschritt“, sagt er rückblickend.

Inzwischen fühlt sich Zarling wieder fit. Neuerdings ist er ganztags im Büro. ■



Die ersten Arbeitstage waren für Ulrich Zarling ermüdend, obwohl er nur zwei Stunden im Büro war. Als einschneidend empfand der Innenarchitekt auch den Sprung von vier auf sechs Stunden. Damit ging er vom halben auf fast wieder den vollen Tag.

Nach der Genesung

So gehen Sie vor

Rückkehr planen. Nach einer längeren Krankheit haben Sie ein Recht darauf, mithilfe des Hamburger Modells schrittweise in den Job zurückzukehren. Überlegen Sie, ob diese Maßnahme für Sie infrage kommt. Wurde die Erkrankung beispielsweise durch Mobbing am Arbeitsplatz verursacht, ist möglicherweise auch ein Arbeitsplatzwechsel oder eine Umschulung sinnvoller.

Mit dem Arzt sprechen. Erster Ansprechpartner ist der behandelnde Arzt. Er stuft Sie weiterhin als arbeitsunfähig ein und erarbeitet mit Ihnen einen Plan, wann und in welchem Umfang sie wieder arbeiten können. Auch in Rehabilitationskliniken können Ihnen die Ärzte Hilfe und Auskunft geben. Dort tätige Psychologen und Sozialarbeiter sind meist ebenfalls gut über das Hamburger Modell informiert.

Firma informieren. Legen Sie Ihrer Firma den von Ihnen und dem Arzt unterschriebenen Stufenplan vor. Ihr Arbeitgeber muss mit dem schrittweisen Wiedereinstieg einverstanden sein.

Antrag stellen. Die Teilnahme am Hamburger Modell müssen Sie beantragen. Wenn Sie zuvor als gesetzlich Versicherter Krankengeld bezogen haben, ist die Krankenkasse zuständig. Haben Sie vorher an einer Rehabilitationsmaßnahme der Rentenversicherung teilgenommen, ist die Rentenkasse Ansprechpartner, nach einem Berufsunfall die Unfallkasse.

Vertrag machen. Hat die Kasse die Maßnahme genehmigt, sollten Sie mit Ihrem Arbeitgeber die Wiedereingliederung und mögliche Abweichungen zum Arbeitsvertrag schriftlich vereinbaren.

Arbeiten gehen. Während der Eingliederung müssen Sie nur so viel arbeiten, wie im Stufenplan steht. Statt Gehalt bekommen Sie Krankengeld.

Top Ten: Rechtsschutz- versicherungspakete Seite 10

DAS
Thomas-Dehler-Str. 2
81737 München
Tel. 0800/3 74 65 55
Fax 089/62 75 16 50
www.das.de

HDI
Riethorst 2
30659 Hannover
Tel. 05 11/64 50
Fax 05 11/64 45 45
www.hdi.de

HDI-Gerling
siehe HDI
www.hdi-gerling.de

**Alte Leipziger
Versicherung**
80323 München
Tel. 089/54 85 36 05
Fax 089/54 85 36 65
www.rechtsschutz-
union.de

Bruderhilfe
Kölnische Str. 108–112
34108 Kassel
Tel. 0180 2/15 34 56
Fax 0180 2/74 12 58
www.brunderhilfe.de

Huk24
Willi-Hussong-Str. 2
96440 Coburg
Fax 095 61/96 24 24
www.huk24.de

Huk-Coburg
Willi-Hussong-Str. 2
96443 Coburg
Tel. 0800/2 15 31 53
Fax 0800/2 15 34 86
www.huk.de

**Württembergische
Versicherung**
Gutenbergstr. 30
70176 Stuttgart
Tel. 07 11/66 20
Fax 07 11/66 25 20
www.wuerttem-
bergische.de

Rohrer Schinken Seite 22–29

Abraham
Brookdamm 21
21217 Seevetal
Tel. 040/7 68 00 50
Fax 040/7 68 00 53 01
www.abraham.de

**Aldi (Nord)/
Brendolan/Wein**
Postfach 13 01 10
45291 Essen, Ruhr
Tel. 02 01/8 59 30
Fax 02 01/8 59 33 18
www.aldi-nord.de

**Aldi (Süd)/
Adler/Cucina/
Feines aus Spanien**
Postfach 10 01 52
45401 Mülheim, Ruhr
Tel. 02 08/9 92 70
Fax 02 08/99 27 36 10
www.aldi-sued.de

Bösinger
Riedstr. 9
78662 Böisingen
Tel. 074 04/9 20 60
Fax 074 04/70 45
www.boesinger.de

Campofrio
Av. de Europa,
Parque Empresarial
La Moraleja, 24
28108 Alcobendas
Spanien
Tel. 00 34/9 14 84 27 00
Fax 00 34/9 16 61 53 45
www.campofrio.es

Citterio
Corso Europa, 206
20017 Rho (Milan)
Italien
Tel. 00 39/02 93 51 61
Fax 00 39/02 93 15 40
www.citterio.com

**Edeka/Bio Wertkost/
Edeka España/
Gut & Günstig**
22291 Hamburg
Tel. 040/6 37 70
Fax 040/63 77 42 75
www.edeka.de

España
C. Mestre Turina, 39–41
17800 Olot – Girona
Spanien
Tel. 00 34/9 72 27 06 50
Fax 00 34/9 72 27 06 60
www.espana.de

**Lidl/
Parma/
Schwarzwaldrauch**
Stiftsbergstr. 1
74167 Neckarsulm
Tel. 0800/4 35 33 61
Fax 071 32/94 22 36
www.lidl.de

Montorsi
Negroni
Bonner Str. 39b
53842 Troisdorf
Tel. 022 41/16 53 00
Fax 022 41/1 65 30 15
www.negroni.com

**Netto
Markendiscout/
Las Cuarenta**
Postfach 11 80
93139 Maxhütte-
Haidhof
Tel. 094 71/32 00
Fax 094 71/32 01 49
www.netto-online.de

**Penny/
Mühlenhof/
Sancho España**
50603 Köln
Tel. 0180 3/33 10 10
Fax 02 21/1 49 90 00
www.penny.de

Prima Vera (Bio)
Salumificio Pedrazzoli
Pedrazzoli Via
San Giovanni, 16a
46020 San Giovanni
del Dosso
Italien
Tel. 00 39/03 86/75 73 32
http://www.salumifi-
ciopedrazzoli.it/

**Real/
Tip**
Schlüterstr. 5
40235 Düsseldorf
Tel. 0800/5 03 54 18
Fax 02 11/9 69 21 40
www.real.de

**Rewe/
ja!**
50603 Köln
Tel. 02 21/14 90
Fax 02 21/1 49 90 00
www.rewe-group.com

**Tannenhof/
Tannenhof Bio**
Gewerbestr. 4
78078 Niedereschach
Tel. 077 28/9 26 30
Fax 077 28/92 63 77
www.tannenhof-
schinken.de

Veroni
Correggio (RE)
Viale Saltini, 15/17
42015 Reggio Emilia
Italien
Tel. 00 39/05 22/63 53 11
Fax 00 39/05 22/64 23 97
www.veroni.it

Viva Fiesta
Hans Kremers
Dieselstr. 27–33
41189 Mönchen-
gladbach
Tel. 021 66/5 50 70
Fax 021 66/55 07 40
www.vivafiesta.de

Sonnenschutzmittel Seite 30–33

**Aldi (Nord)/
Ombra Sun**
Postfach 13 01 10
45291 Essen
Tel. 02 01/8 59 30
Fax 02 01/8 59 33 18
www.aldi-nord.de

**Aldi (Süd)/
Ombia Sun**
Postfach 10 01 52
45401 Mülheim a.d.R.
Tel. 02 08/9 92 70
Fax 02 08/99 27 36 10
www.aldi-sued.de

Daylong
Spirig Pharma
Froschacker 434
4622 Egerkingen
Schweiz
Tel. 00 41/62/3 87 87 87
Fax 00 41/62/3 87 87 99
www.spirig.ch

**dm/
Sun Dance**
Postfach 10 02 33
76232 Karlsruhe
Tel. 07 21/5 59 20
Fax 07 21/55 22 13
www.dm-drogerie-
markt.de

Eau Thermal Avène
Pierre Fabre Dermo
Postfach 67 69
79043 Freiburg
im Breisgau
Tel. 07 61/45 26 10
Fax 07 61/45 26 15 55
www.avena.de

Eucerin
Beiersdorf
20245 Hamburg
Tel. 040/4 90 90
Fax 040/49 09 34 34
www.beiersdorf.de

**Garnier Ambre Solaire:
Winterprodukt**
L'Oréal Österreich
Am Europlatz 3 b
1120 Wien
Österreich
Tel. 0800/23 02 40
Fax 00 43/1/53 65 11 79
www.garnier.at

**Garnier Ambre Solaire:
Sommerprodukt:**
Georg-Glock-Str. 18
40474 Düsseldorf
Tel. 0180 1/00 20 70
Fax 0180 1/00 20 90
www.garnier.de

**Hofer/
Ombia Suncare**
Hofer Str. 2
4642 Sattledt
Österreich
Tel. 00 43/72 44/80 00
Fax 00 43/72 44/
80 00 1600
www.hofer.at

ilrido
Dr. Ritsert Pharma
Postfach 12 54
69402 Eberbach
Tel. 06 271/9 22 10
Fax 06 271/9 22 15 55
www.ritsert.de

Ladival
Stada
61116 Bad Vilbel
Tel. 06 101/60 30
Fax 06 101/60 32 59
www.stada.de

Lancaster
Coty Prestige
Rheinstr. 4e
55116 Mainz
Tel. 06 131/30 60
Fax 06 131/30 67 45
www.coty.com

**La Roche-Posay
Anthélios**
La Roche Posay
Georg-Glock-Str. 18
40474 Düsseldorf
Tel. 0180 1/00 09 16
Fax 0800/1 00 28 54
www.laroche-posay.de

Lavera
Laverana
Am Weingarten 4
30974 Wennigsen
(Deister)
Tel. 05 103/93 91 33
Fax 05 103/93 99 19 42
www.lavera.de

**Lidl/
Cien Sun**
Stiftsbergstr. 1
74167 Neckarsulm
Tel. 0800/4 35 33 61
Fax 07 132/94 22 36
www.lidl.de

**L'Oréal
Solar Expertise**
Georg-Glock-Str. 18
40474 Düsseldorf
Tel. 0180 1/00 20 10
Fax 0180 1/00 20 40
www.lorealparis.de

Mawaii
Kiefholzstr. 15
12435 Berlin
Tel. 030/86 38 50 79
Fax 030/61 29 37 98
www.mawaii-
suncare.com

Piz Buin
Johnson & Johnson
Postfach 21 04 65
41430 Neuss
Tel. 0180 3/03 04 84
Fax 021 37/9 36 23 33
www.jnjgermany.de

**Rossmann/
Sunozon**
Isernhägener Str. 16
30938 Burgwedel
Tel. 051 39/89 80
Fax 051 39/89 49 98
www.rossmann.de

Tiroler Nussöl
6370 Kirchbühl
Österreich
Tel. 00 43/1/31 93 00 10
www.tiroler-
nussoel.com

**Müller/
Cadeavera**
89068 Ulm
Tel. 07 31/17 40
Fax 07 31/17 41 74
www.mueller.de

Nivea
siehe Eucerin

**Rossmann/
Sun Ozon**
Isernhägener Str. 16
30938 Burgwedel
Tel. 051 39/89 80
Fax 051 39/89 49 99
www.rossmann.de

Shiseido
Kaistr. 20
40221 Düsseldorf
Tel. 02 11/9 17 60
Fax 02 11/9 17 63 33
www.shiseido.de

**Yves Rocher/
Protectyl Végetal**
Albstadtweg 10
70567 Stuttgart
Tel. 07 11/7 83 40
Fax 07 11/7 83 42 32
www.yves-rocher.de

Handys Seite 38–45

**Aldi (Nord)/
Medion**
Postfach 13 01 10
45291 Essen, Ruhr
Tel. 02 01/8 59 30
Fax 02 01/8 59 33 18
www.aldi-nord.de

Apple
Arnulfstr. 19
80335 München
Tel. 0800/2 00 01 36
www.apple.de

Blackberry
Research in Motion
Frankfurter Str. 63–69
65760 Eschborn
Tel. 061 96/9 98 30
Fax 061 96/9 98 32 22
http://de.black-
berry.com

HTC
Solmsstr. 18
60486 Frankfurt/Main
Tel. 069/24 74 99 90
Fax 069/2 47 49 99 12
www.htc.com

Huawei
Mergenthalerallee
45–47
65760 Eschborn
Tel. 061 96/96 97 61 90
Fax 061 96/96 97 62 25
www.huawei.com/de

LG
Berliner Str. 93
40880 Ratingen
Tel. 021 02/7 00 80
Fax 021 02/7 00 87 77
www.lge.de

Motorola
Telco Kreisler 1
65510 Idstein
Tel. 0180 3/50 50
Fax 061 28/9 57 69 99
www.motorola.com/de

Nokia
Balcke-Dürr-Allee 2
40882 Ratingen
Tel. 0180 5/01 50 20
Fax 021 02/89 28 75 83
www.nokia.de

Samsung
Am Kronberger Hang 6
65824 Schwalbach
Tel. 0180 5/26 78 64
Fax 0180 5/12 12 14
www.samsung.de

Sony Ericsson
Fritz-Vomfelde-Str. 26
40547 Düsseldorf
Tel. 0180 5/34 20 20
Fax 0180 5/34 20 21
www.sonyericsson.de

Handytarife Seite 46–50

1&1
Elgendorfer Str. 57
56410 Montabaur
Tel. 026 02/96 97 06
www.1und1.de

7komma7
communiserve
Kühnehöfe 27a
22761 Hamburg
Tel. 040/39 90 39 02
www.7komma7.de

aetka
Niederfrohnaer Weg 1
09232 Hartmannsdorf
www.aetkasmart.de

Aldi
Medion
Am Zehnthof 77
45307 Essen/Ruhr
Tel. 01 77/11 57
www.medionmobile.de

Base
E-Plus
Edison-Allee 1
14473 Potsdam
Tel. 0180 2/77 60 00
www.base.de

BigSim
FlexiShop
Zimmerweg 16
60325 Frankfurt/Main
Tel. 0180 5/33 53 50
www.bigsim.de

Cosmo Mobile
ethno IQ group
Harffstr. 43
40591 Düsseldorf
Tel. 0180 5/01 18 33
www.cosmo-mobile.de

debitel-light
callmobile
Kieler Str. 131
22769 Hamburg
Tel. 0180 5/80 84 89
www.debitel-light.de

discoplus
b2c.de
Boschetsrieder
Str. 67–69
81379 München
Tel. 0188 09/11 72 23
www.discoplus.de

discotel
siehe discoplus
www.discotel.de

Edeka
Postfach 10 09 54
76263 Ettlingen
Tel. 0180 5/65 56 22
www.edeka-mobil.de

Expressmobil
GTCom
Holzstr. 2
40221 Düsseldorf
Tel. 0180 5/37 79 77
www.express-mobil.de

Fonic
Georg Brauchle Ring 52
80992 München
Tel. 0180 5/88 04 88
www.fonic.de

freenetmobile
klarmobil
Postfach 06 61
24753 Rendsburg
Tel. 0180 5/10 18 10
www.freenetmobile.de

Fyve
ProSiebenSat.1 Digital
Medienallee 6
85774 Unterföhring
Tel. 0180 5/54 30 11
www.fyve.de

Globus Mobil
GTCom
Holzstr. 2
40221 Düsseldorf
Tel. 0180 5/77 77 97
www.globusmobil.de

helloMobil
Drillisch
W.-Röntgen-Str. 1–5
63477 Maintal
Tel. 0180 5/67 83 60
www.hellomobil.de

igge & ko
RBC
Moorfuhrweg 17
22301 Hamburg
Tel. 0180 5/28 84 44
www.iggeundko.de

Kabel Deutschland
Betastr. 6–8
85774 Unterföhring
Tel. 0800/5 88 77 67
www.kabeldeutsch-
land.de

klarmobil
Postfach 06 61
24753 Rendsburg
Tel. 0180 5/19 10 30
www.klarmobil.de

maxim
MS Mobile Services
W.-Röntgen-Str. 3
63477 Maintal
Tel. 0180 5/05 01 25
www.maxim.de

Minutel
Leopoldstr. 16
40211 Düsseldorf
Tel. 0900/1 15 50 00
www.minutel.de

Miptel
ensercom
Freiheitsstr. 61–63
78224 Singen
Tel. 0180 5/28 90 22
www.miptel.de

mobicom-debitel
Hollerstraße 126
24782 Büdelsdorf
Tel. 0180 5/14 04 40 44
www.mobicom-
debitel.de

netzclub
Telefónica
Georg-Brauchle-Ring
23–25
80992 München
Tel. 0180 5/93 93 92
www.netzclub.net

n-tv
GTCom
Holzstr. 2
40221 Düsseldorf
Tel. 0180 5/76 11 76
www.n-tvgo.de

O2
Telefónica
Georg-Brauchle-
Ring 23–25
80992 München
Tel. 0180 2/02 20 11
www.o2online.de

Phonex
Drillisch
W.-Röntgen-Str. 1–5
63477 Maintal
Tel. 061 81/41 23
www.phonex.de

ring
Leopoldstr. 16
40211 Düsseldorf
Tel. 0900/1 14 40 00
www.ring.de

simply
W.-Röntgen-Str. 1–5
63477 Maintal
Tel. 0180 5/82 34 56
www.simplytel.de

SimTim
AnalyticaA
Sonnenstr. 20
80331 München
Tel. 0188 09/11 71 17
www.simtim.de

solomo
Auf der Höhe 6
58730 Fröndenberg
Tel. 0157/1 00 10 10
www.solomo.de

Speech
Vistream
Park der
Partnerstädte 2
44137 Dortmund
Tel. 02 31 8 78 00 60
www.speech.de

surf.Royal
FlexiShop
Zimmerweg 16
60325 Frankfurt/Main
Tel. 0180 5/58 05 01
www.surfroyal.de

T-Mobile
Telekom
Landgrabenweg 151
53227 Bonn
Tel. 0800/3 30 30 00
www.t-mobile.de

Telco/Victorvox
Drillisch
W.-Röntgen-Str. 1–5
63477 Maintal
Tel. 061 81/41 23
www.telco.de

Vodafone
Am Seestern 1
40547 Düsseldorf
Tel. 0800/1 72 12 12
www.vodafone.de

Weltbild
FlexiShop
Zimmerweg 16
60325 Frankfurt/Main
Tel. 0180 5/22 01 03
www.weltbild-mobil.de

wirmobil
WAZ E. Brost &
J. Funke
Friedrichstr. 34–38
45128 Essen, Ruhr
Tel. 02 01/80 40
www.wirmobil.de

Audiorekorder Seite 51–55

Ikey
GTCom
Gerhardstr. 14
80995 München
Tel. 089/31 90 19 80
Fax 089/3 19 01 98 19
www.ikey-audio.com

Olympus
Wendenstr. 14–18
20097 Hamburg
Tel. 040/23 77 30
Fax 040/23 08 17
www.olympus.de

Roland
Oststr. 96
22844 Norderstedt
Tel. 040/5 26 00 90
Fax 040/52 60 09 28
www.rolandmusik.de

Tascam
siehe Teac
www.tascam.de

Teac
Bahnstr. 12
65205 Wiesbaden
Tel. 06 11/7 15 80
Fax 06 11/7 15 83 93
www.teac.eu/de

Yamaha
Siemensstr. 22–34
25462 Rellingen
Tel. 0 41 01/30 33 43
Fax 0 41 01/30 33 33
www.yamaha.de

Zoom
Sound Service
Am Spitzberg 3
15834 Rangsdorf
Tel. 03 37 08/93 30
Fax 03 37 08/93 31 89
www.soundservice.de

Wäschetrockner
Seite 65–69

AEG
Electrolux
Postfach 1036
90327 Nürnberg
Tel. 0 180 5/55 45 55
Fax 09 11/3 23 17 70
www.aeg-electrolux.de

Bauknecht
Postfach 80 08 08
70508 Stuttgart
Tel. 0 180 3/25 23 25
Fax 0 180 3/25 23 26
www.bauknecht.de

Beko
Postfach 1453
63234 Neu-Isenburg
Tel. 06 102/7 18 20
Fax 06 102/7 18 29 22
www.beko-hausgeraete.de

Blomberg
siehe Beko
www.blomberg.de

Bosch
Carl-Wery-Str. 34
81739 München
Tel. 0 89/45 90 00
Fax 0 89/45 90 23 47
www.bosch-home.com/de

Candy
Postfach 10 13 62
40833 Ratingen
Tel. 0 21 02/45 90
Fax 0 21 02/45 95 40
www.candy.de

Electrolux
siehe AEG
www.electrolux.de

LG
Berliner Str. 93
40880 Ratingen
Tel. 0 21 02/7 00 80
Fax 0 21 02/7 00 87 77
www.lg.de

Miele
Carl-Miele-Str. 29
33332 Gütersloh
Tel. 0 52 41/8 90
Fax 0 52 41/89 20 90
www.miele.de

Siemens
Carl-Wery-Str. 34
81739 München
Tel. 0 89/45 90 09
Fax 0 89/45 90 23 47
www.siemens-home.de

Whirlpool
siehe Bauknecht
www.whirlpool.de

Zanker
siehe AEG
www.zanker.de

Zanussi
siehe AEG
www.zanussi.de

Matratzen
Seite 60–64

Badenia
Niederschopfheimer Str. 1
77948 Friesenheim-Oberschopfheim
Tel. 0 78 08/8 90
Fax 0 78 08/8 91 89
www.badenia-bett-comfort.de

Bettenring/dormabell
Echterdingen Str. 115
70794 Filderstadt
Tel. 07 11/70 95 80
Fax 07 11/70 95 81
www.dormabell.de

Breckle/LaPur/My Balance
Postfach 11 63
37141 Northeim
Tel. 0 55 51/6 09 70
Fax 0 55 51/6 09 70
www.breckle.de

Dänisches Bettenlager/Ergomaxx
Stadtweg 2
24976 Handewitt
Tel. 0 46 30/97 53 00
Fax 0 46 30/97 53 49
www.daenischesbettenlager.de

Diamona
Hermann Koch
Daimlerstr. 19
38446 Wolfsburg
Tel. 0 53 61/8 50 20
Fax 0 53 61/5 48 88
www.diamona.de

f.a.n.
frankenstolz schlafkomfort, H. Neumeyer
Postfach 10 06 07
63704 Aschaffenburg
Tel. 0 60 21/70 80
Fax 0 60 21/7 64 79
www.frankenstolz.de

Hukla
Postfach 1284
77718 Gengenbach
Tel. 0 78 03/93 10
Fax 0 78 03/93 14 08
www.hukla.de

Hülsta
Karl-Hüls-Str. 1
48703 Stadtlohn
Tel. 0 25 63/8 60
Fax 0 25 63/86 14 17
www.huelsta.de

Ikea/Sultan
Am Wandersmann 2–4
65719 Hofheim, Ts.
Tel. 0 180 5/35 34 35
Fax 0 180 5/35 34 36
www.ikea.de

Lattoflex
Thomas Sitz- und Liegemöbel
Walkmühlenstr. 93
27432 Bremervörde
Tel. 0 47 61/97 90
Fax 0 47 61/97 91 61
www.lattoflex.com

Maie
Gewerbegebiet 1
19417 Warin
Tel. 0 384 82/63 10
Fax 0 384 82/63 11 20
www.malie-matratzen.de

Matratzen Concord/medical/Vitalis Star
Horbeller Str. 19
50858 Köln
Tel. 0 22 34/9 64 41 00
Fax 0 22 34/9 64 41 11
www.matratzen-concord.de

Metzeler Schaum
Postfach 1653
87686 Memmingen
Tel. 0 83 31/83 00
Fax 0 83 31/83 03 97
www.metzeler-schaum.de

MF0-Matratzen/ProLife
Max-Planck-Str. 1
50189 Elsdorf
Tel. 0 22 74/9 22 90
Fax 0 22 74/9 22 38
www.mfo-matratzen.de

Musterring
Josef Höner
Postfach 20 40
33348 Rheda-Wiedenbrück
Tel. 0 52 42/5 92 01
Fax 0 52 42/5 92 49
www.musterring.de

Panther
Königsallee 106
40215 Düsseldorf
Tel. 0 21 1/4 17 40 36 10
Fax 0 21 1/4 17 40 36 19
www.panther-schlafsysteme.de

Röwa
Rössle & Wanner
Postfach 11 60
72109 Mössingen
Tel. 0 74 73/7 01 20
Fax 0 74 73/27 10 38
www.roewa.de

Ruf
Im Wöhr 1
76437 Rastatt
Tel. 0 72 22/50 70
Fax 0 72 22/50 72 07
www.ruf-betten.de

Schlaraffia
Recticel Schlafkomfort
Schlaraffiastr. 1–10
44867 Bochum
Tel. 0 23 27/32 50
Fax 0 23 27/32 52 08
www.schlaraffia.de

Damen-Alpinski
Seite 74–78

Atomic
Lackengasse 301
5541 Altenmark
Österreich
Tel. 00 43/64 52/39 00 00
Fax 00 43/64 52/39 01 20
www.atomicsnow.com

Blizzard
Lowa
Hauptstr. 19
85305 Jetzendorf
Tel. 0 81 37/99 90
Fax 0 81 37/99 92 10
www.blizzard-ski.de

Dynastar
Skis Dynastar SAS
Zielstattstr. 11
81379 München
Tel. 0 89/74 80 86 90
Fax 0 89/74 80 86 99
www.dynastar.com

Elan
Aschheimer Str. 13
85622 Feldkirchen
Tel. 0 89/4 27 17 60
Fax 0 89/4 27 17 66
www.elanskis.com

Fischer
Fischer+Löffler
Donauweg 1
94034 Passau
Tel. 0 800/0 83 38 11
Fax 0 800/0 83 38 13
www.fischer-ski.com

Head
Velaskostr. 8
85622 Feldkirchen
Tel. 0 89/9 09 99 50
Fax 0 89/9 09 99 55
www.head.com

K2
K2 Ski Sports Europe
Seeshaupter Str. 60
82377 Penzberg
Tel. 0 88 56/90 10
Fax 0 88 56/90 11 01
www.k2sports.com

Nordica
siehe Blizzard
www.nordica.com

Rossignol
Zielstattstr. 11
81379 München
Tel. 0 89/7 24 48 50
Fax 0 89/7 24 48 51 85
www.rossignol.com

Salomon
Geigelsteinstr. 10
83080 Oberaudorf
Tel. 0 800/07 25 66 66
Fax 0 80 33/30 51 99
www.salomon.com

Völkl
Marker Dalbello
Völklski
Europaring 8
94315 Straubing
Tel. 0 94 21/32 00
Fax 0 94 21/32 01 86
www.voelkl.com



Herausgeber und Verlag

Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin,
Postfach 30 41 41, 10724 Berlin.
Telefon: 0 30/26 31-0, Telefax: 0 30/26 31 27 27
Internet: www.test.de
Postbank Berlin, Konto: 306 02 100/BLZ 100 100 10

Verwaltungsrat

Prof. Dr. Karl-Heinz Fezer (Vorsitzender), Volker Angres, Gerd Billen, Prof. Dr. Manfred Hennecke, Dr. Günter Mächler, Prof. Dr. Andreas Oehler, Prof. Dr. Lucia Reisch

Kuratorium

Dr. Günter Hörmann (Vorsitzender), Dr. Thomas Förster, Christoph Hahn, Dr. Sven Hallscheidt, Dr. Jutta Harre, Prof. Dr. Heinrich Heidt, Wolfgang Hellhake, Dr. Markus Hild, Prof. Dr. Herbert Kubicek, Sigrid Lewe-Esch, Dr. Stefanie Märzheuser, Dr. Klaus Mayer, Klaus Müller, Prof. Dr. Friedrich Wilhelm Schwartz, Prof. Dr. Achim Stiebing, Cornelia Tausch, Dr. Ralph Walther, Prof. Dr. Reiner Wittkowski

Vorstand

Dr. Werner Brinkmann
Hubertus Primus (Bereichsleiter Publikationen)

Weiteres Mitglied der Geschäftsleitung

Untersuchungen

Dr. Holger Brackemann (Bereichsleiter)
Preiserhebungen: Manfred Groß; Prüfmustereinkauf: Dirk Weinberg
Internationales Sekretariat: Dr. Heinz Willnat

Verifikation

Sibylle Bürgel, Claudia Gaca, Susanne Neunzerling, Hartmut Schäfer
Jürgen Nadler (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleiter: Dr. Markus Bautsch, Jenny Braune, Dr. Dirk Lorenz, Marcus Pritsch, Dr. Bernd Schwenke, Simone Vintz, Dr. Kirstin Wohlfart; Marktanalyse und Projektassistenz: Heike Clemens, Thomas Grund, Lutz Konzag, Danielle Leven
Henning Withöft (Journalistischer Leiter); Redakteure: Ronald Dammschneider, Peter Knaak, Stephan Scherfenberg, Michael Wolf

Multimedia

Elke Gehrke (Wissenschaftliche Leiterin); Projektleiter: Hans-Peter Brix, Christiane Böttcher-Tiedemann, Renate Ehrnsperger, Dr. Konrad Giersdorf, Henry Görlietz, Martin Hofmann, Dr. Dagmar Saurbier, Anke Scheiber, Dr. Peter Schick, Jörg Siebolds; Marktanalyse und Projektassistenz: Ingo Bengelsdorf, Toralf Hainisch, Wolfgang Lerch, Simone Lindemann, Yvonne Sanguinette, Michael Vogt
Lothar Beckmann (Journalistischer Leiter); Redakteure: Brigitte Kluth-Kosnik, Michael Koswig, Cecilia Meusel, Thomas Müller, Falk J. Murko, Herbert Noll, Jürgen Tewes

Haus, Energie, Freizeit und Verkehr

Ernährung, Kosmetik und Gesundheit

Dr. Ursula Loggen (Wissenschaftliche Leiterin); Projektleiter: Katrin Andruschow, Dr. Heike Dieckmann, Dr. Birgit Luther, Sabine Melz, Christiane Nientimp, Dr. Birgit Rehlinger, Janine Schlenker, Dr. Gunnar Schwan, Dr. Jochen Wettsch; Marktanalyse und Projektassistenz: Michaela Backhus, Julia Leise, Harry Mallok, Anngret Plock, Nada Quenzel, Gabriele Scheefe
Isabella Eigner (Journalistische Leiterin); Redakteure: Ina Bockholt-Lippe, Ursula Falkenstein, Ursula Lüders, Nicole Merbach, Dr. Bettina Sauer, Swantje Waterstraat

Weiterbildung

Dr. Michael Cordes (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleiter: Dr. Anett Brauner, Sandra Baumert, Alfred Töpfer; Verifikation: Andrea Goldenbaum; Marktanalyse und Projektassistenz: Benjamin Barkmeyer, Johanna Keske-Fouda, Andrea Kiesner
Nina Gerstenberg (Journalistische Leiterin); Redakteure: Christina Engel, Alrun Jappe
Jens-Peter Liedtke (Bereichsleiter); Vertrieb Zeitschriften: Frank Beich (Ltg.); ZENIT Pressevertrieb GmbH, Julius-Hölder-Straße 47, 70597 Stuttgart, Tel. 07 11/7 25 21 90, Fax 07 11/7 25 23 40
Heike van Laak (Leiterin), Ute Bränzel, Bettina Dingler, Petra Rothbart

Marketing, Leserservice und Vertrieb

Presse

Redaktion test

Hubertus Primus (verantwortlich)

Stellvertretender Chefredakteur

Peter Gurr

Textchefin

Marina Pauly

Redaktionsassistentin

Britta Ossig-Moll

Grafik

Nina Mascher (Art Direction), Susanna Donau, Katja Späth, Beate Theibl, Susann Unger

Bildredaktion

Kerstin Babrikowski, Margrit Porzelt, Gabriele Theune

Produktion

Catrin Knaak, Martin Schmidt, Yuen Men Cheung

Produktfotos

Ralph Kaiser

Verlagsherstellung

Rita Brosius (Leitung), Susanne Beeh

Weitere Mitarbeiter dieser Ausgabe

Kerstin Backofen, Ruth Bohnenkamp, Michael Bruns, Lena Elster, Lena Kampfrolf, Theodor Pischke, Kirsten Schiekiera, Christian Schlüter, Jan Schrader, Michael Sittig, Volker Wartmann, Simone Weidner

Litho

tiff.any GmbH Berlin

Druck

umschlag: KonradinHeckel Nürnberg; Bestellkarte: Offsetdruck Nürnberg;

Abonnement

Innenenteil: PRINOVIS Nürnberg
Jahresabonnement Inland: 47,50 Euro (inklusive gesetzlicher MwSt. und Versandkosten); Jahresabonnement Ausland: Euro-Länder 47,50 Euro, Schweiz 87,60 sfr., andere Länder 53,50 Euro
Preis für das Einzelheft: 4,50 Euro (inklusive gesetzlicher MwSt.)
Auslandspreis für das Einzelheft: 4,50 Euro/8,50 sfr (bei Postzustellung zuzüglich Porto)

ISSN

0040–3946

Bildnachweis

Titel: Apple; Stiftung Warentest

Rücktitel: Gastroback; Falk; Stiftung Warentest/M. Haase

Editorial: Dominik Butzmann

Fotos: Ralph Kaiser; Michael Haase; H. Thost; Motorola (S. 5 Bildmontage, S. 37); Samsung (S. 35); Liebherr; Samsung; Miele (S. 71)

Infografiken: Kati Hammling/www.ktgrafix.de

Rechte: Alle in test veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Das gilt auch gegenüber Datenbanken und ähnlichen Einrichtungen. Die Reproduktion – ganz oder in Teilen – durch Nachdruck, fototechnische Vervielfältigung oder andere Verfahren – auch Auszüge, Bearbeitungen sowie Abbildungen – oder die Übertragung in eine von Maschinen, insbesondere Datenverarbeitungsanlagen verwendbare Sprache oder die Einspeisung in elektronische Systeme bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags. Alle übrigen Rechte bleiben vorbehalten.

Tarife der Servicenummern

Die Preise gelten für Anrufe aus dem deutschen Festnetz. Die Kosten aus dem Mobilfunknetz dürfen 42 Cent pro Minute oder 60 Cent pro Anruf nicht überschreiten.

0800 Kostenfrei.

01801 3,9 Cent/Min.

01802 6,0 Cent/Anruf.

01803 9,0 Cent/Min.

01805 14 Cent/Min.

01809 49 Cent/Min.

09001 Hier können Kosten von 49 bis 124 Cent/Min. entstehen.