



profil

LEBENSSTIL

EXTRA ■ SCHÖNER TREND – DIE ZUKUNFT IST BESSER ALS IHR RUF

Was der Wandel bringt

Warum wir uns auf 2030 auch mal freuen dürfen – und wie das gelingt

Was uns bewegt

Wenn Autos zu Wohnzimmern werden und Reisen individuell

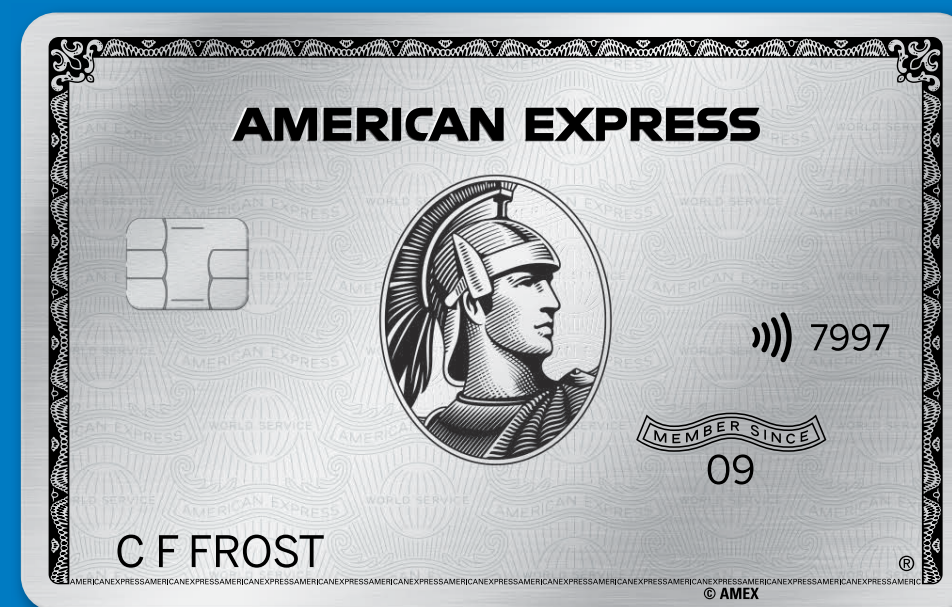
Was wir morgen essen

Wie alternative Proteine, Nostalgiesehnsucht und Functional Food unsere Ernährung verändern

Nimm die Welle, statt davon zu träumen.

Erlebe Amex. Mit echten Reisevorteilen, die zu dir passen.

amex.at/platinum-erleben



Es gelten Bedingungen.



Foto
Michael Schmidt-Ott

Die Welt wandelt sich rasant. Doch das heißt nicht, dass wir nicht mitgestalten können, wie unser Leben heute, morgen und in Zukunft aussieht.

Alexander Lisetz & Daniela Schuster Redaktion

Editorial

Bleiben wir neugierig!

Wenn es einen Trend gibt, bei dem Österreich ganz vorne mitmisch, ist es Zukunftspessimismus: In der letzten End-of-year-Umfrage von Gallup International blickten nur zwei von 60 Ländern besorgter auf das Morgen als Österreich. Das ist schade, weil Zukunft etwas ist, das wir selbst formen und gestalten können. Wie unser Leben 2030 oder 2050 aussehen wird, kann jeder von uns mitbeeinflussen.

Außerdem gibt es durchaus Trends, die uns schon heute verraten, was uns die kommenden Jahre in Sachen Gesundheit, Reise, Mobilität oder auch Ernährung bringen werden: viel Positives nämlich. Es wäre schlau, sich schon jetzt dafür in Stellung zu bringen. „Es kommt nicht darauf an, die Zukunft vorauszusagen, sondern darauf, auf die Zukunft vorbereitet zu sein“, sagte kein Motivations-Speaker im TED-Talk. Sondern der antike Staatsmann Perikles (etwa 490–429 v. Chr.) vor rund 2.500 Jahren. Weil es im alten Athen noch keine Trendforscher:innen gab, haben wir ihm gegenüber einen deutlichen

Startvorteil: Er hätte sich unsere Gegenwart wohl nicht ausmalen können. Wir aber sind heute in der Lage, uns ziemlich solide auf jene technologischen und gesellschaftlichen Strömungen einzustellen, die ziemlich sicher unsere Zukunft prägen werden. Und zwar nicht pessimistisch wie der gelehrte Österreicher, der im Morgen nur Risiken und Gefahren sieht. Sondern mit Neugier, Kompetenz, Elan, Gestaltungsfreude – und dem optimistischen Ziel, unserem Zukunfts-Ich ein möglichst gesundes und erfülltes Leben zu ermöglichen.

Die junge Generation hat diese Einstellung wohl schon verinnerlicht. In der aktuellen „Lebenswelten“-Jugendstudie der Pädagogischen Hochschulen blickten die 14- bis 18-Jährigen zwar skeptisch auf die gesellschaftliche Gesamtsituation. Ihre persönliche Zukunft schätzten aber 88 Prozent als positiv oder eher positiv ein. Machen wir's doch genau so – und blicken wir neugierig und positiv nach vorne!

Ihre profil Extra Redaktion



BIOGENA



AKTIONÄR WERDEN

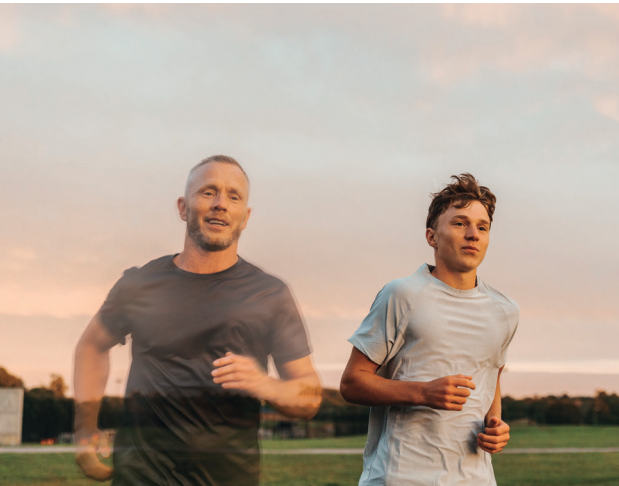
**ZEICHNUNGSZEITRAUM: 10.06. BIS
VORAUSSICHTLICH 22.07.2026**

**JETZT AKTIEN
ZEICHNEN**



[BIOGENA.COM/AKTIE](https://biogena.com/aktie)

Diese Mitteilung ist eine Werbung. Die Entscheidung zur Investition sollte ausschließlich auf Basis des veröffentlichten Prospekts erfolgen. Der vollständige Prospekt ist unter biogena.com/aktie abrufbar. Um die potenziellen Risiken und Chancen einer Anlageentscheidung in die Wertpapiere vollends zu verstehen, sollte diese Entscheidung erst nach Durchlesen des gesamten Prospektes getroffen werden. Die Billigung des Prospekts durch die österreichische Finanzmarktaufsichtsbehörde ist nicht als Befürwortung der angebotenen oder zum Handel an einem geregelten Markt zugelassenen Wertpapiere zu verstehen. Eine Investition in Aktien ist mit Risiken verbunden und kann bis zum vollständigen Verlust des eingesetzten Kapitals führen.



14

Was uns bewegt.
Von Astro-Travel in der marokkanischen Wüste bis zum Set-Jetting an Film- und Serienschauplätze: die Reisetrends der kommenden Jahre.

22

Gesundheit als Ressource.
Wie wir für unser Zukunfts-Ich am besten vorsorgen können.



Cover: Getty Images | Fotos: Getty Images (2)

profil Extra Inhalt Lebensstil

8

„Wir brauchen mehr Komplexitätskompetenz“
Das Heute und erst recht das Morgen sind hyperkomplex. Doch Zeiten des Wandels bieten Möglichkeiten, sagt Zukunftsforscher Harry Gatterer.

12

Steuer-Oasen
Wie sich Autos vom praktischen Transportmittel zum komfortablen Lebensraum wandeln.

14

Reiseroute? Immer dem Trend nach
Welche gesellschaftlichen, ökologischen und ökonomischen Entwicklungen uns heute und in Zukunft (um die Welt) bewegen.

20

KI statt Therapie
Immer mehr Menschen suchen psychologische Hilfe bei ChatGPT und Co. Gut oder gefährlich? Beides, findet Psychotherapeut Paolo Raile.

22

Vorsorgen fürs Zukunfts-Ich
Gesundheit ist kein Schicksal mehr – sondern ein Kapital, das wir selbst managen können. Fünf Tipps fürs unbeschwertere Älterwerden.

26

Klar zur Proteinwende?
Klimawandel, Bevölkerungswachstum und begrenzte Ressourcen rücken die Suche nach nachhaltigen, gesunden Ernährungslösungen in den Fokus. Eine mögliche Antwort? Alternative Proteine, sagt New-Food-Expertin Simone Poppe.

32

Was gibt's zum Essen?
Zwei Food-Trends bestimmen die nächsten Jahre: Maxxing und Newstalgia. Während der erste auf funktionelle Lebensmittel setzt, bedient der zweite die Sehnsucht nach der guten alten Zeit.

IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN
Mag. Anna Thalhammer

MEDIENINHABER
Profil Redaktion GmbH

GESCHÄFTSFÜHRUNG
**Mag. Richard Grasl
Martin Kneschaurek
Alexandra Reisinger-Supper**

VERLAGSLEITUNG
Helmuth Kittinger

MARKETING LEITUNG
Daniela Sonn

IN ZUSAMMENARBEIT MIT
**Marble House GmbH
Abteilung Corporate Publishing**

REDAKTION
**Daniela Schuster
Alexander Lisetz
Barbara Gärtner (Lektorat)**

ARTDIREKTION & COVERGESTALTUNG
Christin Küinig

ANSCHRIFT
**Leopold-Ungar-Platz 1
1190 Wien
Tel: +43 (0)5/9030-22501
Email: redaktion@profil.at**

HERSTELLUNG
**Walstead Leykam Druck GmbH
Bickfordstraße 21
A-7201 Neudorf**

Der Offenlegungstext
gem. § 25MedG ist unter
www.profil.at/impresum
abrufbar.



Herta S.
86 Jahre | Zeitzeugin

„Es waren immer Tage des Glücks, wenn ein CARE-Paket kam.“



Spenden Sie auf care.at



GR. WT. 10 LBS.

.813 CU. FT.

CARE

2-10E

TRADE MARK REGISTERED UNITED STATES PATENT OFFICE



„Wir brauchen mehr Komplexitätskompetenz“

Klimakrise, Kriege, KI-Angst – der Blick aufs Morgen ist von Sorge statt Zuversicht geprägt. Für viele Lebensstil-Typen sind solch hyperkomplexe Zeiten eine Herausforderung. Sie bietet aber auch Möglichkeiten der Mitgestaltung, sagt Zukunftsforscher Harry Gatterer.

Vorwärtsmacher

Unter den 18 Lebensstil-Typen, die das Zukunftsinstitut identifiziert hat, ist der Vorwärtsmacher der Gestalter der Zukunft: Als Führungspersönlichkeit von morgen treibt er mit enormem Durchsetzungswillen, sozialer Kompetenz und einer gleichzeitig spielerischen Leichtigkeit den Wandel der Gesellschaft voran.

Gruppengröße: 10,9 Prozent der Gesamtbevölkerung

Schlüsselwerte: Selbstverwirklichung, Gesellschaftliches Engagement, Erfolg, Gesundheit

profil Extra: Krisen und Konflikte gab es schon immer. Wandel durch neue Technologien auch. Was ist es genau, was der Zukunft heute einen so schweren Stand beschert?

GATTERER: Zum einen ist die Geschwindigkeit des Wandels beispiellos. Wir haben durch die technologische Umgebung, die wir uns gebaut haben, zudem eine unfassbare Informationsdichte, mit der wir uns beschäftigen (müssen) und die uns nicht loslässt, egal wo wir hingehen. Die Informationen lassen sich auch kaum mehr filtern, weil die Design- und Darstellungsformen all dieser Infos ähnlich hochwertig sind – egal, ob man nun die Nachrichten anschaut, ein Fortbildungsvideo sieht oder online ein Hotel sucht. Unsere Wahrnehmungsfähigkeit ist dadurch an ihre Grenzen geraten. Es fehlt an klaren Kontenprofilen, anhand derer wir differenzieren können. Im Digitalen gibt es auch keinen Anfang und kein Ende. Wenn wir aber alles gewissermaßen gleichzeitig mitbekommen, können wir es nicht mehr ordnen. Trump, KI und Co – was davon ist jetzt Zukunft? Was davon ist für mich persönlich relevant? Die Menschen wissen einfach gar nicht mehr, woran sie denken sollen, wenn es ums Morgen geht. Deswegen fällt es ihnen auch schwer, Hoffnung zu haben oder Freude zu empfinden, wenn sie an die Zukunft denken.

Interview
Daniela Schuster

Illustrationen
Andreas Gaertner &
Martin Markes via
Zukunftsinstitut

Foto
MagWolfSteiner

Diese Komplexität (be)trifft uns privat, aber vor allem auch beruflich ...

GATTERER: Beruflich ist die Zukunft ja noch bedeutender. Denn im beruflichen Kontext ist die Zukunft sozusagen eine Pflichtübung, weil man jeden Tag Entscheidungen treffen muss. Und diese Entscheidungen bedingen, dass man ein Bild davon hat, was man eigentlich entscheidet und auf welche Zukunft hin. Im Privaten gibt es natürlich auch signifikante Stationen im Leben, wo die Zukunft eine Rolle spielt – aber zum Glück nicht täglich. Das ist auch eine der wesentlichen Antworten, die wir uns geben müssen: Wann ist Zukunft für uns eigentlich relevant und wann nicht so sehr.

Macht die zunehmende Komplexität das Leben also komplizierter?

GATTERER: Durch neue Technologien werden die Anforderungen an den Einzelnen in jedem Bereich immer höher. Es tauchen ständig Dinge auf, mit denen man nicht gerechnet hat. Es gilt, die Welt und Zusammenhänge neu zu lernen und zu verstehen. Das lässt manches vielleicht kompliziert erscheinen. Komplex und kompliziert darf man aber nicht verwechseln. Komplizierte Strukturen kann man wieder abschaffen, sobald man sie erkannt hat. Komplexität aber bleibt, egal wie sehr wir versuchen, sie zu reduzieren.



ZUR PERSON

Harry Gatterer (52) ist Trend- und Zukunftsforscher. Als CEO des Zukunftsinstituts mit Sitz in Wien und Frankfurt am Main berät er u.a. Konzerne, politische Entscheider:innen und Organisationen, wie sie Wandel aktiv gestalten können.



Multi Performer

Menschen wie der Multi Performer sind zielstrebige Karrieristen, die mit Leistung argumentieren und technische Mittel zur Optimierung von Beruf und Alltag nutzen. Ihnen ist es wichtig, im Leben etwas zu erreichen, mit dem sie sich sehen lassen können.

Gruppengröße: 12,7 Prozent der Gesamtbevölkerung

Schlüsselwerte: Erfolg, Selbstverwirklichung, Gesundheit

Brauchen wir künftig also einfach mehr „Komplexitätskompetenz“?

GATTERER: So könnte man es ausdrücken. Die Welt tendiert zur Komplexität. Der souveräne Umgang damit ist – neben der Lern- und Adaptionsfähigkeit – sicher eine der Top-Zukunftskompetenzen, um aus dem Zuviel jene Schlüsse zu ziehen, die privat wie beruflich tragfähig sind.

Wie kann man diese Zukunftskompetenz entwickeln?

GATTERER: Eigentlich ist der Umgang mit Komplexität nichts Neues. Das Sozialgefüge, unser Körper, der Verkehr – alles ist komplex, und wir gehen damit relativ selbstverständlich um. Für den Rest können wir das lernen. Das bedingt zum Beispiel, dass wir uns einer anderen Form von Mustererkennung bedienen, um Zusammenhänge zu verstehen. Lineares Denken nutzt nichts in einer komplexen Welt, in der man immer mehr nicht gesehen hat als gesehen. Es hilft auch, Tempo rauszunehmen. Es braucht Geduld, um sich in einer höheren Komplexität zu bewegen. Ein gangbarer Weg ist zum Beispiel „digital detox“ im Privaten, um die Wahrnehmungsfähigkeit zu trainieren. Dann kann man auch wieder besser unterscheiden,

welche Meldungen tatsächlich Relevanz haben. Trainiert man das nicht, ist alles gleich wichtig. Man ist in der Geschwindigkeit des Wandels gefangen.

Die Welt draußen wird sich dennoch immer weiterdrehen ...

GATTERER: Wenn wir etwas über das Wesen von komplexen Systemen wissen, dann das, dass es immer Phasen gibt. Wir sind jetzt einfach in einer unfassbaren Entwicklungsphase der Technologie. Das ist ein Schub, der auch wieder enden wird. Und wir Menschen haben eines immer wieder bewiesen: dass wir lernen können. Also werden wir auch lernen, mit dieser neuen Technologie umzugehen und mit ihr richtig zu interagieren. Es wird aber so sein, das ist der spooky part, dass diese Technologie ein bisschen mehr wie ein Lebewesen ist als wie ein Tool. Aber wir werden uns da auch wieder zurechtfinden. Es ist wirklich eine Phase.

Noch sind wir mittendrin in der Phase. Wie geht man am besten mit ihr um?

GATTERER: Ich glaube, das, was man jetzt tun kann, ist: loslassen. Natürlich wird vieles in Frage gestellt, an was wir uns gewöhnt haben, was wir vielleicht für richtig oder wichtig erachtet haben. Aber gleichzeitig kann man sich eben auch darauf einstellen, dass wir nicht untergehen und die Superintelligenz übernimmt. Wir werden damit wieder klarkommen.

Beim Klarkommen würde der ordnende Blick des Zukunftsforschers helfen. Welche Megatrends werden künftig eine ▶

Moderner Nomade

Der Moderne Nomade lebt unabhängig vom geografischen Ort im permanenten Unterwegs, fühlt sich auf der ganzen Welt zuhause und legt eine offene und neugierige Geisteshaltung an den Tag. Er ist jederzeit offen für neue Erfahrungen und Begegnungen, denn er sieht sich als ungebunden und ohne Vorurteile.



Gruppengröße:
4,9 Prozent der Gesamtbevölkerung

Schlüsselworte: Gesundheit, Selbstverwirklichung, Soziale Bindungen

Sicherheit ist ein weiterer Megatrend, der mehr Bedeutung gewinnen wird.

GATTERER: Sicherheit hat viele Dimensionen im Moment. Ganz vorne: Cyber Security. Denn die Systeme, in denen wir uns im Moment technologisch bewegen, sind nicht gebaut für den KI-Ansturm. Da werden sich immer wieder Lücken auftun. Für Unternehmen, aber auch für Privatpersonen. Unser Verhalten im Umgang mit Daten wird sich massiv verändern müssen. Und das zweite ist, dass wir eine höhere Bedeutung von Kompetenz- und Sicherheitsfragen in fast allen Bereichen unseres Lebens erleben werden – von politischen Sicherheitsfragen bis hin zu den Folgen des Klimawandels, der etwa zu mehr Bränden führt. Sicherheit wird uns zunehmend beschäftigen und Teil unserer Alltagsüberlegungen sein – bis hin zu Ernährungs- und Gesundheitsfragen.

Womit wir beim Megatrend Gesundheit wären ...

GATTERER: Auch dieser Trend wird in den nächsten Jahren sehr prägend sein im Alltag. Etwa in Form von Longevity. Unsere Lebenserwartung, schon jetzt hoch, soll weiter steigen. Die Leute im Silicon Valley glauben sogar an Unsterblichkeit. Das ist meines Erachtens nur ein Traum. Nichtsdestotrotz ist Gesundheit bis ins hohe Alter ein Anspruch, der in der Gesellschaft wächst. Und wir können unsere Gesundheit ja auch tatsächlich immer mehr tracken und beeinflussen. Hier hat die Technologie wahnsinnig viel Beitrag geleistet – bis hin zu Predictive Analytics.

Neben Megatrends hat das Zukunftsinstitut auch 18 datenge-

Forever Youngster

Der Forever Youngster sieht Gesundheit nicht nur als erstrebenswerten Zustand, sondern als Lebensziel und Lebenssinn – er investiert viel in die permanente Optimierung von Körper und Geist.



Gibt es denn auch so etwas wie einen „idealen“ Lebens-

Gruppengröße:
9,7 Prozent der Gesamtbevölkerung

Schlüsselworte: Gesundheit, Selbstverwirklichung, Soziale Bindungen

stützte, geschlechts- und altersungebundene Lebensstil-Typen identifiziert, um gesellschaftliche Entwicklungen zu verbildlichen. An welchen Typen wird der derzeitige Wandel besonders deutlich?

GATTERER: Was uns bewegt, sind die Sehnsucht nach Eskapismus, die Notwendigkeit hochgradiger Stressbewältigung, der Anspruch auf ein langes, gesundes Leben, ein kluger Umgang mit Work-Life-Balancen und das Thema, unterwegs zu sein und Erfahrungen zu sammeln. Als Indikator-Lebensstile, an denen man sich orientieren kann, würde ich daher zum einen die Forever Youngsters nennen. In Zeiten des deutlich spürbaren demografischen Wandels verkörpern sie die Idee des Jung-Alt-Seins. Vom Staubsaugerroboter bis zur Health-Tracking-App: Mit technologischer Unterstützung organisieren sie ihr Leben. Als Zweite würde ich die Multi-Performer nennen. Sie sind in einer Lebensphase, wo sie Beruf, Familie, Freizeit unter einen Hut bringen müssen. Ihr sowieso schon hoher Stresslevel und Koordinierungsbedarf wird in den nächsten Jahren noch eher raufgehen. Trotz oder gerade durch KI oder Multi-Agents. Denn auch 2030 wird unser Alltag noch nicht lückenlos hochautomatisiert sein. Nummer drei: die Neo-Hippies. Ihre Sehnsucht nach Eskapismus, Leben-im-Moment und Wir-Erfahrungen wird auch weitere Teile der Gesellschaft erfassen in einer hochtechnologisierten Welt. Und viertens: die modernen Nomaden. Dieser Lebensstil inklusive remote work wird natürlich durch Technologie massiv unterstützt.

Neo-Hippie

Der Neo-Hippie lebt im Zeitalter der Individualisierung ein neues Bewusstsein für Gemeinschaft als identitätsstiftende Kraft und treibt die Sharing- und Event-Kultur voran. Er ist der Meinung, dass Menschen viel mehr Zeit in der Gemeinschaft verbringen und zusammen Spaß haben sollten, denn nur so entstehen die großartigen Erinnerungen, die das Leben ausmachen.



Gruppengröße: 17,8 Prozent der Gesamtbevölkerung

Schlüsselworte: Gesundheit, Selbstverwirklichung, Soziale Bindungen

stil-Typus für die komplexe Zukunft, die auf uns wartet?

GATTERER: Wenn man das jetzt auch ein bisschen aus einem Wunschscenario heraus betrachtet, vielleicht den Vorwärtsmacher. Er gestaltet die Zukunft mit statt nur auf sie zu warten. Er macht die Komplexität nicht zum Problem, sondern sieht die Möglichkeiten, den Gestaltungsraum. Und ja, natürlich braucht es eine gewisse Pioniermentalität und visionäre Kraft. Aber das Zentrale an diesem Lebensstil ist das Machen, das pragmatische Umgehen mit dem, was einen umgibt. Also diese Zukunft, die hat viel mehr mit

uns zu tun, als wir glauben. Da ist viel mehr gestalterisches Momentum drin, als uns heute bewusst ist. Und das wäre jetzt so meine Hoffnung für 2030, dass das flächendeckender klar wird, damit wir von der Ohnmacht in die Selbstwirksamkeit gehen können. Man kann das nicht prognostizieren, aber es ist im Bereich des Möglichen. Weil dieser Stress, den wir heute erleben, ja auch dazu führen wird, dass Menschen wieder aktiver etwas tun und neue Wege suchen.

Was wird uns und womit wird uns 2030 vielleicht positiv überraschen?

GATTERER: Ich glaube, 2030 wird uns damit überraschen, dass wir ein paar jener Konflikte und Krisen wieder los sind, die uns heute so stressen – etwa geopolitische. Ich denke, es wird uns auffallen, dass viele Ängste und Sorgen, die wir uns heute machen über diese ganzen technologischen Entwicklungen und multiplen Krisen, gar nicht so nötig waren. Und uns wird überraschen, dass die Welt noch immer steht und wir einfach weiterhin unser Glaserl Wein trinken im Lokal ums Eck. ■

ALTERNATIVE MUSIC WM

SO ANDERS WIE DU!

JETZT REINHÖREN!

PIRATE RADIO

TAME IMPALA, DIE ÄRZTE, IDLES, MOLOTOV, DAFT PUNK, FRANZ FERDINAND, SOFI TUKKER, DUBIOZA KOLLEKTIV, THE HIVES

QR code



Steuer-Oasen

Autonomes Fahren, Elektromobilität und Car-to-Car-Kommunikation verändern nicht nur den Straßenverkehr, sondern auch das Autodesign. 140 Jahre lang praktisches Transportmittel, werden Fahrzeuge nun zum Lebensraum auf vier Rädern, zeigen Studien und Trendforschung.

Text
Daniela Schuster

Die Automobilausstellung in Peking gilt als größte Fahrzeugmesse der Welt. Ende April war es wieder soweit. Auf 380.000 Quadratmetern wurden fast 1.500 Modelle gezeigt. Eine Herausforderung für die Hersteller. Denn wer herausstechen wollte, musste den über 800.000 Besucher:innen schon etwas bieten. Nicht wenige Unternehmen zeigten deshalb Konzeptfahrzeuge und Vision Cars, um revolutionäres Design und innovative Technologien zu präsentieren. Von schwebenden Windschutzscheiben (Buick Electra Zenith) bis hin zum Mini-Fluggerät auf der Ladefläche (GAC Montx P10) war alles dabei.

Neue Rahmenbedingungen

Natürlich dienen solche Einzelstücke vor allem als Experimentierfeld für Ingenieure und Designerinnen, um Zukunftsvisionen jenseits von Produktionszwängen, Budgets und (bisher) nötigen Sicherheitsfeatures greifbar zu machen. Doch in Summe lassen sie bereits erahnen, dass das Zeitalter des autonomen Fahrens, der E-Mobilität und der unfallverhütenden Car-to-Car-Kommunikation vieles grundlegend verändert – nicht zuletzt auch den Innenraum der Autos. Das starre Cockpit-Layout? Ist Geschichte. Bedienelemente für die Fah-

◀ **Abgefahren.** Das Interesse an den neuen Ideen der Fahrzeughersteller war in Peking groß. Bereits 2025 präsentierte Mercedes-Benz in Shanghai das Showcar Vision V. Der Innenraum des E-Vans wurde zur Private Lounge – mit schneeweißem Nappalederimitat, ausfahrbarem 65-Zoll-Screen, Surround-Soundsystem und sieben Projektoren.

rer:innen verschwinden. Und flache Fahrzeugböden statt Mittelunnel erlauben es, die Fahrgastzelle ohne mechanische Einschränkungen neu zu denken. Materialien werden weicher, wohnlicher. Holz, Stoffe und Licht ersetzen die technisch-kühle Funktionsästhetik. So verwandelt sich etwa der elektrische Minivan Ocean-V von BYD auf Knopfdruck in eine Lounge, inklusive ausfahrbarer Leinwand – Kinofahrer:innen verschwinden. Und flache Fahrzeugböden statt Mittelunnel erlauben es, die Fahrgastzelle ohne mechanische Einschränkungen neu zu denken. Materialien werden weicher, wohnlicher. Holz, Stoffe und Licht ersetzen die technisch-kühle Funktionsästhetik. So verwandelt sich etwa der elektrische Minivan Ocean-V von BYD auf Knopfdruck in eine Lounge, inklusive ausfahrbarer Leinwand – Kinofahrer:innen verschwinden.

Es ist eine klare Verschiebung der Designlogik: Weg von der Fahrt von A nach B, hin zum „Leben im Fahrzeug“. Damit wachsen Autos über ihre Rolle als Transportmittel hinaus, sagt Zukunftsforscher Alexander Mankowsky. „Sie werden zur Architektur, zum Third Place“ – also zu einem zusätzlichen Ort zwischen zuhause und Arbeitsplatz, zwischen Supermarkt und Fitnessstudio. „Und nicht mehr die Fahrer:innen stehen im Zentrum, sondern die Nutzer:innen.“

Innenraum 2.0

Diese Gemengelage stellt die Designer:innen vor neue Aufgaben: Es gilt ein Objekt neu zu erfinden, das über ein Jahrhundert lang um eine einzige Tätigkeit herum gebaut war: Fahren. Künftig verschiebt sich der Fokus immer mehr von Kontrolle zu Komfort. Leider ist der Mensch kein idealer Passagier. Wer nicht selbst fährt, ist anfälliger für Motion Sickness. Insbesondere jene, die nicht nach vorne ausgerichtet sitzen, die lesen oder auf Displays schauen, reagieren oft mit Übelkeit. Genau das könnte die freie Innenraumgestaltung

massiv einschränken. Lösungen reichen von Lichtsystemen zur Stimulation des peripheren Sehens bis hin zu Sitzen, die den Kopf stabilisieren. Am wichtigsten wird jedoch die Fahrweise selbst sein: Sanfte, gleichmäßige Bewegungen sollen Reisekrankheit minimieren.

Zudem sind Nutzer:innen oft konservativer und weniger veränderungsfreudig als die Entwerfer:innen. Noch beschränken sich die meisten Designs, die tatsächlich auf den Markt kommen, auf drehbare Sitzkonzepte und modulare „Möbel“, die den Innenraum zwar flexibler machen, aber noch lange nicht zum Wohnzimmer oder gar mobilen Arbeitsraum. Bisherige autonom fahrende Einheiten gleichen auch eher Zugabteilen. Und ein Großteil der heutigen Fahrzeugarchitektur – ein Produkt von Sicherheitsanforderungen wie Knautschzonen, verstärkten Fahrgastzellen, Airbags und dicken A-Säulen – wird wohl ebenfalls noch eine Weile erhalten bleiben. Auch wenn Sicherheitsfeatures objektiv vielleicht zurückgefahren werden könnten, so tragen sie subjektiv doch zum Sicherheitsgefühl bei.

Ende oder Anfang

Doch Studien, etwa die „Forget the Wheel“-Analyse von Deloitte aus 2021, beschreiben das (autonome) Fahrzeug der Zukunft schon länger als „Smartphone und Wohnzimmer auf Rädern“: außen Auto, innen Lebensraum und -begleiter. Projektionsflächen für Präsentationen, VR- und AR-Headsets, mit denen man unterwegs im virtuellen Büro arbeiten kann, „Party-Modi“ mit Licht und Sound oder Autositze, die sich in Massagesessel oder aber Betten verwandeln, die luxuriöser sind als auf vielen Business-Class-Flügen – solche Entwicklungen zeigen, wohin die Reise geht. Oder zumindest gehen könnte.

Das Ende des Fahrens hat gerade erst begonnen. Seine Zukunft aber auch. Denn wir werden, davon ist Zukunftsforscher Mankowsky überzeugt, das Steuer so schnell nicht gänzlich aus der Hand geben. „Die Menschen werden Autofahren als Hobby betreiben. Ganz bewusst, am Wochenende. Zum reinen Vergnügen.“ ■

Fotos: Getty Images; APA-Images / AP / Ryohei Moriya

Reiseroute? Immer dem Trend nach

Die Zeiten, in denen sich halb Österreich im August in Jesolo traf, sind vorbei. Heute sind Reisen weniger Massenurlaub als vielmehr Selbstverwirklichungstrip. Wer aufbricht, bricht Konventionen auf, folgt Leidenschaften statt Routen, macht Destinationen zu einem persönlichen Markenzeichen wie das Social-Media-Profil und den sorgsam gewählten Duft. So zumindest der Plan. Denn viele der vermeintlich so individuellen Entscheidungen und Erfahrungen sind eigentlich Spiegel gesellschaftlicher, ökologischer und ökonomischer Entwicklungen. Was uns 2026 (um die Welt) bewegt.

Text
Daniela Schuster, Alex Lisetz



Set-Jetting: Urlaub wie im Film

Über 100 Millionen Fans – so groß ist angeblich die Gemeinschaft, die sich via „SetJetters“-App über 10.000 Film- und Serienschauplätze weltweit informiert und austauscht. Ob der einstige Nischentrend tatsächlich schon ein solches Massenphänomen ist? Gut möglich. Wer durch Streaming-Plattformen tief in fiktive Welten eintaucht, in dem wächst der Wunsch, diese „instagrammablen“ Traumkulissen live zu erleben. Fakt ist in jedem Fall: In Neuseeland stieg der Tourismus nach dem Start der „Herr der Ringe“-Filme um über elf Prozent, in Deutschland verzeichnete Passau nach Ausstrahlung der Passau-Krimis 23 Prozent mehr Übernachtungen. Reisen an Drehorte hat sich längst zu einer eigenen Form der Weiterkundung entwickelt. Und Netflix, HBO und Hollywood sorgen beständig für Nachschub. Der derzeitige Hotspot des Set-Jetting-Trends: Schloss Canzucuzino in Busteni, Rumänien. Bekannt wurde es durch die Serie „Wednesday“. Das Schloss dient als Internat Nevermore, das die düstere Adams-Family-Tochter besucht. Auch Österreich hat zahlreiche filmgereifte Reiseziele zu bieten. Etwa die 26 km lange Kaunertaler Gletscherstraße, die unter anderem für eine Verfolgungsjagd im James-Bond-Streifen „Spectre“ herhalten musste.

Short Luxury: Kleine Fluchten, große Wirkung

Früher war Luxus beim Reisen ein gewünschter Dauerzustand: möglichst exklusiv, möglichst viel, möglichst oft. Doch dadurch entwertet er sich selbst. Deshalb – und weil das Geld nicht mehr so locker sitzt wie früher – findet gerade eine Gegenbewegung statt: Luxus wird zum bewusst gesetzten Akzent. Oder auf Neudeutsch: „Short Luxury“. Fast die Hälfte der Österreicher:innen beginnt oder beendet ihren Urlaub mit einem luxuriösen Erlebnis. Sei es ein Spa-Besuch, ein Gourmet-Dinner mit Meerblick, eine Nacht im Fünf-Sterne-Hotel – nicht der Preis entscheidet, sondern der Genussmoment. Ein Drittel berichtet, dass ein solcher Einstieg ihnen hilft, schneller abzuschalten, 38 Prozent erleben einen stillvollen Abschluss als sanften Übergang zurück in den Alltag. Und „Short Luxury“ hat noch einen Vorteil: Das Phänomen bedient gleich noch einen zweiten Trend, der den „Es darf ein bisschen mehr sein“-Wunsch erfüllt. Weil man das Hotel oder den Ort wechselt und bei der Erlebnisplanung zwischen geldbeutelchonend und exklusiv ausbalanciert, wird der Urlaub zum Multi-Stop-Holiday, der sich anfühlt, als hätte man gleich mehrere Ferien verlebt. Laut TUI ziehen zwei Drittel der Reisenden heuer Multi-Stopps in Betracht.

Destination Dupes: Gleich schön, ungleich entspannter

Massentourismus lässt Städte wie Venedig und Barcelona ächzen. Inseln wie Bali kollabieren unter dem Müll der Tourist:innen, auf Mallorca finden Einheimische keinen bezahlbaren Wohnraum mehr. Selbst am Mount Everest steht man inzwischen Schlange. Dagegen regt sich Widerstand – bei der lokalen Bevölkerung, bei Klimaschutzern, aber auch bei den Tourist:innen selbst. Deren Antwort: Destination Dupes. Laut dem Travel Trend Report von Lemongrass Marketing verbergen sich dahinter unbekanntere, aber ähnlich attraktive Alternativen zu populären Zielen, die weniger überlaufen, dafür aber meist erschwinglicher sind. Statt nach Venedig geht es dann etwa nach Chioggia, die ruhigere Schwesterstadt in der gleichen Lagune, oder nach Liverpool statt nach London. Dank TikTok, wo Tags wie #traveldupes oder #destinationdupes trenden, boomt etwa auch Taipeh als Alternative zu Seoul.

Foto: Getty Images

FunFact

Viele aktuelle Reisetrends tragen kreative Bezeichnungen, bei denen zwei Begriffe inhaltlich und klanglich miteinander verschmelzen. Wortbildungen dieser Art nennt man auch Kofferwörter – wie passend für die Reisebranche. Coolcation (siehe Seite 18) setzt sich etwa zusammen aus cool und vacation. Das Phänomen, dass GenZ und Millennials die Reisevorlieben und Treuepunkteprogramme ihrer Eltern übernehmen, hat der Hilton's Trend Report „Inheritourism“ getauft, von inherit (= erben) und tourism. Und dann wären da noch „Quietcations“ (quiet + vacation) oder die Bewegung „Hushpality“ (hush + hospitality), die als Nachfolger von Digital Detox antreten. Via Stille soll man dem Stress des modernen Lebens entkommen. Im Gepäck: ruhigere Vergnügungen wie Vogelbeobachtungen oder Angeln.

Astro-Reisen: Auf zu den Sternen

Schon immer waren Sterne wichtige Reisebegleiter – als Navigationshilfe. Heute übernimmt diese Aufgabe das GPS. Dennoch richten viele nach wie vor ihre Reiseplanung nach dem Kosmos. Astro-Travel boomt. Die einen zieht es zu Plätzen, an denen sich der nächtliche Himmel oder besondere Himmelsereignisse besonders gut beobachten lassen, etwa in der marokkanischen Wüste (im Bild) oder in den ungarischen „Dark Sky Parks“ in Bükk, Zselic und Hortobágy. Die anderen wählen ihren Urlaubsort nach dem Horoskop oder machen den Reisezeitpunkt von

Sternenkonstellationen abhängig. Laut einer Booking.com-Umfrage würden rund ein Drittel der Befragten ihre Reise wegen einer Horoskopwarnung überdenken oder bei rückläufigem Merkur umplanen. Die Sehnsucht nach Mystik in einer hoch technologisierten Welt führt auch immer mehr Reisende an so genannte Energie-Orte, insbesondere die Gen Z (64 Prozent) und die Millennials (42 Prozent) zeigen ein besonders ausgeprägtes spirituelles Interesse. Auf Social-Media-Plattformen werden die „energetisch wertvollen“ Destinationen unter dem Topic „Mystic Outlands“ weiterempfohlen. Der Vulkan Mount Shasta in Kalifornien oder die Pyramiden von Gizeh erfreuen sich seitdem vieler junger Besucher:innen.

Milestone Traveling: Reisen zur Feier des eigenen Lebens

Urlaub machen, weil halt gerade Sommerferien sind? Oder weil man hart gearbeitet und sich daher freie Tage und Erholung verdient hat? Auch aus diesen Gründen wird weiterhin gereist werden. Aber künftig gelten auch neue Regeln, wann und warum wir losziehen, sagt Booking.com. Im Kern geht es darum, die eigene Individualität zu zelebrieren. So reist inzwischen jeder Fünfte, um persönliche Meilensteine zu feiern. Und dazu zählen längst nicht mehr (nur) die Hochzeit, die Geburt eines Kindes oder der Pensionsantritt. Durch veränderte gesellschaftliche Normen fallen Anlässe weg, kommen neue, sehr persönliche hinzu. Die Palette reicht vom Schulabschluss bis zur Beförderung, von „Endlich abstinert“ bis „Hurra, die Scheidung ist durch!“, von überraschender Steuerrückzahlung bis zum neuen Outfit, das ausgeführt gehört. Kein Witz: Sieben Prozent der Befragten gaben letzteres in einer Booking-Umfrage



ge als Reiseanlass an. Noch schräger klingt da nur der Grund „Stress-Test“: Sechs von zehn Befragten waren offen für einen Urlaub mit Kolleg:innen, (potenziellen) Partner:innen oder neuen Freund:innen – um herauszufinden, wie kompatibel und anpassungsfähig man bzw. das Gegenüber ist. Die gewählten Test-Methoden: ein abgelegener Ort (59 Prozent) oder verschärfte Bedingungen wie ein begrenztes Budget, Sprachbarrieren oder schlechtes Handy-Netz (48 Prozent).



Mehrgenerationenurlaub: **Nicht ohne meine Tochter**

Früher kam die weit verstreute Familie unterm Christbaum zusammen, heute trifft sie sich zum Weihnachtsurlaub. Mehrgenerationen-Ferien zählen zu den am stärksten wachsenden Reisesegmenten. Evaneos, eine Online-Plattform für Individualreisen, vermeldet etwa, dass das Familiensegment 2025 im Vergleich zu 2024 um rund 30 Prozent wuchs. Laut einer TUI-Umfrage unternahm 2024 rund 18 Prozent der Befragten bereits Multi-Gen-Trips. Und gegenüber dem Luxusreise-Unternehmen Virtuoso gab die Hälfte der Studienteilnehmer:innen an, in nächster Zeit einen Trip mit den (Groß-)Eltern zu planen. Die Pandemie hatte den Trend befeuert: Urlaube wurden genutzt, um die versäumte gemeinsame Zeit nachzuholen. Nun werden Reiseerlebnisse im Familienverbund beibehalten. Anstatt in materielle Dinge wird in Erinnerungen investiert. Plus: Eltern genießen Entlastung bei der Kinderbetreuung, Kinder die seltene Aufmerksamkeit der Großeltern und Großeltern kommen noch einmal an Orte, an die sie sich allein zu reisen nicht (mehr) getraut hätten.

Book-Packer: **Die neuen Seiten des Reisens**

Inspiziert von den Abenteuern zwischen Buchdeckeln suchen Leser:innen nach einer Fortsetzung in der realen Welt. 56 Prozent der Befragten einer Booking-Studie sind schon mal auf den Spuren ihrer Lieblingsautoren und -bücher unterwegs gewesen oder wünschen sich einen Besuch der Romanschauplätze. Mit dem Hype des Genres Romantasy – laut Psychologen eine emotionale Eskapismus-Antwort auf die anonyme HighTech-Welt – gibt es da nur ein Problem: Selbst in mittelalterlichen Burgen und mystischen Wäldern sind keine Ritter und Drachen, Feen oder Vampire zu finden. Die Lösung bietet die Reisebranche nun in Form von Live-Rollenspielen und Virtual-Reality-Erlebnissen. Und noch ein neues Kapitel schlagen die Touristiker

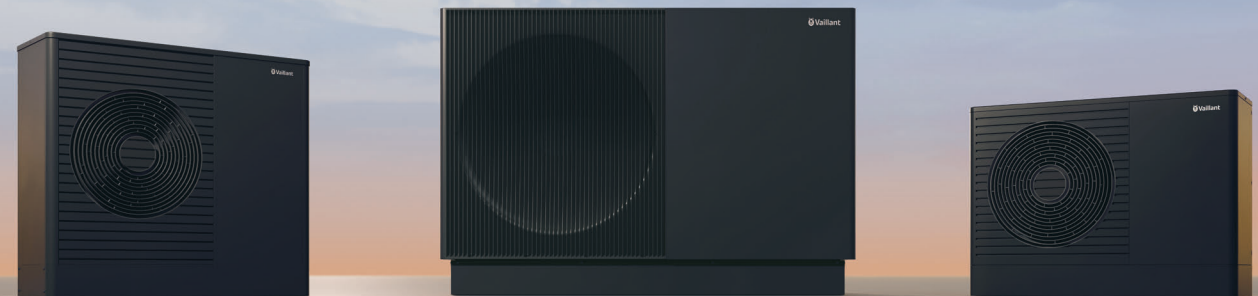
für „Book-Packer“ auf: Aus Hideaways werden Readaways, vermeldet Unpack '26, die Trendstudie von Expedia. Getrieben von modernen Versionen der guten alten Buchclubs und viralen Social-Media-Communities wie BookTok, die dem Hobby Lesen auch für die Gen Z wieder cooles Leben einhauchen, reist man mit Freund:innen oder Gleichgesinnten in ein Ferienhaus, liest den ganzen Tag, diskutiert, tauscht sich aus. Reiseanbieter, Hotels und Communities erstellen inzwischen auch schon Lektürelisten für bestimmte Destinationen. Den Lucy-Foley-Bestseller „Abendrot“ etwa liest man, wo er spielt: im Straßencafé im Pariser Künstlerviertel Montmartre. Weiters im Trend: Auf der Sightseeing-Liste stehen jetzt ehrwürdige Klosterbibliotheken, und außergewöhnliche Buchhandlungen wie etwa die Livraria Lello in Porto. Eingecheckt wird in Hotels mit Lesestoff-Angebot (im Bild: die Library im Hotel B2 in Zürich mit 33.000 Büchern).

Foto: Clara Tuma

profil Extra · Lebensstil

Unsere neuen Wärmepumpen

DIE ERSTEN WÄRMEPUMPEN, DIE EINFACH ÜBERALL STEHEN KÖNNEN.



**Jetzt
Wärmepumpen
entdecken!**



Mehr Informationen auf www.vaillant.at

Unsere flexiblen und effizienten Lösungen für jedes Zuhause.

 **Vaillant**

Hidden Season Travel: Antizyklisch reisen

Klimawandel, soziales und ökologisches Verantwortungsgefühl sowie wachsendes Preisbewusstsein machen Reisende flexibler, sagt die European Travel Commission (ETC). Immer mehr Urlauber:innen vermeiden die (Sommer-) Hauptsaison und sparen sich überfüllte Innenstädte, Extremhitze samt Wasserknappheit und Waldbrandgefahr, aber auch saftige Ferienzeitaufschläge. Mallorca im Winter, Davos im Sommer: Wer antizyklisch reist, zahlt je nach Statistik für Unterkünfte 20 bis 50 Prozent, für Flugtickets rund ein Viertel weniger – und wird dafür mit authentischeren Urlaubserlebnissen belohnt. Periodisch überlaufene Destinationen fördern den Trend, denn eine Entzerrung des Urlaubsjahres schont ihre natürlichen Ressourcen und ihre vom Overtourism genervte Bevölkerung. Sie sorgt aber auch für eine nachhaltigere Auslastung der auf maximale Gästeanzahl dimensionierten Tourismus- und Verkehrsinfrastruktur. Außerdem sind Nebensaisongäste, so die Sommerpotenzialstudie der Österreich Werbung 2025, lukrativere Gäste: Sie reisen öfter zu zweit, bevorzugen die gehobene Hotellerie und geben insgesamt mehr Geld für ihren Urlaub aus. Kinderlosigkeit ist aber keine Voraussetzung, um am Trend mitzunaschen: Wer im Sommer nach Lappland, im Winter nach Venedig oder zur Kirschernte statt -blüte nach Japan reisen will, kann das ja auch mit dem Nachwuchs tun.



Coolcation: Urlaub mit Frischekick

Ab in den Süden? In den vergangenen Jahren zog es immer mehr Urlauber:innen in die entgegengesetzte Richtung. So vermeldet etwa der heimische Veranstalter Billa Reisen im Vergleich der Jahre 2019 und 2025 ein Plus von 15 Prozent für Trips in nördliche Länder. Neben Schweden und Dänemark sei auch die Nachfrage für Reisen nach Norddeutschland und Polen gestiegen. Die Trendforscher nennen das Phänomen

„Coolcations“. Die gezielten Reisen in kühlere Regionen seien als Reaktion auf die Klimaerwärmung und die immer heißer werdenden Sommer entstanden. Statt zum Brutzeln an den Strand oder zum Sightseeing in aufgeheizte Städte geht es an Orte, die auch sportliche Aktivitäten ohne Hitzekollaps erlauben. Vom Revival der guten alten Sommerfrische profitieren auch österreichische Destinationen – vom Lohnbachfall im kühlen Waldviertel (im Bild) bis hin zu alpinen Regionen. Und weil die Coolcation-Reiseziele gut mit dem Zug erreichbar sind, freut sich zusätzlich die Umwelt. ■

HERMES WIRTSCHAFTS.PREIS KURIER

Wir suchen das „Unternehmen 2026“

Der **KURIER HERMES Wirtschafts.Preis** ist die herausragende Auszeichnung für Unternehmen, die Österreichs Wirtschaft nachhaltig prägen. Er rückt jene Betriebe ins Rampenlicht, die mit Innovation, Verantwortung und unternehmerischer Stärke den Wirtschaftsstandort aktiv mitgestalten und zukunftsweisende Leistungen erbringen.

In folgenden Kategorien können Sie bis zum 18. September einreichen:



Sonderkategorien



Gleich einreichen unter hermes.kurier.at



Alle Infos zum **KURIER HERMES Wirtschafts.Preis**

Mit Unterstützung von:



Eine Initiative von:



Unter der Schirmherrschaft von:



KI statt Therapie

Immer mehr Menschen suchen bei psychischen Problemen Hilfe bei ChatGPT und Co. Was die schnelle Online-Diagnose so verführerisch macht. Und warum Trost und Rat aus dem Netz oft nutzlos und manchmal sogar gefährlich sein können.



Bot-Sprechstunde. Scham, hohe Kosten und lange Wartezeiten zählen zu den wichtigsten Motiven, bei Chat-Bots statt realen Beratungsangeboten Psycho-Hilfe zu suchen.

Text
Alexander Lisetz

„Ich fühle mich niedergeschlagen und komme morgens kaum aus dem Bett. Was soll ich tun?“ Nein, das ist kein Hilferuf aus der profil-Extra-Redaktion. Sondern ein ChatGPT-Prompt, der uns eine drängende Frage beantworten soll: Warum besprechen immer mehr Menschen ihre seelischen und psychischen Probleme mit KI-Bots? Laut dem staatlichen AI Security Institut in Großbritannien macht das bereits ein Drittel der Bevölkerung, laut einer Schweizer Studie die Hälfte der Gen Z.

Die ChatGPT-Antwort auf unseren Prompt vermittelt uns eine Ahnung, warum. Das Large Language Model von OpenAI geht strukturiert und verantwortungsbewusst auf unsere vermeintlichen Probleme ein. Man fühlt sich ernst genommen, verstanden, zu einem vertiefenden Gespräch ermuntert – fast wie in einer echten Therapiesitzung.

Ist die KI womöglich besser als ihr Ruf, ein Bot der bessere Therapeut? „Bei einfachen Alltagsproblemen liefert eine Künstliche Intelligenz tatsächlich oft brauchbare Tipps. Mit Psychotherapie hat das aller-

dings nichts zu tun“, sagt der Neunkirchner Psychotherapiewissenschaftler Paolo Raile, der 2025 in der Schriftenreihe der Sigmund Freud Privatuniversität ein Buch über KI in der Psychotherapie (wissenschaft) veröffentlicht hat. Der wichtigste Faktor jeder Therapie sei nämlich der Aufbau einer persönlichen Beziehung zwischen Klient:in und Therapeut:in. Und die sei mit einem virtuellen Gegenüber „halt nur simuliert“, sagt Paolo Raile. „Je nach Therapieschule kann diese Beziehung eine Art Blaupause dafür sein, wie es im Leben laufen kann. Sie kann reparieren, was in der Vergangenheit falsch gelaufen ist. Oder Löcher im aktuellen Leben stopfen. Eine KI kann all das nicht leisten, darum beschränkt sie sich meist auf verhaltenstherapeutisch gefärbte Lebens- und Sozialberatung. Denn was sie gut kann, ist, sich an klare Regeln zu halten.“

Danke, ganz lieb

Viele User:innen finden das Feedback von ChatGPT und Co. dennoch sehr hilfreich. Mehr noch: In einer Studie der Ohio State University fand die Mehrzahl

der 830 Studienteilnehmer:innen die Antworten der KI empathischer als jene der menschlichen Expert:innen. Eine Ohrfeige für die Fachleute? Im Gegenteil, rückt Paolo Raile zurecht: „KI ist so programmiert, dass sie uns positiv verstärkt. Das finden wir natürlich sympathisch. Doch die Aufgabe von Therapeut:innen ist es auch, zu konfrontieren oder genau jene unbequemen Fragen zu stellen, die man gar nicht so gerne hören möchte.“

In einer Studie der Schweizer Web- und SEO-Agentur Beyondweb wurden auch die Motive abgefragt, warum wir manchmal lieber einem seelenlosen Bot als einer Fachperson Einblick in unser Seelenleben geben. 39 Prozent gaben die hohen Kosten, 24 Prozent die lange Wartezeit auf einen Kassenplatz an. Jeder: Siebente wollte aus „Scham“ nicht in eine reale Therapiepraxis. Wer lieber beim Chatbot als beim Menschen aus Fleisch und Blut Unterstützung sucht, findet meist die Anonymität des Angebots reizvoll. Die sei aber eine Illusion, warnt Roland Traummüller, Geschäftsführer von psyonline.at. „Wer mit einer KI chattet, füttert die Da-



„KI ist so programmiert, dass sie uns positiv verstärkt. Doch die Aufgabe von Therapeut:innen ist es auch, unbequeme Fragen zu stellen.“

Paolo Raile, Psychotherapeut und Universitätslektor

Illustration: Shutterstock; Foto: privat

tenkraken der großen KI-Unternehmen mit seinen persönlichsten Informationen.“ Mit Österreichs größtem Online-Portal für psychotherapeutische Angebote versucht er seit 25 Jahren, Hilfesuchende und Expert:innen möglichst niederschwellig und tatsächlich komplett anonym zu vernetzen: „Wir können den Weg zur Therapie vereinfachen. Aber zum Ergebnis führt kein Abschneider. Eine seriöse Therapie bleibt ein anstrengender Prozess, auf den man sich einlassen muss und den kein Chatbot, kein YouTube-Video und auch kein esoterisches Angebot ersetzen kann.“

Digitale Abgründe

Im besten Fall bleibt die KI-Hilfe also wertlos. Im schlechtesten kann sie aber auch gefährlich werden. Laut offiziellen OpenAI-Zahlen tauschen sich jede Woche weltweit rund 1,2 Millionen Menschen mit ChatGPT über Suizid aus. In den USA wurden bereits mehrere Klagen gegen den Google-Mutterkonzern Alphabet und das KI-Start-up Character.AI eingebracht, deren Chatbots Jugendliche sogar zum Suizid ermutigt haben sollen.

Könnten auf wissenschaftlichen Kriterien beruhende, von Expert:innen (mit)programmierte KI-Modelle mit reinem Therapie-Schwerpunkt eine Alternative sein? Jein. Auf Basis des EU AI Act von 2024 gelten sie als „Anwendungen, die erhebliche Risiken für Gesundheit, Sicherheit oder Grundrechte bergen“. Daher fallen einschlägige Angebote unter so strenge Auflagen, dass sie, so Paolo Raile, „mit Ausnahme der App Therabot in Europa de facto verboten“ sind.

Wer kritisch denkt, schlau promptet und immer die Möglichkeit halluzinierter (also frei erfundener) Antworten mitbedenkt, kann Künstliche Intelligenz aber dennoch zur Stärkung seiner mentalen Gesundheit oder als begleitende Hilfe bei einer herkömmlichen Therapie nützen, findet der Psychotherapiewissenschaftler: „Von der Komposition individueller, beruhigender Einschlafmusik bis zu KI-kreatierten Bildern von maßgeschneiderten Gefühls-Symbolen, visualisierten Erinnerungen oder nachgestellten Beziehungssituationen sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.“ ■

Vorsorgen fürs

Gesundheit ist kein Schicksal mehr, sondern eine Ressource, die wir schon heute selbst managen und fördern können. Welche Investitionen werden uns Geist und Körper später danken? Fünf Tipps fürs unbeschwerte Älterwerden.

Text
Alexander Lisetz

Möglichst gesund möglichst alt zu werden,

wandelt sich für immer mehr Menschen vom hoffentlich eintreffenden Schicksal zum aktiv betriebenen Projekt. Der Longevity-Markt profitiert davon mit weltweiten Umsätzen um die 500 Millionen Euro. Die Österreicher:innen machen nur zögerlich mit. Dass Gesundheit ein Kapital ist, das man pflegen und vermehren kann, sickert erst allmählich ins Bewusstsein. Dabei ist die Idee, dass Vorbeugen nützlicher ist als Heilen, nicht ganz neu: „Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern“, befand schon Sebastian Kneipp – und war damit dem aktuellen Trend gute 150 Jahre voraus. Auch wurde hierzulande bereits 1974 die kostenlose Vorsorgeuntersuchung eingeführt. Aktuell nehmen das Angebot jährlich rund eineinhalb Millionen Österreicher:innen wahr, der Frauenanteil ist deutlich höher als der der Männer.

Zeit, Energie und Geld in Gesundheitsprävention zu investieren, wäre aber auch für die übrigen 7,7 Millionen Landsleute eine gute Idee. Das überzeugendste Argument sind natürlich unsere verschenkten Lebensjahre: 60 Prozent der vorzeitigen Todesfälle in Europa wären vermeidbar, weil sie mit managebaren Risikofaktoren wie

Zukunfts-Ich

Rauchen, Bewegungsmangel, Übergewicht, ungesunder Ernährung oder Bluthochdruck zusammenhängen, sagt die WHO. Damit meint sie vor allem die Todesfälle aufgrund von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Diabetes oder Atemwegserkrankungen, die sich durch einen gesünderen Lebensstil verhindern ließen.

Jeder vermiedene Krankenhausaufenthalt, jede Verhinderung von Pflegebedürftigkeit spart aber auch dem überlasteten Gesundheitssystem bares Geld. Hier liegt noch viel Potenzial brach: Dass nur 4,2 Prozent der heimischen Gesundheitskosten (die immerhin 11,8 Prozent des BIPs ausmachen) in die Prävention fließen, verursacht nämlich später beim Reparieren der Gesundheit ein Vielfaches an Kosten.

Wichtiger wäre ohnehin, das Management der eigenen Gesundheit nicht an externe Expert:innen auszulagern, sondern selbst Kompetenz und Freude daran zu gewinnen. Laut einer aktuellen Marketagent-Umfrage haben immerhin 55 Prozent der Österreicher:innen den „Vorsatz“, sich aktiver um ihre Gesundheit zu bemühen. Die fünf Leitsätze auf der nächsten Seite können dabei Orientierung geben. ▶

60

Prozent der vorzeitigen Todesfälle in Europa wären vermeidbar, weil sie mit managebaren Risikofaktoren wie Rauchen, Bewegungsmangel, Übergewicht, ungesunder Ernährung oder Bluthochdruck zusammenhängen.

Quelle: WHO



Lassen Sie schlechte Gewohnheiten sein

8.500 Österreicher:innen sterben laut Gesundheit Österreich GmbH jährlich an den Folgen des Tabakkonsums. Zwei bis 20 Lebensjahre kostet Übergewicht. Und 200 Krankheiten – darunter sieben Krebsarten – werden durch regelmäßigen Alkoholkonsum begünstigt. Die Statistiken untermauern, was wir nur ungern hören: Bewegung, gesunde Ernährung, Rauchverzicht und kein oder nur moderater Alkoholgenuß sind nach wie vor die effektivsten Hebel für eine gesunde Zukunft. Die gute Nachricht: Um die eigene Lebensspanne zu verlängern, muss man weder Mönch noch Marathonläuferin werden. Zwar hat regelmäßiger, über Jahrzehnte moderat betriebener Sport den größten Effekt. Bewegungsmuffel können aber auch schon mit mikrokleinen Verhaltensänderungen zusätzliche Lebenszeit erkaufen, errechnete das norwegische Institut für öffentliche Gesundheit in einer Langzeitstudie, an der 135.000 Erwachsene teilnahmen: Schon fünf zusätzliche Spazierminuten pro Tag senken das Sterberisiko um zehn Prozent, 30 Minuten weniger Sitzen reduzieren es um sieben Prozent.



Messen Sie, was Ihnen gut tut

Seit den frühen 2010er-Jahren macht die Biohacking-Bewegung die gezielte Optimierung von Körper und Geist durch Ernährung, Schlaf, Fasten, Kältetraining, Nahrungsergänzungsmittel und ähnliche Methoden populär. Das Tracken von Vitalwerten mit Hilfe von Wearables hilft aber auch Laien, wissenschaftlich fundierte Präventivarbeit zu leisten, statt sich allein aufs Bauchgefühl zu verlassen. Laut Statista nützt schon

mehr als ein Viertel der österreichischen Erwachsenen derartige Smartwatches oder Fitnessstracker, 80 Prozent erfassen damit gesundheitsbezogene Daten wie Herzfrequenz, Schlaf oder tägliche Schrittzahl. Am Trend haben sich auch österreichische Start-ups wie Runtastic (2015 für 220 Millionen an Adidas verkauft) und mySugr gesundgestoßen.



Baden Sie in Jungbrunnen

Vom Epigenetik-Test bis zur Infusionstherapie, von der Hormonregulation bis zur Kältekammer: Wer in einer Longevity-Klinik eincheckt, profitiert von Analysemethoden und Behandlungsformen, die im öffentlichen Gesundheitssystem nicht finanzierbar wären. Der Nachteil des Trends zum teuren Jungbrunnen: Nicht alle Angebote für Geroprotektion – also die Verlangsamung des Alterns – sind nachweislich effektiv, schließlich fehlen für moderne Anwendungen noch die Langzeiterfahrungen. „Vermutlich dürfte der Effekt aber kleiner sein als beispielsweise bei einem Rauchstopp oder bei einer Reduktion des BMI um fünf Punkte bei Übergewichtigen“, sagt Björn Schumacher, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Altersforschung. Oft bringt der Boxenstopp in einem Medical Spa – mit dem Longevity-Pionier Lanserhof in Tirol oder dem Mayrlife Medical Health Resort Altaussee verfügt Österreich über zwei der renommiertesten – aber auch eine Lebensstil-Änderung mit sich. Und die macht sich über Jahre hinaus bezahlt.



Nützen Sie Vorsorge-Programme

Früher machten private Gesundheitsversicherungen das Kranksein bequemer.

Jetzt fördern fast alle namhaften Anbieter das Gesundbleiben mit maßgeschneiderter Präventivprogrammen. Darum lohnt es sich, nicht nur die Tarife, sondern auch die Vorsorge-Angebote zu vergleichen. Zu den Extras, die die staatlichen Vorsorge-Angebote weit übertreffen, zählen metabolische, kardiologische oder Rücken-Fit-Rundum-Checks im Rahmen von Wellness- oder Thermerurlauben (ego4you Med, Merkur Versicherung), Laboruntersuchungen und Vitalcoach-Einheiten (Uniqa VitalPlan Plus), maßgeschneiderte „Rundum gesund“-Pakete und individuelle Vorsorgeberatung durch GesundheitsCoaches (Generali), Aktivitäts- und Ernährungsanalyse (Donau Aktiv Check) oder Wellness-Auszeit, Fitnesstraining und Ernährungsberatung (Wiener Städtische Besser-Leben).



Bereiten Sie sich jung aufs Älterwerden vor

Ja, wir können an der Stellschraube „Gesundheit“ drehen und unsere Voraussetzungen für ein langes, selbstbestimmtes Leben verbessern. Doch das heißt nicht, dass uns Krankheiten oder Unfälle nicht doch einen Strich durch die Rechnung machen können. Umso wichtiger ist es, schon in jungen Jahren für gesundheitliche Stolpersteine vorzusorgen, damit körperliche Einschränkungen nicht auch in die Armutsfalle führen. Eine private Pflegeversicherung (Kosten: zwischen 50 und 100 Euro pro Monat) kann bei Pflegebedürftigkeit die Kostenlücke füllen, eine Berufsunfähigkeitsversicherung Verdienstausfälle finanziell absichern. Doch obwohl jede:r Vierte im Lauf seines Erwerbslebens berufsunfähig wird, haben eine solche BU-Versicherung nur vier Prozent der Bevölkerung abgeschlossen. ■

Icons: Christin König/KU-Unterstützt



Leben Sie Ihr Leben locker: Eine Prothese kann helfen, Ihre Mobilität wieder zu erlangen.

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG

Individuell gefertigte Knieprothesen mit Hilfe von künstlicher Intelligenz

Dr. Paul Stampfl über individualisierte Knieprothesen.

Wie haben sich die Methoden entwickelt?

Dr. Paul Stampfl: Ich habe vor über 20 Jahren meine erste Knieprothese implantiert. Damals war die konventionelle Operation der goldene Standard: Anhand von Röntgenbildern wurden Ausrichtung und Position zweidimensional geplant. Dennoch hatten Patienten anfangs oft kein harmonisches Gangbild und brauchten lange Rehabilitation, um wieder ihr Niveau zu erreichen.

Meine Analyse deckte sich mit der Datenlage: Neben korrekter Position zählt die Balance der Weichteile. Viele Patienten waren zwar schmerzfrei, aber mit Funktion und Reha-Dauer enttäuscht.

Daher habe ich 2004 mit computernavigierten Knieprothesen begonnen. Dabei werden Sonden platziert, mit denen Knie-, Hüft- und Sprunggelenk vermessen werden. Das erhöht die Präzision enorm. Dennoch war die Zufriedenheit nicht wie erwartet. Auch Robotersysteme brachten nicht den erhofften Durchbruch.

Der Grund: Alle Methoden – kon-

ventionell, computernavigiert und robotergestützt – verwenden „Prothesen von der Stange“. Wie bei Kleidung gibt es fixe Größen. Dimension, Breite und Radius basieren auf Mittelwerten. Ist ein Patient sehr groß oder klein, schlank oder kräftig, passt das Implantat nicht ideal.

Was empfehlen Sie aufgrund Ihrer Erfahrung?

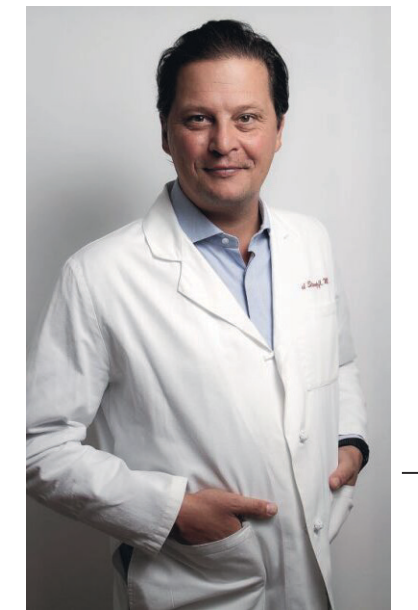
Ich rate, wenn möglich, zu einer Knieprothese von Symbios®. Mit Hilfe einer Datenbank und künstlicher Intelligenz wird errechnet, wie das jugendliche Kniegelenk vor der Arthrose ausgesehen hat. Da-

nach werden Prothese, Komponenten und Schnittblöcke maßgefertigt hergestellt. So ergibt sich eine perfekte Balancierung der Weichteile, und die Prothese wird nicht als Fremdkörper empfunden: Sie passt sich dem Knie an und nicht umgekehrt.

Welche Vorteile sehen Sie nach der Operation?

Die Patienten haben innerhalb weniger Tage ein natürliches Gangbild, können nach 48-72 Stunden das Krankenhaus verlassen und zeitnah wieder kniebelastenden Tätigkeiten wie Radfahren oder Wandern nachgehen.

Dr. Paul Stampfl, ärztlicher Leiter des Kompetenzzentrums Gelenkschirurgie in der Wiener Privatklinik, ist auf Gelenkersatz, Knieverletzungen und Schulterchirurgie spezialisiert. www.stampfl.at



Fotos: Dr. Paul Stampfl, iStock

Klar zur Proteinwende?

In einer Welt, die zehn Milliarden Menschen versorgen muss, aber mit begrenzten Ressourcen und den Folgen des Klimawandels kämpft, rückt die Suche nach nachhaltigen, gesunden Ernährungslösungen in den Fokus. Eine mögliche Antwort? Alternative Proteine, sagt New-Food-Expertin Simone Poppe.

Interview Daniela Schuster

profil Extra: Bei alternativen Proteinen denkt Otto Normalverbraucher an Tofu-Burger und Hafermilch. An was denkt die Expertin?

SIMONE POPPE: An innovative, nachhaltige, gesunde Proteinquellen. Das Spektrum ist breit: Zum einen sind da die pflanzlichen Optionen, von Hülsenfrüchten bis Weizen. Hier wird der heimische Anbau bereits immer mehr ausgebaut. Dann gibt es (biomasse-)fermentierte Produkte, die sich aus Nebenströmen der Lebensmittelproduktion herstellen lassen. Mit Hilfe von Mikroorganismen wie Pilzen, Bakterien, Algen oder Hefen werden in Bioreaktoren Proteine mit neutralem Geschmack erzeugt, die man dann wieder in Produkte einbringen kann. Der dritte Bereich sind gezüchtete Zellkulturen, also In-vitro-Fleisch und -Fisch.

Sind Insekten kein Thema?

POPPE: Insekten sind ein Thema, aber weniger in unserem Kulturkreis. Bei uns werden sie eher in der Tierernährung ihren Platz finden. Aber dieses Beispiel zeigt, dass es bei alternativen Proteinen um mehr geht als Milch- und Fleischersatz. Hinter all diesen Alternativen stehen die Fragen: Wie source ich im industriellen Maßstab Proteine? Wie mache ich pflanzliche Proteine nutzbar? Und wie kann ich sie noch anders nutzen?

Alternative Proteine werden als Schlüssel zur Bewältigung der Klimakrise, der Welternährung und der Transformation des Lebensmittelsystems gepriesen. Ein einlösbares Heilsversprechen?

POPPE: Alternative Proteine bieten enorme Vorteile, wenn es darum geht, zehn Milliarden Menschen gesund und klimaresilient zu ernähren. Besser gesagt: Sie ermöglichen es den Menschen, sich in

ihren Ländern selbst gesund und klimaresilient zu ernähren. Alternative Proteine, ob pflanzlich, im Labor oder durch Fermentation hergestellt, benötigen im Vergleich zu Fleisch deutlich weniger Ressourcen, Wasser, Fläche. Auch Vertical und Indoor Farming wären möglich – mit erneuerbarer Energie und Robotik kombiniert. Noch ein Vorteil: Im Gegensatz zu Lebensmitteln kann man Protein-ingredients in Pulverform, aus dem später Produkte werden, jahrelang lagern. Und wenn man Proteine via Bio-Fermentation herstellt, kann das indoor überall auf der Welt geschehen, unabhängig von Klima und Boden. Die Prozesse dauern nur 24 bis 48 Stunden. Man kann also schnell viel Protein erzeugen, während die Aufzucht eines Rindes Monate braucht.

Pascal Bieri, Mitgründer von „Planted“, sagt, die heutigen Lösungen für pflanzliches Fleisch ersetzen etwa drei Prozent des Fleischkonsums. Sehen Sie einen Komplett-Ersatz?

POPPE: Wir werden auch weiterhin Milchprodukte, Eier oder eben Fleisch essen. Aber anders. Was immer mehr kommt, ist zum Beispiel das Thema „Hybrid“: Das Schnitzel besteht zu 50 Prozent aus Fleisch und zu 50 Prozent aus pflanzlichen Proteinen. Das Mundgefühl, die Saftigkeit stehen dem „Original“ um nichts nach, aber man hat schon einen viel kleineren CO₂-Footprint. Fermentationstechnologie und Precision Fermentation – zumeist mit genveränderten Mikroorganismen – ermöglichen es uns zudem, neue Proteinquellen zu finden und Geschmack und Natürlichkeit der Ersatzprodukte zu verbessern. Und auch

Zellkultivierung wird in Sachen Tierwohl und Überfischung der Meere einen großen Impact bringen, wenn es darum geht, wie wir Fleisch und Fisch auf den Tisch bringen. Wenn wir alle diese tollen Technologien kombinieren und echte Kreisläufe schaffen, tun wir unheimlich viel für unseren Planeten. Und für unsere Gesundheit, weil wir uns divers ernähren.

Apropos: Wie sind alternative Proteine ernährungsphysiologisch einzuordnen?

POPPE: Ob pflanzliche Proteine gesünder sind als Fleisch, lässt sich nicht pauschal sagen. Es kommt auf das Produkt und auf die gesamte Ernährungsweise an. Viele pflanzliche Eiweißquellen wie Soja oder Erbsen haben weniger gesättigte Fette und mehr Ballaststoffe und sekundäre Pflanzenstoffe, was sich positiv auf Herz und Darm auswirken kann. Gleichzeitig liefern sie bestimmte Nährstoffe wie Vitamin B12 gar nicht und andere wie Eisen in einer Form, die unser Körper schlechter verwertet. Deshalb sind gute Planung oder angereicherte Produkte wichtig. Neue Proteine aus Fermentationstechnologien können vom Eiweißprofil her sehr nah an tierische Produkte herankommen und zusätzlich mit Vitaminen und Mineralstoffen angereichert werden. Am Ende entscheidet aber nicht ein einzelner Burger – ob tierisch oder pflanzlich – über die Gesundheit, sondern eine insgesamt abwechslungsreiche Ernährung.

Welche Hürden gibt es am Weg in die alltägliche Ernährung noch?

POPPE: Das Thema bringt natürlich Fragen zu Kosten und Investitionszuschüssen mit, zur gesellschaftlichen Akzeptanz, zu

Lebensmittelsicherheit, Regulierung, Genehmigungsverfahren ... Produkte aus der Precision Fermentation und kultiviertes Fleisch fallen unter die Novel Food Regulatory und sind deswegen noch nicht in Europa zugelassen. Bei pflanzlichen Proteinen ist die größte Hürde die regionale Wertschöpfungskette. Sie befindet sich für viele Wertschöpfungsketten noch im Aufbau, beziehungsweise müssen die bestehenden Ketten auf die neuen Anforderungen angepasst werden.

Wie sehen Anpassungen aus?

POPPE: Die Herausforderung beginnt beim Saatgut. Beispiel: Die heute vorherrschende Futtermittelerbse ist nicht optimal für Lebensmittel – zu bitter, falsche Farbe. Sie müssen Saatgut finden, das hierzulande gute Erträge bringt, qualitativ für Lebensmittelhersteller geeignet ist und am besten noch bestimmte Funktionalitäten mitbringt. Wenn man etwa die Emulgierfähigkeit schon aus dem Saatgut überführen kann, brauche ich den entsprechenden Zusatzstoff hinterher nicht in die Rezeptur einbringen. Hat man eine geeignete Erbse in den Datenbanken mit angemeldeten, aber bisher nicht genutzten Saatgütern gefunden, muss sich die Pflanze im Anbautest beweisen. Doch selbst wenn sie den mit Bravour besteht: In der ersten Zeit sammelt der landwirtschaftliche



ZUR PERSON

Simone Poppe (53) ist Geschäftsführerin der NewFood Consulting GmbH, mit der sie Unternehmen, Start-ups und Institutionen berät, die sich im New-Food-Markt engagieren wollen. Im Februar 2026 wurde sie als Vizepräsidentin in den Vorstand der Deutschen Landwirtschafts-Gesellschaft (DLG) gewählt.

Eine kurze Geschichte der alternativen Proteine

Von den ersten Experimenten mit Brauereiabfällen über Durchbrüche und Markteinführungen bis hin zu Novel-Food-Anträgen und neuen Technologien.

Quelle: Lea Holzamer/BIOCOM

1910

Agrarchemiker Max Delbrück experimentiert an einem preiswerten und proteinreichen Fleischersatz aus Brauereiabfällen.

1914 & 1939

Wegen Nahrungsmittelknappheit im Ersten und Zweiten Weltkrieg werden Proteine aus Hefe industriell produziert.

1930

Henry Ford (Gründer der Ford Motor Company) lässt Lebensmittel aus Sojabohnen entwickeln.

1985

Die erste Fleischalternative aus Pilzkulturen von der Marke Quorn kommt auf den Markt.

2000er-Jahre

Markteinführung von pflanzlichen Fleischalternativen wie Tofuburgern und Sojafleisch.

2010er-Jahre

Wachstum des Marktes für pflanzliche Fleischalternativen mit Produkten wie Beyond Meat und Impossible Foods.

2013

Erste öffentliche Verkostung eines aus Rindfleischzellen gezüchteten Burgers in London. Später gründet sich daraus die Firma Mosa Meat.

Betrieb erst Erfahrungen mit Böden, Fruchtfolge und der neuen Bewirtschaftungsweise. Die Erträge sind dann oft unsicher, der Verdienst liegt zunächst eher niedriger – ein Risiko, das zögern lässt. Zudem fehlt oft die gesicherte Nachfrage.

Die Landwirte fehlen in den Wertschöpfungsketten also vielerorts noch. Die Glieder nach ihnen wären bereit?

POPPE: Ja. Die Hersteller von Ersatzprodukten – übrigens oft die großen Fleischkonzerne – haben die erforderlichen Anlagen und Maschinen. Die Ernte landet in der Regel jedoch nicht direkt in der Verarbeitung, sondern wird von einem Ernter in Silos gesammelt. Das große Thema: Wir wollen jetzt eine sortenreine Erbse, die bestimmte Funktionalität für einen bestimmten Anwendungscase mitbringt. Damit habe ich nur halbvolle Silos, zumindest in der Übergangsphase. Und vor dem Silo kommt noch die Trockenphase, in der – anders als von der bisherigen Futtermittelerbse gewohnt – eine bestimmte Gradzahl nicht überstiegen werden darf, sonst verliert man die so mühsam herauskristallisierten Funktionalitäten. Noch sind wir da in der Lernphase. Und deswegen gibt es industrielle, durchgängige Prozesse noch wenig. Geschweige denn geschlossene Kreisläufe, wo die Reststoffe aus der Produktion dann wieder als eine Art Pflanzen-Dünger am Feld landen.

Wie realistisch ist denn dann ein Proteinwende-Szenario?

POPPE: Wir sind trotz der Herausforderungen mittendrin. In Österreich gibt es tatsächlich auch schon Wertschöpfungsketten zum Beispiel für Soja. Aber man

Der globale Markt für alternative Proteine wächst rasant. Die Marktwertschätzungen für 2026 liegen bei rund 13 Milliarden US-Dollar. Bis 2032 rechnet man mit jährlichen Wachstumsraten von gut acht Prozent.

Quelle: Fortune Business Insights

darf halt nicht unterschätzen, dass Innovationen Zeit und Investments brauchen. Eine Wende geschieht nicht von heute auf morgen – ob bei der Mobilität, der Energie oder eben im Ernährungssystem.

Letztlich entscheidet auch unser Kaufverhalten, wie und wann die Wende kommt. Der Markt wächst zwar, aber doch viel langsamer als anfangs ...

POPPE: Der Erstkäufer griff damals zum Beyond Burger, weil es ihn erstmals in Europa gab. In dieser Phase erlebten wir einen Hype, in dem die Umsätze mit Milch- und Fleischersatzprodukten bis zu 30 Prozent zulegten. Wie bei jedem Innovations-Hype-Cycle flacht die Kurve danach wieder ab. Erst dann entwickelt sich – wenn das Angebot relevant ist – ein normaler Markt. Bei den pflanzenbasierten Produkten sind wir genau an diesem Punkt. Ob und wie Innovationen angenommen werden, kommt auch auf Marketing und Produktpatzen an. Wir haben am Anfang ganz viele Produkte hergestellt im Bereich vegan, vegetarisch und haben damit bewusst eine Zielgruppe angesprochen. Das sind aber sehr wenig Leute. Wenn man die Produkte hingegen ganz normal mit ins Regal stellt, dann kauft sie auch der Flexitarier. Denn auch im Bereich Geschmack hat sich viel getan. Die Produkte erfüllen jetzt auch die Erwartungshaltungen von jemandem,

der gerne Fleisch isst. Eine große Hürde wird allerdings der Preis bleiben. In Europa, vor allem im DACH-Raum, sparen die Menschen in wirtschaftlich schwierigen Zeiten gerne an Lebensmitteln. Und mit innovativen Produkten ist ein niedriger Preis sehr schwer zu erreichen.

Warum greifen Kund:innen zum alternativen Proteinprodukt – Gesundheit, Geschmack, Nachhaltigkeit, Preis ...?

POPPE: Wir haben ein krasses Attitude-Behaviour-Gap. Die Leute sagen, dass sie sich gesund und nachhaltig ernähren wollen, im Wagerl liegt das Gegenteil davon. Wenn etwas schmeckt und convenient ist, wird nicht auf die Inhaltsstoffe geschaut. Was wir auch sehen, ist eine ganz starke Steuerung über den Preis. Was es tollen Innovationen oft schwer macht, weil sie am Anfang einfach etwas teurer sind, da noch nicht hochskaliert. Die Themen Nachhaltigkeit und Gesundheit sind nachrangig. Ich würde mir wünschen, der Geschmack stehe ganz oben. Denn wenn wir tolle Produkte herstellen, die clean label sind, einfach zu handhaben und geschmacklich überzeugen, dann hätten wir auch den Gesundheitsaspekt erledigt.

Was ist das größte Missverständnis über alternative Proteine?

POPPE: Oft findet ein Bashing von Alternativprodukten statt, weil man sie pau- ▶

MADE IN AUSTRIA



»Die Oberbank bucht Werbung in den österreichischen Medien, weil uns der Wirtschaftsstandort Österreich am Herzen liegt. Wir brauchen unabhängige Medienunternehmen genauso wie unabhängige Banken, die in der Region für die Region erfolgreich arbeiten!«

Dr. Franz Gasselsberger, Generaldirektor Oberbank

© Joachim Haslinger

MADE FOR AUSTRIA

Eine Initiative der österreichischen Medien für mehr Wertschöpfung, Transparenz und Wirkung.



2015
Die Novel Food Verordnung (EU) tritt in Kraft.



2018
Erste pflanzliche Alternative für Thunfisch von Ocean Hugger Foods.



2019
Perfect Day bringt das erste Produkt mit Milchprotein aus Präzisionsfermentation auf den Markt.



2021
Mehlwurm als erstes Insekt als Lebensmittel in der EU zugelassen.



2023
Markteinführung eines pflanzlichen Räucherlachs aus Spirulina-Algen durch SimpliiGood.



schal in eine Reihe mit stark verarbeiteten Lebensmitteln stellt. Ja, einige Produkte haben einen hohen Technologiegrad. Aber entscheidend ist doch, welche Zutaten und Nährstoffe drinstecken, nicht allein die Zahl der Verarbeitungsstufen. Sonst würden am Ende auch Sauerkraut oder Schwarzbrot zu den ‚bösen‘, hochverarbeiteten Lebensmitteln zählen. Und das Eiweißabspalten aus Pflanzen muss ja auch nicht zwingend chemisch erfolgen. Alternative Proteine sollten wir schlicht als Lebensmittel betrachten: Sie können ein ganz normaler Teil einer gesunden Ernährung sein. Pflanzliche Proteinprodukte liegen ohnehin seit Langem auf unseren Tellern, manche in traditionellen Formen schon seit Jahrhunderten.

Nicht nur für die Lebensmittelhersteller, auch für andere Branchen sind alternative Proteine und die Technologien dahinter interessant ...

POPPE: Themen wie Biomasse-Fermentation oder Cultivation treiben auch Branchen wie Kosmetik oder Pharma um. Und schon jetzt gibt es erste Firmen, die Textilien aus Reststoffen der Proteinaufspaltung herstellen oder Kunststoffe mit Proteinpflanzensfasern anreichern, um den CO₂-Footprint zu senken. Wenn wir es schaffen, echte Kreisläufe aufzubauen, gibt es keine Neben-, nur Hauptströme, wo direkt in der Fabrik noch ein zusätzlicher Rohstoff produziert wird. Das hätte einen Rieseneffekt. Und erst kürzlich habe ich ein Start-up gesehen, das invasive Krabben zu hochwertigem Hühnerfutter verarbeitet – ein Win-win. Fantastisch, denn all das trägt dazu bei, dass alternative Proteinen weiterkommen.

Neun von zehn Start-ups scheitern trotz großartiger Innovationen ...

POPPE: Sie kommen irgendwann an den Punkt, wo das Produkt skaliert werden soll. Doch was in einem Thermomix im Labor funktioniert, passt nicht unbedingt auf die industrielle Anlage. Mit einem Contract Manufacturer gebe ich meine Produktion aus der Hand, das kann schief gehen. Wenn ich selbst herstellen will, brauche ich Anlagen und dafür sehr viel Geld. Doch für Novel Food in Europa Investor:innen zu finden, ist sehr schwer. Und ganz generell unterschätzen halt auch viele Start-ups, was ein Lebensmittel ist. Was ist Lebensmittelrecht? Was darf ich auf die Verpackung schreiben? Welche Inhaltsstoffe dürfen drin sein? Da gehen einige leider zu naiv ran. Die Produkte kommen nie auf den Markt.

Sind die vielen EU-Regulierungen Innovationsbremse?

POPPE: Tatsächlich bin ich mit vielen Expert:innen einer Meinung: Wir brauchen die Novel-Food-Regulierung und Sicherheit für unsere Lebensmittel. Das Problem sind die Prozesse: Viele Unternehmen wissen gar nicht genau, welche Daten und Unterlagen sie für einen Zulassungsantrag brauchen. Viele Dossiers kommen deshalb gar nicht bis in die eigentliche Prüfphase. Wer es doch schafft, steckt dann in einem sehr langen Verfahren fest. In Singapur sprechen wir oft von unter zwölf Monaten, in den USA von etwa einem Jahr bis 15 Monaten; hier in Europa kenne ich niemanden, der in weniger als drei Jahren durchgekommen ist. Da müssen wir etwas tun: Beschleunigen, besser organisieren, Vorprozesse aufbau-

en. Ich stelle die EFSA und den Sicherheitsstandard auf EU-Ebene überhaupt nicht infrage, nur die Geschwindigkeit und den politischen Anschluss. Das PAFF-Komitee, in dem alle Mitgliedstaaten vertreten sind, entscheidet am Ende politisch, ob etwas zugelassen wird oder nicht. Die Produkte sind sicher, aber es geht um landespolitische Interessen und Lobbyeinflüsse. Diese Möglichkeit, sichere Produkte auf Länderebene zu blockieren, sollte abgeschafft werden. Europa könnte hier Vorreiter sein. Stattdessen gehen tolle Start-ups in die USA. Nicht, weil sie das wollen, sondern weil sie wissen: Wenn sie in fünf Jahren keinen Umsatz generieren, sind sie weg vom Markt.

Welchen Schub(s) braucht die Proteinwende am nötigsten?

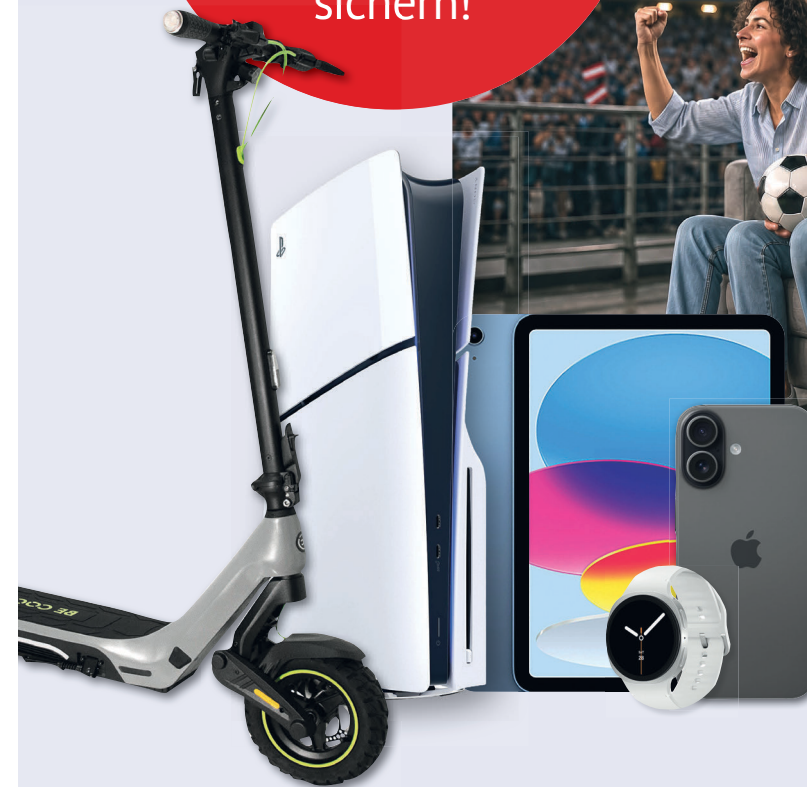
POPPE: Die Überzeugung, dass wir einen zukunftsfähigen (Massen-)Markt gestalten können. Helfen würden verlässliche politische Signale. Etwa Förderprogramme für den Anbau alternativer Proteinpflanzen, Investitionszuschüsse für Verarbeitungsanlagen, vereinfachte Genehmigungsverfahren. Ohne Planbarkeit keine Investitionen – weder in der Landwirtschaft noch in der Industrie. Gleichzeitig müssen Landwirtschaft, Forschung, Start-ups, etablierte Marken, Maschinenbau und Handel enger zusammenarbeiten. Ich arbeite ja mit verschiedenen Stakeholdern, und ich würde mir wünschen, dass es ein Wir gibt, dass alle miteinander Wertschöpfung neu denken und gemeinsam daran arbeiten – ohne Themenbashing, ohne Angst. Geben wir uns selbst die Möglichkeit, in Europa etwas ganz Tolles aufzubauen! ■

KURIER



Die WM 2026 hautnah erleben!

Jetzt
GRATIS
Prämie
zum KURIER Abo
sichern!



2023



3D-gedrucktes Lachsfilet aus Mykoprotein von Revo Foods kommt auf den Markt.

2024



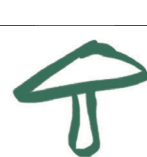
Erster offizieller Zulassungsantrag für kultiviertes Fleisch in der Europäischen Union durch Gourmey.

2024



Frischkäse mit Koji-Protein von Formo kommt in die Supermärkte.

2025



Nosh.bio und Kynda gehen Industriepartnerschaften ein, um Pilzmyzel marktreif zu machen.

2026



Und jetzt?

kurierabo.at/wm2026



Was gibt's zum Essen?



Zwei Food-Trends bestimmen die nächsten Jahre: Maxxing und Newstalgia. Während der eine auf funktionelle Lebensmittel setzt, bedient der andere die Sehnsucht nach der guten alten Zeit. Auf den ersten Bissen will das nicht so recht zusammenpassen, schmeckt aber dem Zukunfts-Ich.

Text
Daniela Schuster

„Ballaststoffreich!“, „High Protein!“, „Mit Vitamin D und extra Kalzium!“. In den Supermarktregalen und Kühltheken schreien uns bunte Aufdrucke entgegen, welche inneren Werte in den Lebensmitteln stecken. Wo von Natur aus zu wenig geboten wird, helfen Zusätze nach. Denn auch 2026 zählt „Maxxing“ weiterhin zu den großen Ernährungs- und Lebensmittelrends. „Nicht der Verzicht, sondern ein ‚Mehr ist besser‘ steht im Vordergrund“, fasst es Hanni Rützler, Ernährungswissenschaftlerin und Foodtrendforscherin zusammen. Statt (nur) auf Kalorien schauen die Konsument:innen auf Nutrition, die Grenze zwischen Essen und Nährstoffen verschwimmt zunehmend.

In den Vorjahren war Protein-Maxxing das bestimmende Thema. Die Agrarmarkt-Analyse von AMA-Marketing, die unser Einkaufsverhalten untersucht, wies 2025 deutliche Zuwächse aus bei pflanzlichen Proteinquellen und proteinreichen Milchprodukten. Allein Skyr legte beim Absatz um zwölf Prozent zu, war nach Influencer-Hypes tageweise sogar ausverkauft. Und die Becher gingen nicht etwa nur an junge Social-Media-Nutzer:innen. Laut einer IMAS-Umfrage nimmt jede:r zwölfte Österreicher:in täglich (Extra-) Proteine in Form von Joghurt, Riegeln oder Drinks zu sich, ein gutes Drittel zumindest wöchentlich. Sie versprechen sich davon Unterstützung beim Abnehmen und/oder beim Aufbau von Muskelmasse.

Nährstoffreich vs. Ernährungsarmut

Und wie sieht Maxxing 2026 aus? Der aktuelle Report „Globale Lebensmittel und Getränke“ von Mintel, einer der weltweit führenden Marktforschungsagenturen, vermeldet, dass sich die Verbraucher:innen zunehmend von den viral verbreiteten, sehr engen Konsumvorgaben für einzelne Inhaltsstoffe lösen. In Zeiten, in denen Ernährungs- und Gesundheitstipps frei verfügbar sind, Einflüsse aus den Weltküchen zunehmen und via Health-Tech oder KI in Sekunden personalisiert werden können, rücken ganzheitlichere Ernährungsweisen in den Fokus, die die funktionellen

Vorteile einer Vielzahl unterschiedlicher Nährstoffe in den Mittelpunkt stellen. Eine positive Entwicklung, die das Risiko ernährungsbedingter chronischer Krankheiten verringern kann, eine lange Liste zusätzliche Benefits mitbringt – für Darmgesundheit, Hautbild, Hirnleistung, Energielevel – und in Summe mit Longevity in Verbindung gebracht wird.

Jedoch können nicht alle Verbraucher:innen gleichermaßen davon profitieren. 2023 förderte eine Studie der Gesundheit Österreich GmbH zutage, dass etwa zwölf Prozent der Österreicher:innen von moderater oder sogar schwerer Ernährungsarmut betroffen sind. 1,1 Millionen Menschen müssen sich hierzulande aus finanziellen Gründen bei der Versorgung mit Lebensmitteln bei Qualität und Quantität einschränken. Und weil gerade Functional Food und frisches Bio-Gemüse oftmals mit Preisaufschlag daherkommen, landen diese Produkte nicht oder nur selten im Wagerl.

Managementprojekt am Herd

Maxxing muss man sich leisten können. Doch auch jene Verbraucher:innen, die nicht beim Einkauf sparen müssen, erreichen die empfohlenen Richtwerte für eine ausgewogene Ernährung kaum. Während die Versorgung mit Proteinen auch ohne Spezialprodukte meist kein Problem darstellt, kommen laut Erhebungen von Statistik Austria nur 5,5 Prozent der Österreicher:innen auf die idealen fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag. Da ist es auch kein Wunder, dass 93,1 Prozent der Teilnehmer:innen einer Studie der MedUni Innsbruck die empfohlene Mindestmenge von 25 Gramm Ballaststoffen nicht schafften. Denn die stecken hauptsächlich in pflanzlichen Lebensmitteln. „Die mittlere tägliche Ballaststoffzufuhr betrug nur 15,72 Gramm“, so Studienautorin Maria do Carmo Greier. Mit gewichtigen Folgen: „Die Ballaststoffzufuhr korrelierte negativ mit dem BMI – je niedriger die Aufnahme, desto höher das Körpergewicht.“

Viele Verbraucher:innen sind trotz Produkthinweisen und technologischer Unterstützung anscheinend überfordert in Sachen ausgewogener Ernährung. Oder

fühlen sich zumindest so. Verständlich. Suchte man einst nach Rezepten mit einem ausgewogenen Geschmack-Kalorien-Verhältnis, gilt es nun auch noch Darmbiom und Blutzuckerspiegel, Muskelaufbau und Knochendichte, Diabetesvorsorge und Demenzprävention im Blick zu behalten. Von Unverträglichkeiten, Intoleranzen und Allergien gar nicht zu sprechen. Und dann will man seine Entscheidungen ja auch noch nachhaltig, tierfreundlich und klimaneutral treffen. Eine Gemengelage, die die Nahrungsaufnahme zunehmend zum Managementprojekt macht.

Phänomen Newstalgia

Wo aber penible Ernährung das selbstvergeessene Schwelgen im Genuss verdrängt, wo Essen Funktionalitäten statt Vergnügen mitbringt und Lebensmittel zwar ein gesundes Morgen versprechen, aber im Heute nicht glücklich machen, entsteht erst Sehnsucht und dann irgendwann Widerstand. Und zwar in Form eines zweiten großen Foodtrends, der 2026 endgültig im Mainstream angekommen ist: Newstalgia. Der Begriff kombiniert „News“ mit „Nostalgia“ und steht für die Verbindung von alten Traditionen mit moderner Kulinarik und Technologie. Sprich: Die Zukunft schmeckt nach dem vertrauten Gestern, kommt aber mit innovativer Garnierung daher.

„Für Gastronomie, Marken und den Handel eröffnet dieser Trend vielfältige Geschäftsmöglichkeiten, denn Newstalgia verbindet emotionale Kundenbindung mit Innovationspotenzial“, betont das Forum Esswirtschaft. In den Retro-Innovationen inkludiert: mit Liebe gekochte Traditionsgerichte, abgeschmeckt mit Nachhaltigkeit und Longevity. „Großmutter's Sauerbraten kann zum veganen Signature-Dish werden, Obstkuchen erhalten eine Glasur aus Matcha, Snacks aus den 1990ern lassen sich als gesunde Pop-up-Specials wiederbeleben.“ Der Trend geht jedoch noch weit über Geschmack hinaus: „Essen wird als Ausdruck von Identität, Tradition und Gemeinschaft verstanden. Dadurch werden die Inszenierung von Gerichten, Storytelling und Erlebniselemente immer wichtiger“, so das Forum Esswirtschaft.

Gastronomen reagieren darauf mit kuratiertem Handwerk, Sauerteig-Workshops und Bio-Fermentationsmenüs. Und oft ist der Gedanke an die Großmutter – inklusive aller positiven Assoziationen – auch Teil des Gesamtprogramms. So heißt etwa das Wirsberger Bistro von Sterne-Koch Alexander Herrmann „oma & enkel“. Bei Tim Raue in Berlin schmeckt „Oma Gerdas Eisbein“. Und in Hamburg und Wien setzen der „OmaLiebe Lunch Club“ oder das Café „Vollpension“ die Erzählung sogar als Erlebnisformat um: Dort kochen und backen gleich die Seniorinnen selbst – nach eigenen Familienrezepten.

Der Handel wiederum setzt auf Erlebnismärkte mit Unverpackt-Stationen und regionalen Bauern-Ecken, um Transparenz und Vertrauen zu schaffen. Zwischen den Supermarktregalen: kuratierte DIY-Sortimente mit Fermentiergläsern und Simperln. Was damit zu tun ist, liest man dann auf den Webseiten der Handelsketten nach. Sie liefern die passenden Rezepte und Ratgeber. Und ihr Marketing-Clou „Wissenstransfer“ treibt auch gleich noch andere Branchen mit: Der Absatz von Hochbeeten und Saatgut oder hochwertigen Küchenmaschinen und Dörrautomaten steigt.

Retro sells

Dass Nostalgie verkauft, ist kein neues Phänomen. Erinnerungen an frühere Zeiten zu wecken, um positive Emotionen hervorzurufen und damit die Bindung zu den Konsument:innen zu stärken, ist seit Jahrzehnten ein gezieltes Marketing-Instrument. „Studien zeigen, dass nostalgische Inhalte das Belohnungssystem im Gehirn aktivieren und die Kaufbereitschaft erhöhen“, so das Branchenblatt Extradienst. Und Produkte über Gefühle statt Argumente zu verkaufen, funktioniert heute via Social-Media gleich noch mal besser.

Im digitalen Zeitalter liefert die Retro-Aufmachung von Kampagnen und Produkten außerdem etwas, was rar geworden ist: einen Hingucker mit Wiedererkennungswert, der Aufmerksamkeit generiert. „Die Verbindung von altbekannten Gestaltungselementen mit modernen Kanälen sorgt dafür, dass die ▶

Foto: Shutterstock; Illustration: Christin König/KI-Unterstützt

Marke gleichzeitig vertraut und relevant wirkt“, so Extradienst. Immer vorausgesetzt natürlich, das Nostalgie-Marketing ist glaubwürdig. Weiterer Stolperstein: Die Referenz an früher spricht nicht alle Alters- und Kulturgruppen gleichermaßen an. Oberflächliche Retro-Optik allein reicht also nicht, die Unternehmen müssen ihre Markt- und Zielgruppenforschung schon erledigt haben.

Essen für die Polykrise

Insgesamt funktionieren Lebensmittel und Getränke, die in den Traditionen der Vergangenheit verwurzelt sind, aber in der Regel am Markt. Denn sie bedienen mehr als nur die Sehnsucht nach den guten alten einfachen Zeiten. Nach Jahren der Polykrisen und in einer zunehmend komplexen, von KI geprägten Welt geben sie Verbraucher:innen auch „das Gefühl, wieder Kontrolle zu gewinnen und sich weniger verletztlich zu fühlen“, schreibt der Mintel-Report. So ist zum Beispiel das Revival von Einkochen, Einlegen oder Fermentieren auch eine Absicherung gegen Versorgungskrisen und immer weiter steigende Preise. Und nicht zuletzt sind diese alten Techniken eine probate Lösung für das Problem der Lebensmittelverschwendung.

Besonders erfolgreich sind daher Unternehmen, die Konsument:innen dabei unterstützen, sich vorzubereiten, sich anzupassen, sich selbstwirksam zu fühlen, „sich im Alltag nicht nur durchzuschlagen, sondern wirklich zu gedeihen“, betonen die Mintel-Expert:innen. Heißt: Resilienz landet nun auch in den Regalen und am Teller. Und sie bezieht sich sowohl auf Herausforderungen wie den Klimawandel oder Lieferkettenstörungen als auch auf die Vorbeugung chronischer Krankheiten. So werden kulturell verwurzelte Techniken wie Fermentation auch deshalb an Bedeutung gewinnen, weil sie nachweislich die Darmgesundheit unterstützen.

Essen für die Polykrise

Hier schließt sich der Kreis zum Maxxing-Trend. Auch die Angebote mit Retro-Charme müssen letztlich beweisen, dass sie dem zukünftigen Ich dienen. Im besten Fall sind sie nämlich nicht nur Lebens-

80

Prozent der neu auf den Markt kommenden Lebensmittelprodukte scheitern im ersten Jahr. Ein Grund: Ein durchschnittlicher Haushalt deckt über 80 Prozent seines Bedarfs mit immer denselben rund 150 Standardartikeln ab.

Quelle: Food Biz Mentoring, Harvard Business Review

sondern auch Hausmittel, wenn nicht sogar Heilmittel. „Marken, die sich auf traditionelle Zutaten und alte Heilmittel stützen, werden vom Vertrauen der Verbraucher:innen profitieren“, versprechen die Trendforscher:innen. „Sie werden als kulturelle Hüter angesehen und respektiert, kombinieren köstlichen Geschmack mit einer langen Geschichte funktioneller Vorteile und bieten die Nachhaltigkeitsvorteile zirkulärer Traditionen.“

Und was gibt's übermorgen?

Also gestern für heute. Aber was werden wir 2030 essen? Mintel sieht Praktiken wie Fermentation und natürliche Konservierung vom Nischeninteresse zur Mainstream-Strategie wachsen. „Alltägliche Grundnahrungsmittel wie eingelegtes Gemüse, saisonales Getreide und fermentierte Snacks werden als smarte, nachhaltige Optionen neu positioniert. Diese Verschiebung wird besonders in preissensiblen Märkten widerhallen, wo Resilienz nicht nur ein Wert, sondern Notwendigkeit ist.“

Apropos Notwendigkeit: Wir werden nach Ersatz für Zutaten suchen müssen, die uns heute selbstverständlich erscheinen, aber in Zukunft knapp(er) werden. So werden etwa die Gemüseabteilung und das Regal für Nudelsoßen deutlich weniger rot erscheinen. Grund: steigende Preise und sinkende Verfügbarkeit von Paradeisern. Verbraucher:innen wie Marken müssen Einfallsreichtum beweisen und tomatenfreie Soßenvarianten kreieren – ob aus Käse oder pflanzlicher Sahne, Paprika oder Pesto-Kräutern.

Um der Lebensmittelverschwendung Herr zu werden, wird „Upcycling“ im Foodbereich zum großen Thema werden. Ein Vorreiter-Beispiel dafür sind etwa die „Farmer Bob Beyond Berries“, die 2025 auf der Natural Products Expo West präsentiert wurden. Beeren, die für den Ver-

kauf nicht perfekt genug sind, landen über Umwege dennoch in Smoothies, Kuchen und Müslis. Sie werden zusammen mit Datteln zu Püree verarbeitet, das anschließend in Beerenform eingefroren wird.

Und auch Fleisch wird nicht verschwinden oder durch Ersatzprodukte gänzlich verdrängt, sondern neue Formen annehmen. Zum Beispiel sollen verarbeitete Fleischprodukte laut den Trendforschern durch die Verwendung von Innereien sogar erschwinglicher – und nährstoffreicher – werden.

Geschmack von Geopolitik und KI

Was auf unseren Tellern landet, wird zudem die geopolitische Lage mitbestimmen. „Alles, was heimisch und zollfrei zu bekommen ist, findet bei Käufer:innen, die nach Stabilität in der Lieferkette, bei Preisen und Produktdifferenzierung suchen, Anklang“, sagt Bryon White, CEO von Yaupon Brothers American Tea Co. Und er muss es wissen. Denn seine Firma freute sich über den sprunghaften Anstieg der Nachfrage nach Yaupon, als die US-Zölle die Teepreise in die Höhe trieben. Yaupon, Nordamerikas einzige heimische koffeinhaltige Pflanze erlebte einen Hype.

Und dann wäre da natürlich noch die künstliche Intelligenz, die Daten aller Art nach Essbarem durchforstet. Dank ihr ist zum Beispiel „Garum“ zurück, eine fermentierte Fischsauce aus der Römerzeit. Auf Grundlage antiker Quellen lässt die KI eine alte Antwort auf die aktuelle Nachfrage nach Umami-Aromen wieder aufleben. Und wer weiß, was sie noch ausgräbt, weiterentwickelt, erfindet ...

Ob uns die 2030er-Mischung aus Kreativität und Notwendigkeiten, geopolitischen Einschränkungen und technischen Möglichkeiten schmecken wird? Dafür werden Hersteller, Handel und Gastronomen schon sorgen. Ist ja ihr Geschäft. ■

Foto: Shutterstock

Mein
URLAUB2026

SOMMER WIE ER SEIN SOLL

In den Silent Villas erwarten Sie luxuriöser Komfort, wohltuende Ruhe und entspannte Stunden in Ihrem privaten Spa direkt am Badeteich. Ein Rückzugsort für alle, die den Sommer bewusst genießen möchten – nur eine Stunde von Wien entfernt.

Für Silent Villas Aufenthalte bis Ende September 2026 zusätzliche Extras mit dem Angebot „Mein Urlaub 2026“ erleben.

SILENT.VILLAS

THERME LAA | HOTEL | SILENT SPA | VILLAS
Thermenplatz 3, 2136 Laa an der Thaya
+43 (0) 2522 / 84 700
rezeption@silent.villas

Ein Resort der:

PORSCHE



Seltsam:
Was auch immer wir bauen,
wird am Ende ein Sportwagen.

DER NEUE CAYENNE TURBO ELECTRIC COUPÉ.

Cayenne Turbo Coupé Electric – Stromverbrauch kombiniert: 19,9–21,9 kWh/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 0 g/km.
Stand 06/2026. Die angegebenen Werte wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren VO (EG) 715/2007 (in der gegenwärtig geltenden Fassung) im Rahmen der Typengenehmigung des Fahrzeugs auf Basis des neuen WLTP-Prüfverfahrens ermittelt.