

memon®

# renature

memon.eu  
D 4,90 €  
AT 5,20 €  
CH 5,90 CHF

DEIN MAGAZIN FÜR EINEN NATÜRLICHEN LIFESTYLE

Ausgabe 2023

**UMWELT  
& NACHHAL-  
TIGKEIT**

Natürlich leben  
mit digitaler  
Technik

## Künstliche Intelligenz

Was kann KI - und wie weit gehen wir?

**memon®**

**Renature your Life**



## Liebe Leserinnen und Leser,

**A**m Anfang unserer Technologie stand die grundlegende Erkenntnis: „Information verändert das Verhalten von Materie“. So hat es der Entwickler der memon Technologie Winfried Dochow vor mehr als zwei Jahrzehnten formuliert.

Ich möchte es noch einmal wiederholen: „Information verändert das Verhalten von Materie.“ Information ist der Anfang von allem. Wenn ich mich mit jemandem verabrede, gebe ich ihm die Information, wann und wo wir uns treffen. Diese Information verändert mein Verhalten und löst eine Reaktion aus: Ich begeben mich zum vereinbarten Zeitpunkt an den vereinbarten Ort. Wenn ich einen Brief von meiner Bank bekomme, in dem mein Kreditantrag bewilligt wird, verändert mich diese Information ebenfalls. Ich freue mich und kaufe das Haus, für das ich den Kredit beantragt habe. Und wenn ich einen Brief bekomme, in dem mein Antrag abgelehnt wird, verändert mich auch das. Ich bin enttäuscht oder wütend und kann meinen Traum nicht erfüllen. Einzig und allein die Qualität der Information – positiv oder negativ – kann das ganze Leben verändern. Auf diesem Prinzip beruht die memon Technologie. Sie ist die gute Information respektive der Brief, in dem mein Kreditantrag bewilligt wird.

Das Magazin, das Sie gerade in Händen halten, liefert Ihnen ebenfalls jede Menge Informationen. Mit spannenden Artikeln – beispielsweise zu den Hintergründen der Grenzwerte – liefern wir Ihnen Informationen, die sonst nur unter dem Radar zu finden sind. Mit unserem Magazin „renature“ wollen wir das Bewusstsein der Menschen für solche Themen schärfen. Gleichzeitig möchten wir für Sie, liebe Leserinnen und Leser, etwas zum Positiven verändern, indem wir Ihnen Lösungen aufzeigen. Unsere Produkte ermöglichen es, Sie frei von negativen Umweltbelastungen leben zu lassen, tief durchzuatmen, renaturiertes Wasser zu trinken und eine Umgebung zu genießen, die frei von Belastungen durch Elektromog ist.

In diesem Sinne Renature Your Life – und viel Spaß beim Lesen!

Herzlichst,  
Ihr Hans Felder

## MEINE TOP 3 THEMEN



### SCHÜTZEN UNS DIE GRENZWERTE?

Warum Wissenschaftler seit Jahren eine Neuregelung der Grenzwerte für Handystrahlung fordern, **S. 52**

.....



### UNSER BESTSELLER FÜR ZUHAUSE

Wie Sie moderne Technik sicher und entspannt nutzen – zu Hause und am Arbeitsplatz, **S. 20**

.....



### DIE ERGEBNISSE AUS DER FORSCHUNG

Wissenschaftler untersuchen die Wirkung von memon auf Zellen und Herz – die sensationellen Resultate, **S. 66**





12

Künstliche Intelligenz polarisiert, denn sie ist Fluch und Segen zugleich

# Inhalt

## UNTERNEHMEN

- 6 5 FRAGEN AN... ERIKA UND HANS FELDER**  
Die beiden Unternehmer über Risiken und Chancen von KI
- 8 ZUKUNFTSTECHNOLOGIE – MADE IN GERMANY**  
Von der Vision bis zur Gründung von memon bionic instruments
- 11 6 GUTE GRÜNDE FÜR DIE MEMON TECHNOLOGIE**  
Umweltbelastungen betreffen jeden – die Lösung kommt von memon

## TITELSTORY

- 12 KÜNSTLICHE INTELLIGENZ**  
Wo KI uns hilft und wo sie uns manipuliert – ein Überblick

## NEWS & INNOVATIONEN

- 20 MEMON BESTSELLER: DER MEMONIZER COMBI**  
Wofür Sie das Basisgerät brauchen und wo Sie es einsetzen
- 22 KI IM SPORT**  
Exklusiv-Interview mit DSV-Trainer Charly Waibel

- 24 INTERVIEW JULIA GÖRGES**  
Der ehemalige Tennistar spricht über seine Erfahrungen mit memon
- 25 STEFAN FELDER IM INTERVIEW**  
So wird memon fit für zukünftige Herausforderungen
- 26 SPORTLERAUSSAGEN ZUM MOBILE**  
Was Leistungssportler über memon berichten

## GESUNDHEIT IM UNTERNEHMEN

- 28 KURZ & GUT**  
Wissenswertes rund um die Gesundheit am Arbeitsplatz
- 30 GESUNDE MITARBEITER**  
Tipps für mehr Gesundheit und Motivation am Arbeitsplatz

## ERFOLGSGESCHICHTEN

- 34 KURZ & GUT**  
Inspirierende und erfolgreiche Geschichten aus aller Welt
- 36 UNTERNEHMER IM INTERVIEW**  
Thomas Hierat und Oliver Zauritz über den Schutz vor Elektromog zu Hause, am Arbeitsplatz und im Unternehmen

- 40 DAS MEMON UMWELTSIEGEL**  
Auszeichnung für Unternehmen mit Bewusstsein
- 41 MEMON PARTNER WERDEN**  
Erfolgreiche memon Partner erzählen von ihren Erfahrungen

## INFO & WISSEN

- 42 KURZ & GUT**  
Spannende News und Meldungen, die Sie kennen sollten
- 44 5G-AUSBAU**  
Warum Wissenschaftler mit Sorge in die Zukunft blicken
- 48 DER MEMONIZER MOBILE**  
Sicher und entspannt telefonieren mit dem Premiumprodukt
- 50 DAS DIGITALE DILEMMA**  
Der neue Film von Investigativjournalist Klaus Scheidsteger
- 52 SCHÜTZEN GRENZWERTE VOR HANDYSTRALUNG?**  
Warum Wissenschaftler Alarm schlagen und neue Grenzwerte fordern
- 56 GUT ZU WISSEN**  
Neues, Kurioses, Hilfreiches und Witziges aus aller Welt





58

Digital Detox - eine bewusste Auszeit von digitalen Medien - kann unseren Geist fördern



70

Die bahnbrechenden Ergebnisse der Stiegl-Studie im Überblick

**58 DIGITAL DETOX**

Sind wir ohne Smartphone glücklicher und kreativer?

**61 MEMON PODCASTS**

Menschen erzählen ihre spannenden Lebensgeschichten

**FORSCHUNG & ENTWICKLUNG**

**62 KURZ & GUT**

Spannendes aus der Welt der Wissenschaft

**64 DIE MEMON TECHNOLOGIE**

Wie funktioniert memon bei Elektromog, Feinstaub, Wasser?

**66 ZELLFORSCHUNG IM LABOR**

memon als einziges Unternehmen weltweit ausgezeichnet

**68 BLUT UNTER DEM MIKROSKOP**

Blutanalysen zeigen Einfluss von Elektromog auf Blut

**70 DIE STIEGL STUDIE**

Wissenschaftliche Studie belegt Wirkung von memon

**GESUNDHEIT & FITNESS**

**76 KURZ & GUT**

Wissenswertes für mehr Gesundheit und bessere Fitness

**78 5 ERNÄHRUNGSMYTHEN**

Die größten Fakes rund ums Thema Ernährung

**SOZIALES**

**82 EINE HERZENSANGELEGENHEIT**

Seit mehr als 20 Jahren Einsatz für soziale Projekte weltweit

**MEMON PRODUKTE**

**84 PREMIUMPRODUKTE MADE IN GERMANY**

Qualität und Nachhaltigkeit von der Fertigung bis zum Endprodukt

**86 PRODUKTE IN DER ÜBERSICHT**

Die Ergebnisse intensiver Forschungs- und Entwicklungsarbeit

**STANDARDS**

**3 Editorial**

**98 Weitere Informationen über Umweltbelastungen**



66

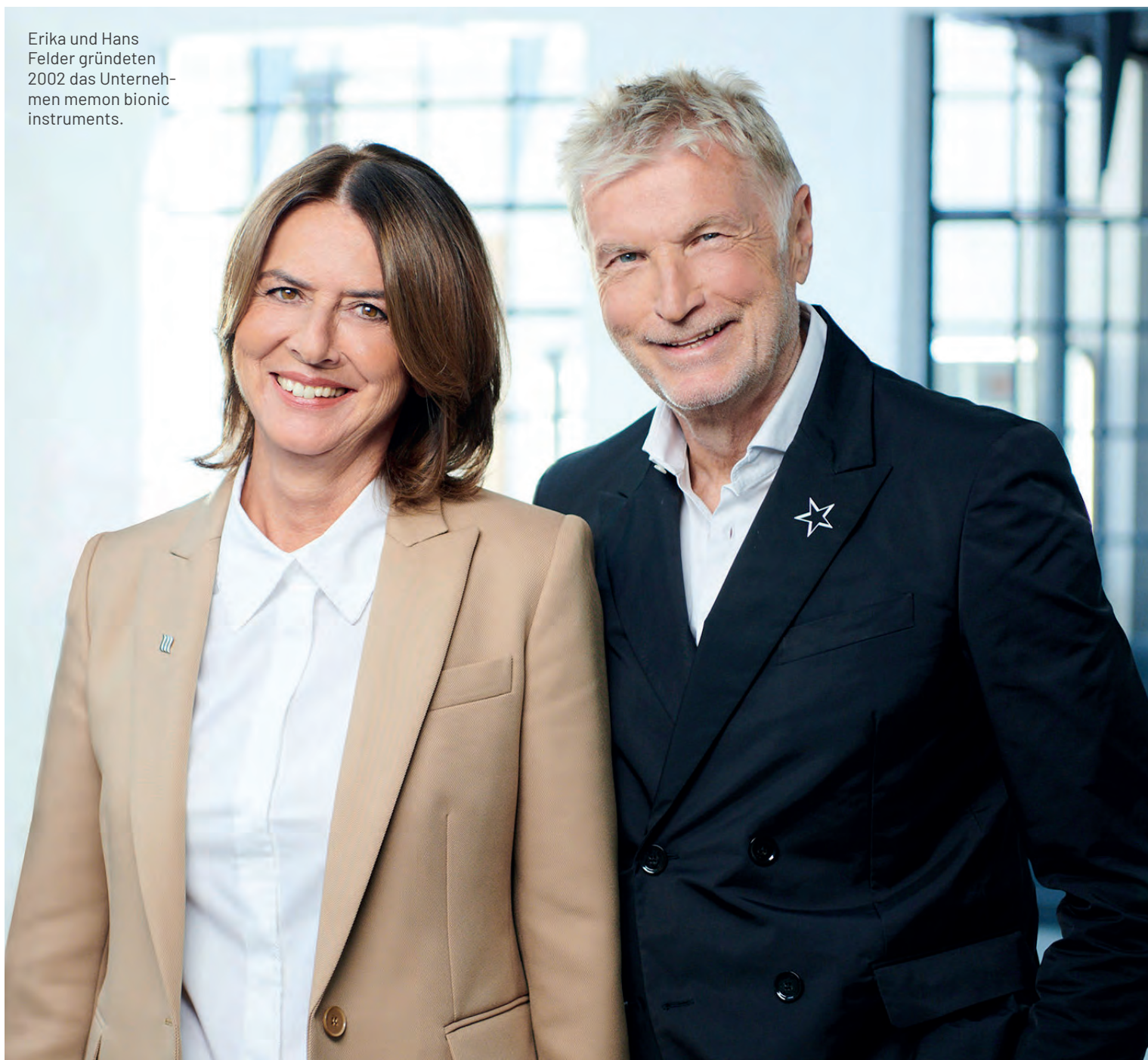
Zellbiologe Prof. Peter C. Dartsch erforscht die Wirkung von memon auf die Zellvitalität

48

Einfach und sicher: die memonizer für Ihren digitalen Alltag



Erika und Hans  
Felder gründeten  
2002 das Unterneh-  
men memon bionic  
instruments.



# 5 Fragen an... Erika und Hans Felder

Im Interview sprechen die beiden Gründer von memon über die Chancen, Risiken und die Herausforderungen von Künstlicher Intelligenz



## Haben Sie selbst schon mal eine KI-Anwendung genutzt?

**Erika Felder:** Man verwendet GPS, Spracherkennung und verschiedene Apps ja schon seit Längerem ganz selbstverständlich. Allerdings muss ich gestehen, dass ich vor Kurzem ein Telefonat mit einer Bank hatte, um ein neues Geschäftskonto zu eröffnen und ich erst nach einer gewissen Zeit gemerkt habe, dass ich mit einem Roboter rede! Von daher glaube ich, dass wir viel öfter mit KI in Verbindung sind, ohne dass es uns bewusst ist. Es gehört in fast allen Lebensbereichen inzwischen schon zu unserem Alltag.

**Hans Felder:** Denken Sie an Avatare, die so gut sind, dass man kaum merkt, dass es sich hier um KI handelt. Das wird sich weiter perfektionieren, so dass man gar nicht mehr zwischen einem Menschen und einer KI unterscheiden kann.

## Worin sehen Sie die Chancen und Risiken Künstlicher Intelligenz?

**Hans Felder:** Mit KI ist es wie mit einem Messer: Ich kann damit Brot schneiden, aber auch jemanden umbringen. Es kommt also immer auf jeden Einzelnen an, wie er damit umgeht. KI ist nicht mehr aufzuhalten. Und ob etwas letztlich gut oder schlecht ist, entscheiden die ethische Einstellung und der verantwortungsvolle Umgang damit. Die Angst, die bei KI vorherrscht, ist, dass sehr viele Arbeitsplätze verlorengehen könnten. Beispielsweise heißt es, dass die Buchhaltung weitgehend von der KI erledigt werden kann. Damit würde man aber auch das Persönliche verlieren. Und der Mensch ist es doch, der uns mit seiner Individualität kreative Ideen liefert, wozu die KI niemals in der Lage sein wird.

**Erika Felder:** Es gibt da zwei Seiten, keine Frage. Wenn ich als Mensch mit einem gewissen Verantwortungsbe-

„Es sollte auch bei KI darum gehen, nach dem Vorbild der Natur zu handeln und letztlich bei allen Maßnahmen darauf zu achten, dass es zu Niemandes Nachteil ist.“

**Erika Felder**  
Geschäftsleitung memon

wusstsein KI einsetze, ist es eine gute Sache und dann ist Unglaubliches möglich. Beispielsweise in der Medizin, wo KI Menschen nach einem Unfall oder mit einer schweren Erkrankung wieder zu mehr Lebensqualität verhelfen kann. Aber es gibt eben auch die andere Seite, dass wir durch KI immer transparenter werden, kontrollier- und steuerbar. Wo bleibt da der Mensch? Für mich ist deshalb die grundsätzliche Frage: Wann benutzt der Mensch die KI und wann ist der Punkt erreicht, an dem die KI übernimmt? Wann gibt der Mensch das Menschsein ab und wird von der KI gesteuert? Das ist die entscheidende Grenze.

## Wird KI den Einsatzbereich der memonizer erweitern?

**Erika Felder:** Das gesamte Spektrum unserer Produkte wird sich ausweiten. Wir haben uns bei der Firmen-gründung vorgenommen, jedes funkende Gerät zu harmonisieren, um im direkten Lebensumfeld der Menschen wieder natürliche Verhältnisse zu schaffen – und zwar ganzheitlich. Es kommen täglich neue digitale Geräte auf den Markt. Da müssen wir mit unseren Entwicklungen schnell sein, das ist eine Herausforderung.

**Hans Felder:** Unsere Technologie gibt es seit mehr als zwei Jahrzehnten und sie funktioniert heute genauso wie damals. Die zielgerichtete Umsetzung der memon Technologie für die digitale Produktvielfalt wird jedoch immer anspruchsvoller. Deshalb könnte KI für die Produktentwicklung möglicherweise einen Nutzen bieten.


## Dann könnte KI also auch bei memon zum Einsatz kommen?

**Hans Felder:** Wir arbeiten bereits an digitalen Prozessen in Zusammenhang mit unseren Produkten. Aber hier sind wir mit KI noch ganz am Anfang. Als damals die Computer aufkamen, haben das viele Unternehmer erstmal unterschätzt und wollten sich gar nicht damit beschäftigen, weil sie dachten, dass sie das nicht brauchen. Sie haben mich gefragt, wie ich zu Computern stehe und ich habe geantwortet: Ich habe schon 35! So wird es bei KI auch sein. Man muss offen sein für Neues und den Mut haben, etwas zu verändern. Stillstand ist Rückschritt.

**Erika Felder:** In vielen Bereichen eines Unternehmens macht es absolut Sinn, KI einzusetzen. Aber für mich ist es immer das Wichtigste, dass der Einsatz von KI mit unseren Werten übereinstimmt und auch wirklich von Vorteil für Mensch und Natur ist. Es sollte auch bei KI darum gehen, nach dem Vorbild der Natur zu handeln und letztlich bei allen Maßnahmen darauf zu achten, dass es zu Niemandes Nachteil ist. Alles, was wir tun, sollte immer zum Vorteil von Mensch und Natur sein. Das muss im Vordergrund stehen!

## Welche KI würden Sie selbst entwickeln?

**Erika Felder (lacht):** Darüber habe ich mir noch keine Gedanken gemacht.

**Hans Felder:** Das hat aktuell keine Priorität. In Bezug auf KI zeigt die Welt uns Dinge, an die wir gar nicht zu denken wagten. Wir müssen jetzt erst einmal all das meistern, das die KI uns aktuell bietet. Und das ist eine Menge! 

memon bionic  
instruments wurde  
2002 gegründet.  
Vom Unternehmens-  
sitz in Rosenheim  
aus exportiert  
memon inzwischen  
in die ganze Welt.



# Zukunftstechnologie Made in Germany – entwickelt für mehr Lebensqualität

Ein einschlägiges Ereignis ließ eine Vision entstehen und führte schließlich zur Gründung von memon bionic instruments





Foto: memon

### GEGRÜNDET AUS GUTEM GRUND

Erika und Hans Felder gründeten 2002 das Unternehmen memon. Die volle Überzeugung gab den Mut zu diesem Entschluss, dem ein einschneidendes persönliches Erlebnis zugrunde lag. Über dreißig Jahre lang hatten Erika und Hans Felder ein erfolgreiches Immobilien- und Bauträgerunternehmen geführt, das zu den führenden der Region zählte. In diesem Zusammenhang hatten sich beide unter anderem bereits intensiv mit natürlichen und ökologischen Haus-

„memon steht für eine lebenswerte Welt im Gleichgewicht – und für Menschen, die eigenverantwortlich und im Einklang mit dem Leben handeln.“

*Erika und Hans Felder*  
Geschäftsleitung memon

bau-Komponenten beschäftigt. Mit bedarfsorientierten Konzepten wurde das Unternehmen immer erfolgreicher und Erika und Hans Felder ging es zu dieser Zeit beruflich und privat hervorragend.

Doch das sollte sich bald ändern. Denn plötzlich ging es mit Erika Felders Gesundheit rapide bergab. Ärzte, Heilpraktiker, unzählige Therapieveruche – nichts half, ohne ersichtlichen Grund wurden die Schmerzen immer schlimmer und der Alltag war nur noch schwer zu bewältigen.

Bis Erika und Hans Felder nach zwei langen Jahren des Leidens auf Winfried M. Dochow und dessen technologische Erfindung stießen. Sie entschlossen sich, die Technologie zu Hause einzusetzen – und über Nacht waren Erika Felders Beschwerden verschwunden. Nach Jahren des Suchens, Hoffens und Bangens war nun alles wieder im Lot. Doch... einfach weitermachen wie zuvor? Das erschien Erika und Hans Felder von Tag zu Tag sinnloser. Die Erfahrung mit dieser einzigartigen Technologie ließ die beiden Unternehmer nicht mehr los und so beschlossen sie, ihrem Leben eine neue Richtung zu geben. Alle Menschen sollten die Möglichkeit haben, sich mit der Erfindung von Winfried M. Dochow vor negativen Umwelteinflüssen zu schützen. So fassten Erika und Hans Felder ei-

nen lebensverändernden Entschluss und gründeten das Unternehmen memon. Heute ist die Technologie, die Erika Felder half und ihr ihre Lebenskraft und Lebensfreude wieder zurückgab, als memon Technologie bekannt.

### AUS ÜBERZEUGUNG

memon hat es sich zum Ziel gesetzt, Menschen ein Leben frei von negativen Umweltbelastungen und im Einklang mit der Natur zu ermöglichen, ohne dabei auf den Komfort moderner Technik verzichten zu müssen. Dem Vorbild der Natur folgend lautet daher der Leitspruch: „RENATURE YOUR LIFE“. memon tritt für einen verantwortungsvollen Umgang mit modernen Technologien ein – gerade jetzt, in einer Zeit, in der die Digitalisierung in Schallgeschwindigkeit voranschreitet, mehr denn je. Deshalb geht es darum, ein Bewusstsein zu schaffen für die negativen Auswirkungen der zunehmenden Strahlenbelastung auf unser Leben. Anzuregen, auf Technik zu verzichten, die wir nicht unbedingt benötigen und sich vor den negativen Auswirkungen der verbleibenden Strahlung zu schützen – effektiv und nachhaltig.

### FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT

Die Lebensqualität der Menschen entscheidend zu verbessern – das >



Die memon Technologie basiert auf jahrzehntelanger Forschungsarbeit, an der internationale Experten und Wissenschaftler beteiligt sind.

ist die Motivation der Unternehmensgründer Erika und Hans Felder sowie der memon Mitarbeiter, der Wissenschaftler, Mediziner und Experten, die bei und für memon aktiv sind. Die memon Produkte wurden entwickelt, um die negativen Auswirkungen von Elektromog zu kompensieren und im direkten Lebensumfeld der Menschen (wieder) natürliche Verhältnisse zu schaffen – in der Luft sowie im Wasser, denn beides braucht der Mensch zum Leben.

### **MEHR ALS ZWEI JAHRZEHNT FORSCHUNG UND ENTWICKLUNG**

Seit der Unternehmensgründung im Jahr 2002 leistet memon bionic instruments kontinuierliche Forschungsarbeit. Dafür arbeitet memon mit renommierten Wissenschaftlern und Experten international zusammen. Genau das belegt die weltweite Einzigartigkeit der memon Technologie – und das seit mehr als 20 Jahren.

„Die memon Technologie ist durch ihre Fähigkeit, Lebensprozesse zu stabilisieren und zu fördern sowie lebende Systeme vor Belastungen und Gefahren zu schützen, eine echte Zukunftstechnologie.“

**Prof. Dr. Arnim Bechmann**  
Mathematiker und Physiker

### **MADE IN GERMANY – FÜR MENSCHEN UND UNTERNEHMEN AUF DER GANZEN WELT**

Mit dem Anspruch, höchste Qualität zu liefern, produziert memon bis zur letzten Komponente alle seine Produkte in Deutschland und exportiert vom Unternehmensstandort in Rosenheim aus in die ganze Welt.

Schon mehr als hunderttausende Menschen und rund 1.000 Unterneh-

men weltweit sind überzeugte Anwender der memon Produkte. Familien, Angestellte und Unternehmer, Ärzte und Wissenschaftler, Sportler und große Sportverbände, kleine Handwerksbetriebe und renommierte Luxus-Hotels – sie alle haben sich selbst von der positiven Wirkung der memon Technologie überzeugt und verwenden die Produkte seit Jahren voller Begeisterung.







memon sorgt für natürliche Verhältnisse, sodass die Menschen sich erholen und frei durchatmen können und wieder zu innerer Balance finden.

### 3 MEHR LEBENSQUALITÄT UND LEBENSFREUDE VERSPÜREN

memonizer kompensieren die negativen Auswirkungen von Elektromog und sorgen für Ausgleich und Wohlbefinden. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass die memon Technologie eine positive Wirkung auf den Körper hat und in der Lage ist, Lebensprozesse zu stabilisieren und zu fördern.

### 4 TRINKWASSER VON HÖCHSTER QUALITÄT GENIEßEN

memonizer renaturieren Trinkwasser und stellen die natürliche Struktur des Wassers wieder her. Somit ist die Wasserqualität von renaturiertem Wasser vergleichbar mit frischem Quellwasser.

### 5 ENTSPANNT UND FREI DURCHATMEN

memonizer renaturieren die Luftqualität in Innenräumen und sorgen für frische Luft. Messungen haben gezeigt, dass der Feinstaubanteil in der Atemluft um bis zu 80 Prozent reduziert wird. Die Luft wird auf natürliche Weise gereinigt.

### 6 MEHR SCHUTZ IM DIREKTEN LEBENSUMFELD

memonizer sind für die wichtigsten Lebensbereiche entwickelt und einsetzbar: Zu Hause, am Arbeitsplatz, im Auto und auf Reisen, beim Telefonieren und bei Nutzung moderner Kommunikationstechnik.

# 6 gute Gründe für die memon Technologie

Noch nie war der Mensch so vielen Umweltbelastungen ausgesetzt wie heute. Vor diesem Hintergrund wurde memon entwickelt.

## 1 PRÄVENTION FÜR MEHR WOHLERGEHEN

Die memon Technologie widmet sich den Auswirkungen negativer Umwelteinflüsse wie Elektromog, Feinstaub und Wasserbelastungen und bietet Wege und Lösungen an, sich im direkten Lebensumfeld umfassend davor zu schützen.

## 2 WIEDER ZU INNERER BALANCE FINDEN

Die memon Technologie ist eine bioenergetische Informationstechnologie, basierend auf den Grundprinzipien der Natur. Sie stellt wieder natürliche Verhältnisse her, in denen Körper und Geist sich optimal erholen können und Ausgleich finden.





# Was kann Künstliche Intelligenz wirklich?





Foto: Adobe

Mit Künstlicher Intelligenz (KI) sind die Möglichkeiten unerschöpflich geworden – auch die manipulativen. Wie KI uns das Leben erleichtert und sich im Hintergrund die Macht der Algorithmen manifestiert.



**B**ei einem Autounfall auf einer Brücke kollidieren zwei Fahrzeuge und stürzen in einen Fluss. In einem der beiden Autos sitzt ein Mann, in dem anderen wird ein kleines Mädchen im Fahrzeug eingeklemmt. Der Mann und das Mädchen gehen mit den Autos im Fluss unter. Der Mann versucht vergeblich, sich zu befreien, das Mädchen in dem anderen Fahrzeug ist bewusstlos. Plötzlich taucht ein Roboter auf, der den Mann aus seinem Auto befreit und rettet. Der Mann überlebt, das Mädchen stirbt.

Dies ist eine Schlüsselszene aus dem Film „I Robot“ aus dem Jahr 2004 – ein klassischer Hollywood-Blockbuster mit US-typischen Actionszenen und aufwendigen Special Effects, der weltweit die Kinosäle füllte und Geld in die Kassen spülte. Der intellektuelle Anspruch des Streifens ist mager. Allerdings stellt der Film dem Publikum eine grundlegende Frage: Warum hat die Künstliche Intelligenz (KI) den Mann gerettet und das Mädchen sterben lassen? Der Zuschauer erfährt, dass der Roboter nur einen von beiden retten konnte und dass er sich für den Mann entschieden hat, weil dessen Überlebenschancen höher waren. Das konnte die Künstliche Intelligenz des Roboters binnen Nanosekunden berechnen.

Unweigerlich schließt sich eine weitere Frage an: Wie hätte ein Mensch in dieser Situation gehandelt? Der Zuschauer fragt sich: „Wie hätte ich gehandelt?“ Die meisten Menschen hätten wahrscheinlich versucht, das kleine Mädchen zu retten – rein instinktiv. Dann wäre der Mann sicher gestorben, das Mädchen mit großer Wahrscheinlichkeit auch.

Schlussfolgern wir daraus, dass Künstliche Intelligenz in lebensentscheidenden Situationen besser entscheiden kann? Sollten wir lebenswichtige



Mit Hologrammen lassen sich Objekte dreidimensional abbilden und bearbeiten.

Wenn ChatGPT seinen Anwendern faktenbasierte Informationen liefern kann, kann es auch Desinformationen und Fake News verbreiten.

tige Entscheidungen an die Künstliche Intelligenz abgeben, ihr mehr vertrauen und vor allem mehr anvertrauen?

#### **HYPE UM CHATGPT**

Jüngst sorgte das KI-Tool ChatGPT für Aufsehen. Es war die erste Open-Source-Technologie – also die erste frei zugängliche Anwendung – die auf An-

weisung binnen Sekunden Texte aller Art schreibt. Aufsätze, Kundenanschriften, Programmier-Codes, Business-Strategien – es scheint nichts zu geben, was ChatGPT nicht kann. Nach nur zwei Monaten konnte der Chatbot weltweit rund 100 Millionen aktive Nutzer verzeichnen. Zum Vergleich: Instagram brauchte dafür zwei Jahre.





Aber wie bei vielen Neuerungen, die anfänglich einen Hype auslösen, zeigte sich bei vielen Anwendungen bald auch die Kehrseite von Künstlicher Intelligenz. Wenn ChatGPT Programmier-Codes schreiben kann, kann es auch Schadcodes schreiben und Cyber-Kriminalität befördern.

Das weitaus größere Problem ist aber: Wenn ChatGPT seinen Anwendern faktenbasierte Informationen liefern kann, kann es auch Desinformationen und Fake News verbreiten.

Und noch schlimmer: Da das KI-Tool sich seine Antworten und Texte aus dem World Wide Web zieht, kann es auch rassistische und sexistische Ansichten verbreiten, wie sie im Internet in beängstigendem Maße vorzufinden sind. Hinter solchen Ansichten stecken nicht nur Einzelpersonen, sondern oft auch extremis- >

Fotos: Adobe · Illustrationen: Adobe

## WAS KANN KÜNSTLICHE INTELLIGENZ?

Roboter, die als Lebensretter eingesetzt werden, sind heute – 20 Jahre nach dem Film „I Robot“ – kein Science-Fiction mehr. Zwar kommen (noch) keine Roboter als Sanitäter zum Einsatz, aber in der Medizin übernimmt KI bereits lebensentscheidende Aufgaben. Und auch in anderen Branchen ist KI in der Anwendung und erfüllt wichtige Aufgaben.



### MEDIZIN

Mittels Bilderkennung können KI-Modelle Röntgenbilder oder MRT-Scans analysieren und nach Anzeichen von Krankheiten suchen. Tumore beispielsweise, die das Auge des Arztes nicht erkennt, können damit frühzeitig entdeckt werden.



### KLIMAFORSCHUNG

Im Bereich der Klimaforschung analysiert KI riesige Datenmengen, um Vorhersagen über Naturkatastrophen wie Erdbeben und Überschwemmungen zu treffen und Frühwarnsysteme zu verbessern.



### INDUSTRIE

In der industriellen Fertigung werden Roboter mit KI-Algorithmen ausgestattet, um Produktionsprozesse zu automatisieren und effizienter zu gestalten. Beispielsweise übernehmen die KI-gesteuerten Roboter Aufgaben wie Montage, Verpackung und Qualitätskontrolle.



### VERKEHR & LOGISTIK

In der Logistikbranche können autonome Fahrzeuge und Drohnen mit KI-Technologien ausgestattet werden, um Waren zu transportieren. Diese Fahrzeuge können die Verkehrsbedingungen analysieren, Routen planen und Hindernisse erkennen, um eine effiziente und sichere Lieferung zu gewährleisten.



### HOLOGRAMME

Mit Hilfe von Hologrammen lassen sich Objekte dreidimensional im freien Raum abbilden. Und mehr noch: Moderne Hologramme ermöglichen sogar Interaktionen. So kann der Entwurf eines Gebäudes nicht nur von allen Seiten im Raum betrachtet werden, sondern der Architekt kann am Hologramm direkt Änderungen vornehmen, beispielsweise ein Fenster einsetzen, eine Wand entfernen oder ein Stockwerk aufsetzen. Fahrzeugingenieure können ihre

Berechnungen testen, indem die KI aus ihren Daten ein Hologramm des Fahrzeugs erstellt.

Mediziner können sich mit Hilfe von Hologrammen auf eine komplizierte Operation vorbereiten.

Dafür erstellt die KI das exakte dreidimensionale Abbild des Patienten und ermöglicht einen genauen Einblick in dessen Körper – ganz ohne Skalpell.



### KRIMINALITÄTS-BEKÄMPFUNG

Sogar bei der Verbrechensbekämpfung und -prävention hilft KI, indem sie Bilder analysieren und Objekte und Gesichter erkennen kann. Auf öffentlichen Plätzen oder in Bahnhöfen können KI-gesteuerte Kameras verdächtige Aktivitäten erkennen, Personen identifizieren und Warnungen auslösen. Und auch bei Finanztransaktionen kann KI verdächtige Aktivitäten erkennen und melden.



Amazon nutzt zum Ausliefern von Bestellungen in den USA Drohnen.



Allein in den ersten zwei Monaten nutzten weltweit 100 Millionen Menschen den Chatbot ChatGPT.

tische politische Gruppierungen. Vor allem soziale Netzwerke wie Facebook, Twitter und Telegram werden immer mehr dazu genutzt, Fake News, Hasskommentare und diskriminierende Hetzreden zu verbreiten.

„Das Problem ist nicht, dass KI-Systeme aktuell oder in naher Zukunft zu intelligent sind – sie sind eher zu dumm“, sagt Kristian Kersting, Co-Direktor der Forschungseinrichtung „Hessian Center for Artificial Intelligence“. Kersting zufolge können Programme wie ChatGPT zwar erstaunlich gut klingende Texte formulieren, das Grundprinzip sei es jedoch, auf der Grundlage riesiger Trainingsdaten die am besten passenden Wörter vorherzusagen. Dabei erfinden sie jedoch Fakten und auch vermeintliche Quellen. ChatGPT ist zwar darauf trainiert, Fake News und Fakten zu unterscheiden, doch letzten Endes ist der Chatbot nur so gut wie die Daten, aus denen er seine Informationen bezieht.

### **BEEINDRUCKEND ECHT: DEEPAKES**

Eine besonders trickreiche Form von Fake News sind sogenannte Deepfakes. Das ist eine Technik, bei der Künstliche Intelligenz verwendet wird, um Videos, Bilder oder Audioaufnahmen zu manipulieren. Mithilfe von Algorithmen werden Gesichter oder Stimmen einer Person so verfälscht, dass es aussieht, als würde die betreffende Person etwas sagen oder tun, das sie tatsächlich nie gesagt oder getan hat. So können mit Deepfakes gefälschte Inhalte erstellt und berühmte Personen imitiert werden, die täuschend echt aussehen – und das sogar in Echtzeit, beispielsweise während eines Videochats.

Berühmtestes Beispiel eines solchen Deepfakes ist das des Kiewer Bürgermeisters Vitali Klitschko, das im Juni 2022 – mitten im Ukrainekrieg – für Aufsehen sorgte. Der gefälschte Vitali Klitschko hatte per Videochat mit mehreren europäischen Politikern

telefoniert, darunter auch mit der damaligen Berliner Bürgermeisterin Franziska Giffey, die sich eine halbe Stunde mit dem computergenerierten Abbild Klitschkos unterhielt. Den Fälschern war es gelungen, mit einer speziellen Software aus Audio- und Videoaufnahmen von Vitali Klitschko einen so täuschend echten Video-Chat zu konstruieren, dass selbst KI-Experten tagelang damit beschäftigt waren, das Video mit hundertprozentiger Sicherheit als Fälschung zu enttarnen.

### **FEHLER IM SYSTEM**

Wie Chatbots beruht jede KI-Anwendung auf den Daten, mit denen sie gespeist wird. Sind diese Daten fehlerhaft, wird auch die KI Fehler reproduzieren. Deshalb besteht eine der größten Herausforderungen darin, sicherzustellen, dass KI-Systeme ethisch und verantwortungsvoll entwickelt und eingesetzt werden. Andernfalls bekräftigen KI-Modelle Vorurteile



„Die Entwicklung Künstlicher Intelligenz könnte entweder das Schlimmste oder das Beste sein, was den Menschen passiert ist.“

Stephen Hawking

und Diskriminierung aufgrund von Voreingenommenheiten und subjektiven oder einseitigen Darstellungen in den Daten – ganz gleich, ob diese beabsichtigt oder unbeabsichtigt sind.

Ein Beispiel hierfür ist eine KI, die Bewerbungen für eine Stelle filtert und analysiert. Wenn die Daten, mit denen die KI trainiert wird, Kriterien enthalten, die durch menschliche Vorurteile geprägt sind, könnte die KI diese Muster übernehmen und bei der Entscheidungsfindung anwenden, selbst wenn die Muster unfair oder diskriminierend sind.

Dazu gehört etwa die systematische Benachteiligung bestimmter Geschlechter, Altersgruppen oder ethnischer Gruppen. Wenn ein Personaler Vorbehalte gegen weibliche Bewerber, gegen Bewerber ab 50 oder gegen Menschen mit ausländischem Nachnamen hat und die KI mit solchen Kriterien füttert, wird auch die KI Frauen sowie alle Bewerber ab 50 und mit ausländisch klingendem Nachnamen aussortieren – selbst, wenn diese Bewerber fachlich die beste Qualifikation hätten.

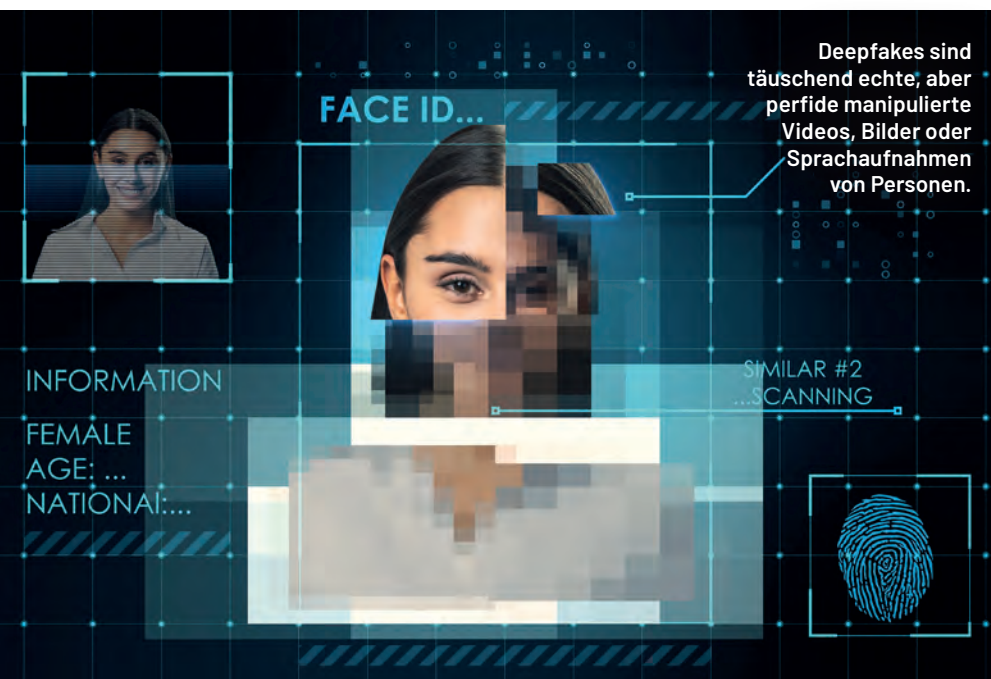
Ein ähnliches Beispiel betrifft KI-Systeme im Bereich der Strafjustiz.

Wenn diese Systeme auf Daten basieren, die beispielsweise eine überproportionale Kriminalisierung bestimmter ethnischer Gruppen zeigen, übernehmen die KI-Modelle diese Muster und treffen dementsprechend Vorhersagen oder Entscheidungen, die diese Gruppen weiterhin benachteiligen.

#### DATENSCHUTZ UND SICHERHEIT

Da KI-Systeme auf großen Datenmengen basieren, arbeiten sie auch mit persönlichen Informationen, die jeder Nutzer irgendwo im Internet hinterlässt – von Kreditkarten- oder Gesundheitsdaten bis hin zu Bewegungsdaten auf Google Maps oder in der Google-Suche. KI kann also eine Unmenge an Daten über das Verhalten und die Aktivitäten von Menschen sammeln und analysieren. Dies birgt das Risiko von Datenschutzverletzungen und dem Missbrauch sensibler Daten. Schwerwiegende Auswirkungen kann es haben, wenn KI-Systeme gehackt oder manipuliert werden.

Doch selbst einfache Bewegungsdaten, die außerhalb des Internets stattfinden, können online erfasst und dann weiterverarbeitet werden. Große Internet-Unternehmen arbeiten dafür eng mit staatlichen Behörden zusammen. Erfasst wird beispielsweise, ob man seine Bücher zu spät in die Bibliothek zurückgebracht oder im Halteverbot geparkt hat. Bewertungen von Vorgesetzten und Vermietern fließen ebenso ein wie der Einkauf im Supermarkt und Äußerungen in sozialen Medien. >



Auf der Basis solcher Daten wird dann eine Bewertung erstellt. „Social Scoring“ nennt sich dieses Verfahren – je besser die Bewertung einer Person, desto höher ist ihr Score. Ein niedriger Score kann sich nachteilig auswirken, beispielsweise bei der Jobsuche, bei der Bewerbung für eine Hochschule oder bei einem Kreditantrag. In Deutschland gibt es bereits ein ähnliches Bewertungssystem, das durch die Schufa erfolgt und sich auf den Finanzstatus bzw. die Kreditwürdigkeit einer Person bezieht. Das neue Social Scoring ist aber viel weitreichender und markiert einen tiefen Einschnitt in die persönliche Freiheit und die demokratischen Grundsätze. Dennoch gibt es solche sozialen Bewertungssysteme inzwischen in immer mehr Ländern. Möglich ist dies durch die rasant wachsende Datenmenge einerseits und KI-Anwendungen andererseits.

In anderen Bereichen sind es vor allem Hacker-Angriffe, die sich gefährlich, sogar lebensbedrohlich, auswirken können, beispielsweise bei autonomen fahrenden Autos oder in sicherheitskritischen Systemen. Militärische Anwendungen von KI, insbesondere autonome Waffensysteme wie Drohnen, stellen eine ernsthafte Gefahr dar. Es besteht das Risiko, dass KI in militärischen Kontexten außer Kontrolle gerät oder missbraucht wird. Die Folgen wären dramatisch. Drohnen haben in Kriegen bereits tausende zivile Opfer gefordert und den Konflikt der beteiligten Staaten weiter eskalieren lassen.

### FLUCH UND SEGEN VON KI

Solche Beispiele zeigen, dass KI-Anwendungen wie jede neue Technologie kritisch hinterfragt werden soll-

KI sammelt unsere Bewegungsdaten und analysiert sie. Auf dieser Basis entsteht ein Bewertungssystem.

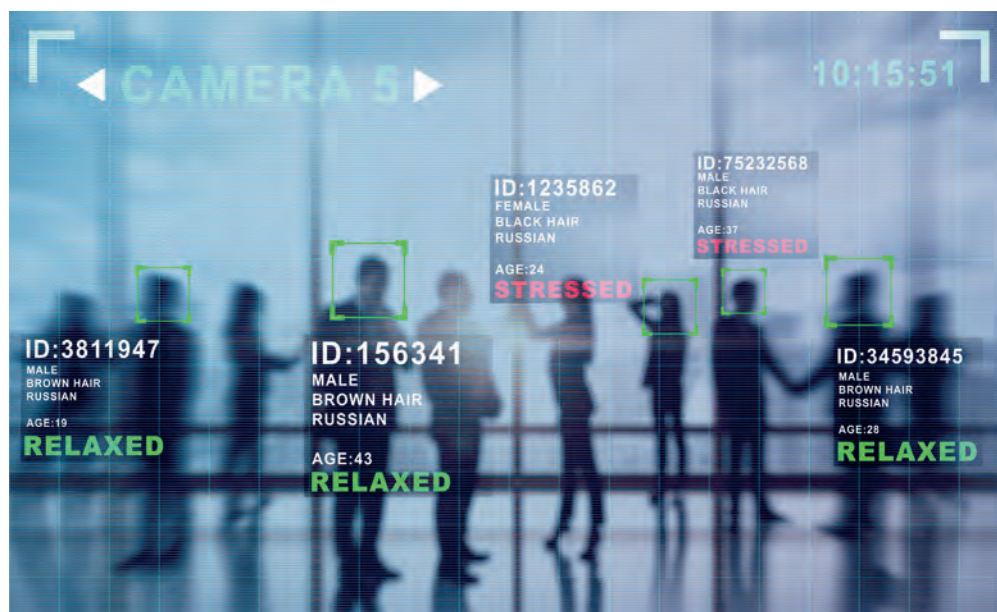
Aus Erlebnissen, Erfahrungen, Eindrücken erwächst schließlich etwas, das den Menschen von Künstlicher Intelligenz unterscheidet: Kreativität.

ten. Selten war eine Diskussion so polarisierend und gleichzeitig so zukunftsentscheidend. Schon immer haben technologische Meilensteine erst Angst und Unsicherheit provoziert, dann aber sich als hilfreich erwiesen und nach ein paar Jahren waren solche Produkte nicht mehr wegzudenken. Man denke da nur an die ersten Computer. Auch Künstliche Intelligenz erleichtert bereits viele Bereiche unseres Lebens- und Arbeitsalltags.

Doch hat sich in den vergangenen Jahren immer wieder gezeigt, dass digitale Anwendungen uns vorausseilen und unsere Kompetenzen überfordern. „Es wäre klug, innezuhalten, um diese Systeme zu verstehen und darüber nachzudenken, wie unsere Gesellschaft damit umgehen kann“, äußerte

Bernhard Schölkopf, Direktor am Max-Planck-Institut für Intelligente Systeme in Tübingen, gegenüber dem Tagesspiegel.\*

Man kann nur schätzen, wie hoch – oder besser: wie gering – der Wahrheitsgehalt all dessen ist, was im World Wide Web kursiert und Tag für Tag neu dazukommt. So hilfreich KI sein kann, so wichtig ist es, Open-Source-Anwendungen wie ChatGPT in jedem Fall kritisch zu begegnen und mit Vorsicht zu nutzen. KI ist erstmal nur so gut wie die Daten, auf denen sie beruht. Dafür ist der Mensch verantwortlich. Menschen machen – absichtlich oder unbeabsichtigt – Fehler und sind von persönlichen Zielen getrieben. Die manipulativen Möglichkeiten sind mit KI unerschöpflich geworden.







Wir nutzen KI bereits in vielen Bereichen. In Zukunft werden Mensch und KI noch enger zusammenarbeiten.

## WAS UNTERSCHIEDET MENSCH UND KÜNSTLICHE INTELLIGENZ?

Erinnern wir uns an die Fragen vom Anfang: Kann Künstliche Intelligenz die besseren Entscheidungen treffen? Was unterscheidet menschliches Handeln von dem der KI? Ja, Emotionen, ethische Überlegungen, bewusstes Handeln – all das fehlt der Künstlichen Intelligenz. Aber gerade weil sie kein Bewusstsein hat, handelt Künstliche Intelligenz auch nicht bewusst. Menschen hingegen treffen bewusste Entscheidungen. Und diese sind oft von Brutalität und Grausamkeit, von Skrupellosigkeit, Egoismus und Gier gekennzeichnet. Emotionen, zu denen KI nicht fähig ist. Wer ist dann besser – der Mensch oder die KI? Doch auch Liebe, Mitleid, Selbstlosigkeit und Güte bestimmen das Handeln eines Menschen. Auch das kann Künstliche Intelligenz

nicht. Somit bleibt die Frage: Wer ist besser – der Mensch oder die KI?

Es kommt also immer auf den Einzelnen an. Das ist wohl der größte Unterschied zwischen Mensch und Künstlicher Intelligenz: Individualität. Jede KI ist ein komplexes System aus Daten und Algorithmen. Daraus leitet sie ihr Handeln ab. Das Handeln eines Menschen hingegen basiert nicht nur auf Erlerntem (Daten), sondern auch auf der Summe der Erfahrungen, die er gemacht hat. Der Mensch entwickelt sich aus dem, was er erlebt – eben, weil er lebt. Erlebnisse sind geprägt von Empfindungen und Sinnesindrücken. All das unterscheidet sich von Mensch zu Mensch so deutlich wie sein Fingerabdruck.

Und daraus – aus Erlebnissen, Erfahrungen, Eindrücken – erwächst schließlich etwas, das den Menschen

ebenfalls von Künstlicher Intelligenz unterscheidet: Kreativität. Und damit Ideen und Visionen.

Die Frage, ob nun Mensch oder Künstliche Intelligenz das Maß aller Dinge sind, ist demnach keine neue. Eigentlich ist sie uralte. Bisher hieß es nur nicht „Mensch oder KI“, sondern „Natur oder Technik“. Ebenso wie KI sich aus dem speist, was der Mensch ihr an Daten zur Verfügung stellt, beruhen technische Zusammenhänge auf Naturgesetzen wie Schwerkraft, Polarität und Logik. Die Grundlage ist demnach immer der Mensch, die Natur. Wie also KI sich entwickeln wird, entscheidet sich letztlich dadurch, wie der Mensch damit umgeht – es ist die bewusste Entscheidung jeden Individuums. 

\*Tagesspiegel, 30.03.2023

# memon Bestseller seit Jahren bewährt – Der memonizerCOMBI

Als eines der ersten Geräte wurde das Basisgerät der memon Technologie entwickelt: der memonizerCOMBI. Bis heute ist er der Bestseller unter den memon Produkten – Technologie Made in Germany.

**D**er memonizerCOMBI kompensiert in Räumen die Auswirkungen elektromagnetischer Strahlung (Elektrosmog) und schützt vor geopathischen Störzonen. Außerdem wirkt er wie ein natürlicher Luftfilter, indem er frische, reine Luft in Innenräumen schafft. Dadurch entsteht ein natürliches Raumklima, in dem wir wieder zu mehr Wohlbefinden, Ausgleich und Balance finden.

Clever durchdacht: Im memon Modulsystem ist der memonizerCOMBI das Basisgerät für das ganze Haus, die Wohnung oder das Unternehmen. Richtig dimensioniert, ist ein Gerät ausreichend für eine Wohnung, das ganze Haus oder das Unternehmen.\*

\*Kommen in Räumen, die mit dem memonizerCOMBI ausgestattet sind, Störfelder durch digitale Geräte hinzu, ist es wichtig, diese Geräte zusätzlich mit dem dafür entwickelten memonizer zu ergänzen. Alle Produkte siehe S. 86-97

## INFO

Den **memonizerCOMBI** gibt es in verschiedenen Größen. Um die für Sie passende, optimale Variante und Größe des **memonizerCOMBI** für Ihr Zuhause oder Ihr Unternehmen ermitteln zu können, empfehlen wir die individuelle Beratung durch unser Service-Team. Rufen Sie uns gerne an unter **+49 8031 402 200** oder schreiben Sie eine Mail an **service@memon.de**





## BASISGERÄT

Der memonizerCOMBI ist das Basisgerät für Ihr Zuhause oder Ihr Unternehmen. Er deckt alle Stromkreise in einem Gebäude ab, die über dieselbe Hauptsicherung bzw. denselben Stromzähler laufen.



## MADE IN GERMANY

memon steht für Premiumqualität. Alle memon Produkte und Produktkomponenten werden in Deutschland gefertigt. Das Gehäuse besteht aus hochwertigem Aluminium.

## MODULSYSTEM

Der memonizerCOMBI ist für jede Größe und jeden Bedarf skalierbar und kann bei einem Umzug wiederverwendet werden.

## EINFACHE MONTAGE

Der memonizerCOMBI kann ohne baulichen Eingriff zu Hause und im Unternehmen direkt am Stromzähler, an der Haupt-/Panzersicherung oder der Hauptstromleitung angebracht werden.

Seit 2012 gibt es den memonizerCOMBI auch als praktische Steckervariante für die Steckdose.

*Mehr Infos siehe S. 88*

## NACHHALTIG

Der memonizerCOMBI ist besonders langlebig. Einmal installiert und richtig dimensioniert, kann von einer Lebensdauer von 20 Jahren ausgegangen werden, ohne dass es einer Wartung bedarf.



## ZELLBIOLOGISCH GETESTET

Der memonizerCOMBI schützt die Zellvitalität. Dies wurde durch das Dartsch Scientific Institute wissenschaftlich bestätigt. Für seine schützende Wirkung wurde memon als einziges Unternehmen weltweit mit dem Dartsch Scientific Goldsiegel ausgezeichnet.



Foto: memon

## HINWEIS



Ob zu Hause oder am Arbeitsplatz – elektromagnetische Felder und elektromagnetische Strahlung umgeben uns inzwischen allorts, rund um die Uhr. Denn Elektromog entsteht überall dort, wo Strom fließt. Durch Mobilfunk, WLAN, Bluetooth und digitale Geräte wie Smartphones, Tablets, kabellose Kopfhörer und vieles mehr hat sich die Elektromogbelastung massiv erhöht. Wir sind der Strahlung sogar dann ausgesetzt, wenn wir die Geräte gar nicht nutzen.

Künstliche Intelligenz erfasst während des Trainings hunderte Daten und wertet sie aus. Daraufhin kann der Trainingsplan optimal angepasst werden.

### WUSSTEN SIE, DASS ...

...memon seit vielen Jahren ein etablierter Partner im Leistungssport ist? Unter anderem arbeiten und trainieren die Athletinnen und Athleten sowie Trainerinnen und Trainer des DSV unter dem positiven Einfluss der memon Technologie.

# „Zur Leistungsentfaltung braucht es das Zwischenmenschliche“

Im Interview spricht DSV-Trainer Karlheinz Waibel über KI im Sport

Seit Jahren werden Software-Anwendungen und smarte Systeme im Profisport eingesetzt, um das Training und die Leistung der Athletinnen und Athleten zu optimieren. Im Interview spricht DSV-Trainer Karlheinz Waibel darüber, wie Künstliche Intelligenz die Arbeit im Sport verändert hat, welche Risiken es gibt und wie KI-Anwendungen in Zukunft zur Verletzungsprävention beitragen könnten.

## Seit wann arbeitet der DSV mit Künstlicher Intelligenz?

Technologie, die im Hintergrund mit KI arbeitet, nutzen wir schon eine ganze Weile. Spezielle Software-Tools helfen uns, aus einer gewissen Datenmenge Muster zu erkennen, beispielsweise bei der Bewegungsanalyse, die

mit automatischer Bilderkennung arbeitet. Das wurde in den letzten Jahren ständig optimiert. Früher haben wir noch mehrere hochauflösende Kameras gebraucht, um Situationen aus verschiedenen Blickwinkeln zu filmen. Die Aufnahmen wurden dann händisch digitalisiert. Das heißt, man hat gewisse Körperpunkte, die mit Markern platziert waren, einzeln nacheinander angeklickt, um eine dreidimensionale Bewegungsanalyse zu erhalten. Das hat bis zum Nachmittag oder Abend gedauert.

Mit dem Einsatz der KI-Technologie funktioniert das heute weitestgehend automatisiert. Zum Ende des Trainings sind die Datensätze schon da. Dann können sich der Trainer und die Wissenschaftler das anschauen, darüber sprechen und mit den Sportlern

ins Gespräch kommen, ohne dass sie einen ganzen Nachmittag oder sogar bis zum nächsten Tag warten müssen.

## Was liefern euch die Daten, die damit gewonnen werden?

Sie liefern uns komplexe Performance-Analysen, die uns helfen, schnell und tiefgehend zu analysieren, was auf der Piste passiert. Also welche Geschwindigkeiten beim Skifahren erreicht werden, wo der Skifahrer (Langläufer) Geschwindigkeit verliert oder gewinnt, wie seine Körperposition ist, wo sein Körperschwerpunkt liegt, welche Technik er läuft. Wir kombinieren diese Daten mit Vitalparametern wie Herzfrequenz und Laktatwert. Das sind alles Parameter, die uns eine tiefgehende Analyse dessen erlauben, was auf der Strecke passiert und auf deren



Basis man dann im Training intervenieren kann. Daraus ergibt sich eine Bewegungsökonomie, eine Effizienz.

**Das klingt nach einer Unmenge an Daten. Kann das einen Sportler nicht total überfordern?**

Genau das wäre die falsche Anwendung. Wenn man all das, was man an Daten sammelt, genauso über den Athleten drüberschüttet, funktioniert das natürlich nicht. Letztlich besteht die große Kunst in der Anwendung von KI darin, aus den vielen erfassten Daten die Muster herauszufiltern, die für uns relevant sind und uns helfen, besser zu trainieren. Deshalb braucht man neben dem Trainer einen Datenanalysten, der die Daten so aufbereitet, dass Trainer und Athlet wirklich nur das Destillat bekommen und dann sehen, wie sie das Training gestalten können. Man kann also aufgrund der Daten umdenken und sich für einen anderen Weg beim Training entscheiden.

**Das heißt, der Athlet bekommt von den ganzen Prozessen, die im Hintergrund laufen, gar nicht so viel mit?**

Die Athleten sollen schon das Warum und Wieso verstehen und nicht nur Anweisungen bekommen. Wir zeigen ihnen beispielsweise die Geschwindigkeitsverläufe, die Herzfrequenz, die Effizienz. Man spricht gemeinsam, wie es sich für den Athleten anfühlt und welchen Weg man im Training geht. Die Daten helfen uns, das Training für jeden Athleten individualisierter zu gestalten. Und da muss er natürlich miteinbezogen werden.



„Ich glaube auf keinen Fall, dass KI einen Trainer ersetzen oder Fehler im Training verhindern kann.“

**Karl-Heinz Waibel,**  
Bundestrainer DSV

**Worin liegen Ihrer Meinung nach die Risiken beim Einsatz von KI im Sportbereich?**

Manche, die KI propagieren, entwerfen ein Zukunftsmodell, bei dem der Trainer in seiner Entscheidungsfindung durch KI ersetzt wird. Ein solches Modell sieht zum Beispiel so aus, dass der Athlet mit Wearables und Sensorik, die er an sich trägt, sämtliche Leistungs- und Vitalparameter erfasst. Diese Daten wandern in eine Cloud und werden mit den bisherigen Trainingsdaten zusammengeführt. Darauf basierend berechnet dann die KI das optimale Trainings-Setup für den nächsten Tag. Das bekommen Trainer und Athlet, schauen bestenfalls nochmal darüber und dann trainiert der Athlet. Trainer und Athlet sind gemäß diesem Modell auch an völlig unterschiedlichen Orten, der Trainer zu Hause oder wo auch immer, der Athlet am Trainingsstützpunkt. Das kann nicht die Zukunft sein! Mich fasziniert die Arbeit mit Menschen. Wenn ich dem Athleten in die Augen schaue und mit ihm spreche, kann ich wahrscheinlich viel mehr daraus lesen, als

mir seine Vitalparameter sagen. Ich sehe KI als Unterstützung der Arbeit von Trainer und Athlet. Aber ich glaube auf keinen Fall, dass KI einen Trainer ersetzen oder Fehler im Training verhindern kann. Das ist der Unterschied zwischen reiner Leistungsentwicklung und Leistungsentfaltung. Für letztere braucht es das Zwischenmenschliche. Als Trainer kann ich einschätzen, wie ich einen Athleten triggere. Durch einen Nebensatz oder eine feine Intonation kann ich oft viel erreichen. All das kann KI nicht. Sie ist bestenfalls ein Werkzeug für den Trainer.

**Kann KI auch helfen, Verletzungen und Unfälle im Skisport zu vermeiden?**

Bestenfalls hilft KI uns, zu verstehen, wann es zu einem Unfall oder zu einer Verletzung kommt. Viele Verletzungen passieren ja nicht durch einen Sturz, sondern beim Fahren. Über die genauen Ursachen weiß man noch relativ wenig. Wenn ich an die ferne Zukunft denke, könnten beispielsweise smarte Orthesen möglich werden, also kniegelenksschützende Strukturen. Eine Art Strumpf, der in der Lage ist, zu erkennen, wann es zu einer kritischen Situation kommt und dann durch externe Stabilisierung der Muskulatur genügend Zeit gibt, dass sich das Knie wieder stabilisieren kann – wie ein Gurtstraffer. Wenn so etwas mit Hilfe von KI-Algorithmen entwickelt werden kann, könnte ich mir vorstellen, dass in Zukunft KI bei der Verletzungsprävention unterstützen kann – auch über den Skisport hinaus.



„Ich bin erleichtert, dass man mit memon einen effektiven Schutz zur Verfügung hat. Für mich ist memon definitiv eine Präventionsmaßnahme.“

**Walter Vogel,**  
Geschäftsführer DSV




Sicher und entspannt, zu Hause und unterwegs – Julia Görges ist von memon absolut überzeugt.

Julia Görges war bis 2020 eine der erfolgreichsten deutschen Tennisspielerinnen. U.a. hat sie sieben WTA-Turniere gewonnen und belegte Platz neun in der Tennis-Weltrangliste. Seit 2022 ist Julia Görges memon Botschafterin.

vielen verschiedenen Einflüssen und Faktoren. Ich habe über Meditation und Yoga immer mehr Gefühl für meinen Körper entwickelt, weil das auch in meinem Sport sehr, sehr wichtig war.

**Im Leistungssport beachtet man sehr viele Aspekte, um das Optimale aus sich herauszuholen: die passende Trainingsmethode, die richtige Ernährung, die beste Ausrüstung. Ist da der Schutz vor äußeren Umwelteinflüssen genauso wichtig?**

Ja, auf jeden Fall. Wenn ich mehr Energie habe, bin ich auch leistungsfähiger. Das habe ich schon als riesen Unterschied empfunden, seit ich memon habe. Ich kann länger und besser trainieren. Und wenn ich mit meinem Handy telefoniere oder aufs Handy schaue, habe ich jetzt allgemein einen besseren Fokus. Ich bin kein großer Fan von Handys und versuche, die Nutzung möglichst zu reduzieren. Durch die digitale Technologie wird eine gewisse Erwartung an einen gestellt, dass man immer sofort antworten muss. Für mich ist es erschreckend, wenn ich sehe, dass jeder nur noch an seinem Handy ist, dass im Restaurant keine Kommunikation mehr stattfindet, weil jeder nur noch an der Technologie hängt. Das finde ich schade und deshalb versuche ich, mich davon zu distanzieren. 

# Besseres Körpergefühl mit memon

## Julia Görges ist memon Botschafterin aus Überzeugung – der ehemalige Tennisstar im Exklusiv-Interview

**E**in neuer Star gesellt sich zur memon Sportfamilie. Tennisprofi Julia Görges hat sich die memon Produkte für zu Hause und unterwegs geholt und getestet. Im Exklusiv-Interview hat Julia Görges uns erzählt, welche Erfahrungen sie mit memon gemacht hat, welche Rolle mentale Stärke im Sport spielt und wie sie gelernt hat, wieder auf ihr Bauchgefühl zu hören.

**Warum hast du dich entschieden, memon Botschafterin zu werden?**

Weil ich absolut überzeugt bin von den Produkten. Ich bin durch meinen Physiotherapeuten auf memon gestoßen. Ich hatte mich vorher schon damit beschäftigt, was die digitale Technik und die Strahlung, die davon ausgeht, verursachen. Deshalb wollte ich memon testen.

**Wie hat sich memon bei dir ausgewirkt?**

Es hat sich sehr, sehr viel bei mir verändert, schon direkt nach dem Einbau.

Die erste Nacht, die ich nach der Installation von memon im Haus geschlafen habe, war regenerativer. Ich hatte nie Schlafprobleme, aber ich habe mich am nächsten Morgen trotzdem anders gefühlt. Ich hatte viel mehr Energie. Den größten Unterschied habe ich gespürt, wenn ich in Häusern war, die kein memon hatten. Dadurch habe ich gemerkt, was das für einen Effekt auf meinen Körper hat, wenn ich die Strahlenbelastung nicht mehr habe.

**Hattest du dich vorher schon mit den Auswirkungen von Umwelteinflüssen auseinandergesetzt?**

Ja, ich habe in den letzten drei, vier Jahren meiner Karriere angefangen, mich ganzheitlich mit dem Körper zu befassen. Dadurch habe ich auch angefangen, Dinge anders zu empfinden und zu fühlen. Es ist ja heutzutage leider nicht mehr ganz so, dass die Menschen auf ihr Bauchgefühl vertrauen, sondern das Gefühl einfach verlieren aufgrund von



### PODCAST ZUM NACHHÖREN

Das komplette Interview mit Julia Görges jetzt in den memon Podcasts:





# „Jeder soll das bestmögliche Umfeld bekommen“

Stefan Felder macht memon fit für die Zukunft und stellt das Wohl der Mitarbeiter oben an – auch mithilfe der Digitalisierung



Stefan Felder ist 2020 ins Unternehmen eingetreten und konzentriert sich aktuell auf die Digitalisierung der internen Arbeitsprozesse.

In rasanter Geschwindigkeit erobern neue Technologien den Markt und erfassen alle Bereiche des Lebens. Damit verändern sich auch die Arbeitswelt und die Anforderungen an Unternehmen. Um mit den neuesten Entwicklungen Schritt zu halten und sich für die Zukunft aufzustellen, hat memon viel investiert und ist laufend dabei, den Unternehmensstandort zu optimieren.

„Ich glaube, dass ein Unternehmen wie memon nur aus sich heraus gesund wachsen kann. Meine Eltern haben in den vergangenen 20 Jahren eine sehr gute Basis geschaffen, aber Vieles hat sich extrem verändert: die Mitarbeitersuche, die Vertriebsmöglichkeiten, Kommunikationswege, die Erwartungen an den Arbeitgeber und so weiter“, sagt Stefan Felder, Mitglied der Geschäftsleitung.

## WOHL DER MITARBEITER AN ERSTER STELLE

Als Unternehmen, das sich mit seinen Produkten für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen einsetzt, stellt memon die Mitarbeitergesundheit an erste Stelle. „Die Mitarbeiter brauchen in meinen Augen ein optimales Umfeld, um effizient arbeiten und betriebliches wie privates Leben verbinden zu können“, sagt Stefan Felder. „Ich möchte unsere Bürowelt zu einem Ort machen, zu dem man gerne kommt – wegen der Menschen, der Atmosphäre und des eigenen Arbeitsplatzes.“

Gleichzeitig soll das ganze Gebäude die Philosophie und Werte des Unternehmens widerspiegeln: Natur und Technik müssen kein Widerspruch sein. Deshalb kommt bei memon hochmoderne technische Ausrüstung zum Einsatz, während die memon Technologie im gesamten Gebäude für ein renaturiertes Arbeitsumfeld sorgt.

Auch ergonomische Arbeitsplätze und ein modernes Innendesign in allen Abteilungen tragen zum Wohlfühlfaktor der Mitarbeiter bei. „Jeder soll das bestmögliche Umfeld bekommen. Dafür haben wir in den letzten

Jahren viel investiert und werden auch weiter investieren“, so Stefan Felder.

## DIGITALISIERUNG VERSCHLANKT ARBEITSPROZESSE

Eine große Herausforderung für das 2002 gegründete Unternehmen ist die Digitalisierung der Arbeitsprozesse. Diese sollen logisch, einfach nachvollziehbar, standardisiert und dennoch flexibel gehalten werden. „Auf diesem Wege gewährleisten wir den Mitarbeitern sowie unseren Partnern auch bei steigendem Auftragsaufkommen ein möglichst stressfreies Arbeiten“, erklärt Stefan Felder die Umgestaltung der IT-Infrastruktur im Unternehmen.

Durch die Optimierung und Digitalisierung interner Prozesse ergeben sich Stefan Felder zufolge auch mehr Möglichkeiten im Marketing und für die Schulung von Partnern. „Ein Unternehmen muss skalierbar bleiben. Dabei ist es mir persönlich wichtig, dass das keine negativen Auswirkungen auf die Arbeitsbelastung von Mitarbeitern und Partnern und somit auch nicht auf das Unternehmen hat.“

Die Gesundheit und das Wohl der Mitarbeiter stehen bei memon an erster Stelle.



# Mit memon aufs Siegertreppchen

Spitzensportler erzählen von ihren positiven Erfahrungen mit der memon Technologie

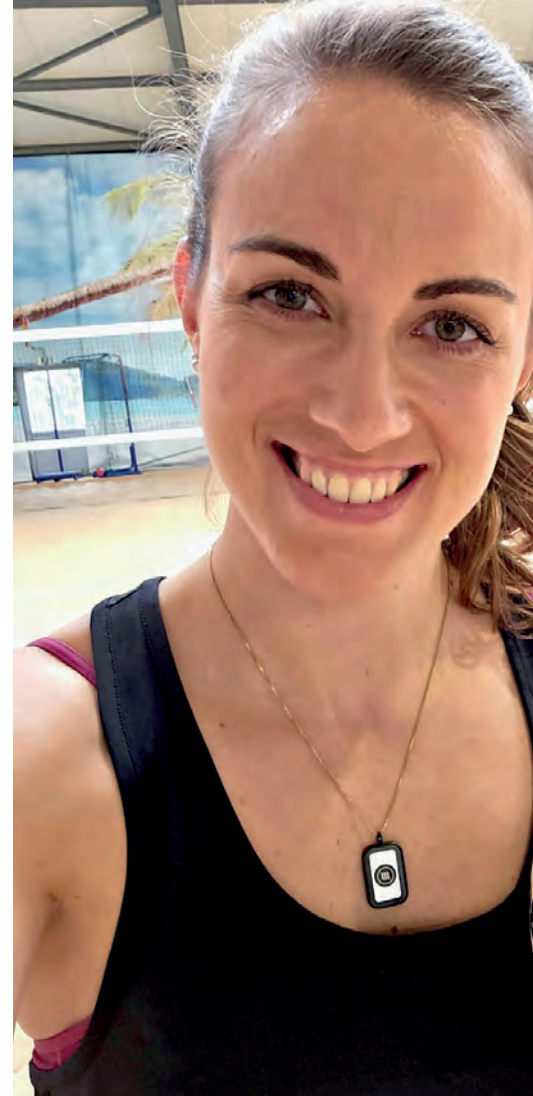
In den vergangenen 20 Jahren hat sich memon als fester Partner im Leistungssport etabliert. Zahlreiche Sportler, Sportmediziner und große Sportverbände wie der Deutsche Skiverband (DSV), der Österreichische Skiverband (ÖSV) und die Schweizer Eishockey-Nationalmannschaft nutzen die memon Produkte. Denn gerade im

Spitzensport, wo es oft um Hundertstelsekunden geht, machen sich negative Umwelteinflüsse wie Elektrosmog, Feinstaub und belastetes Wasser im Körper bemerkbar. Die memon Technologie kompensiert die negativen Auswirkungen von Elektrosmog, sodass die Sportler insgesamt fitter und leistungsfähiger sind.

„Jetzt bin ich zum Glück auch zu Hause ausgestattet – mit allem, was ich brauche. Ich fühle mich richtig wohl. Ich bin ruhiger und schlafe besser. Es sind so viele Kleinigkeiten, die man über die Zeit beobachtet und die immer besser werden. Es passiert also nicht von heute auf morgen, sondern über die Zeit.“

*Chiara Mair*

österreichische Ski-Weltcupfahrerin



„Mir als Leistungssportler ist es extrem wichtig, aus allen Situationen das Optimale rauszuholen, sei es im Training Kraft und Ausdauer zu verbessern, immer das optimale Essen vor und nach den Wettkämpfen zu mir zu nehmen oder das Material der Skier immer optimal auf die Verhältnisse abzustimmen. Und genauso gehört es für mich auch dazu, mich mit memon vor der Strahlenbelastung zu schützen. Das hilft mir, besser zu regenerieren, um dann wieder mehr Energie für das Training und die Wettkämpfe zu haben.“

*Manuel Schmid*, deutscher Ski-Weltcupfahrer





„Gerade für mich als Leistungssportlerin ist es sehr wichtig, dass ich einen gesunden Körper habe und ich mich optimal erholen kann. Deshalb möchte ich mich auch gegen äußere Umwelteinflüsse wie Elektrosmog schützen. Die Produkte von memon gehören für mich nicht nur zu Hause, sondern auch wenn ich zu Turnieren fliege, mit ins Gepäck, weil ich mich so auch in den Hotelzimmern überall auf der Welt am wohlsten fühle.“

*Tanja Hüberli*  
zweifache Beachvolleyball-Europameisterin

„Das wichtigste für mich ist meine Gesundheit, die ich mir bis ins hohe Lebensalter erhalten möchte. Allerdings kann ich mir ein Leben ohne WLAN & Co auch nicht mehr vorstellen. Weil ich mit memon beides haben kann, nutze ich die Produkte natürlich, um meine Zellen vor den Auswirkungen von Elektrosmog zu schützen.“

*Andrea Henkel*, 8-fache Biathlon-Weltmeisterin



„Ich hatte das Glück, als memon Kind aufzuwachsen. Ich bin extrem selten krank. Das hilft natürlich gerade, wenn man eine extrem kompakte Saison hat. Da kann man sich keinen Leistungseinbruch erlauben, weil man krank ist oder sich überlastet fühlt. memon hilft mir, dass ich mich schnell erholen kann.“

*Nico Müller*, Rennfahrer

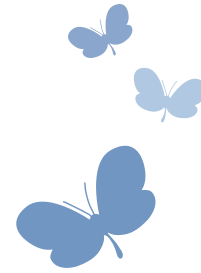


„Nur eine schlechte Nacht für mich ist der Horror. memon kann definitiv dazu beitragen, die Schlafqualität zu verbessern und die Störfaktoren, die es gibt, zu minimieren.“

*Marcel Hirscher*, 8-facher Ski-Weltmeister

# KURZ & GUT

Wissenswertes rund um die  
Gesundheit am Arbeitsplatz



„DAS LEBEN  
TEILT SICH NICHT  
IN ARBEITS-  
UND FREIZEIT.  
ES IST ALLES  
LEBENSZEIT.“

Götz Werner, Gründer von dm

## Traumjob „Feel-Good-Manager“

Es gibt Berufe, die klingen eher nach Urlaub als nach Arbeit – so der Job des Feel-Good-Managers. Er kümmert sich um Gesundheitsthemen in Unternehmen, etabliert Feedback-Gespräche und sorgt für mehr Motivation bei den Mitarbeitern. Denn bei der Arbeit soll sich jeder wohlfühlen.



**70%**  
DER MITTELSTÄNDI-  
SCHEN UNTERNEHMEN  
IN DEUTSCHLAND SEHEN  
BETRIEBLICHES GE-  
SUNDHEITSMANAGE-  
MENT ALS INVESTITION  
IN DIE ZUKUNFT.

## BESSER ARBEITEN MIT MUSIK?

Wissenschaftler des Max-Planck-Instituts haben herausgefunden, dass Musik die Konzentration während der Arbeit erheblich steigern kann. Allerdings kommt es auf die richtige Musik an. Beispielsweise sorgen gleichmäßige Rhythmen für eine gleichmäßige und konzentriertere Arbeitsweise. Darüber hinaus schafft der richtige Song zur richtigen Zeit gute Stimmung und steigert die Motivation.



# Gesundheit im Unternehmen



Warum immer  
mehr Menschen  
auf einen gesunden  
Arbeitsplatz achten  
und was Unterneh-  
mer und Angestellte  
tun können

---





Wer sich im Unternehmen wohlfühlt, ist motivierter und arbeitet effizienter.

# Fitte Mitarbeiter fördern den Erfolg

Gute Arbeitgeber wissen: Zufriedene Angestellte sind effizienter und bleiben dem Unternehmen lange treu. Deshalb investieren immer mehr Unternehmen in die Mitarbeitergesundheit. Doch Obstkörbe und Fitnessstudio-Gutscheine sind längst nicht mehr ausreichend.



Die Arbeitswelt wandelt sich gerade rasanter denn je. Die Digitalisierung beschleunigt und vereinfacht viele Prozesse und ermöglicht neue Arbeitsmodelle wie Homeoffice und das Arbeiten aus dem Ausland. Doch viele Branchen haben mit dem Fachkräftemangel zu kämpfen. Und auch die Zahl der Krankheitstage ist binnen zehn Jahren um 37 Prozent gestiegen – mehrheitlich aufgrund psychischer Überlastung. Deshalb ist es für viele Betriebe überlebenswichtig geworden, gute Mitarbeiter im Unternehmen zu halten und für ihre Gesundheit zu sorgen, indem sie in die betriebliche Gesundheitsvorsorge investieren.

### NACHHALTIGES INVESTMENT

Maßnahmen zur Gesundheitsförderung kosten zunächst Geld. Doch langfristig zahlen sich diese Investitionen aus. Denn durch Vorsorgemaßnahmen können

„Die Staubbelastung, die vor allem in einem Tischlereibetrieb wie unserem sehr hoch ist, ist durch memon stark reduziert worden.“

**Johann Koch**  
Inhaber Koch Fenster & Türen am Brenner

„Wir möchten unseren Gästen die Annehmlichkeiten von moderner Technologie nicht vorenthalten, sie mit memon jedoch maximal vor den negativen Auswirkungen schützen.“

**Karl Reiter**  
Eigentümer Posthotel, Achenkirch

nen körperliche und psychische Belastungen verhindert werden. Das bedeutet beispielsweise: weniger Bandscheibenvorfälle und weniger Burnouts. Wenn Sie als Arbeitgeber zudem für eine angenehme Arbeitsatmosphäre sorgen, sind die Mitarbeiter motivierter und arbeiten effizienter. Dadurch sinkt auch die Fluktuation, denn wer sich bei seinem Arbeitgeber wohlfühlt, hat weniger Gründe, das Unternehmen zu verlassen.

Indem also Arbeitgeber die Gesundheit und Motivation ihrer Mitarbeiter fördern, senken sie langfristig die Kosten, die durch Arbeitsausfälle, Stellengesuche, Aushilfen und Wiedereingliederung entstehen würden. Ein einfaches Rechenbeispiel des Instituts für gesunde Arbeit zeigt: Ein Unternehmen, das einen Euro in betriebliche Gesundheitsmaßnahmen investiert,

### MEHR EFFIZIENZ, WENIGER FLUKTUATION

Dass es sich lohnt, in die Gesundheit der Mitarbeiter zu investieren, zeigt eine aktuelle Studie der Unternehmensberatung Roland Berger. Darin kommen die Autoren zu dem Ergebnis, dass ein großes – auch finanzielles – Engagement in die Mitarbeitergesundheit den Aktienwert des Unternehmens um 76 Prozent und den Umsatz pro Mitarbeiter um 11 Prozent steigern kann. Gleichzeitig sank in der Studie die Fluktuation der Mitarbeiter um 40 Prozent. „Gesundheit und Unternehmenserfolg stehen in einem signifikanten Zusammenhang“, lautet das Fazit der Autoren.

erhält im Schnitt 2,70 Euro zurück. Damit ist die Mitarbeitergesundheit eine bedeutende Basis für den Erfolg eines jeden Unternehmens.

### POTENZIAL UND TALENTE FÖRDERN

Gesundheit muss in Unternehmen neu gedacht werden und einen höheren Stellenwert einnehmen. Einzelmaßnahmen wie Stehschreibtische für einen gesunden Rücken, frische Obstkörbe für die tägliche Vitaminzufuhr und vergünstigte Fitnesskurse sind ein guter Anfang, reichen aber langfristig nicht aus. Es geht vielmehr um einen ganzheitlichen Ansatz und darum, Dauerbelastungen, die durch Elektrosmog und Feinstaub entstehen, zu reduzieren. Dazu gehört es auch, seine Mitarbeiter zu fördern, Weiterbildungsangebote >

### SCHON GEWUSST?

Permanente Feinstaubbelastung wirkt sich nachweislich schädlich auf die Gesundheit aus. Das Fatale: In Innenräumen ist die Feinstaubbelastung oft um ein Vielfaches höher als draußen. Vor allem in Produktionshallen und Büros entsteht viel Feinstaub, dem die Mitarbeiter während der Arbeit ausgesetzt sind. Zu den Betrieben mit den höchsten Belastungen zählen unter anderem Schreinereien, Druckereien, Bäckereien, Zementfabriken sowie generell alle Branchen, in denen vor allem mit Eisen, Stahl, Steinen, Erde und Glas gearbeitet wird. Aber auch in Büros ist die Feinstaubbelastung hoch. Hier bilden sich die feinen Staubpartikel durch Drucker (Tonerstaub), Teppiche und Heizungen.

*Die Lösung für Feinstaub:*



„memon ist für mich als Premium-Hotel selbstverständlich.“

**Josef Stock**  
Inhaber STOCK Resort



Fitte und motivierte Mitarbeiter bleiben einem Unternehmen lange treu.

zu machen, ihnen Entwicklungschancen innerhalb des Unternehmens aufzuzeigen und ihnen Raum zu geben, ihr Potenzial zu entfalten.

#### VIER SÄULEN DER MITARBEITERGESUNDHEIT

Was sowohl von Arbeitgebern als auch von Angestellten oft übersehen wird: Die Digitalisierung zollt ihren Tribut. Durch digitale Innovationen bewegen sich die meisten Menschen an ihrem Arbeitsplatz noch weniger und sind gleichzeitig viel mehr elektromagnetischer Strahlung (Elektrosmog) ausgesetzt als noch vor wenigen Jahren. Für immer mehr Unternehmen ist deshalb auch der Schutz vor elektromagnetischer Strahlung zu einer weiteren wichtigen Säule der betrieblichen Gesundheitsvorsorge ge-

worden – neben regelmäßiger Bewegung, einer gesunden Ernährung und Maßnahmen zur Stressprävention.


„In unserem Unternehmen wird sehr viel Wert daraufgelegt, dass sich die Menschen gut fühlen und dass sie eine Umgebung vorfinden, in der sie leistungsfähig sein können. Das ist die Aufgabe eines Unternehmens“, sagt Kerstin Vockner, Personalleiterin der Stieglbrauerei. Rund 750 Mitarbeiter an sieben Niederlassungen sind bei der Stieglbrauerei beschäftigt. Für die Förderung der Mitarbeitergesundheit hat das Unternehmen ein ganzheitliches Programm aufgestellt, das die Bereiche Bewegung, Ernährung, Achtsamkeit und insbesondere auch den Schutz vor Elektrosmog und Feinstaubbelastung abdeckt.

#### AN DIE EIGENVERANTWORTUNG APPELLIEREN

Ein solch umfangreiches Angebot anzunehmen, liegt letztlich in der Verantwortung des Arbeitnehmers. „Es ist wichtig, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in ihrer Eigenverantwortung zu stärken. Man kann Menschen nicht zu bewusster Ernährung und Bewegung zwingen“, erklärt Vockner. Deshalb gehört es ebenso zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge, die Mitarbeiter über Sinn und Zweck von Gesundheitsmaßnahmen aufzuklären und ihnen – beispielsweise durch fle-

„Für uns als familiengeführtes Traditionsunternehmen steht seit jeher der Mensch im Mittelpunkt. Wir beschäftigen uns schon lange mit dem Thema Elektrosmog und dessen möglichen Auswirkungen. Auch in unserer Ideenschmiede in Wildshut – dem ersten Biergut weltweit – nehmen wir eine Vorreiterrolle ein, denn hier ist auch alles mit memon ausgestattet.“

Alessandra Kiener  
Unternehmensleitung  
Stieglbrauerei Salzburg

xible Arbeitszeitmodelle – die Möglichkeit zu geben, regelmäßige Bewegung und gesunde Ernährung auch wirklich umzusetzen. Durch Homeoffice und Gleitzeit kann sich jeder Mitarbeiter seine Zeit effizienter einteilen und beispielsweise nach vier Stunden Sitzen am Schreibtisch zum Joggen gehen oder sich mittags eine gesunde Mahlzeit kochen. 

„Seit dem Einbau von memon haben sich die Krankheitstage bei uns im Unternehmen um 23 Prozent reduziert.“

Dr. Günther Beck  
Revital Aspach

#### FAZIT:

Ein Invest in die Gesundheit der Mitarbeiter zahlt sich langfristig aus. Mitarbeiter, die sich im Unternehmen wohlfühlen und körperlich und mental gesund sind, sind produktiver und motivierter. Wer zudem seine Angestellten fördert und ihnen die Möglichkeit gibt, ihr Potenzial zu entfalten, wird gute Arbeitskräfte lange im Unternehmen halten können – ein entscheidender Faktor für den Erfolg des Unternehmens.



# So fördern Sie die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter

7 Tipps, die Sie in Ihrem Unternehmen umsetzen können – für motivierte Mitarbeiter, ein angenehmes Betriebsklima und mehr Produktivität



## 1 GESUNDER ARBEITSPLATZ

Ergonomische Arbeitsplätze sind ein Grundbaustein der Mitarbeitergesundheit. Am besten beginnen Sie mit höhenverstellbaren Schreibtischen. Auch Stühle und Arbeitsflächen sollten gut auf die individuellen Bedürfnisse jedes Mitarbeiters abgestimmt sein.

Ermutigen Sie Ihre Mitarbeiter zu regelmäßiger Bewegung auch während der Arbeitszeit – und seien Sie selbst ein Vorbild. Warum nicht einmal pro Woche einen Yogakurs im Unternehmen anbieten oder regelmäßige Radtouren organisieren? Das trägt zur körperlichen Gesundheit bei und fördert das Miteinander.



## 2 GESUNDE ERNÄHRUNG UND BESTES WASSER

Bieten Sie in der Kantine oder im Pausenraum gesundes Essen und Snacks wie Möhren oder Äpfel an. Eine ausgewogene Ernährung mit frischem, saisonalem Gemüse stärkt nicht nur die physische Gesundheit, sondern kann auch die Konzentration und Produktivität steigern. Doch noch wichtiger ist Wasser! Gerade in stressigen Zeiten trinken die meisten Menschen zu wenig Wasser. Mindestens zwei Liter sollten es jeden Tag sein.

Deshalb sollten gute Arbeitgeber darauf achten, dass ihre Mitarbeiter Wasser jederzeit griffbereit haben. Dabei spielt die Qualität eine entscheidende Rolle. Je natürlicher, desto besser. Immer mehr Unternehmen setzen deshalb auf die memon Produkte für renaturiertes Wasser.

„Seit wir memon haben, ist der Stresspegel runtergegangen. Wenn der Laden voll ist und alle viel zu tun haben, aber noch lachen, war es auf jeden Fall die richtige Entscheidung.“

Robert Holzapfel  
Metzgerei Holzapfel GmbH



## 3 STRESSBEWÄLTIGUNG

Organisieren Sie Kurse zur Stressbewältigung oder bieten Sie Räume für kurze Entspannungsübungen an. Achtsamkeits- oder Atemübungen, Meditation oder Yoga tragen entscheidend zur mentalen und körperlichen Gesundheit bei.



## 4 FLEXIBILITÄT BEI DER ARBEITSZEIT

Flexible Arbeitszeitmodelle wie Gleitzeit oder Homeoffice ermöglichen es den Mitarbeitern, ihre Arbeit besser mit ihren individuellen Bedürfnissen und Verpflichtungen in Einklang zu bringen und für ihren persönlichen Ausgleich zu sorgen.

„Man verbringt einen Großteil des Tages im Büro und da sollte man sich wohlfühlen und nicht unter gesundheitsschädlichen Einflüssen arbeiten. Elektrosmog ist eine unterschätzte Gefahr, weil er für uns nicht sichtbar ist.“

Ulrike Ehrlich  
Chefdesignerin & Inhaberin  
Sportalm GmbH



## 5 KOMMUNIKATION UND FEEDBACK

Offene Kommunikation schafft eine positive Atmosphäre. Führen Sie regelmäßig Feedback-Gespräche, um die Bedürfnisse und Probleme Ihrer Mitarbeiter besser zu verstehen und gemeinsam gezielte Maßnahmen zu erarbeiten. Das fördert nicht nur die Motivation, sondern auch die Bindung zum Unternehmen.



## 6 WEITERBILDUNG UND ENTWICKLUNG

Talente sollten gefördert werden! Investieren Sie in die berufliche Weiterbildung Ihrer Mitarbeiter. Das Gefühl, sich beruflich weiterentwickeln zu können, steigert die Motivation und das Selbstvertrauen. Außerdem entwickeln sich viele Arbeitsbereiche rasend schnell, sodass es auch für den Unternehmenserfolg entscheidend ist, laufend auf dem neuesten Stand zu sein.



## 7 SCHUTZ VOR ELEKTROSMOG

Der Schutz vor Elektrosmog und Feinstaubbelastung ist in immer mehr Unternehmen ein entscheidender Bestandteil der betrieblichen Gesundheitsförderung. Deshalb setzen inzwischen mehr als 1.000 Unternehmen auf die memon Technologie als eine wichtige Säule zur Förderung des Mitarbeiterwohls.

Über all diese Maßnahmen hinaus ist es wichtig, die Mitarbeiter regelmäßig über Gesundheitsthemen zu informieren und für die Bedeutung der eigenen Gesundheit zu sensibilisieren. Dafür können Schulungen, Informationsveranstaltungen oder interne Kommunikationskanäle genutzt werden. Probieren Sie's aus!

# KURZ & GUT

Erfolgsgeschichten aus aller Welt



## Für Führungskräfte und alle, die mehr wollen

Arbeiten, um persönliche Erfüllung zu finden – darum geht es in dem Spiegel-Bestseller „The Big Five for Life“ von John Strelecky. Eingebunden in eine seichte Romanhandlung legt Strelecky in seinem Buch dar, wie jeder in seinem Job Erfüllung finden kann und was Führungskräfte tun können, um die persönlichen Ziele ihrer Mitarbeiter mit den unternehmerischen Zielen in Einklang zu bringen.



# 70%

DER KONSUMENTEN  
IN DEUTSCHLAND  
KAUFEN **NACHHALTIG**  
UND SIND BEREIT,  
DAFÜR MEHR GELD  
AUSZUGEBEN.

Mehr zum  
memonizerWATER und  
memonizerFLATWATER  
auf S. 96-97



## WENIGER PLASTIKMÜLL

Mit den memon Produkten fürs Wasser können Sie frisches, renaturiertes Wasser direkt aus dem Wasserhahn zapfen. Dadurch lassen sich lange Transportwege und Plastikmüll vermeiden.



## GUTE IDEE

Die Organisation Sungai Watch wurde 2020 mit dem Ziel gegründet, Flüsse von Müll zu befreien, damit vor allem der Plastikmüll nicht ins Meer gelangt. Dafür entwickelte Sungai Watch 180 Müllbarrieren und errichtete diese in Flüssen auf Bali und Java. Bisher wurden auf diese Weise mehr als 1.000 Tonnen Müll gesammelt, der danach sortiert und recycelt wird.



# Erfolgs- geschichten



Welche Erfahrungen  
machen Menschen  
mit der memon  
Technologie und  
welche Erfolge  
haben sie erzielt?

---



Thomas Hierat  
ist in seinem  
Unternehmen  
mit memon  
ausgestattet.



„Für mich ist es fahrlässig, wenn man weiß, dass man sich schützen kann, es aber nicht tut.“

**Thomas Hierat**  
Gründer und Geschäftsführer Objekt22

## „Elektrosmog ist ein unsichtbarer Gegner“

Für Thomas Hierat ist der Schutz vor elektromagnetischer Strahlung ein essenzieller Bestandteil beim Bauen und Wohnen

**T**homas Hierat ist Geschäftsführer der Hierat GmbH, die sich auf Maler- und Oberflächengestaltung im Innen- und Außenbereich spezialisiert hat. Jüngst hat er das Unternehmen Objekt22 in Gmund am Tegernsee gegründet. Im Partnerverbund von Objekt22 spielt auch memon als Netzwerkpartner eine bedeutende Rolle. Im Interview erzählt Thomas Hierat, warum der Schutz vor Elektrosmog für ihn eine wichtige Präventionsmaßnahme ist.

**Welche Rolle spielt für Sie persönlich der Schutz vor negativen Umwelteinflüssen?**

Der Schutz vor negativen Umwelteinflüssen ist für mich sehr wichtig. Die Strahlung ist unsichtbar und wo ich für mich einen Schutz installieren kann, mache ich das natürlich auch. Weil ich gesund bleiben will! Wenn man gesundheitliche Probleme bekommt, ist es ja schon fünf vor zwölf. Man muss da schon in sich hineinhorchen. Wenn man das Gefühl bekommt, dass es einem nicht so gut geht, muss

man sich fragen, ob man so weitermacht. Wenn ich den ganzen Tag mit Computer, Handy und sonstigen Strahlungsquellen zu tun habe, möchte ich mich doch davor schützen.

**Welchen Einfluss hat Elektrosmog gerade im Bereich Bauen und Wohnen?**

Dies ist ein unsichtbarer Gegner, den man nicht verorten beziehungsweise im ersten Augenblick erkennen kann. Daher ist in meinen Augen die Gefahr einer Störquelle, die auch noch gesundheitsschädlich ist, essenziell! Deshalb habe ich meine Firma und mein gesamtes Haus bei der Sanierung komplett verkabelt und kein WLAN installiert.

**Inzwischen sind Sie im Unternehmen auch mit memon ausgestattet. Was waren Ihre Beweggründe?**

Auf die Gesundheit meiner Mitarbeiter achte ich sehr. Da will ich für mich und meine Mitarbeiter nur das Beste. Ich kann natürlich niemanden zu etwas zwingen, aber ich informiere sie über Arbeits- und Gesundheitsschutz. Für mich persönlich ist es fahrlässig, wenn man weiß, dass man sich schützen kann, es aber nicht tut.

**Merken Sie, dass der Schutz vor diesen Umweltbelastungen bei Ihren Kunden oder auch bei Kollegen immer mehr zum Thema wird?**

In meinen Augen ist das eines der wichtigsten Zeitthemen. Dies wird jedoch durch die mangelnde Sensibilität weder erkannt noch besonders wahrgenommen. Wenn ich sehe, dass bei Kunden der WLAN-Router mitten im Raum ist, frage ich sie, ob sie die Gebrauchsanweisung schon mal gelesen haben.



ERFOLGSGESCHICHTEN

Hochwertiges, individuelles Bauen und Gestalten steht bei Objekt22 im Vordergrund.



KONTAKT  
HIERAT GMBH  
www.hierat.de  
Tel: +49(0)80 22/  
85 99 180  
E-Mail: info@  
objekt22.de

Staubarbeiten eine Atemschutzmaske aufsetzt, so kann man, wenn man mit Strahlung zu tun hat, memon nutzen.

OBJEKT22 – GEMEINSAM DEN PERFEKTEN WOHNRAUM SCHAFFEN

Bei Objekt22 stehen individuelle Wohnträume und hochwertige Handwerkskunst im Vordergrund. Hier werden verschiedene Gewerke gebündelt. So ist unter dem Dach von Objekt22 ein Netzwerk namhafter, qualifizierter und erfahrener Unternehmen entstanden, welche die Ideen und Vorstellungen ihrer Kunden zum Leben erwecken – ob Neubau, Sanierung oder Einrichtung. Jeder Kunde bekommt den richtigen Ansprechpartner, der ihm von Anfang bis Ende zur Seite steht. Somit liefert Objekt22 stets nur das Beste. Deshalb ist auch memon mit an Bord.

Da steht explizit drin, dass man WLAN-Router nicht in Wohnräumen aufstellen soll. Und wenn das schon in der Gebrauchsanweisung steht, muss man sich doch fragen, welchen Hintergrund das hat. Da wachen die meisten Menschen dann schon auf. In Ihrem Unternehmen stehen Nachhaltigkeit und Qualität ganz oben – sind das Werte, die Sie auch mit memon verbinden?

Aber sicher doch. Ökologie und Ökonomie sind eine sich überschneidende Lebensader und müssen sich gegenseitig aufwiegen. Alles gehört zusammen. Wenn ich etwas baue, muss ich auf die Umwelt und die Natur achten. Man darf das Bewusstsein nicht verlieren, dass wir nicht allein auf der Welt sind. In der Balance zu sein, wird in der digitalen Welt immer schwieriger. Deshalb brauchen wir Hilfsmittel, die uns dabei unterstützen. So wie man bei



memon zertifiziertes Unternehmen



Lassen Sie den Alltag hinter sich, machen Sie es sich bequem und genießen Sie unsere kulinarischen, steirischen Gaumenfreuden

Mit einem ausgewogenen Frühstück vom reichhaltigen Buffet starten Sie fit und vital in den Tag. Abends genießen Sie bei stilvollem Ambiente ein 5-Gang Wahlmenü mit einer Vielzahl an knackig frischen Salaten.

Die Gastfreundschaft und die Gemütlichkeit werden von unseren Gästen sehr geschätzt. Ein beliebter Treffpunkt ist die Panoramaterrasse oder die Hotelbar, an der das eine oder andere kühle Getränk und edle Weine genossen werden können. Sehr gefragt sind die hausgemachten Säfte.

Ihr exklusives Urlaubshotel mit 24 Zimmern liegt im Herzen von Österreich in der Region Schladming Dachstein im Ortsgebiet von Rohrmoos auf einer Seehöhe von 1253 m. Die Lage gewährt einen phantastischen Ausblick auf das Dachsteinmassiv und über das gesamte obere Ennstal mit seiner charakteristischen Landschaft.

Unsere Hotelgäste schätzen die ruhige Lage des Hotels. Gute, frische Luft lässt jeden wieder so richtig durchatmen. Die Wanderwege und Pisten führen direkt am Hotel vorbei – also beste Bedingungen für Ihren Sommer- oder Winterurlaub.

# „Für mich ist memon ein prophylaktischer Schutz“

In seiner Berufsfachschule für Physiotherapie hat Schulleiter Oliver Zauritz memon installiert. Im Interview erklärt er, wie sich Elektrosmog auf den Rhythmus im Körper auswirken kann.



An seinem Arbeitsplatz in der Schule und zu Hause setzt Oliver Zauritz auf memon.

**O**liver Zauritz ist Schulleiter und Geschäftsführer der Berufsfachschule für Massage und Physiotherapie der Kybalion GmbH mit rund 20 Mitarbeitern und durchschnittlich 150 Schülern. Im Interview spricht er über die Bedeutung von Rhythmus und den Einfluss elektromagnetischer Strahlung auf den Körper.

**Sie unterrichten nach der Kybalion-Lehre. Wie unterscheidet sich Kybalion von anderen Ansätzen?**

Kybalion ist eine universelle Sichtweise, wie Leben, Natur und der Mensch auf zellulärer Ebene funktionieren. Kybalion beruht auf sieben Gesetzmäßigkeiten, beispielsweise auf dem Gesetz der Schwingung, dem Gesetz der Polarität und dem Gesetz des Rhythmus. Daraus leiten wir eine ganzheitliche Sichtweise der Behandlung ab. Im Körper hat alles seinen Rhythmus, die Atmung, der Herzschlag und vieles mehr. Diese Rhythmen sind bei einer Krankheit eingeschränkt. Das Ziel ist es deshalb, wieder in den Rhythmus zu kommen, damit der Körper wieder in den Fluss kommt.

**Können dann solche Systeme im Körper durch Umweltbelastungen wie Elektrosmog negativ beeinflusst werden?**

Da sind Kopfschmerzen ein gutes Beispiel. Das Gehirn unterliegt ebenfalls einem bestimmten Rhythmus. Bei Kopfschmerzen oder Migräne kann man spüren, dass dieser Rhythmus gestört ist. Da kann Elektrosmog, dem wir ja heute tagtäglich ausgesetzt sind, schon einen massiven Einfluss haben.

**Spielt der Schutz vor Elektrosmog Ihrer Meinung nach eine Rolle im Rahmen eines ganzheitlichen medizinischen Ansatzes?**

Ja, auf jeden Fall. Wir sind heute

„Im Körper hat alles seinen Rhythmus. Darauf kann Elektrosmog einen massiven Einfluss haben.“

**Oliver Zauritz**

Schulleiter Berufsfachschule für Massage und Physiotherapie der Kybalion GmbH

überall Elektrosmog ausgesetzt, gerade dort, wo man arbeitet, wohnt und schläft. Tagsüber hat der Körper mehr Abwehrkräfte, aber nachts muss er sich erholen. Wenn da die ganze Zeit Elektrosmog auf den Körper einwirkt, ist das natürlich schlecht für die Gesundheit.

**Was sind Ihre Erfahrungen mit memon?**

Ich hatte oft Kopfschmerzen. Dann habe ich zwei Dinge verändert: Meine Ernährung (Microbiom) und memon. Ich habe die memonizer in meinem Büro und im Auto eingerichtet. Seitdem habe ich fast keine Kopfschmerzen mehr.

**Warum haben Sie sich entschieden, memon auch in der Schule zu installieren?**

Für mich ist memon ein prophylaktischer Schutz. Das Lehrerzimmer, die Büros und der Kopierraum sind Bereiche mit viel Elektrosmog. Da wollte ich memon präventiv für meine Kollegen haben, das war mir für meine Mitarbeiter wichtig. Und die Schüler haben auch etwas davon.





Das Gesundheitszentrum exaktaktiv wurde 1997 in Rosenheim in der Isarstraße gegründet. 2017 ist es in den Kirchenweg 43 auf eine Fläche von 1.600m<sup>2</sup> nach Happing gezogen.

Der ganzheitliche Ansatz, die Gesundheit eines jeden Menschen zu erhalten oder wieder zu erlangen, das ist die hohe Kunst, der sich das exaktaktiv in seinen Leitlinien verschrieben hat.



So einzigartig jeder Mensch ist, so unterschiedlich sind auch seine Bedürfnisse beim Training. Nur ein optimal und individuell zugeschnittenes Trainingsprogramm, das auf eine moderne Analysetechnik aufbaut, verbessert die Lebensqualität nachhaltig.

- Das digitale Training bietet genau dieses individuelle Training mit Erfolgskontrolle.
- Die Neutralisation elektromagnetischer Strahlung durch MEMON gibt dem gesunden Training einen weiteren Pluspunkt.
- Angesprochen werden gleichermaßen Alt und Jung, vom 12-jährigen Teenager bis zu den „Best Agers“ und darüber hinaus.
- Auch Menschen mit einem Handicap finden im exaktaktiv ihr individuelles Training.
- Ein Probetraining und eine Gesundheitsberatung sind jederzeit buchbar.



exaktaktiv Rosenheim  
Kirchenweg 43  
83026 Rosenheim  
www.exaktaktiv

T. 08031/351 9 351  
info@exaktaktiv.de  
WhatsApp: 01525/26 53 623



Messbar. Gut. Trainiert.



# Das memon Umweltsiegel

## Auszeichnung für Unternehmen mit Gesundheits- und Umweltbewusstsein

**M**emon setzt sich seit mehr als zwei Jahrzehnten für Mensch, Tier und Umwelt ein – mit stetig wachsendem Erfolg. Inzwischen nutzen weltweit hunderttausende Kunden und rund 1.000 internationale Unternehmen die memon Technologie – und es werden Tag für Tag mehr. Denn gerade im Unternehmen und am Arbeitsplatz sind die Belastungen durch Umwelteinflüsse oft immens und können schwerwiegende Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Mitarbeiter haben.

Immer mehr Unternehmen werden sich ihrer ganzheitlichen Verantwortung bewusst und engagieren sich für das Wohlbefinden ihrer Mitarbeiter, ihrer Kunden und Gäste sowie für den Schutz von Natur und Umwelt. Genau darum geht es auch bei memon. Deshalb arbeitet memon seit Anbeginn mit Partnern und Firmen zusammen, die die

Werte des Unternehmens teilen. Sie sind nicht nur vom Nutzen der memon Technologie überzeugt, sondern fühlen sich als Teil einer Gemeinschaft, die eine gemeinsame werteorientierte Haltung vertritt. Alle Unternehmen, so unterschiedlich sie auch sind – Hotels, Praxen, Fitnessstudios, Dienstleistungsunternehmen, Industrie- und Handwerksbetriebe – begegnen sich in dem Grundsatz einer bewussten und nachhaltigen Lebensweise.

Das ist auch der Kerngedanke von memon. „Wir möchten Unternehmen, die unsere Vision teilen, an Bord holen und sie motivieren, sich in einer Welt, die immer technischer und hektischer wird, für den Schutz von Mensch und Umwelt einzusetzen“, sagt memon Gründer und Geschäftsführer Hans Felder. „Es ist uns wichtig, jedem, der mit unserer Technologie aus-



„Der höchste Wert, den wir mit memon teilen, ist der Respekt für den Körper und die Gesundheit. Wir können mit memon so viele Menschen unterstützen. Mit memon kannst du dem Körper eine Last abnehmen, weil du dich regenerieren und deinen Körper wappnen kannst, wenn er wieder negativen Einflüssen wie Stress ausgesetzt ist. Ich muss mich doch fragen, was ich für mich, meine Seele, meinen Körper machen kann, damit ich gesund bleibe und damit es mir gut geht. Da gehört memon als Präventionsmaßnahme definitiv dazu.“

**Sandra Fügl**  
Fügl'sche Schreinerei



gestattet und von memon überzeugt ist, die Möglichkeit zu geben, sich an unseren Innovationen zu beteiligen.“

Als Zeichen dieser Werte dient das memon Umweltsiegel – ein Zertifikat, das auf besondere Weise für jeden gut sichtbar dokumentiert, dass man sich in diesem Unternehmen für die Gesundheit und das Wohlbefinden von Mitarbeitern und Kunden sowie für den Umweltschutz engagiert und diese Werte auch lebt. Rund 1.000 Unternehmen sind inzwischen zertifiziert und sind begeistert von dieser innovativen und effektiven Technologie.

Gehen auch Sie den nächsten Schritt und zeigen Sie mit dem memon Umweltsiegel Ihr Engagement im Bereich Mitarbeitergesundheit und Umweltschutz.



# Erfolgreich mit memon

An seinem Erfolg lässt memon auch andere teilhaben. Werden Sie Teil der memon Familie und erleben Sie die Vorteile. Verändern Sie mit uns gemeinsam die Welt zum Positiven. Ein Überblick über die Möglichkeiten mit memon zusammenzuarbeiten

## MEMON PARTNER WERDEN

Als memon Partner haben Sie die Möglichkeit, die memon Produkte in die Welt hinauszutragen und etwas Positives im Leben der Menschen zu bewirken. Die Chancen dazu sind besser denn je, denn immer mehr Menschen setzen sich mit den Themen Elektrosmog, Feinstaub und Umweltbelastungen auseinander. Die Lösung dafür ist die memon Technologie. Ein attraktives Vergütungsmodell, der memon RENATURE CLUB, bietet Ihnen viele Vorteile, die Ihren persönlichen Erfolg fördern und begleiten. Mehr Informationen finden Sie hier:



## EMPFEHLEN SIE UNS

Sie haben ein Gespür dafür, wenn Menschen oder Unternehmen in Ihrem Umfeld oder Netzwerk bereit und offen sind für den Einsatz unserer Technologie? Dann agieren Sie als Mittler und stellen Sie den Kontakt her. Für Ihre Empfehlung erhalten Sie im Erfolgsfall eine Vergütung. Ihre Begeisterung für die Wirkung unserer Produkte und für unser Unternehmen sind die einzigen Voraussetzungen, die Sie dafür erfüllen müssen.

## FESTANSTELLUNG BEI MEMON

Arbeiten bei memon ist mehr als ein Job. Es ist vielmehr die Begeisterung für eine Biotechnologie, die den technologischen Fortschritt wieder in Einklang mit Natur und Gesundheit bringt. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir sind immer auf der Suche nach kompetenten Mitarbeitern. Sehen Sie sich auf unserer Website unsere Stellenausschreibungen an oder schicken Sie uns eine Initiativbewerbung.



„Vor allem das Filmmaterial und die professionelle Aufbereitung aller digitaler Medien ist toll. memon stellt uns all das zur Verfügung! Auch das Printmaterial, die memon Akademie und die Mitarbeiter sind mir immer eine Stütze.“

**Sonja Plötz**  
memon Partnerin seit 2020



„Wenn du deine Berufung gefunden hast, musst du nie wieder arbeiten“, lautet ein Zitat. So ist das für mich. memon ist für mich keine Arbeit, es ist Freude. Ich habe mir ein Netzwerk mit zufriedenen Kunden, Ärzten und Heilpraktikern aufgebaut. Meine Arbeit ist so erfüllend, weil ich viele interessante Menschen kennenlerne und so positives Feedback bekomme.“

**Markus Kohl**  
memon Partner seit 2004



„Mich überzeugt die Wirkung von memon, das ist für mich als Diplom-Ingenieur das Entscheidende. Ich sehe bei den Kunden, wie memon wirkt. Besonders schön ist es, wenn ich Kunden längere Zeit begleiten darf. Wenn ich über die Jahre sehe, wie meinen Kunden der Nutzen von memon zugutekommt, ist das ein unglaublich gutes Gefühl.“

**Michael Duthweiler**  
memon Partner seit 2014



„Ich bin froh, dass ich den Sprung aus der Modebranche geschafft habe. Es macht riesig Spaß, weil man mit memon Menschen etwas Gutes tut. Wenn man dann positives Feedback von seinen Kunden bekommt, kann man das mit nichts Anderem aufwiegen.“

**Inge Kellerer**  
memon Partnerin seit 2022



### 3 FAKTEN ZUM SMARTPHONE

- In naher Zukunft werden wir unser Smartphone mit drahtlosen Over-the-Air-Lösungen (also durch Funkwellen) quasi über die Luft aufladen.
- Die Smartphones der nächsten Generation haben holografische Displays, die Bilder und Videos in 3D über dem Display schwebend darstellen.
- Der Anschluss für Kopfhörer beim Smartphone wird verschwinden, stattdessen wird es nur noch Bluetooth-Verbindungen geben.



Hoten Sie sich jetzt die memonizerEARPODS für Ihre Apple AirPods. Mehr dazu auf S. 94

## KURZ & GUT

Wissenswertes aus der Welt der Technik & Technologie



In Deutschland gehen die ersten Städte dazu über, nachts das öffentliche WLAN abzuschalten. Das soll nicht nur Strom sparen, sondern auch den Elektrosmog reduzieren. Vorreiter sind die Stadt Wangen im Allgäu und Ravensburg.

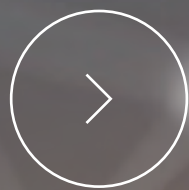


# 6 MILLIARDEN

MOBILTELEFONE SIND WELTWEIT IM EINSATZ. IM SCHNITT VERBRINGEN DIE MENSCHEN 3,7 STUNDEN PRO TAG AN IHREM SMARTPHONE.



# Info & Wissen



News zu 5G und 6G, Hintergründe zu den Grenzwerten für Handystrahlung und die Vorteile von Digital Detox

---



Seit 2019 werden zusätzlich zu den 4G-Antennen auch 5G-Antennen installiert. Inzwischen ist Deutschland fast flächendeckend mit 5G versorgt.



# 5G-Ausbau größtenteils abgeschlossen

5G erleichtert den Alltag der meisten Menschen deutlich, doch Wissenschaftler schlagen Alarm

**G**ut vier Jahre nach Beginn des Netzausbaus ist die fünfte Mobilfunkgeneration (5G) in Deutschland nahezu flächendeckend verfügbar. Jedes neue Smartphone-Modell ist mit 5G erhältlich. Damit ist 5G in Deutschland angekommen und ermöglicht zahlreiche neue Anwendungen, die den Shift von analog zu digital endgültig besiegeln – in allen Lebensbereichen. Das hat viele Vorteile, birgt aber auch Risiken.

Die Vorteile von 5G sind vielfältig. Allen voran ermöglicht 5G eine zehnmals schnellere Datenübertragung als die letzte Mobilfunkgeneration 4G

bzw. LTE. Dadurch ist selbst der Transfer großer Datenmengen nahezu ohne Verzögerung möglich. Das heißt, dass wir beispielsweise auf dem Smartphone Videos ansehen und Filme ohne lange Ladezeiten oder nervige Hänger herunterladen können.

Gerade für Unternehmen spielt die schnelle Übertragung großer Datenmengen eine wichtige Rolle. Vom Kleinbetrieb bis zum Konzern liefert eine Datenübertragung in Echtzeit einen entscheidenden Vorteil sowohl für interne Prozesse als auch die Auftragsabwicklung. Zudem erleichtert die 5G-Datenübertragung neue Arbeits-

modelle wie das Arbeiten im Homeoffice oder von unterwegs.

Doch der eigentliche Nutzen von 5G geht weit darüber hinaus. Denn 5G ist die entscheidende Grundlage für effiziente KI-Anwendungen, beispielsweise in der industriellen Produktion, in Verkehr und Logistik, in der Medizin, der Baubranche und vielem mehr. Hier sollen durch KI (Künstliche Intelligenz) die Effizienz gesteigert und sowohl Kosten als auch der Energieverbrauch gesenkt werden. Außerdem verändert sich durch 5G die gesamte digitale Infrastruktur, denn jetzt können zehnmals mehr digitale Geräte integriert werden als bisher.





Mit 5G können wir auf dem Handy Videos in Echtzeit ansehen und Filme ohne Unterbrechung streamen.



### FAKTEN ZU 5G

- **Geschwindigkeit:** Aktuell erreicht 5G Geschwindigkeiten von bis zu 1 Gigabit pro Sekunde, das ist zehnmal so schnell wie im 4G-Netz (LTE). In naher Zukunft soll 5G Daten sogar mit 10 Gigabit pro Sekunde übertragen.
- **Netzabdeckung:** Die Telekom deckt bereits mehr als 94 % der Haushalte in Deutschland mit 5G ab, Vodafone liegt bei 80 %, Telefónica/O2 erreicht 75 % aller Haushalte in Deutschland.
- **Antennen:** Insgesamt sind durch den 5G-Ausbau in Deutschland bisher ca. 135.000 Antennen hinzugekommen – zusätzlich zu den bereits vorhandenen 4G-Antennen.



Durch die schnellere Datenübertragung erleichtert 5G auch das Arbeiten im Homeoffice oder von unterwegs.

5G

5G hat zahlreiche Vorteile. Es ermöglicht neue Anwendungen, bietet mehr Komfort bei alltäglichen Aufgaben und sorgt für mehr Effizienz. Doch die Frage ist: Was ist der Preis, den wir für all diesen Komfort zahlen?

#### EIN SENDE ALLE 200 METER?

Bei all den Annehmlichkeiten, die 5G bietet, wird immer noch übersehen, welche enorm hohe Strahlenbelastung damit einhergeht. Schon das bisherige Mobilfunknetz ist eine Dauerbelastung für den Körper. Mit 5G und dem Ausbau der digitalen Infrastruktur sind bis zu zehnmal mehr

Antennen und Funkmasten nötig geworden. Und diese rücken folglich immer näher an den Menschen heran. Im Schnitt wird sich wahrscheinlich alle 200 bis 300 Meter ein Sender befinden, wenn der 5G-Ausbau bis Ende 2025 abgeschlossen ist.

Dabei belegen rund 1.000 wissenschaftliche Studien weltweit die schädlichen Auswirkungen von Elektromog – ausgehend etwa von Mobilfunk – auf den Körper, sogar dann, wenn die Strahlung weit unterhalb der gesetzlichen Grenzwerte liegt.

*Mehr über die Grenzwerte erfahren Sie auf S. 52-55.*

#### AUSWIRKUNGEN SEIT JAHRZEHTEN BELEGT

Die ersten Studien zu den gesundheitlichen Auswirkungen von Mobilfunkstrahlung wurden bereits 1995 veröffentlicht. Hunderte weitere Studien wie die REFLEX-Studie aus dem Jahr 2004 bestätigten die Ergebnisse immer wieder. Vor diesem Hintergrund stuft die WHO Handystrahlung 2011 als „möglicherweise krebserregend“ ein. 2018 folgten die NTP-Studie und die Ramazzini-Studie, in denen eine krebserregende Wirkung von Handystrahlung nachgewiesen wurde.

Als 2019 die ersten 5G-Anlagen errichtet wurden, gab das Europäische Parlament erneut eine wissenschaftliche Studie zu den gesundheitlichen Auswirkungen von Handystrahlung in Auftrag. Die Ergebnisse der sogenannten STOA-Studie wurden 2021 veröffentlicht.

Die Studie gelangt zu dem Ergebnis, dass die elektromagnetischen Felder (EMF) des Mobilfunks >

„wahrscheinlich krebserregend“ für den Menschen sind. Außerdem, dass EMF die männliche Fruchtbarkeit erwießenermaßen und die weibliche Fruchtbarkeit „wahrscheinlich“ beeinträchtigen und „möglicherweise“ negative Auswirkungen auf die Entwicklung von Embryonen, Föten und Neugeborenen haben.

Das heißt, dass bereits die bisherigen Mobilfunkgenerationen 2G (GSM), 3G (UMTS) und 4G (LTE) Krebs auslösen können sowie negative Auswirkungen auf die Fruchtbarkeit von Mann und Frau haben können. Angesichts dessen weist die Autorin der Studie, die renommierte Krebsforscherin Prof. Fiorella Belpoggi darauf hin, dass zu 5G immer noch keine angemessenen Studien durchgeführt wurden. In der STOA-Studie heißt es deshalb: „Die Einführung der MMW-5G-Technologie ohne weitere Präventivstudien würde bedeuten, dass ein ‚Experiment‘ an der menschlichen Bevölkerung durchgeführt wird, dessen Folgen völlig ungewiss sind.“

### WISSENSCHAFTLER STELLEN FORDERUNGEN

Das Wissenschaftlerteam um Prof. Belpoggi stellt eine Reihe an Lösungsvorschlägen auf und fordert unter anderem:

- **die Grenzwerte, die für Handystrahlung in Deutschland und den meisten europäischen Ländern gelten, zu verschärfen.**
- **die wissenschaftliche Forschung zu fördern, um die langfristigen gesundheitlichen Auswirkungen von 5G zu bewerten.**
- **eine geeignete Methode zur Überwachung der 5G-Strahlung zu finden.**

Wie Prof. Belpoggi und ihr Team warnen immer mehr Mediziner weltweit eindringlich vor den gravierenden Langzeitfolgen durch 5G für die Gesundheit von Mensch und Tier. Sie fordern schon seit Jahren einen Stopp des 5G-Ausbaus.

Mit 5G ist nahezu der gesamte Globus vernetzt. Das hat zahlreiche Vorteile, birgt aber auch Risiken für die Gesundheit.



### KURZ ERKLÄRT: FREQUENZEN UND REICHWEITE

**Frequenzen:** Für die Datenübertragung zwischen Mobilfunkmasten und dem Smartphone benötigt es sogenannte Frequenzen bzw. verschiedene Frequenzbereiche. So nutzen die unterschiedlichen Mobilfunkgenerationen 2G, 3G, 4G und 5G verschiedene Frequenzbereiche.

**Reichweite:** Die Reichweite beschreibt, wie groß die Fläche ist, welche ein Mobilfunkmast mit Netz versorgt. Hierbei gilt: Je höher die Frequenz, desto geringer die Reichweite. D.h., dass bei niedrigen Frequenzbereichen weniger Daten übertragen werden können als bei höheren Frequenzbereichen. Deshalb arbeiten neue Mobilfunkgenerationen wie 5G in immer höheren Frequenzbereichen.

### ENTWICKLUNG VON 6G LÄUFT WEITER

Dessen ungeachtet wurden im Hintergrund bereits die Weichen für 6G gestellt und wird die Entwicklung des 6G-Netzes weiter vorangetrieben. 6G soll nochmal um ein Vielfaches höhere Übertragungsdaten ermöglichen als 5G. 115 Gigabit pro Sekunde sind im 6G-Netz möglich. Dafür sollen Frequenzen im Bereich von 300 Gigahertz verwendet werden – das entspricht 300 Milliarden Schwingungen pro Sekunde und damit 100-mal mehr als bei den aktuell verwendeten 5G-Frequenzen.

Doch die Möglichkeiten von 6G sind weitaus größer: Geschwindigkeiten bis zu einem Terabit pro Sekunde sind möglich. Dafür werden Frequenzen im Terahertz-Bereich genutzt. Solche Frequenzen kommen beispielsweise schon bei den Sicherheitskontrollen





„Die Einführung der MMW-5G-Technologie ohne weitere Präventivstudien würde bedeuten, dass ein ‚Experiment‘ an der menschlichen Bevölkerung durchgeführt wird, dessen Folgen völlig ungewiss sind.“

*Prof. Fiorella Belpoggi*  
Krebsforscherin



5G ermöglicht KI-Anwendungen, die in der Industrie für mehr Effizienz sorgen.



am Flughafen zum Einsatz – bei Gepäck- und Bodyscans.


Hinzukommt, dass mit 6G noch mehr Mobilfunkantennen notwendig sein werden. Da 6G-Funkzellen nur eine Reichweite von rund 100 Metern haben, wird für eine flächendeckende 6G-Versorgung an nahezu jeder Straßenlaterne eine Mini-6G-Antenne nötig sein.

### SPIONAGE-VERDACHT

Abgesehen von den gesundheitlichen Auswirkungen ist die Ausweitung von 5G-Technologien auch mit wirtschaftlichen und sicherheitspolitischen Sorgen verbunden. Die chinesi-

sehen Konzerne Huawei und ZTE stehen im Verdacht, in 5G-Netzen und Endgeräten Bauteile zu integrieren, die Spionage-Zwecken dienen. Durch diese Komponenten könnten Huawei und ZTE hochvertrauliche Daten aus sämtlichen Kommunikationskanälen abgreifen. Beispielsweise könnten Informationen aus Dokumenten der deutschen Ministerien direkt an die chinesische Regierung übermittelt werden. Im 5G-Netz der Telekom, dem führenden Mobilfunkanbieter in Deutschland, sind Komponenten von Huawei verbaut. Sollte sich der Verdacht weiter verhärten, will die Bundesregierung bestimmte Bauteile ver-

bieten – unter Umständen auch rückwirkend. Andere Länder wie die USA und Großbritannien haben die Verwendung von Huawei-Technik bereits verboten.

Neben sicherheitspolitischen Bedenken besteht auch die Sorge einer wirtschaftlichen Abhängigkeit von China. Zudem könnte die chinesische Regierung politischen Druck ausüben, indem sie veranlasst, Bauteile im Mobilfunknetz abzuschalten oder keine Ersatzteile mehr zu liefern. Auf diese Weise könnte das Mobilfunknetz in Deutschland nahezu vollständig lahmgelegt werden. 



Ob privat oder beruflich – das Smartphone eröffnet uns nie dagewesene Möglichkeiten der mobilen Kommunikation.



### WIE DIGITAL SIND WIR?

Das Smartphone ist inzwischen unser wichtigster Begleiter im Alltag. Wofür wir gestern noch Karten genutzt haben, gibt es heute Apps. Damit sind wir bereits digitaler als uns bewusst ist.

- Wir erledigen unsere Einkäufe im Internet
- Wir führen Überweisungen über unsere Online-Banking-App aus
- Flug- und Bahntickets haben wir auf unserem Smartphone gespeichert
- Der Zugang zu Fitnessstudios und Clubs erfolgt digital via Smartphone
- Die Gesundheitskarte wird durch eine App auf unserem Smartphone ersetzt
- Unseren Personalausweis laden wir über die Ausweis-App auf unser Smartphone

Es gibt also genügend Gründe, das Smartphone aufzurüsten, um es sicher zu nutzen – der memonizerMOBILE macht es möglich.

# Der memonizerMOBILE – sicher und entspannt beim Telefonieren

Das Smartphone haben wir immer dabei. Zahlreiche Apps erleichtern uns den Alltag, auf diesen Komfort möchten wir nicht mehr verzichten. Doch damit sind wir auch rund um die Uhr der Smartphone-Strahlung ausgesetzt. Um das Smartphone sicher und ohne die negativen Auswirkungen der Strahlung nutzen zu können, wurde der memonizerMOBILE entwickelt.



## NICHT OHNE GRUND DAS PREMIUMPRODUKT

Obwohl er nur 0,6 mm dick ist, besteht der memonizerMOBILE aus vier Schichten. Darin steckt die memon Technologie, die die schädlichen Auswirkungen der Smartphone-Strahlung kompensiert.



**EINFACH AUFBRINGEN...**  
...und das Smartphone uneingeschränkt weiternutzen. Im kleinen memonizerMOBILE steckt eine ausgetüftelte, weltweit einzigartige Technologie.

**EINFACHE ANWENDUNG ✓**

**WIEDERVERWENDBAR BEI GERÄTEWECHSEL ✓**

**OHNE TECHNISCHEN EINGRIFF ✓**


**KEINE BEEINTRÄCHTIGUNG DER TECHNISCHEN FUNKTION IHRES SMARTPHONES ✓**

**PREMIUMQUALITÄT  
MADE IN GERMANY ✓**



**ZELLBIOLOGISCH GETESTET  
UND MIT DEM GOLDSIEGEL  
AUSGEZEICHNET ✓**





Nach intensiver  
Recherchearbeit ist  
im Oktober Klaus  
Scheidstegers neuer  
Dokumentarfilm  
„Das digitale Dilemma“  
erschienen.

# Das digitale Dilemma

Investigativ-Journalist Klaus Scheidsteger recherchiert seit rund 20 Jahren zu den Auswirkungen von Elektromog und den perfiden PR-Strategien der Mobilfunkindustrie. Jetzt startet er ein neues Film-Projekt.



**K**laus Scheidsteger ist einer von wenigen Journalisten weltweit, die die Hintergründe der Mobilfunkindustrie beleuchten. Er verfolgt Schadensersatzprozesse in den USA, spricht mit Wissenschaftlern und erhält Einblick in brisante Dokumente. Aus seiner intensiven Recherchearbeit entstand 2016 der Dokumentarfilm „Thank you for calling“, der die Machenschaften der Mobilfunkindustrie enthüllt.

Es folgten weitere Filmprojekte, unter anderem die Dokumentation „War-Gaming für den Profit“ (2019). Aktuell hat Scheidsteger seinen neuen Film „Das digitale Dilemma“ heraus-

gebracht. Der Film entstand vor dem Hintergrund der sogenannten „Hirntumorfälle“, die 2023 vom Obersten Zivilgericht der USA wieder aufgenommen wurden. Zahlreiche renommierte Wissenschaftler und Krebs-

forscher, die beim Prozess als Zeugen aussagen, kommen auch in Scheidstegers Dokumentarfilm zu Wort. Doch während in den USA das Gerichtsverfahren läuft, geht der 5G-Ausbau rund um den Globus weiter und es kommen immer mehr 5G-Anwendungen auf den Markt.

Was macht das mit unseren Kindern, die die erste Generation sein wird, die von Klein auf einer nie dagewesenen Strahlenbelastung ausgesetzt

ist? Auch diese Frage stellt Scheidsteger in seinem neuen Film und beleuchtet damit die Kehrseite des digitalen Fortschritts.

Das Filmprojekt entstand in Zusammenarbeit mit der „Kompetenzinitiative zum Schutz von Mensch, Umwelt und Demokratie“, einer internationalen, interdisziplinären und überparteilichen Fachvereinigung, die zum Großteil aus Wissenschaftlern, Ärzten, Juristen und Technikern besteht. Auch Klaus Scheidsteger gehört der Organisation an und ist seit 2018 Mitglied im Vorstand. Die Kompetenzinitiative engagiert sich für einen zeitgemäßen Gesundheits- und Umweltschutz vor allem auf dem Gebiet des Mobilfunks.

**AB 2024 IM KINO!**  
Der 90-minütige Kino-Dokumentarfilm „Das digitale Dilemma“ ist ab 2024 im Kino zu sehen. „Thank You For Calling“ ist bei OvalMedia erhältlich.

**WER IST KLAUS SCHEIDSTEGER?**

Klaus Scheidsteger, geboren 1954, studierte Journalistik an der Universität in Dortmund, arbeitete anschließend beim WDR und war fortan als freier Autor und Produzent von TV-Reportagen und Dokumentarfilmen international tätig. Das Thema Mobilfunk beschäftigt ihn seit 2004. Intensive Recherchen mündeten 2006 in die 50-minütige Reportage „Portables en Accusation“ (deutsch: „Handys unter Anklage“) für den französischen Staatsender FR2. Recherchen zu laufenden Verfahren in den USA führten zur Produktion des Kino-Dokumentarfilms „Thank you for calling“, der im Februar 2016 in Wien Premiere feierte. Der Film stieß in Österreich, Deutschland, der Schweiz sowie in Frankreich auf große Resonanz und ist auch heute noch aktuell. Scheidsteger lebt in Frankreich und Österreich. Er ist Produzent von diversen Dokumentarfilmen, arbeitet als Medienberater und hält Vorträge. Seit 2018 ist er Vorstandsmitglied der Kompetenzinitiative zum Schutz von Mensch, Umwelt und Demokratie e. V.



Klaus Scheidsteger (rechts) am Rande der Dreharbeiten zu seinem neuen Film vor dem EU-Parlament in Brüssel. Mitte: Investigativ-Journalist Charles Maxence Layet. Links: Prof. Klaus Buchner, ehemaliger EU-Abgeordneter und Vorstandsmitglied der Kompetenzinitiative.

Fotos: Adobe, privat



# Schützen uns die Grenzwerte vor Handystrahlung?

Was hinter den gesetzlichen Grenzwerten steckt  
und warum die Kritik daran immer lauter wird

Nur Smartphones,  
die bestimmte  
Grenzwerte einhalten,  
sind auf dem europäischen Markt  
zulässig. Doch schützt das effektiv  
vor den Folgen der  
Handystrahlung?



**W**eltweit gibt es Grenzwerte für Handystrahlung, die durch internationale und nationale Behörden festgelegt werden. Solange die Strahlung des Handys diesen Grenzwert nicht überschreitet, besteht keinerlei gesundheitliches Risiko, heißt es. Doch seit Jahren stellen Mediziner und Experten die Grenzwerte in Frage und kritisieren die zuständigen Behörden massiv. Nun haben sich erneut Ärzte und Wissenschaftler zusammengesprochen. Sie fordern, die Grenzwerte anzupassen, um die Menschen und die Umwelt vor den gesundheitsschädlichen Auswirkungen der Strahlung zu schützen. Alles nur Panikmache?

Seit fast 30 Jahren mehren sich – angesichts neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse – die Stimmen von Ärzten und Wissenschaftlern auf der ganzen Welt, die ein Ende des Mobilfunkausbaus fordern – vor allem von 5G. Jüngst hat eine Gruppe Wissenschaftler erneut eine Studie veröffentlicht und in diesem Zusammenhang an nationale und internationale Behörden appelliert, die Grenzwerte zu überarbeiten.

In ihrer Studie zeigen die Wissenschaftler, was die umfangreichen Forschungsarbeiten zu hochfrequenter Strahlung der letzten 25 Jahre belegen: Dass die Annahmen, denen die Grenzwerte zugrunde liegen, ungültig sind. Deshalb stellt den Wissenschaftlern zufolge hochfrequente Strahlung – etwa Handystrahlung – weiterhin eine Gefahr für die Gesundheit der Menschen dar. Im Exposé der Studie heißt es:

„Folglich schützen diese Expositionsgrenzwerte, die auf falschen Annahmen beruhen, Arbeitnehmer, Kinder, (...) und die allgemeine Bevölkerung nicht ausreichend vor kurz- oder langfristigen HF-Expositionen. Daher werden dringend gesundheitsschützende Expositionsgrenzwerte für Mensch und Umwelt benötigt.“

Was ist dran an den Vorwürfen der Wissenschaftler? Um dem auf den Grund zu gehen, muss man sich ansehen, wie die Grenzwerte entstehen und wer sie überhaupt festlegt.

### WAS SIND GRENZWERTE?

Die in Deutschland geltenden Grenzwerte für Mobilfunkstrahlung stützen sich auf den Leitlinien der Internationalen Kommission zum Schutz vor nicht-ionisierender Strahlung (ICNIRP).

In Deutschland legt das Bundesamt für Strahlenschutz (BfS) die Grenzwerte für Handystrahlung fest und folgt dabei den Empfehlungen der ICNIRP.

Die Grenzwerte sollen die Strahlenbelastung für den Handynutzer so geringhalten, dass keine gesundheitlichen Risiken bestehen. Doch seit Jahren steht die ICNIRP für ihre Arbeit in der Kritik. Zahlreiche internationale Wissenschaftler, Nichtregierungsorganisationen und Mitglieder

der Öffentlichkeit machen der ICNIRP schwere Vorwürfe, die im Folgenden genauer betrachtet werden:

## 1 LANGZEITWIRKUNGEN NICHT BERÜCKSICHTIGT

**Kritik:** Die ICNIRP berücksichtigt bei der Festlegung der Grenzwerte die möglichen Langzeitwirkungen elektromagnetischer Strahlung (Elektrosmog) nicht.

**Fakt:** Inzwischen gibt es rund 1.000 Studien, die die langfristigen, biologischen Auswirkungen von WLAN- und Handystrahlung auf den Körper belegen. Dass sie mögliche Langzeitfolgen bei der Festlegung der Grenzwerte nicht berücksichtigt, gibt die ICNIRP sogar zu. In den Richtlinien zur Bestimmung der Grenzwerte heißt es, dass sich die Grenzwerte auf „kurzfristige, unmittelbare gesundheitliche Auswirkungen“ beziehen. Auch das BfS schreibt auf seiner Webseite dazu: „Die Frage der Langzeitwirkungen über einen Zeithorizont von mehr als fünfzehn Jahren hinaus bleibt weiterhin offen.“

Dabei belässt es das BfS auch – und zwar seit weit mehr als 15 Jahren. Denn die Grenzwerte der ICNIRP wurden 1998 festgelegt und sind seitdem in Deutschland gültig (siehe Punkt 3).

**WAS IST DIE ICNIRP?**

Die „International Commission on Non-Ionizing Radiation Protection“ (ICNIRP) wurde 1992 gegründet und beschäftigt sich seither mit der Bewertung und dem Schutz vor nicht-ionisierender Strahlung.

Die 14 Mitglieder sind internationale Wissenschaftler auf dem Gebiet der nicht-ionisierenden Strahlung. Aktuell handelt es sich um 13 Physiker und einen Humanmediziner. Die Entscheidungen und Empfehlungen der ICNIRP werden von vielen Regierungen, internationalen Organisationen und Industrievertretern zur Festlegung von Richtlinien für den Schutz vor nicht-ionisierender Strahlung herangezogen. In Deutschland ist das Bundesamt für Strahlenschutz (BfS) ein wichtiger Partner der ICNIRP. Beide Organisationen stehen in Bezug auf die Mobilfunk-Grenzwerte seit Jahren in der Kritik.

## 2 MEDIZINISCHE AUSSAGEKRAFT DER GRENZWERTE FRAGWÜRDIG

**Kritik:** Neueste Erkenntnisse zu den Effekten elektromagnetischer Strahlung werden durch die ICNIRP nicht berücksichtigt. Somit haben die Grenzwerte nur wenig medizinische Aussagekraft.

**Fakt:** Um die Grenzwerte zu ermitteln, beschränkt sich die ICNIRP ausschließlich auf die thermische Wirkung von Handystrahlung, also darauf, dass sich beispielsweise das Ohr erwärmt, wenn man länger mit dem Handy telefoniert. Hingegen bleiben die Erkenntnisse über die biologischen Auswirkungen von Handystrahlung >

bei der Festlegung der Grenzwerte unberücksichtigt. Dabei gibt es inzwischen weltweit rund 1.000 wissenschaftliche Studien, die belegen, dass die Handystrahlung bereits weit unterhalb der geltenden Grenzwerte gravierende biologische Folgen für Mensch und Tier haben kann.

Der menschliche Organismus ist ein elektromagnetisches Feld, das über feinste Signale angesteuert wird. Unsere Zellen reagieren bereits auf einen Reiz von 0,0027 Mikrowatt pro Quadratmeter. Die Grenzwerte für Mobilfunkstrahlung in Deutschland und Österreich liegen aber bei 10 Millionen Mikrowatt.

### 3 GRENZWERTE SEIT FAST 30 JAHREN NICHT ANGEPAST

**Kritik:** Die Grenzwerte sind längst veraltet.

**Fakt:** In Deutschland gelten die Grenzwerte seit 1998. Damals etablierte sich das Handy gerade als Massenware. Die Dimensionen der Strahlenbelastung durch WLAN, Bluetooth, Mobilfunk und 5G-Anwendungen lagen noch fernab jeglicher Vorstellungskraft. Dennoch hat die ICNIRP erst im Jahr 2020 ohne ernsthafte erneute Prüfung die Grenzwerte bekräftigt, die sie in den 1990er Jahren festgelegt hat. Und auch das BfS hält weiterhin an den veralteten Grenzwerten fest. Es beruft sich stoisch auf die thermische Wirkung von Mobilfunkstrahlung und ignoriert ebenso wie die ICNIRP die wissenschaftlichen Erkenntnisse der letzten 25 bis 30 Jahre.

### 4 NÄHE ZUR INDUSTRIE

**Kritik:** Einige Mitglieder der ICNIRP haben Verbindungen zur Mobilfunkindustrie. Außerdem gibt es enge Verflechtungen zwischen der ICNIRP und nationalen sowie internationalen Behörden. Deshalb basieren die Grenzwerte nicht auf objektiven wissenschaftlichen Gesichtspunkten.

„Die Arbeit der ICNIRP ist geprägt von einem Mangel an Transparenz. Ihre Entscheidungsprozesse sind nicht öffentlich zugänglich, und es gibt wenig Informationen darüber, wie ihre Empfehlungen zustande kommen.“

**Fakt:** Es gibt Medienberichte über die personellen Verflechtungen zwischen den Mitgliedern der ICNIRP und der Industrie sowie Behörden. Beispielsweise veröffentlichte das investigative Journalistenteam Investigate Europe am 15. Januar 2019 im Tagesspiegel einen ausführlichen Artikel über die ICNIRP. Darin heißt es, dass es sich bei der ICNIRP „eigentlich nur um eine private Wissenschaftlervereinigung ohne jeden amtlichen Charakter“ handelt und dass „die Mitglieder der ICNIRP gleichzeitig auch in allen zuständigen Institutionen tätig sind und so den offiziellen Diskurs kontrollieren“.<sup>1</sup> Deshalb folge die Gesetzgebung ausschließlich den Richtlinien der ICNIRP.

Auch bei einer Recherche aus den Reihen des EU-Parlaments kam 2020 heraus: „Die Mehrheit der ICNIRP-Wissenschaftler hat Forschung betrieben oder betreibt Forschung, die teilweise von der Industrie finanziert

ist.“ Zudem halten die Abgeordneten in ihrem Bericht fest, dass „die Telekommunikationsbranche in der Europäischen Union eine starke Lobby (sowohl in Brüssel und in den Mitgliedsstaaten)“ hat und dass die von der ICNIRP vorgeschlagenen Normen die „harmonisierten Grenzwerte sind, (...) über die die Telekommunikationsbranche ziemlich erfreut zu sein scheint“.<sup>2</sup>

### 5 MANGELNDE TRANSPARENZ

**Kritik:** Die Arbeitsweise der ICNIRP ist nicht transparent genug.

**Fakt:** Unabhängige Wissenschaftler bestätigen, dass die ICNIRP nicht ausreichend darüber informiert, wie ihre Empfehlungen zustande kommen. Beispielsweise schreiben David O. Carpenter, Professor für Umweltmedizin, und der Krebsforscher Lennart Hardell in einem Bericht: „Die Arbeit der ICNIRP ist geprägt von einem Mangel



Die Forschung der ICNIRP wird zum Teil durch die Mobilfunkindustrie finanziert.





Mediziner und Wissenschaftler auf der ganzen Welt untersuchen die Wirkung von Elektromog auf den Menschen.

an Transparenz. Ihre Entscheidungsprozesse sind nicht öffentlich zugänglich, und es gibt wenig Informationen darüber, wie ihre Empfehlungen zustande kommen.“ Zudem fordern zahlreiche Kritiker mehr Transparenz insbesondere bei der Auswahl der 14 ICNIRP-Mitglieder und der Offenlegung ihrer Finanzierungsquellen.

### BIOLOGISCHE EFFEKTE SEIT JAHREN BELEGT

Angesichts der Studienlage der vergangenen 25 Jahre ist es erstaunlich, dass die ICNIRP jegliche biologischen Auswirkungen auf den Menschen abstreitet. Dabei gibt es dazu inzwischen rund 1.000 wissenschaftliche Studien. Zu den bedeutendsten zählen die NTP-Studie und die Ramazzini-Studie (beide aus dem Jahr 2018), die zu dem Ergebnis kommen, dass Handystrahlung eine krebserregende Wirkung haben kann – auch weit unterhalb der Grenzwerte.


Auch Forscher des Fraunhofer Instituts untersuchten im Jahr 2010 Mäuse, die mit Krebs vorbelastet waren und dann Handystrahlung ausgesetzt wurden, die weit unterhalb des gesetzli-

chen Grenzwertes lag. Das Ergebnis: Die bestrahlten Mäuse entwickelten mehr Tumore als die Mäuse, die keiner Handystrahlung ausgesetzt waren.

Selbst eine Wiederholungsstudie aus dem Jahr 2015, die das BfS selbst in Auftrag gab, ergab: „Die tumorfördernden Effekte waren bei einigen der untersuchten Leber- und Lungentumortypen bereits in der Gruppe mit dem niedrigsten SAR-Wert von 0,04 W/kg signifikant.“ Der vom BfS zugelassene SAR-Wert liegt aber bei 2,0 W/kg und

ist damit mehr als 50-mal so hoch. Mit anderen Worten: Handystrahlung kann eine tumorfördernde Wirkung haben – auch weit unterhalb der Grenzwerte.

Die WHO stuft Handystrahlung im Jahr 2011 als „möglicherweise krebserregend“ ein. Allerdings hat die WHO ihre Aussage seither nicht angepasst, obwohl Mediziner weltweit fordern, Handystrahlung als „krebserregend“ zu klassifizieren.

Und auch die Appelle von Wissenschaftlern, deutlich strengere Grenzwerte festzulegen, werden immer vehementer. Einige Länder haben bereits reagiert und die Grenzwerte gesenkt. Beispielsweise ist der SAR-Wert in Belgien und Frankreich fünfmal niedriger als in Deutschland (0,4 W/kg statt 2,0 W/kg). Auch in Italien, Indien und Taiwan gelten strengere Grenzwerte als in Deutschland und als die ICNIRP empfiehlt. 

### WAS IST DER SAR-WERT?

SAR steht für "spezifische Absorptionsrate" und gibt an, wie viel elektromagnetische Strahlung von einem menschlichen Körper aufgenommen wird, wenn er einem Mobiltelefon ausgesetzt ist. Die ICNIRP empfiehlt als SAR-Grenzwert für Mobiltelefone 2 Watt pro Kilogramm (W/kg). Dieser Wert gilt auch in Deutschland. D.h., Mobiltelefone, die in Deutschland verkauft werden sollen, dürfen einen SAR-Wert von 2 W/kg nicht überschreiten.

<sup>1</sup> Elisa Simantke und Harald Schumann: „Wie gesundheitsschädlich ist 5G wirklich?“ in Tagesspiegel am 15.01.2019 (auch online).

<sup>2</sup> Klaus Buchner and Michèle Rivas: „The International Commission on Non-Ionizing Radiation Protection: Conflicts of interest, corporate capture and the push for 5G.“

# SCHON GEWUSST?



Jeder Mensch hat täglich etwa 60.000 Gedanken – ein paar davon werden zu richtig guten Ideen. Sehen Sie selbst...



## URLAUB FÜR ALLE

Mehr als 20 Prozent der Kinder in Deutschland sind von Armut betroffen. Die Stiftung Global Family ermöglicht diesen Kindern mit ihrer Familie ein paar unbeschwerte Tage. In Partner-Hotels können die Betroffenen Urlaub machen, um wieder Kraft zu tanken. [www.global-family.net](http://www.global-family.net)

# 60%

WENIGER BIENEN GIBT ES IN DEUTSCHLAND IM VERGLEICH ZU 1950. UM DEM BIENENSTERBEN ENTGEGENZUWIRKEN, VERMITTELT DIE ORGANISATION **BEEFUTURE** BIENENPATEN: UNTERNEHMEN KÖNNEN BIENENVÖLKER ADOPTIEREN UND FINANZIEREN SOMIT DIE VERMEHRUNG DER BIENE.

[beefuture.de](http://beefuture.de)



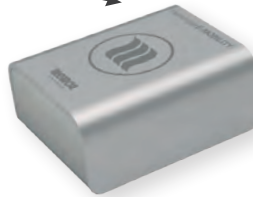




## SCHNEE – SO EINZIGARTIG WIE EIN FINGERABDRUCK

Kein Kunstsnee der Welt kann echte Schneeflocken ersetzen. Jede Schneeflocke ist so einzigartig wie ein Fingerabdruck. Die faszinierenden Kristallformen von Schneeflocken entstehen durch die spezielle Struktur der Wassermoleküle. Der schönste Schnee entsteht übrigens bei einer Lufttemperatur von -8 bis -10 Grad.

*Sicher unterwegs mit dem memonizerE-MOBILITY. Mehr dazu auf S. 91*



## VORSICHT BEI E-ROLLERN

E-Scooter, Segways, E-Bikes und E-Roller sind seit einigen Jahren der Hype, wenn es darum geht, schnell mal kleinere Strecken zu meistern. Doch die kleinen Elektrofahrzeuge erzeugen auch jede Menge Elektrosmog.

## Gesundes Katzenschnurren

Das Schnurren einer Katze wirkt auf den Menschen nicht nur beruhigend, sondern kann sogar heilsam sein. Forscher haben herausgefunden, dass Katzenschnurren Stress lindern und den Blutdruck senken kann.



**Wohnlinie**

Ihre Zukunft. Ihr Zuhause.

# WIR SCHAFFEN LEBENS(T)RÄUME

MH Mix & Hornberger Bau GmbH // Kucheln 29 // 83224 Grassau // info@mh-bau.eu // 08641 2321  
Wohnlinie GmbH // Kucheln 29 // 83224 Grassau // info@wohnlilie.de // 08641 5916589





Zwischendurch das Handy wegzulegen und offline zu gehen, wird immer wichtiger. Denn so können wir uns körperlich und mental erholen und zu innerer Balance finden.





# 6 Gründe für Digital Detox

Sind wir ohne Handy wirklich gesünder und kreativer?

Unser Alltag wird immer digitaler. Internet-Shopping, Social Media, Online-Banking, Video-Chats, Fitness-Apps – Die Digitalisierung hat uns in den vergangenen Jahren den Alltag entscheidend erleichtert. Doch welche Gefahren bergen die ständige Erreichbarkeit und das permanente Online-Sein?

**E**s surrt und klingelt rund um die Uhr. Wir verbringen Stunden damit, Nachrichten zu checken und in sozialen Medien zu scrollen. Da wir das Smartphone quasi im Dauereinsatz haben, sind wir als Smartphone-Nutzer ebenfalls permanent im Einsatz und ständig erreichbar. Doch immer mehr Menschen spüren die Auswirkungen der digitalen Dauerbeschallung und entscheiden sich für eine digitale Pause, für ein Digital Detox. Und das bringt jede Menge Vorteile mit sich. Die sechs besten Gründe für ein Digital Detox:

## 1 WENIGER STRESS

24 Stunden Erreichbarkeit, ständiges Online-Sein, den ganzen Tag Nachrichten via WhatsApp, Facebook oder per E-Mail. Ob über das Smartphone, das Tablet, den Laptop, den PC oder die Smartwatch – je mehr digitale Geräte wir nutzen, desto mehr Stress bedeutet das für uns. Durch eine Pause von all diesen Tools und Technologien können wir uns (wieder) auf das Wesentliche besinnen, entspannen und den Dingen nachgehen, die uns persönlich wirklich wichtig sind.

## 2 BESSER SCHLAFEN

Vor dem Einschlafen nochmal die Mails checken oder ein Video streamen? Das ist für viele Menschen zur Gewohnheit geworden. Dabei ist inzwischen belegt, dass wir

schlechter schlafen oder gar nicht einschlafen können, wenn wir vor dem Schlafengehen das Smartphone, das Tablet oder den Laptop nutzen. Grund: Das helle Display-Licht hemmt die Produktion von Melatonin in unserem Körper. Melatonin ist auch als „Schlafhormon“ bekannt, der Körper braucht es – wie der Name schon sagt – um einschlafen zu können.



Doch selbst, wenn wir das Smartphone oder Tablet nicht aktiv nutzen, sondern neben unserem Bett liegen haben, können sich die Geräte schädlich auf den Schlaf und damit die Gesundheit auswirken. Denn digitale Geräte erzeugen rund um die Uhr Elektrosmog – selbst im Flugmodus bzw. wenn sie im Standby sind. Deshalb: Am besten alle digitalen Geräte aus dem Schlafzimmer verbannen und komplett ausschalten. Auch den WLAN-Router nicht vergessen.

## 3 DIE EIGENE KREATIVITÄT FÖRDERN

Digitale Technologie kann die Kreativität fördern, aber auch einschränken – vor allem dann, wenn man es sich zu bequem macht und immer nur auf vorgefertigte Ideen und Vorlagen zurückgreift, anstatt eigene Ideen zu entwickeln. Dadurch verlernen wir, selbst kreativ zu denken und zu handeln. Wer besonders viel Zeit vor dem Computer oder am Smartphone verbringt, bekommt außerdem weniger Reize und Inspiration aus der Umwelt. Aber gerade aus persönlichen Eindrücken, aus dem, was wir mit all unseren Sinnen erfahren und aus der Interaktion mit anderen Menschen schöpfen wir Ideen. Letztendlich hängt es also davon ab, dass wir digitale Technologien bewusst nutzen und sinnvoll einsetzen, um unsere Kreativität zu fördern und Neues zu schaffen.

## 4 GESÜNDER LEBEN

Durch eine Pause von digitalen Geräten können wir unserem Körper viel Gutes tun. Nicht nur die ständige Erreichbarkeit bedeutet Stress für uns, sondern auch der permanente Elektrosmog. WLAN, 5G und Bluetooth sowie alle digitalen Endgeräte erzeugen selbst dann Elektrosmog, wenn wir sie gar nicht nutzen. Dabei belegen inzwischen rund 1.000 wissenschaftliche Studien weltweit die gesundheitsschädli- >



Real Life statt Virtual Identity: Je weniger Zeit wir mit dem Internet oder Social Media verbringen, desto mehr Zeit haben wir für echte Erlebnisse mit Freunden und der Familie.

chen Auswirkungen von Elektromog, angefangen bei Konzentrationsstörungen bis hin zu Zellschäden. Elektromog wirkt also 24 Stunden am Tag, sieben Tage die Woche auf den Organismus. Deshalb trägt Digital Detox zu Gesundheit und Wohlbefinden bei, indem digitale Geräte bewusster und seltener genutzt und so oft wie möglich komplett ausgeschaltet werden.

## 5 VERBESSERUNG DER KONZENTRATION UND PRODUKTIVITÄT

Wer kennt das nicht: Wir sitzen vor dem Computer und versuchen, produktiv zu sein, aber wir können uns einfach nicht konzentrieren. Ständig surrt oder brummt das Smartphone, um uns auf neue E-Mails, Social-Media-Updates und WhatsApp-Nachrichten aufmerksam zu machen. Das stört uns immer wieder in

der Konzentration und verhindert ein effizientes Arbeiten. Letzten Endes sind wir dadurch auch unzufriedener und fühlen uns gestresster.

Wenn wir das Smartphone wegpacken oder Nachrichten auf stumm schalten, können wir uns wieder besser auf unsere Arbeit konzentrieren und auf unsere Ziele fokussieren. Wir sind produktiver und am Ende des Tages auch zufriedener.

## 6 MEHR QUALITY TIME

Digital Detox ist der Schlüssel zu mehr Entspannung und Freizeit. Indem wir die digitale Nutzung einschränken, gewinnen wir Zeit zurück, die wir für andere Dinge nutzen können. Statt stundenlang Videos zu streamen oder durch soziale Medien zu scrollen, können wir uns entspannen und das tun, das uns gut tut – sei es Sport, lesen oder Freunde treffen.

### FAZIT:

Ganz auf digitale Geräte und Anwendungen zu verzichten, ist heute kaum mehr möglich. Aber digitale Geräte wie Smartphone, Tablet und Laptop bewusst zu nutzen und hin und wieder eine digitale Pause einzulegen, tut Körper und Seele gut, fördert die Kreativität und lässt uns wieder auf das Wesentliche besinnen.





Melanie Mörtlbauer und Stefan Felder sprechen in ihren Podcast-Interviews mit verschiedenen Menschen zu den unterschiedlichsten Themen.

über seine abenteuerliche Reise nach Tibet und wie er zu der Erkenntnis gelangte, dass der Darm das Zentrum unserer Gesundheit ist. Außerdem erklärt Feinstaubexperte Dr. Schneider auf spannende und anschauliche Weise das Wichtigste rund um das Thema Feinstaub. Erfolgcoach Nicole Leobner erzählt, was Erfolg eigentlich bedeutet und wie jeder Mensch sein volles Potenzial entfalten kann.

Tausende Hörerinnen und Hörer haben die memon Podcasts bereits heruntergeladen. „Das zeigt uns, dass wir unseren Kunden und Partnern mit unseren Podcasts einen echten Mehrwert liefern“, sagt Stefan Felder, der die memon Podcasts initiiert hat. Und seine Podcast-Partnerin Melanie Mörtlbauer ergänzt: „Wir sind noch lange nicht am Ende. In den nächsten Wochen und Monaten werden wir weitere Podcasts aufnehmen. Zum einen möchten wir unsere Hörerinnen und Hörer natürlich informieren, zum anderen aber auch inspirieren und sie zum Nachdenken anregen“.

# Besser informiert mit den memon Podcasts

## Tausende begeisterte Zuhörer verfolgen die spannenden „Herzschlag“-Interviews

Jeder Mensch hat etwas, wofür er brennt, das ihn antreibt und sein Herz höherschlagen lässt. Wer seinen Idealen folgt, entwickelt Ideen und Visionen. Bei memon trifft man auf zahlreiche interessante Menschen, die ihrem Herzen folgen und eine spannende Lebensgeschichte erzählen können. Und das tun sie – in den memon Podcasts.

So unterschiedlich unsere Podcast-Gäste und die Themen auch sind – eines haben sie alle gemein: Sie alle sind irgendwann und irgendwie mit memon in Berührung gekommen. Jede ihrer Geschichten zeigt uns, dass es letzten Endes immer darum geht, auf sein Herz zu hören. Deshalb haben wir unsere memon Podcasts „Herzschlag“ getauft. Unser Herzschlag ist sozusagen unsere ureigene biologische Frequenz, unsere innere Stimme. Wenn

wir auf unser Herz hören und tun, was das Herz uns sagt, finden wir das, was uns glücklich macht.

Inzwischen haben uns zahlreiche Menschen ihre Geschichte erzählt – Unternehmer, Sportler, Wissenschaftler und viele mehr. So erzählt beispielsweise Elektromog-Experte Tilo Rößler, wie er durch eine lebensbedrohliche Erkrankung gelernt hat, die Signale seines Körpers zu erkennen, welche Rolle elektromagnetische Strahlung dabei spielte und was Elektromog eigentlich ist. Der Zellbiologe Professor Dartsch erklärt uns, was Elektromog mit unseren Zellen macht und warum er von memon so fasziniert ist. Tennisstar Julia Görges erzählt im Podcast, warum Training nicht alles ist und warum ein ganzheitlicher Blick auch im Sport entscheidend sein kann. Ernährungsexperte Jörg Krebber spricht



### PODCAST ZUM NACHHÖREN

Alle memon Podcasts finden Sie unter [memon.eu/podcast](https://memon.eu/podcast), außerdem in Spotify, Apple Podcasts und vielen weiteren Podcast-Apps.



# KURZ & GUT

Wissenswertes aus der Welt der Wissenschaft und Forschung



## Clever und effizient

Ameisen machen uns vor, wie's geht! Ameisen sind fleißig und wuseln eigentlich ständig rum – das stimmt nicht ganz. Die kleinen Arbeiter sind zwar sehr eifrig und schaffen gemessen an ihrer Größe Unglaubliches, aber dabei gehen sie sehr strukturiert vor. Wenn sie merken, dass sie sich gerade gegenseitig behindern, macht ein Teil der Ameisen einfach mal Pause – weil sie wissen, dass sie so mit ihrer Arbeit schneller vorankommen und dadurch effizienter sind.



## HEILUNG AUS DER NATUR

Honig gilt als eines der ältesten Naturheilmittel der Welt. Er wird seit Jahrtausenden zur Wundheilung eingesetzt. Inzwischen belegen sogar medizinische Studien die antibiotische und antiseptische Wirkung von Manuka-Honig.



**11 TONNEN CO<sub>2</sub>**

KANN EIN HEKTAR WALD PRO JAHR ABSORBIEREN. DIE FLEISSIGSTEN BÄUME, DIE AM MEISTEN CO<sub>2</sub> AUFNEHMEN UND UMWANDELN KÖNNEN, SIND BUCHEN UND EICHEN.





# Forschung & Entwicklung



Die neuesten Studien und wissenschaftlichen Untersuchungen zur Wirkung der memon Technologie

---





Die memon Technologie funktioniert ähnlich wie die Schallaufhebung bei Noise-Cancelling-Kopfhörern.



MEMON IN 5 MINUTEN  
ERKLÄRT – ZUM VIDEO:



# Die memon Technologie

Ziel von memon ist es, den Menschen ein Leben frei von negativen Umwelteinflüssen wie elektromagnetischer Strahlung (Elektrosmog), Feinstaub und belastetem Wasser zu ermöglichen

## WAS MACHT MEMON?

Die memon Technologie kompensiert die negativen Auswirkungen elektromagnetischer Strahlung (Elektrosmog). memon schafft reine Luft in Innenräumen. memon renaturiert Wasser. Mit memon kann der Mensch im Einklang mit der Natur leben, ohne dabei auf den Komfort moderner Technik verzichten zu müssen.



„Die memon Technologie ist durch ihre Fähigkeit, Lebensprozesse zu stabilisieren und zu fördern sowie lebende Systeme vor Belastungen und Gefahren biologisch schädlicher Einwirkungen zu schützen, eine echte Zukunftstechnologie.“

Prof. Dr. Arnim Bechmann  
Mathematiker und Physiker (2014)



# Wie funktioniert memon?

## ELEKTROSMOG

In einem Gebäude entsteht durch das vorhandene Stromleitungssystem ein elektromagnetisches Feld, welches durch den Einfluss hochfrequenter elektromagnetischer Strahlung (wie z. B. WLAN- oder Handystrahlung) zusätzlich verstärkt wird. Die memon Technologie kompensiert die negativen Auswirkungen elektromagnetischer Felder und elektromagnetischer Strahlung (Elektrosmog).

→ **Prinzip** Die memon Technologie funktioniert ähnlich wie die Schallaufhebung bei Noise-Cancelling-Kopfhörern. Um den Schall zu neutralisieren, wird ein Gegenschall (eine Gegeninformationswelle) erzeugt. Bei memon werden auf diese Weise alle schadhafte Informationswellen neutralisiert, doch die technischen Wellen bleiben erhalten, sodass die Technik weiterhin uneingeschränkt genutzt werden kann.

→ **Ergebnis** Ein renaturiertes Lebensumfeld, in dem sich Körper und Geist optimal erholen können. Wir finden wieder zu innerer Balance, Ruhe, Klarheit und Kraft.

## WASSER

Der menschliche Körper besteht zu mehr als 70 % aus Wasser. Deshalb ist Wasser für uns überlebenswichtig und übernimmt in unserem Körper eine Reihe wichtiger Aufgaben. Es versorgt unsere Zellen mit Sauerstoff, Mineralstoffen und Spurenelementen und transportiert Giftstoffe aus unserem Körper. Trotz strenger Kontrollen sind Kläranlagen nur bedingt in der Lage, pharmazeutische oder toxikologisch wirksame Stoffe (etwa Glyphosat aus Einschwemmungen von der Landwirtschaft) aus dem Wasser zu entfernen. Zudem konnte in Messungen gezeigt werden, dass sich Wassermoleküle unter dem Einfluss von elektromagnetischen Feldern und Strahlung (EMF und EMS) negativ verändern und ihre natürliche Struktur verlieren. memon renaturiert Wasser, indem es die natürliche Struktur des Wassers wiederherstellt.

→ **Prinzip** Wird die natürliche Struktur des Wassers zerstört, z.B. durch Elektrosmog, kann das Wasser seine Aufgaben im Körper nicht mehr vollständig erfüllen. memon stellt die natürliche Struktur des Wassers wieder her. Das Wasser erhält seine Kraft und Vitalität wieder. Es wird weicher, der Kalk lässt sich leichter entfernen.

→ **Ergebnis** Reines, renaturiertes Wasser ähnlich frischem Quellwasser. Die positive Veränderung des Trinkwassers durch die memon Technologie wurde u.a. durch die Wasser-Reife-Methode von Wasserforscher Bernd Bruns bestätigt. Nach dessen Bewertungskriterien erreicht das renaturierte memon Wasser die höchste Qualitätsstufe.

## FEINSTAUB

Alle Staubpartikel, die kleiner als 10 Mikrometer sind, werden als Feinstaub bezeichnet. Zum Vergleich: Ein menschliches Haar hat einen Durchmesser von 70 Mikrometern. Feinstaub kommt praktisch überall vor, wo Staubpartikel entstehen. Im Außenbereich sind vor allem der Straßenverkehr und Bautätigkeiten die größten Feinstaubquellen. Im Innenbereich entstehen durch Kochen, Heizen, Putzen und Materialausdünstungen (z. B. von Möbeln und Teppichfasern) Feinstaubpartikel. Hinzukommt der Feinstaub, der von draußen in den Innenbereich gelangt. Tatsächlich ist die Feinstaubbelastung in Innenräumen oftmals um ein Vielfaches höher als draußen. memon renaturiert die Luftqualität und schafft reine Luft in Innenräumen.

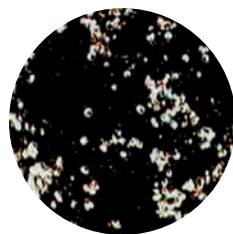
→ **Prinzip** Im Innenbereich sorgen künstliche elektromagnetische Felder dafür, dass sich die Oberflächenladungen von Luftionen verändern und angelagerte Feinstaubpartikel nicht mehr (wie es natürlich wäre) anziehen und zu Boden sinken, sondern vielmehr einander abstoßen und als flirrende Partikel in der Raumluft verbleiben. Dort werden diese Feinstaubpartikel eingeatmet und können in die Lunge und sogar in die Blutbahn gelangen. Die memon Technologie renaturiert die Luftqualität in Innenräumen, indem sie das Luftionen-Verhältnis verschiebt. Dadurch stoßen sich die Feinstaubpartikel nicht mehr ab, sondern ziehen sich an, werden schwerer und sinken zu Boden.

→ **Ergebnis** memon wirkt wie ein natürlicher Luftfilter. Feinstaubmessungen zeigen, dass der Feinstaubanteil in der Atemluft je nach Belastung um bis zu 80 Prozent reduziert und die Luft auf natürliche Weise gereinigt wird. Wir erhalten reine, renaturierte Luft, in der wir wieder frei durchatmen können.

## VERGLEICH VON WASSER ANHAND DER WASSER-REIFE-METHODE



natürliches Quellwasser



herkömmliches Leitungswasser



renaturiertes memon Wasser



AUSZUG DER  
WICHTIGSTEN STUDIEN ZU  
HOCHFREQUENTER STRAHLUNG:



Immer mehr Forscher weltweit untersuchen die Auswirkungen elektromagnetischer Strahlung auf den Körper.

# Zellforschung im Labor

memon Technologie als erste weltweit mit dem Dartsch Scientific Goldsiegel ausgezeichnet

**W**eltweit untersuchen zahlreiche Wissenschaftler die Auswirkungen elektromagnetischer Strahlung auf den menschlichen Organismus, insbesondere von hochfrequenter Strahlung wie z. B. Handy- und WLAN-Strahlung. Inzwischen wurde mehrfach nachgewiesen: Die hochfrequente Strahlung schädigt die Zellen\*.

Auch die zellbiologischen Untersuchungen und Labortests durch Professor Peter C. Dartsch machen den negativen Einfluss hochfrequenter Strahlung (Elektrosmog) auf die Zellkulturen sichtbar. Die Forschungsergebnisse zeigten: Zellen, die unter alltäglichen Bedingungen ungeschützt der elektromagnetischen Strahlung eines Smartphones ausgesetzt sind, verlieren mas-

siv an Vitalität – selbst dann, wenn die Strahlungswerte weit unter den gesetzlichen Grenzwerten liegen. Kam bei den Untersuchungen jedoch die memon Technologie zum Einsatz, trat dieser negative Effekt nicht ein, die Zellvitalität blieb erhalten. memon war also in der Lage, den negativen Effekt von Mobilfunkstrahlung auf die Zellvitalität zu kompensieren.


\* Dies wurde u.a. in der ATHEM-2-Studie (2016) und in einem systematischen Review von Dr. Isabel Wilke (2018) nachgewiesen.





„Es hat sich zu meiner eigenen Überraschung immer wieder herausgestellt, dass die Geräte von memon in der Lage sind, die unerwünschten Wirkungen der elektromagnetischen Strahlung zu kompensieren.“

Prof. Dr. Dartsch  
Zellbiologe,  
Leiter des Dartsch Scientific Institute

Es folgten weitere Jahre kontinuierlicher zellbiologischer Forschung mit zahlreichen Tests und Untersuchungen. Auf der Basis verschiedenster Kriterien, die für die wissenschaftliche Aussagekraft von höchster Bedeutung sind, erlangte Professor Dartsch weitere Erkenntnisse zur einzigartigen Wirkweise der memon Technologie. Dies führte dazu, dass memon als einziges Unternehmen weltweit mit dem Dartsch Scientific Goldsiegel ausgezeichnet wurde. 



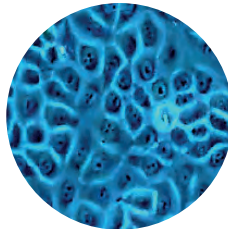
DIE HINTERGRÜNDE  
ZUR FORSCHUNG UND PROF.  
DARTSCH IM INTERVIEW:



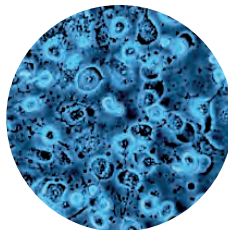
Fotos: Adobe, memon

## ZELLEN UNTER DEM MIKROSKOP

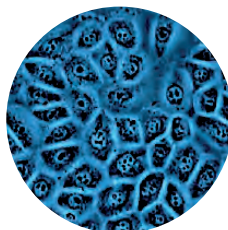
Mobilfunkstrahlung schädigt massiv die Zellvitalität\*



Bindegewebszellen vor Elektromog-einfluss



Bindegewebszellen unter Elektromog-einfluss: Die Zellen haben massiv an Vitalität verloren.



Bindegewebszellen unter Elektromog-einfluss mit memon: Die Zellvitalität bleibt erhalten.



## WAS IST DAS GOLDSIEGEL DES DARTSCH SCIENTIFIC INSTITUTE?

Das Dartsch Scientific Goldsiegel liefert den wissenschaftlichen Nachweis für die einzigartige Wirkweise der memon Technologie und deren Effekt auf Zellkulturen. Erst die Erfüllung des gesamten Kriterienkataloges war Voraussetzung für die Auszeichnung des memon Produkte mit dem Goldsiegel des Dartsch Scientific Institute. Bis heute ist memon das einzige Unternehmen weltweit, das diese Auszeichnung erhalten hat.

### Natürliche Zellfunktion

Die untersuchten Produkte des Unternehmens wirken nicht aktiv beeinflussend auf die Zellkulturen ein. Die natürliche Zellfunktion bleibt erhalten.

### Protektiver Effekt

Die untersuchten Produkte des Unternehmens haben jeweils einen protektiven Effekt für die Zellkulturen bei negativen äußeren Einflüssen (insbesondere elektromagnetische Felder und elektromagnetische Strahlung).

### Technologischer Wirkungsnachweis

Der protektive Effekt für Zellkulturen wird für mindestens 3 unterschiedliche Produkte der Technologie des Unternehmens festgestellt.

### Reproduzierbarkeit der Ergebnisse

Die Feststellung des jeweiligen protektiven Effekts der einzelnen Produkte des Unternehmens für Zellkulturen erfolgt durch das Institut über eine kontinuierliche Forschungsarbeit über einen Zeitraum von mindestens 5 Jahren.

### Wissenschaftliche Publikationen

Die Ergebnisse der Zellforschung (protektiver Effekt) werden in Testberichten erfasst und in mindestens zwei internationalen Fachjournals veröffentlicht.

\* Die Studienergebnisse wurden im Japan Journal of Medicine (2019) sowie im Journal of Complementary and Alternative Medical Research (2017) veröffentlicht.

Die roten Blutkörperchen transportieren Sauerstoff zu den Organen. Deshalb ist es wichtig, dass sie frei fließen können und nicht verklumpen.






# Blut unter dem Mikroskop

Blutanalyse zeigt deutliche Effekte von Elektrosmogeinfluss

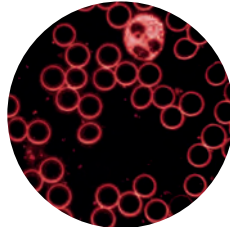
**U**nter dem Mikroskop wird sichtbar, wie sich Elektrosmog auf das Blut auswirkt. Die Analysen zeigen auch, dass diese negativen Einflüsse durch den Einsatz der memon Technologie ausbleiben.

Mittels der speziellen Dunkelfeldmikroskopie\* wird anhand eines Blutropfens die Veränderung von Blut unter dem Einfluss von Elektrosmog sichtbar: Meist kommt es schon nach einem kurzen Handytelefonat zur sogenannten Geldrollenbildung (Verklumpungen). Dabei haften die roten Blutkörperchen (Erythrozyten) aneinander anstatt frei zu fließen. Die Folgen können Müdigkeit, Kopfschmerzen, Unkonzentriertheit und eine allgemein verringerte Leistungsfähigkeit sein.

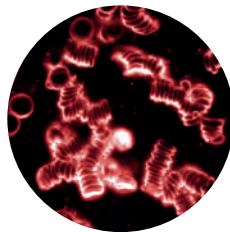
Untersuchungen haben immer wieder gezeigt, dass die negativen Effekte von Elektrosmog – ausgehend beispielsweise vom Smartphone – nicht eintreten, wenn dabei memon (z. B. der memonizerMOBILE) zum Einsatz kommt. Zudem lösen sich vorhandene Geldrollen sogar auf, die Blutkörperchen können wieder frei fließen. 

\* Die Dunkelfeldmikroskopie ist eine seit langem anerkannte wissenschaftliche Methode zur Erfassung der Vitalität des Blutes und der Qualität der Blutbestandteile

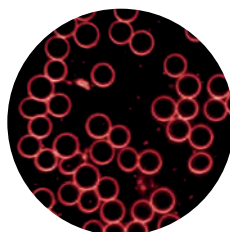
## EINFLUSS VON ELEKTROSMOG AUF BLUT



Blutbild vor Elektrosmogeinfluss: Die roten Blutkörperchen sind frei fließend und agil.



Blutbild nach 10 Minuten Handytelefonat: Die roten Blutkörperchen haben sich verklumpt, der Sauerstofftransport ist eingeschränkt.



Blutbild nach 10 Minuten Handytelefonat mit memon: Die roten Blutkörperchen fließen wieder frei.

Auszug aus der Blutuntersuchungsdatenbank von memon bionic instruments: Blutabnahme eines Probanden vom 27.07.2021, 16:01 Uhr



**„Mit memon ist eine Lösungsmöglichkeit zur Vermeidung elektromagnetisch bedingter Störungen biologischer Systeme erstmals in greifbare Nähe gerückt, ohne auf den Gebrauch moderner Technologie verzichten zu müssen.“**

*Dr. med. Michael Steinhöfel*  
Arzt und ehem. Leiter medforschung

**MEHR ÜBER DIE AUSWIRKUNGEN VON ELEKTROSMOG:**

Das Institut für Chronopsychologie und Chronomedizin in Wien führte eine Doppelblindstudie durch, um die Wirkung von memon auf den Menschen zu messen.





# Wissenschaftliche Studie belegt Wirkung der memon Technologie

## Messungen der Herztätigkeit zeigen deutlich regulierende Effekte

In nahezu allen Unternehmensbereichen kommen heute immer mehr mobile digitale Geräte und KI-Anwendungen zum Einsatz. Selbst kleine und mittelständische Betriebe sind bestens mit modernster Technik ausgestattet. Doch mit der Digitalisierung der Unternehmens- und Arbeitsbereiche nimmt auch die elektromagnetische Strahlung zu. Wie wirkt sich das auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeiter aus und kann die memon Technologie hier Abhilfe leisten? Das Institut für Chronopsychologie und Chronomedizin in Wien (ehemals an der Sigmund-Freud-Privatuniversität) hat dies untersucht. Die wissenschaftliche Studie, die von Stiegl beauftragt und in der Stieglbrauerei in Salzburg durchgeführt wurde, liefert bahnbrechende wissenschaftliche Erkenntnisse zur Wirkung der memon-Technologie.

Diesen Fragen stellte sich das Institut für Chronopsychologie und Chronomedizin und initiierte eine Doppelblindstudie, um die Wirkung von memon auf den Menschen zu messen.

Die Untersuchungen wurden 2020 nach strengen wissenschaftlichen Kriterien in der Salzburger Stieglbrauerei durchgeführt, die Interesse an der memon Technologie zeigte und die Studie in Auftrag gab. 50 Mitarbeiter der weltbekannten Brauerei nahmen als Probanden teil. Ihre Gesundheitswerte wurden vor und nach dem Einsatz der memon Technologie gemessen und verglichen. >

### WORUM GEHT ES?

- 1.** Ist die memon Technologie in der Lage, die Vitalitätswerte von Menschen zu verbessern, wenn sie permanenten negativen Umwelteinflüssen wie elektromagnetischer Strahlung ausgesetzt sind?
- 2.** Ist es möglich, durch den Einsatz der memon Technologie Belastungen für den Organismus zu minimieren?
- 3.** Ist der Einsatz der memon Technologie im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsfürsorge sinnvoll und notwendig?

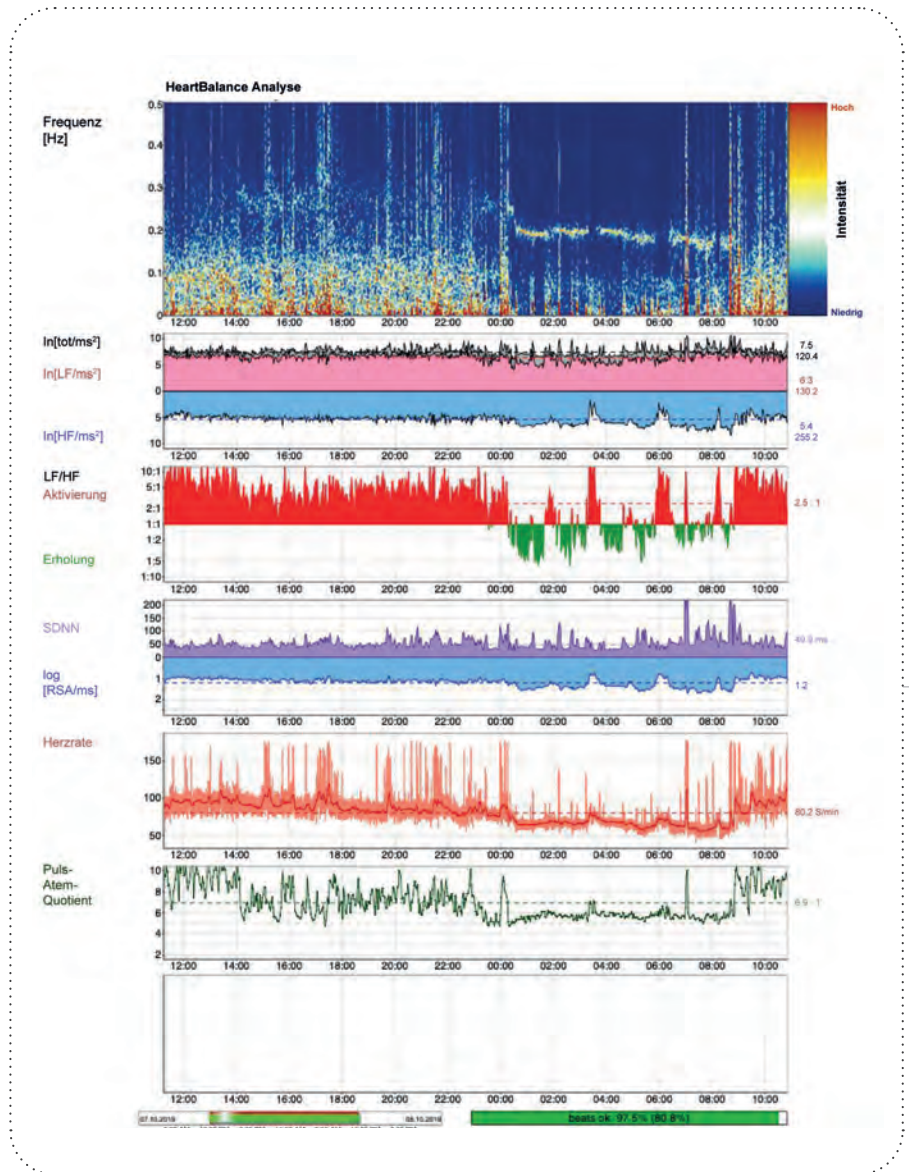
### WAS IST EINE DOPPELBLINDSTUDIE?

Die Doppelblindmethode ist eine wissenschaftliche Methode insbesondere bei medizinischen Wirksamkeitsstudien. Doppelblindstudien dienen dazu, eine Verzerrung der Studienergebnisse durch den Einfluss von Erwartungen und Verhaltensweisen (Placebo-Effekt) zu verhindern.

### WIE LIEF DIE STUDIE AB?

Die Wissenschaftler des Instituts maßen bei jedem Teilnehmer den HRV-Wert. Dabei kam ein spezielles, patentiertes System zum Einsatz, das an der SFU entwickelt worden war. Es ermöglicht, den direkten Einfluss von Hochfrequenz-Strahlung (z. B. Smartphone-Strahlung) auf das Herz und das Nervensystem aufzuzeigen. Die Ergebnisse der Messungen werden anhand des sog. Vitalitätsindex dargestellt. Dieser gilt als Frühindikator des physischen sowie psychischen Gesundheitszustandes eines Menschen.

Zunächst wurde der Vitalitätsindex aller Studienteilnehmer gemessen. Danach wurden die Probanden in zwei Gruppen entsprechend zwei unterschiedlichen Unternehmensbereichen innerhalb der Brauerei eingeteilt. Eine Gruppe bzw. ein Unternehmensbereich wurde mit inaktiven memonizern (Gruppe A) ausgestattet, die andere Gruppe bzw. der andere Bereich mit aktiven memonizern (Gruppe B). Weder die Teilnehmer noch die Wissenschaftler, die die Messergebnisse auswerteten, wussten, welche Gruppe mit den aktiven und welche mit den inaktiven Produkten ausgestattet war (siehe Infokasten „Was ist eine Doppelblindstudie“, Seite 71).



Auszug aus einem Messprotokoll einer HRV-Messung eines Studienteilnehmers

#### WAS BEDEUTET HRV?

Anhand der Messungen der Herzratenvariabilität (HRV) kann der Vitalitätsindex eines Menschen ermittelt werden. Der Vitalitätsindex bildet die vitalen Ressourcen eines Menschen ab und stellt einen Indikator des Gesundheitszustandes dar. Somit kann anhand des Vitalitätsindex die Wirkung der memon Technologie auf den Menschen gemessen werden.

#### DIE STUDIENERGEBNISSE IM ÜBERBLICK:

1. Die Vitalitätswerte werden auch bei dauerhaft vorhandenen negativen Einflüssen wie elektromagnetischer Strahlung positiv beeinflusst.
2. Die memon Technologie hat eine regulierende, ausgleichende Wirkung auf den Menschen.
3. Die memon Technologie leistet einen sinnvollen und notwendigen Beitrag zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge.





Die Ergebnisse der Studie wurden mit jedem Probanden individuell besprochen.

Nach dem Ablauf von vier Wochen wurden die Studienteilnehmer einer zweiten Messung unterzogen. Um unerwünschte Umwelteinwirkungen im häuslichen Bereich der Teilnehmer auszuschließen, wurden die Mitarbeiter auch zu Hause ihrer Gruppe entsprechend mit aktiven bzw. inaktiven memonizern ausgerüstet.

### WAS KAM HERAUS?

Die Auswertung der Messungen ergab einen signifikanten Unterschied zwischen Gruppe A und Gruppe B.

### Gruppe A

(memonizer ohne Funktion): Die Werte der Teilnehmer von Gruppe A sind gleichgeblieben oder haben sich sogar verschlechtert.

### Gruppe B

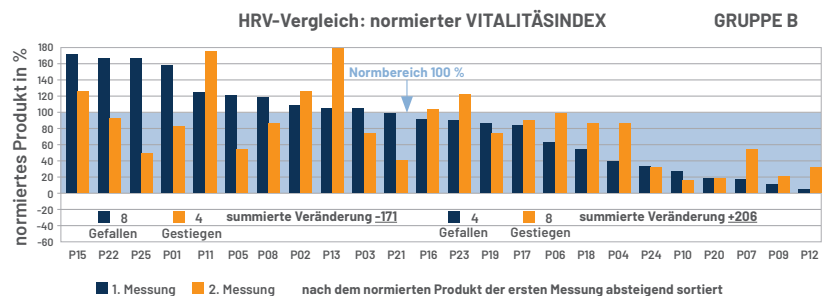
(memonizer mit Funktion): Die Werte der Probanden in Gruppe B zeigten eine deutliche Reaktion auf die Wirkung der memon Technologie.

Sowohl bei Probanden mit einer starken Übervitalität (Übererregung) in der ersten Messung als auch bei Probanden mit einem geringen Vitali-

tätsindex in der ersten Messung zeigte sich bei der zweiten Messung nach vier Wochen, dass sich der Vitalitätsindex Richtung Normalwert reguliert.

## VITALITÄTSINDEX – GEGENLÄUFIGER TREND

Änderung des normierten Vitalitätsindex: GRUPPE B  
GESTIEGEN – Anzahl – GEFALLEN





„Die Studienergebnisse sind ein einzigartiger Beleg für die regulierende, ausgleichende Wirkung der memon Technologie, die sich mittels HRV-Messungen in der – wissenschaftlichen Maßstäben entsprechenden – Doppelblindstudie durch die SFU belegen.“

*Tilo Rößler*  
Jurist und wissenschaftlicher Projektleiter

#### FAZIT:

Im Ergebnis hat sich eine Regulation (Normalisierung) des Vitalitätsindex unter der Wirkung der memon Technologie gezeigt. Die memon Technologie bewirkt eine Balance und folgt insoweit dem Naturprinzip des Ausgleichs. memon unterstützt den Ausgleich und reguliert, sodass, wie in der Medizin ausgedrückt, Homöostase – ein Gleichgewichtszustand – entsteht.

Weniger Belastungen mit Elektrosmog und Feinstaub tragen entscheidend zum Wohl der Mitarbeiter bei.

#### EINDEUTIGE ERGEBNISSE

Durch den Einsatz der memon Technologie werden die Vitalitätswerte – auch bei dauerhaft vorhandenen negativen Einflüssen wie elektromagnetischer Strahlung – positiv beeinflusst. Die memon Technologie hat eine regulierende, ausgleichende Wirkung auf den Menschen.



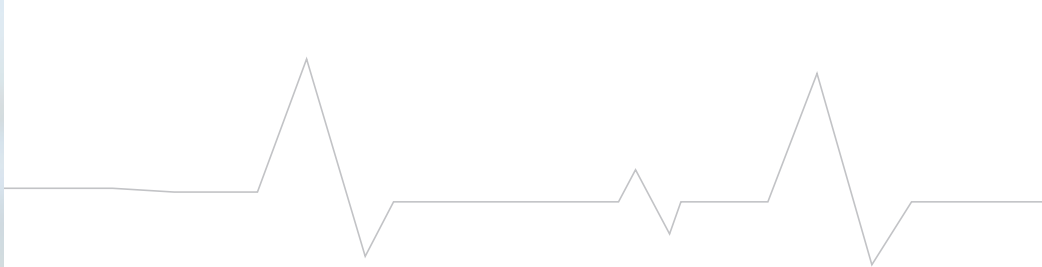
## Deutliche Luftverbesserung memon reduziert Feinstaub in der Raumluft um bis zu 80 Prozent

**B**egleitend zur Studie durch das Institut für Chronopsychologie und Chronomedizin wurde durch die Firma Grimm Aerosol Technik, einem der weltweit renommiertesten Unternehmen im Bereich der Feinstaubmessung, auch die Feinstaubbelastung in den Innenräumen der Stieglbrauerei gemessen. Die Verlaufsmessungen zeigten auf sensationelle Weise die Wirkung der memon Technologie.

#### WIE LIEFEN DIE FEINSTAUBMESSUNGEN AB?

Zwei Wochen lang wurde mit zwei unterschiedlichen Messtechniken die Luftqualität in den Räumen der Stieglbrauerei überwacht, mit einem Gerät für Luftionen und einem weiteren Gerät für Staubpartikel. Zunächst wurde die Feinstaubbelastung eine Woche lang vor dem Einsatz der memon Technologie gemessen und dann direkt im Anschluss eine Woche mit memon.





„Ich bin beeindruckt,  
dass die memon  
Technologie physikalisch  
nachweisbar ist.“

Dr. Friedhelm Schneider  
Feinstaubexperte


### WAS IST FEINSTAUB?

Gesundheitliche Kurz- und Langzeiteffekte durch Feinstaub sind bereits seit mehreren Jahrzehnten bekannt. Feinstaub kann zu ernstzunehmenden Gesundheitsschäden führen. Je kleiner die Partikel sind, desto tiefer gelangen sie in die Lunge. Die langfristigen Effekte der lungengängigen Feinstaubpartikel können sich schädlich auf die Atemwege, das Herz-Kreislaufsystem, den Stoffwechsel und das Nervensystem auswirken.

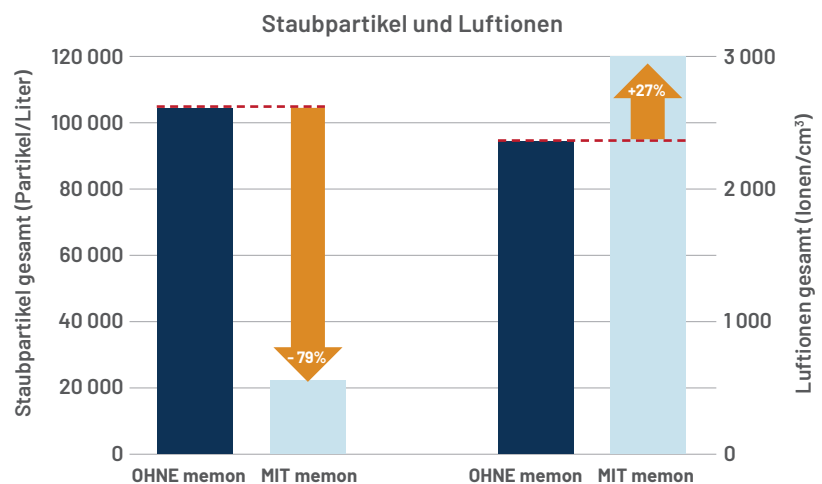
### WAS KAM HERAUS?

Bei den Luftionen konnte ein deutlicher Anstieg von bis zu 30 Prozent und bei den Staubpartikeln eine sehr deutliche Abnahme von 35 bis fast 80 Prozent gemessen werden. „Das sind Werte, die nicht mehr zufällig entstehen, sondern die dadurch entstanden sind, weil memon in diesen Räumen wirkt“, erklärt der zuständige Feinstaubexperte Dr. Friedhelm Schneider, der die Messungen geleitet hat.

Im Anschluss an die Messungen wurden diese Daten mit der Außenluft im Raum Salzburg während der gesamten Messzeit verglichen. Dabei stellte sich heraus, dass die Veränderungen der Luftqualität in den Räumen von Stiegl eindeutig auf die Wirkung von memon zurückzuführen sind.

Besonders interessant: Je feiner die Feinstaubpartikel waren, desto besser hat memon gewirkt. 

### VERGLEICH DER LUFTGÜTE ÜBER 14 TAGE OHNE UND MIT MEMON



### DIE STUDIENERGEBNISSE IM ÜBERBLICK:

1. Die Raumluft wird mit bis zu 30 Prozent mehr Luftionen angereichert.
2. Der Feinstaub in der Atemluft wird um bis zu 80 Prozent reduziert. Es findet eine nachhaltige natürliche Luftreinigung statt.



## Effektives Cardio-Training

Eine neue Metastudie überrascht Sportler und Mediziner. Glaubte man bisher, dass Ausdauertraining wie Joggen oder Radfahren die beste Art ist, das Herz zu trainieren, kam jetzt heraus: Isometrisches Training – eine spezielle Form von Krafttraining – senkt den Blutdruck am effektivsten und ist damit das beste Training für die Herzgesundheit. Zu isometrischem Training gehören statische Übungen, bei denen die Muskeln für mehrere Sekunden angespannt werden.

# KURZ & GUT

Wissenswertes zu Gesundheit & Fitness



**1,6 MILLIONEN**

VEGANER GIBT ES IN DEUTSCHLAND UND DAMIT RUND DOPPELT SO VIELE WIE VOR ZEHN JAHREN



## HEUTE SCHON MEDITIERT?

Steve Jobs tat es, Michael Jordan und Jochen Schweizer tun es ebenfalls: sie meditieren. Immer mehr Menschen erkennen, dass Meditieren eine effektive Maßnahme zur Stressbewältigung ist. Inzwischen zahlen fast alle Krankenkassen Meditationskurse anteilig oder sogar zu hundert Prozent.

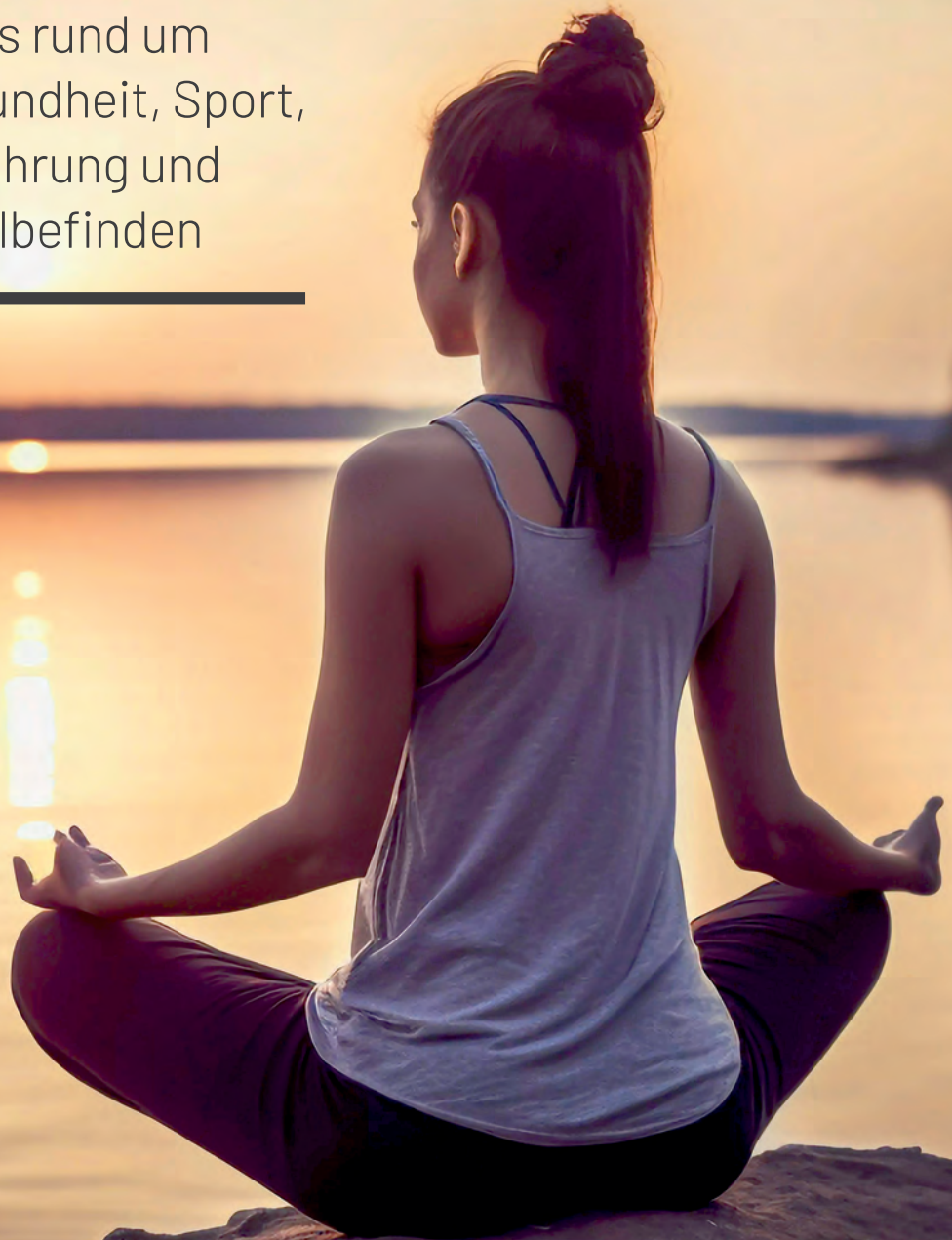


# Gesundheit & Fitness



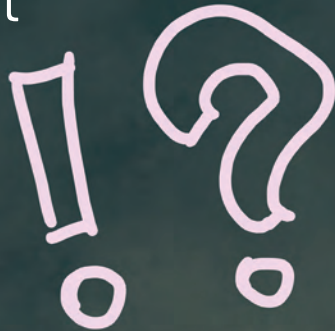
Hintergründe,  
Erkenntnisse und  
Tipps rund um  
Gesundheit, Sport,  
Ernährung und  
Wohlbefinden

---



# Stimmt's oder stimmt's nicht?

Die 5 größten Ernährungsmythen,  
die Sie unbedingt  
kennen sollten



Eine gesunde Ernährung ist eine der tragenden Säulen für Gesundheit und Wohlbefinden. Jedoch gibt es zahlreiche Mythen rund um das Thema Ernährung, die sich hartnäckig halten. Kennen Sie die fünf größten Ernährungslügen?







## 1 KOHLENHYDRATE MACHEN DICK

Eine der häufigsten Ernährungslügen ist die Vorstellung, dass Kohlenhydrate dick machen. Das stimmt so nicht. Es ist zwar wahr, dass Kohlenhydrate den Blutzuckerspiegel erhöhen und dadurch Insulin ausgeschüttet wird, aber das bedeutet nicht zwangsläufig, dass sie dick machen. Es kommt auf die Menge und die Art der Kohlenhydrate an. **Komplexe Kohlenhydrate wie in Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten und Gemüse sind wichtige Bestandteile einer ausgewogenen Ernährung** und können sogar helfen, das Gewicht zu kontrollieren.

Es sind die raffinierten Kohlenhydrate wie in Zucker, Weißmehl und Süßigkeiten, die auf Dauer gravierende gesundheitliche Probleme wie Übergewicht und Diabetes verursachen können. Diese Kohlenhydrate sind besonders arglistig, denn sie liefern schnell Energie, machen aber auch schnell wieder hungrig und können zu Heißhungerattacken führen.

## 2 FETT IST UNGESUND

Eine weitere Ernährungslüge ist die Vorstellung, dass Fett ungesund ist und vermieden werden sollte. Auch das stimmt so nicht.

Es gibt nämlich **gesunde Fette, die der Körper braucht. Diese sind zum Beispiel in Nüssen, Avocado, Fisch und Olivenöl** enthalten.

Problematisch sind jedoch die sogenannten Transfette, eine bestimmte Art von ungesättigten Fettsäuren, die in der Natur kaum vorkommen. Transfette entstehen durch einen Prozess, bei dem flüssige Pflanzenöle in feste Fette umgewandelt werden, um die Haltbarkeit von Lebensmitteln zu erhöhen und die Textur zu verbessern.

Transfette werden mit einem erhöhten

Risiko für Herzerkrankungen, Diabetes und einigen weiteren Gesundheitsproblemen in Verbindung gebracht. Sie erhöhen den LDL-Cholesterinspiegel (das sogenannte „schlechte“ Cholesterin) und senken den HDL-Cholesterinspiegel (das „gute“ Cholesterin), was sich negativ auf die Herzgesundheit auswirken kann.

**Das Problem:** Transfette kommen in vielen verarbeiteten Lebensmitteln vor. Neben Fast Food, Snacks wie Chips und Cracker und industriell hergestellten Keksen, Kuchen und Gebäck enthalten auch viele Fertiggerichte und Tiefkühlprodukte Transfette, um die Textur und Haltbarkeit der Produkte zu verbessern. Deshalb sollte man von verarbeiteten Lebensmitteln und Fertigprodukten lieber die Finger lassen und stattdessen selber kochen – mit frischen Zutaten.



## 3 WER VIEL OBST ISST, LEBT GESUND

Obst ist aufgrund seiner hohen Nährstoffdichte, Ballaststoffe und antioxidativen Eigenschaften eine gesunde Nahrungsquelle. Es enthält eine **Vielzahl von Vitaminen und Mineralstoffen**, die wichtige Funktionen im Körper unterstützen und das Risiko für verschiedene Krankheiten reduzieren können. Dennoch sollte man beim Obst ein paar Dinge kennen und beachten.

### Natürlicher Zucker

Obst enthält natürlichen Zucker, hauptsächlich in Form von Fruktose. Obwohl dieser Zucker zusammen mit Ballaststoffen und anderen Nährstoffen langsamer in den Blutkreislauf gelangt >



als zugesetzter Zucker, kann ein übermäßiger Verzehr von fruktosehaltigem Obst den Blutzuckerspiegel erhöhen und zu einem Kalorienüberschuss führen, was wiederum Übergewicht verursachen kann.

### Säuregehalt

Einige Obstsorten wie Zitrusfrüchte enthalten besonders viele Säuren. Diese können bei empfindlichen Personen Magenreizungen oder Sodbrennen verursachen und langfristig zu Übersäuerung im Körper führen.

### Pestizidbelastung

Obst kann mit Pestiziden kontaminiert sein, wenn es nicht aus biologischem Anbau stammt. Es ist daher ratsam, Obst vor dem Verzehr gut zu waschen oder auf Bio-Optionen zurückzugreifen.

### Allergien

Manche Menschen können auf bestimmte Obstsorten allergisch reagieren, was zu Hautausschlägen, Juckreiz, Schwellungen und sogar Magen-Darmproblemen führen kann.



**4 ZUCKER KOMMT NUR IN SÜSSIGKEITEN VOR**  
 Es gibt zahlreiche versteckte Zuckerquellen. Viele Nahrungsmittel und Getränke, die nicht als süß wahrgenommen werden, enthalten dennoch viel Zucker. **Dabei ist Fruchtzucker oder natürlicher Zucker keineswegs gesünder als Haushalts- oder Rohrohrzucker**, sondern kann genauso negative Auswirkungen auf den Körper haben. Ganz gleich, ob Fruchtzucker oder Haushaltszucker: **Versteckte Zuckerquellen** können dazu führen, dass Sie mehr Zucker zu sich nehmen, als Ihnen bewusst ist. Zu viel Zucker kann zu Gewichtszunahme, Diabetes und anderen Gesundheitsproblemen führen. Es ist daher wichtig, den Zuckerkonsum zu reduzie-

ren. Dazu ist es hilfreich, einige der häufigsten versteckten Zuckerquellen zu kennen:

### Softdrinks und Fruchtsäfte

Fruchtsäfte enthalten zwar Vitamine und Mineralstoffe, aber oft auch sehr viel Zucker. Deshalb ist es besser, ganze Früchte zu essen, um von den Nährstoffen zu profitieren, anstatt nur den Zucker zu konsumieren.

### Müsli und Joghurt

Auch viele Müslis und Frühstücksflocken enthalten Zucker, etwa in Form von Glukosesirup oder Honig. Ebenso ist in den meisten Joghurtsorten Zucker verarbeitet. Also beim Müsli einen genauen Blick auf die Zutatenliste werfen und bei Joghurt ungesüßten Naturjoghurt wählen.

### Semmeln und Brötchen

Auch Semmeln und Brötchen enthalten in der Regel Zucker. Traditionell werden Brötchen zwar mit wenig oder sogar ganz ohne Zucker hergestellt, industriell hergestellte Brötchen jedoch enthalten meist Zucker, um den Geschmack zu verbessern und die Haltbarkeit zu verlängern.

**TIPP:** Lassen Sie sich in der Bäckerei die Liste mit Zutaten und Nährwertangaben zeigen und kaufen Sie nur Brötchen, die wenig oder gar keinen Zucker enthalten. Und besser noch, Sie backen selbst – ausschließlich mit natürlichen Zutaten und zur Freude der ganzen Familie.



# 5

## BIO-PRODUKTE SIND GESÜNDER

Bio-Produkte sind nicht automatisch gesünder als konventionelle Produkte. Bio-Lebensmittel werden zwar nach ökologischen Richtlinien produziert, die den Einsatz von chemischen Düngemitteln, Pestiziden und Gentechnik beschränken. Das **bedeutet jedoch nicht, dass Bio-Produkte automatisch eine höhere Nährstoffdichte oder einen gesünderen Nährstoffgehalt aufweisen** als konventionelle Produkte.

Es gibt viele Faktoren, die die Nährstoffzusammensetzung von Lebensmitteln beeinflussen können, wie beispielsweise die Sorte, die Reifezeit, die Verarbeitung und die Lagerung. Auch die Art der Bewirtschaftung und der Anbau der Pflanzen spielen eine Rolle. Allerdings weisen



Bio-Produkte aufgrund der eingeschränkten Verwendung von Pestiziden und Düngemitteln eine **geringere Belastung mit chemischen Rückständen** auf. Deshalb ist es gerade bei frischem Gemüse

und Obst, aber auch bei Getreide, Reis und Hülsenfrüchten dennoch ratsam, auf Bio-Lebensmittel zu setzen.

### FAZIT

Es ist wichtig, bei der Wahl von Lebensmitteln auf eine ausgewogene Ernährung zu achten, die ausreichend Nährstoffe, Ballaststoffe und wenig Zucker und Fett enthält. Frische und saisonale Lebensmittel sind grundsätzlich besser als verarbeitete Produkte (also beispielsweise Pellkartoffeln statt Kartoffelchips oder Pommes). Darüber hinaus spielen die Qualität und Herkunft der Lebensmittel eine entscheidende Rolle für eine gesunde, ausgewogene Ernährung.

## GÖNNEN SIE IHREM KÖRPER NUR DAS BESTE

Unsere memonizer für renaturiertes Wasser und optimierte Lebensmittel



### memonizerBOTTLE und memonizerCARAFE

Mindestens zwei Liter Wasser sollte jeder Erwachsene täglich trinken – am besten natürliches, qualitativ hochwertiges Wasser wie renaturiertes memon Wasser. Mit dem memonizer CARAFE haben Sie jederzeit renaturiertes Wasser – ob am Esstisch oder während der Arbeit am Schreibtisch. Und für unterwegs, für Reisen oder beim Sport gibt es den praktischen memonizerBOTTLE. *Mehr Produkte für's Wasser auf S. 96-97*



### memonizerFOOD

Viele Lebensmittel sind mit Schadstoffen belastet und können schädliche Umwelteinflüsse speichern. Der memonizerFOOD wurde entwickelt, um Lebensmittel zu optimieren. In der praktischen Kreditkarten-Größe ist der memonizer FOOD ideal für unterwegs, z. B. fürs Restaurant. Teller mit Speise oder Gefäß mit Getränk für mindestens eine Minute auf die Karte stellen.

Keine Käfige, sondern freier Auslauf mit genügend Platz für ihre natürlichen Bedürfnisse – so fühlen Hühner sich wohl.



# Wahres Engagement, das von Herzen kommt

Seit seiner Gründung vor mehr als 20 Jahren engagiert sich memon für soziale Projekte auf der ganzen Welt

**T**ag für Tag leiden Menschen und Tiere auf der ganzen Welt unter Ausbeutung, Vernachlässigung, Misshandlung oder schweren Erkrankungen. Deshalb ist es für die Geschäftsführer von memon seit der Gründung des Unternehmens vor mehr als zwei Jahrzehnten eine echte Herzensangelegenheit, sich für andere stark zu machen und Notleidenden zu helfen.

Weltweit haben sich zahlreiche Menschen und Organisationen der Hilfe und Unterstützung von Mensch und Tier verschrieben. Wir wählen jedes Projekt und jede Hilfsorganisation nur nach einer sorgfältigen Prüfung aus. Dabei unterstützen wir vor





**SPENDEN DURCH KAUFEN**  
 Tragen auch Sie dazu bei, Hilfsprojekte zu unterstützen. Die Einnahmen aus diesem Magazin kommen sorgfältig ausgewählten Hilfsprojekten auf der ganzen Welt zugute.

memon setzt sich für Kinder auf der ganzen Welt ein, darunter das Projekt „Kinder Indiens“.



Kuh und Kalb gehören zusammen. ProVieh setzt sich dafür ein, dass Kälber nicht direkt nach der Geburt von ihren Müttern getrennt werden, sondern artgerecht aufwachsen können.


allem Projekte und Menschen, zu denen wir persönlich Kontakt haben. So können wir sichergehen, dass unsere Unterstützung – sei es in Form von Geld- oder von Sachspenden – auch wirklich dort ankommt, wo sie dringend gebraucht wird. Beispielsweise unterstützt memon seit vielen Jahren die Kinderhilfsprojekte „Kinder Indiens“, „Kindernest Rumänien“ und „Global Family“.

**PROVIEH - TIERSCHUTZ MIT WIRKUNG**

Daneben spielt für memon auch der Tierschutz eine wichtige Rolle. Deshalb spenden wir unter anderem regelmäßig an den Verein ProVieh. Die

Tierschutzorganisation setzt sich seit mehr als 30 Jahren für eine artgerechte Tierhaltung und nachhaltige Landwirtschaft ein, in der die natürlichen Bedürfnisse von Tieren berücksichtigt werden. Ziel von ProVieh ist es, auf diese Weise bessere Lebensbedingungen für Nutztiere zu schaffen. Dazu bietet ProVieh Landwirten Unterstützung, auf tierfreundliche Haltungssysteme wie Freiland- und Weidehaltung umzusteigen. Dazu gehört beispielsweise die artgerechte Haltung von Kälbern. In der Milchviehhaltung werden Kuh und Kalb normalerweise kurz nach der Geburt voneinander getrennt. Das Kalb wächst ohne seine Mutter auf und

wird über einen Eimer oder Automaten mit Milch versorgt. ProVieh setzt sich mit seinem Projekt „Kuh und Kalb“ dafür ein, dass Kuh und Kalb zusammenbleiben dürfen und das Kalb ganz natürlich bei seiner Mutter aufwachsen kann. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Aufklärung der Verbraucher. Auch auf politischer Ebene ist ProVieh aktiv. Einige Mitglieder wirken in politischen Gremien und setzen sich dort für eine transparente Kennzeichnung tierischer Produkte ein.

Seit seiner Gründung 1991 hat ProVieh dazu beigetragen, ein größeres Bewusstsein für den Umgang mit Nutztieren und für den individuellen Fleischkonsum zu schaffen. Die politische Arbeit von ProVieh trägt laufend dazu bei, dass Tierschutzbelange stärker in den Fokus rücken und neue Schutzgesetze erlassen werden. Damit leistet die Organisation Pionierarbeit und zeigt, dass Veränderungen beim Tierschutz möglich sind. 



Alle memon Produkte werden ausschließlich in Deutschland gefertigt und die Produktpalette kontinuierlich weiterentwickelt.

# Premiumprodukte made in Germany

Qualität und Nachhaltigkeit von der Fertigung bis zum Endprodukt – Das Ergebnis aus über 20 Jahren Entwicklung

**A**m Anfang, vor mehr als zwei Jahrzehnten, bestand die Herausforderung darin, Produkte zu entwickeln, die bestmöglichen Nutzen bieten, einfach in der Anwendung und von höchster Qualität sind. Die memonizer sollten sowohl in der Fertigung als auch in ihrer Funktion nachhaltig und absolut zuverlässig sein. Dafür bedurfte es viel Innovationsgeist und gute Partner.

Nachdem vor mehr als 20 Jahren die memon Technologie entwickelt worden war, ging es an die Serienfertigung. Neben Funktionalität, Quali-

tät und Langlebigkeit spielte auch das Design eine Rolle, damit alle memon Produkte möglichst handlich und einfach anwendbar sind. Dabei war anfangs noch gar nicht absehbar, wie groß diese Herausforderung noch werden sollte, denn mit den Jahren wurden die Endgeräte immer kleiner – und so mussten auch die memonizer immer kompakter und präziser werden.

## **BEDARFSGERECHTES SORTIMENT, HÖCHSTE QUALITÄT**

Als die Digitalisierung nahezu in Lichtgeschwindigkeit den gesamten

Technologiemarkt umkämpfte und digitale Geräte den Markt regelrecht überfluteten, erweiterte memon nach und nach seine Produktpalette und brachte memonizer für Smartphones, Tablets, Bluetooth-Kopfhörer und vieles mehr heraus. Und die Produktentwicklung geht kontinuierlich weiter, denn das Ziel der memon Gründer war es von Anfang an, den Menschen Produkte anzubieten, die für mehr Wohlbefinden im direkten Lebensumfeld der Menschen sorgen und ihnen Sicherheit im Umgang mit digitaler Technik bieten.



Um schnell auf die Entwicklungen im Technologiesektor reagieren zu können und gleichzeitig immer höchste Qualität zu liefern, setzt memon seit Jahren auf kompetente und verlässliche Zuliefer- und Partnerunternehmen. Die Nachhaltigkeit beim fertigen Produkt beginnt bereits bei dessen Herstellung, denn memon arbeitet mit Unternehmen aus der Region zusammen. „Wir haben uns von Anfang an zur Herstellung und Optimierung von Form, Funktionalität und Optik unserer Produkte mit regionalen Firmen verbunden, die über die Jahre mit uns gewachsen sind“, erzählt Hans Felder, Geschäftsführer von memon. „Nachhaltigkeit kann nur gewährleistet werden, wenn die Qualität stimmt, die unsere Produkte langlebig macht.“ Das Resultat: Produkte „made in Germany“, nachhaltig und ressourcenschonend produziert.

### ÖKOLOGISCHE VERANTWORTUNG

Deshalb geht es bei der Auswahl der Partnerfirmen auch darum, Betriebe zu finden, die die Philosophie von memon teilen. Für die beiden Geschäftsführer Erika und Hans Felder sind ein schonender Umgang mit natürlichen Ressourcen, Nachhaltigkeit und das soziale Miteinander ineinandergreifende Zahnräder und wichtige Aspekte für eine erfolgreiche und langfristige Zusammenarbeit.

Als Hersteller von Premiumprodukten, die auf den Grundprinzipien der Natur basieren, ist memon sich seiner

Bis ins letzte Detail sind alle memonizer von höchster Qualität und auf Nachhaltigkeit ausgerichtet.



*Erika und Hans Felder*  
Gründer und Geschäftsführer memon

ökologischen Verantwortung bewusst. Das beginnt bereits bei der Fertigung, die darauf ausgerichtet ist, wertvolle Ressourcen zu schonen und lange Transportwege zu vermeiden, und spiegelt sich auch in den Produkten wider: Beinahe alle memonizer sind wiederverwendbar und können bei einem Umzug oder Gerätewechsel direkt wieder eingesetzt werden. Zudem ist die Produktpalette als Modulsystem konzipiert und je nach Bedarf skalierbar bzw. erweiterbar – kein Produkt muss entsorgt werden.

„Wir orientieren uns an der Natur, unsere Technologie basiert auf den Grundprinzipien der Bionik. Denn wie schon Aristoteles sagte: Die Natur schafft von dem, was möglich ist, das Beste.“

Die wahrscheinlich wertvollste Ressource unseres Planeten ist das Wasser. Mit seinen Produkten zur Renaturierung von Wasser bietet memon seinen Kunden die Möglichkeit, Leitungswasser zu renaturieren und somit auf den Kauf von abgefülltem Wasser zu verzichten – keine Plastikflaschen, keine Transportwege. Nachhaltigkeit von der Fertigung der Produkte bis hin zu deren Anwendung – dafür steht memon.

### WAS LÄSST EINEN MEMONIZER ZU EINEM MEMONIZER WERDEN?

Es ist die Summe von allem. Es ist die Suche und das Finden der richtigen Materialien. Es sind die einzelnen Teile, die bei uns mit Aufmerksamkeit, Vorsicht und zahlreichen Tätigkeiten von Hand erschaffen, angepasst, sortiert und zusammengesetzt werden. Es ist die Erfahrung mehrerer Jahrzehnte, die es erfordert hat, eine Technologie zu entwickeln und anzupassen, welche die Natur repräsentiert. Es ist die fortlaufende Forschung unter Einbeziehung substantiiertes Wissen, welche es ermöglicht, unser Produkt als „einzigartig“ zu bezeichnen. Es ist das Zeichen unserer Verantwortung, unserer Selbstbestimmung, unserer Integrität. Denn das machen wir. Alles und noch Vieles mehr. Damit wir Ihnen eine Umgebung frei von belastenden Umwelteinflüssen ermöglichen.



# Unsere Produkte in der Übersicht

Mehr als zwei Jahrzehnte Forschungs- und Entwicklungsarbeit stecken in jedem einzelnen Produkt. Wir fertigen unsere memonizer am Unternehmensstandort Rosenheim und versenden unsere Produkte von hier aus in die ganze Welt.

## Inhalt Produkte

**memonizer** für zu Hause  
und Ihren Arbeitsplatz ..... 88 - 99

**memonizer** für die  
digitale Kommunikation ..... 90

**memonizer** für Fahrzeuge ..... 91

**memonizer** für unterwegs  
und Ihr Workout ..... 92 - 94

**memonizer** für Tiere ..... 95

**memonizer** für Ihr Wasser ..... 96 - 97







Mit der Erfahrung aus über zwei Jahrzehnten. Made in Germany. Für Ihr Wohlbefinden.



### **memonizerCOMBI**

*Unser Basisgerät als Stecker-Variante für die Steckdose*

Ob zu Hause oder am Arbeitsplatz – die Belastungen durch Elektromog und Feinstaub sind immens gestiegen und nehmen Tag für Tag weiter zu. Als praktische Steckervariante sorgt der memonizerCOMBI für natürliche Verhältnisse in Ihrem Zuhause und an Ihrem Arbeitsplatz, indem er die negativen Auswirkungen von Elektromog kompensiert und für reine Luft in Innenräumen sorgt.

Foto: memon



Elektromog



Feinstaub



Geomagnetfeld

# 8

## VORTEILE DER MEMON TECHNOLOGIE

### 1 memonizer NEUTRALISIEREN NEGATIVE UMWELTEINFLÜSSE

Sie kompensieren die negativen Auswirkungen von Elektromog, schaffen reine Luft in Innenräumen und renaturieren Wasser.

### 2 memonizer WIRKEN NATÜRLICH

Sie basieren auf den Grundprinzipien der Natur. Grundlage der memon Technologie bilden die Erkenntnisse aus der Bionik, deren Prinzip es ist, Phänomene aus der Natur in den Bereich der Technologie zu übertragen.

### 3 memonizer WIRKEN GANZHEITLICH

Sie wurden für den Einsatz im direkten Lebensumfeld der Menschen entwickelt: Zu Hause, am Arbeitsplatz, unterwegs, in Gewerbe- und öffentlichen Räumen. Die umfangreiche memon Produktpalette deckt ein breites Einsatzspektrum ab.

### 4 memonizer SIND ZELL-BIOLOGISCH GEPRÜFT

Die wissenschaftliche Forschung des Zellbiologen Professor Dr. rer. nat. Peter C. Dartsch zeigt, dass die Einwirkung von Mobilfunkstrahlung (weit unterhalb der Grenzwerte) die Zellvitalität massiv schädigt und dass dieser negative Effekt durch den Einsatz der memonizer kompensiert wird (siehe auch Seite 66-67).

## memonizer für zu Hause und Ihren Arbeitsplatz



### memonizerCOMBI

*Unser Basisgerät als Variante für den Stromzähler oder die Hauptstromleitung*

Auch als Variante für den Stromzähler oder die Hauptstromleitung sorgt der memonizerCOMBI für natürliche Verhältnisse in Ihrem Zuhause und an Ihrem Arbeitsplatz, indem er die negativen Auswirkungen von Elektromog kompensiert und für reine Luft in Innenräumen sorgt.



### memonizerSUN

*Die spezielle Lösung für Photovoltaikanlagen*

Der memonizerSUN kommt bei Photovoltaikanlagen und deren Elektroinstallationen in Wohngebäuden, Industriebauten, Landwirtschaft und Gewerbeanlagen zum Einsatz.



Die Elektromogbelastung wird immer größer – egal, wo wir uns aufhalten. Deshalb gibt es die memonizer für jeden Lebensbereich: für zu Hause, unterwegs und den Arbeitsplatz.

### HINWEIS

Um die für Ihren Bedarf passenden Größen und Produktvarianten zusammenzustellen, beraten wir Sie gerne individuell und persönlich. Rufen Sie uns gerne an unter **+49 8031 402 200** oder schreiben Sie eine Mail an **service@memon.de**





**memonizerWLAN**

*Die intelligente Lösung für WLAN-Router und Repeater*

Das Basisgerät für Ihr Zuhause und Ihr Unternehmen ist der memonizer COMBI. Da jedes WLAN-Gerät (Router, Repeater und Smart-Home-Produkte wie ALEXA) ein zusätzliches Störfeld darstellt, ist es wichtig, diese Geräte zusätzlich mit dem memonizerWLAN auszustatten.



**memonizerHEATING**

*Die spezielle Lösung für wasserbetriebene Heizungssysteme und Fußbodenheizungen*

Die Installation ist in Gebäuden mit wasserbetriebenen Fußbodenheizungen und in Gewerbebetrieben erforderlich. Zusätzlich ist die Installation für Wohngebäude geboten, wenn Produktions- oder Fabrikhallen in sogenannte Loft-Wohnungen oder Büros umgebaut wurden.

**5 memonizer BASIEREN AUF DEM NEUESTEN STAND DER FORSCHUNG**

Grundlage sind wegweisende Erkenntnisse aus der Quanten- und Biophysik. memonizer schaffen wieder ein natürliches Umfeld, in dem der Mensch optimal regenerieren kann und die Belastungen durch Elektromog kompensiert werden.

**6 memonizer SIND MEHRFACH WISSENSCHAFTLICH GETESTET**

Immer mehr Forscher beschäftigen sich mit der memon Technologie. Sie haben die memonizer in Forschungsreihen getestet und ihren positiven Effekt auf den menschlichen Organismus bestätigt (siehe auch S. 66-67).

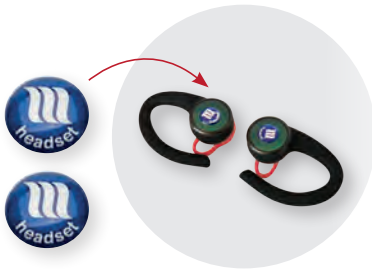
**7 memonizer BEGEISTERN KUNDEN WELTWEIT**

memonizer werden in Deutschland gefertigt und seit mehr als zwei Jahrzehnten weltweit eingesetzt. Sie begeistern inzwischen hunderttausende Kunden in nahezu allen Lebensbereichen: zu Hause, unterwegs, beim Sport, am Arbeitsplatz, ...

**8 memonizer SIND ANWENDERFREUNDLICH**

Sie sind für jede Größe und jeden Bedarf skalierbar und lassen sich zu Hause/im Unternehmen/am Arbeitsplatz einfach und ohne baulichen Eingriff installieren bzw. am Handy sowie an vielen weiteren mobilen, digitalen Geräten anbringen – ohne die Funktionsfähigkeit der Geräte einzuschränken.

# memonizer für die digitale Kommunikation



## memonizerHEADSET

*Für kabellose Kopfhörer und Bluetooth-Headsets*

Für alle, die gerne mit kabellosen Kopfhörern oder Headsets telefonieren oder Musik hören, wurde der memonizerHEADSET entwickelt. Er ist einzeln oder als 2er Set erhältlich und selbstklebend – für eine einmalige Anbringung.



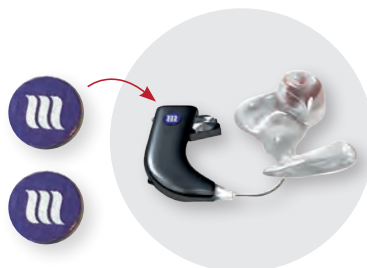
Kommunikation findet inzwischen meist digital statt. Doch überall, wo es funkt, entsteht auch Elektromog.



## memonizerWIRELESS

*Die spezielle Lösung für kabellose Tastatur, Maus, Controller, Babyphone und vieles mehr*

Digitales Zubehör und kabellose Geräte erleichtern uns den Alltag – erzeugen aber auch Elektromog. Deshalb gibt es den memonizer WIRELESS. Er ist ideal für kabelloses technisches Zubehör geeignet.



## memonizerHEARING AID

*Die filigrane Lösung für Hörgeräte*

Hörgeräte werden immer raffinierter – und damit auch immer kleiner. Speziell dafür wurde der memonizer HEARING AID geschaffen. Er ist so klein, dass er an den meisten handelsüblichen Hörgeräten angebracht werden kann.

## Unsere spezielle Lösung für den Einzelarbeitsplatz



## memonizerWORKSTATION

Am Arbeitsplatz sind wir oft einer besonders hohen Strahlenbelastung ausgesetzt. Der memonizerWORKSTATION wurde für den Einsatz am Arbeitsplatz in Räumen bzw. Gebäuden entwickelt, die nicht mit dem Basisgerät – dem memonizer COMBI – ausgestattet sind.



# memonizer für Fahrzeuge



NEU



## memonizerCAMPER

Das optimale All-in-One-Produkt für Ihre Reise mit dem Wohnmobil/Wohnwagen

Der memonizerCamper kompensiert die negativen Auswirkungen elektromagnetischer Strahlung im Innenraum Ihres Wohnmobils/Wohnwagens, bis hin zu dessen Photovoltaikanlage. Mit dem memonizerCAMPER haben Sie auch unterwegs ein renaturiertes Raumklima, in dem Sie sich optimal erholen können.



Auch unterwegs sicher und entspannt mit dem memonizerCAMPER.

## WUSSTEN SIE SCHON?



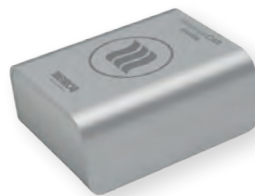
Die Zunahme an Elektrosmog in Autos ist signifikant. Schon in einem durchschnittlichen Auto sind rund **8.000 Meter Kabel** und mehr verbaut, außerdem bis zu **60 Mikroprozessoren** sowie unzählige kleine Motoren und Sender. Zusätzlich verfügt nahezu jedes Fahrzeug über kabellose Kommunikationstechnik wie GPS, Bluetooth und Spracherkennung. Dadurch sind Autos inzwischen fahrende Hightech-Stationen mit einer enormen Elektrosmogbelastung auf kleinstem Raum. In E-Autos ist die Belastung um ein Vielfaches höher.



## memonizerCAR, memonizerE-CAR, memonizerBUS

Der memonizerCAR ist die intelligente Lösung für Ihr Fahrzeug

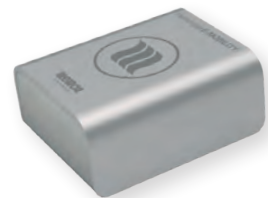
Je nach Größe und Antriebsart des Fahrzeugs gibt es den memonizerCAR in vier verschiedenen Varianten: Für PKW(S), für Kleinbusse, für Elektro- und Hybridfahrzeuge (L), für Busse, LKW und Liner (XL).



## memonizerCAR media

Gehört in jedes Auto und ergänzt den memonizerCAR

Der memonizerCAR media wurde für die Mediaanlage in Kraftfahrzeugen und als Ergänzung zum memonizerCAR entwickelt, um die zusätzlichen Belastungen durch Multimediaetechnik (Bluetooth, WLAN, GPS, Radar etc.) zu kompensieren.



## memonizerE-MOBILITY

Die passende Lösung für elektrische Kleinfahrzeuge

Für elektrische Kleinfahrzeuge aller Art gibt es den memonizer E-MOBILITY. Er eignet sich zum Beispiel für den elektrischen Rollstuhl, Segways, E-Scooter, Roller und vieles mehr.

# memonizer für unterwegs und Ihr Workout



## memonizerBODY classic

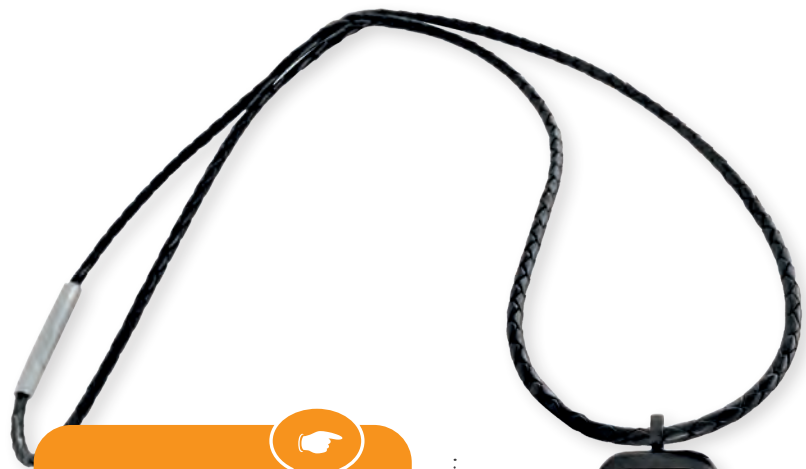
*Der klassische Begleiter für unterwegs*

Den memonizerBODY classic gibt es in vielen verschiedenen Farben und Varianten.

Erhältliche Farben:



Weiß Grau Anthrazit Blau Grün Rot Lila Braun



## HINWEIS



Alle **memonizerBODY** und der **memonizerBODY pendant** haben die gleiche Wirkung. Der **memonizer BODY** wird wie ein Armband getragen. Er ist ein wichtiger Begleiter für unterwegs und auf Reisen, aber auch für den Aufenthalt in Räumen bzw. Gebäuden, die nicht mit dem Basis-Produkt – dem **memonizerCOMBI** – ausgestattet sind.



## memonizerBODY pendant

*Das perfekte Accessoire für sie und ihn*

Der memonizerBODY pendant wird wie eine Halskette getragen. Die hochwertige Oberfläche des Anhängers ist mit Diamond Like Carbon beschichtet und besticht optisch durch eine hochwertige, eloxierte Oberfläche.



## memonizerBODY classic diamond

*Der besonders edle Begleiter für unterwegs*

Der memonizerBODY classic diamond ist ein echter Hingucker und mit funkelnden Steinen besetzt, die in schwarz oder weiß erhältlich sind. Das Armband und die edle Schließe gibt es in verschiedenen Farben und Größen.

Erhältliche Farben:



Weiß Grau Anthrazit Blau Grün Rot Lila Braun



## memonizerBODY sport

*Der besonders robuste Begleiter für Sport und Freizeit*

Der memonizerBODY sport ist die sportliche Variante der memonizerBODY-Serie und hält bei jeder Sport- und Freizeitbeschäftigung mit.

Erhältliche Farben:



Weiß Schwarz



## memonizerBODY style

*Der extravagante Begleiter für jede Lebenslage*

Für Individualisten und alle, die etwas Besonderes wollen: Der farbenfrohe memonizer BODY style ist in unterschiedlichen Farben erhältlich.

Erhältliche Farben:



Rot Orange Türkis



Auch unterwegs und  
beim Sport immer auf  
der sicheren Seite –  
mit den memonizern.





# memonizer für unterwegs und Ihr Workout



## memonizerMOBILE

*Unverzichtbar für jedes Handy, Tablet, Notebook und jedes kabellose Telefon*

Immer mehr mobile Geräte und Anwendungen erleichtern uns den Alltag. Doch damit steigt auch die Belastung durch Elektromog immens. Deshalb gibt es den memonizerMOBILE. Er passt ideal für alle mobilen Geräte wie Handys, Smartphones, Tablets, iPads, DECT-Telefone, E-Book-Reader wie Kindle, Notebooks, Laptops etc.

Erhältliche Farben:



Weiß Grau Schwarz



Digitale Geräte wie das Smartphone haben wir inzwischen immer dabei. Die memonizer kompensieren die negativen Auswirkungen, die vom jeweiligen digitalen Gerät ausgehen.



## memonizerEARPHONE

*Die spezielle Lösung für Apple AirPods*

Der memonizerEARPHONE wurde speziell für die kabellosen Apple AirPods entwickelt. Er ist besonders filigran und wird direkt auf den Hals der Apple AirPods aufgeschoben.



**ÜBRIGENS:**  
Den memonizerFOOD gibt es auch in der XXL-Variante für Ihre Lebensmitteleinkäufe und den Kühlschrank.

## memonizerFOOD

*Immer dabei – zur Optimierung von Lebensmitteln*

Viele Lebensmittel sind mit Schadstoffen belastet. Der memonizerFOOD wurde entwickelt, um Lebensmittel zu optimieren. In der praktischen Kreditkartengröße ist der memonizerFOOD ideal für unterwegs, z. B. fürs Restaurant. Teller mit Speise oder Gefäß mit Getränk für mindestens eine Minute auf die Karte stellen.





Auch Tiere spüren die Auswirkungen von Umweltbelastungen.

## memonizer für Tiere



### memonizerHORSE

*Der ideale Begleiter für Ihr Pferd*

Pferde reagieren besonders sensibel auf Umwelteinflüsse. Der memonizerHORSE ist ein wichtiger Begleiter für unterwegs, im Freien oder für den Aufenthalt in Bereichen, die nicht mit memon ausgestattet sind. Er ist einfach am Halfter oder an der Mähne anzubringen.



### memonizerWATCH

*Für Smartwatches und Fitnessstracker*

Smartwatches und Fitnessstracker sind clevere Begleiter im Alltag, erzeugen aber auch Elektromog. Deshalb gibt es den memonizer WATCH. Er eignet sich für den dauerhaften Einsatz an Smartwatches, Fitnessstrackern und Funkuhren aller Art und wird direkt am Armband angebracht.



### memonizerDOG

*Der ideale Begleiter für Ihren Hund*

Der memonizerDOG wurde für den Aufenthalt Ihres Hundes in Gebäuden und Räumen entwickelt, die nicht mit dem Basis-Gerät – dem memonizerCOMBI – ausgestattet sind. Ideal zum Gassigehen sowie für Reisen (z.B. im Flugzeug, bei Bahnfahrten etc.). Der memonizer DOG wird direkt am Halsband getragen.

Erhältliche Farben:



Grau Blau Grün Rot



### memonizerDOG steel

*Der besonders robuste Begleiter für Ihren Hund*

Der memonizerDOG steel ist die robuste Alternative zum memonizerDOG für besonders lebhafteste Hunde. Er wird direkt am Halsband befestigt.

# memonizer für Ihr Wasser



## memonizerBOTTLE

*Renaturiertes Wasser für unterwegs*

Mindestens zwei Liter Wasser sollte jeder Erwachsene täglich trinken – am besten natürliches, qualitativ hochwertiges Wasser, also renaturiertes memon Wasser. Damit das auch unterwegs kein Problem ist, gibt es den memonizerBOTTLE. Damit haben Sie frisches, renaturiertes Wasser immer dabei.



## memonizerCARAFE

*Renaturiertes Wasser  
jederzeit griffbereit*

Genießen Sie jederzeit und überall renaturiertes Wasser – ob am Esstisch oder während der Arbeit am Schreibtisch.

Wasser ist unser wichtigstes Lebenselixier. Deshalb ist natürliches, unbelastetes Wasser das Beste für uns.



### INFO

Wir schreiben **Umweltschutz** groß: Das Material der **memonizerBOTTLE & CARAFE** besteht aus biologischem Kunststoff auf Basis von Zuckerrohr bzw. Mais, ist kompostierbar nach ISO 13432 und natürlich BPA-frei.



## memonizerWATER

*Renaturiertes Leitungswasser im ganzen Haus*

Der memonizerWATER wird an der Wasserleitung ohne technischen Eingriff in das Leitungssystem angebracht. Für ein komplettes Gebäude ist ein memonizer ausreichend. Dieser wird an der Hauptwasserleitung, z.B. im Keller, installiert. Verwendbar für Trink- und Brauchwasserinstallationen in Häusern, Wohnungen und anderen Gebäuden sowie Industrie- und Spezialanwendungen.





MEHR INFOS ÜBER  
RENATURIERTES WASSER



### memonizerFLATWATER

*Renaturiertes Leitungswasser  
aus dem Wasserhahn*

Der memonizerFLATWATER wird in Wohnungen, Hotelzimmern, im Wohnmobil oder Wohnwagen eingesetzt. Er wird am Wasserhahn oder am Kaltwasser-Absperrhahn ohne technischen Eingriff angebracht. Einfach aufdrehen und renaturiertes Wasser genießen.

## WUSTEN SIE SCHON?



Der menschliche Körper besteht **zu mehr als 70 % aus Wasser**. Deshalb ist Wasser für uns überlebenswichtig und übernimmt in unserem Körper jede Menge wichtige Aufgaben. Es versorgt unsere Zellen mit **Sauerstoff, Mineralstoffen und Spurenelementen** und transportiert Giftstoffe aus unserem Körper. Wird die natürliche Struktur des Wassers zerstört, z.B. durch Elektromog, kann das Wasser seine Aufgaben in unserem Körper nicht mehr vollständig erfüllen. Die memon Technologie ermöglicht es, die natürliche Struktur von Wasser wiederherzustellen und sorgt so für renaturiertes Wasser. Die Wasserqualität ist vergleichbar mit frischem Quellwasser.



### memonizerWATERFILTER

*Die spezielle Filterlösung für  
Leitungswasser, als Ergänzung  
zum memonizerWATER*

Der memonizerWATERFILTER eignet sich für Wasserinstallationen in Gebäuden jeglicher Art wie private Haushalte, Hotels, Kliniken, Pflegeeinrichtungen etc.



### memonizerWATERBOX plus

Der memonizerWATERBOX plus vereint die grobstoffliche Reinigung und die Renaturierung von Wasser und kombiniert den memonizerWATERFILTER mit der memonizerWATERBOX.

memonizerWATERBOX

## HINWEIS



Um die für Ihren Bedarf passenden Größen und Produktvarianten zusammenzustellen, beraten wir Sie gerne individuell und persönlich. Rufen Sie uns gerne an unter **+49 8031 402 200** oder schreiben Sie eine Mail an **service@memon.de**

# Immer up to date – bleiben Sie informiert





Hintergründe,  
News, wissenschaftliche  
Studien und mehr rund um  
Elektrosmog gibt es bei der  
Fachvereinigung „Kompe-  
tenzinitiative zum Schutz  
von Mensch, Umwelt  
und Demokratie“:  
**kompetenzinitiative.  
com**

Sie möchten mehr darüber  
erfahren, wie sich Elektrosmog,  
Feinstaub und belastetes  
Wasser auf Ihr Wohlbefinden  
auswirken und wie die memon  
Technologie wirkt? Dann besu-  
chen Sie unsere kostenfreien  
Vorträge in Ihrer Nähe oder  
online. Übrigens: Unsere Online-  
Vorträge sind jederzeit abrufbar,  
auch als Kurzversion.



Für alle, die ihr Wissen über die  
Auswirkungen von Elektrosmog,  
Feinstaub und belastetem Was-  
ser noch weiter vertiefen und er-  
fahren möchten, wie sich memon  
auf Mensch und Tier auswirkt:



„Die memon  
Revolution“ von  
Ferry Hirschman



„Achtung  
Wasser“ von  
Bernd Bruns

Sie möchten wissen,  
welche Erfahrungen andere  
mit memon gemacht haben?  
Aus den zahlreichen positiven  
Zuschriften und Erfahrungs-  
berichten ist sogar ein  
Buch entstanden:



„Ab jetzt  
gesünder“ von  
Tilo Rößler

Genaues  
über die wissenschaft-  
lichen Grundlagen und das  
physikalische Grundprinzip der  
memon Technologie finden Sie hier:



„Studien zum wissenschaft-  
lichen Verständnis der  
Funktions- und Wirkungs-  
weise der memon-  
Technologie“ von  
Arnim Bechmann  
(Band 1 bis 3)

## IMPRESSUM

**Herausgeber der „renature“:**  
memon bionic instruments GmbH  
Oberaustraße 6a, 83026 Rosenheim  
www.memon.eu  
Telefon: + 49 (0) 80 31 / 402 200  
E-Mail: media@memon.eu

**REDAKTION:** Melanie Mörtlbauer  
**LAYOUT:** Nina Deubzer  
**DRUCK:** F&W Druck- und  
Mediencenter GmbH



## HINWEIS

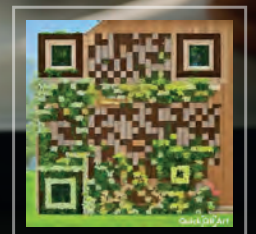
Aufgrund gesetzlicher Bestimmungen sind wir zu folgen-  
dem Hinweis verpflichtet: Die hier vorgestellte Techno-  
logie entspricht (wie beispielsweise die Homöopathie, die  
Bioresonanz, Bereiche der Akupunktur) nicht umfassend  
der schulwissenschaftlichen Auffassung und Lehrmein-  
ung. Wirkungen und Effekte der Produkte wurden in Ver-  
fahren, Tests und Studien reproduzierbar getestet und be-  
legt. Hierauf bauen die Aussagen zu den Wirkungen der  
Produkte auf. Der Einsatz der memon Produkte beinhaltet  
keine Therapie und ersetzt nicht die Konsultation eines  
Arztes oder Heilpraktikers.





Unsere Vision bei twic.garden® ist es einen Lebensraum zu schaffen, der unsere Gesundheit fördert, uns schützt, und die Natur respektvoll mit Ihrem zuhause verbindet

[twicgarden.com](https://twicgarden.com)



Explore more - QR Code

**memon**<sup>®</sup>  
BIONIC INSTRUMENTS

[memon.eu](http://memon.eu)