

Forschungsprojekt MenoSupportAustria

*Ergebnisse der ersten österreichweiten Befragung
zum Thema Wechseljahre am Arbeitsplatz*

Prof. Dr. Andrea Rumler, Julia Memmert, HWR Berlin

5.9.2024



Hochschule für
Wirtschaft und Recht Berlin
Berlin School of Economics and Law

wechsel^{WECHSELWEISE.NET}
weise

MenoSupport Austria

- Untersuchung des Erlebens der Wechseljahre im Arbeitskontext
- Evaluation des Einflusses der Wechseljahre auf Arbeitsfähigkeit und Karriere
- Herausstellen hilfreicher Unterstützungsmöglichkeiten für Frauen in den Wechseljahren am Arbeitsplatz



Wechseljahre am Arbeitsplatz – Online-Befragung

- Replikation der deutschlandweiten Befragung im Rahmen des Forschungsprojekts MenoSupport (www.ifaf-berlin.de/projekte/menosupport)
- Bereinigte Stichprobe: 1720 Teilnehmerinnen
- Erhebungszeitraum: 01/2024 – 03/2024
- Themen:
 - Wissen über die Wechseljahre
 - Persönliche Erfahrungen mit den Wechseljahren
 - Auswirkungen der Wechseljahre auf die Arbeit und auf Karriereentscheidungen
 - Persönliche Bewältigungsstrategien und Präferenzen
 - Bestehende BGM-Maßnahmen am Arbeitsplatz



Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
6. Emotionales Wohlbefinden
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
6. Emotionales Wohlbefinden
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



Demografische Daten der Stichprobe

[Weiblich, in Österreich lebend und innerhalb der letzten 5 Jahre in einem Angestelltenverhältnis]



52,8%
vollzeitbeschäftigt

40,2%
teilzeitbeschäftigt



46% Hochschulabschluss

24,4% Matura

11,6% abgeschlossene Lehre

10,2% Berufsbildende
mittlere Schule ohne Matura



n=1720

[38 - 74 Jahre]

Mittelwert = 52 Jahre

Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. **Wissensstand der Befragten**
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
6. Emotionales Wohlbefinden
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



Wissensstand – Selbsteinschätzung

„Wie schätzen Sie Ihr Wissen über mögliche Symptome und Auswirkungen der Wechseljahre ein?“

	% der Befragten
sehr gering	1,9%
eher gering	5,1%
mittelmäßig	28,5%
eher gut	42,1%
sehr gut	22,4%
Gesamt	100,0%

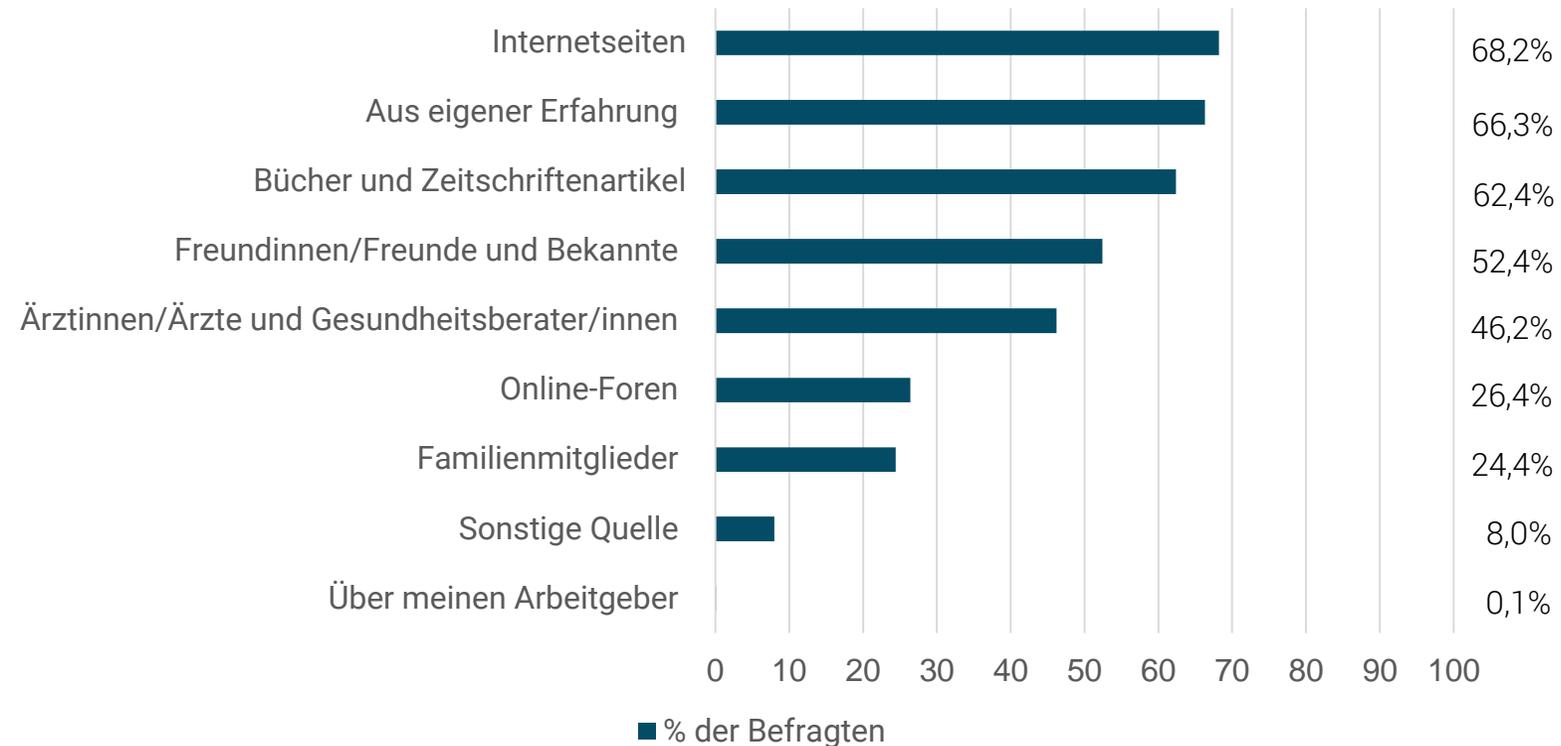
n=1720



Wissensquellen zum Thema Wechseljahre

„Woher stammt Ihr Wissen über die Symptome und Auswirkungen der Wechseljahre?“
(Mehrfachantworten möglich)

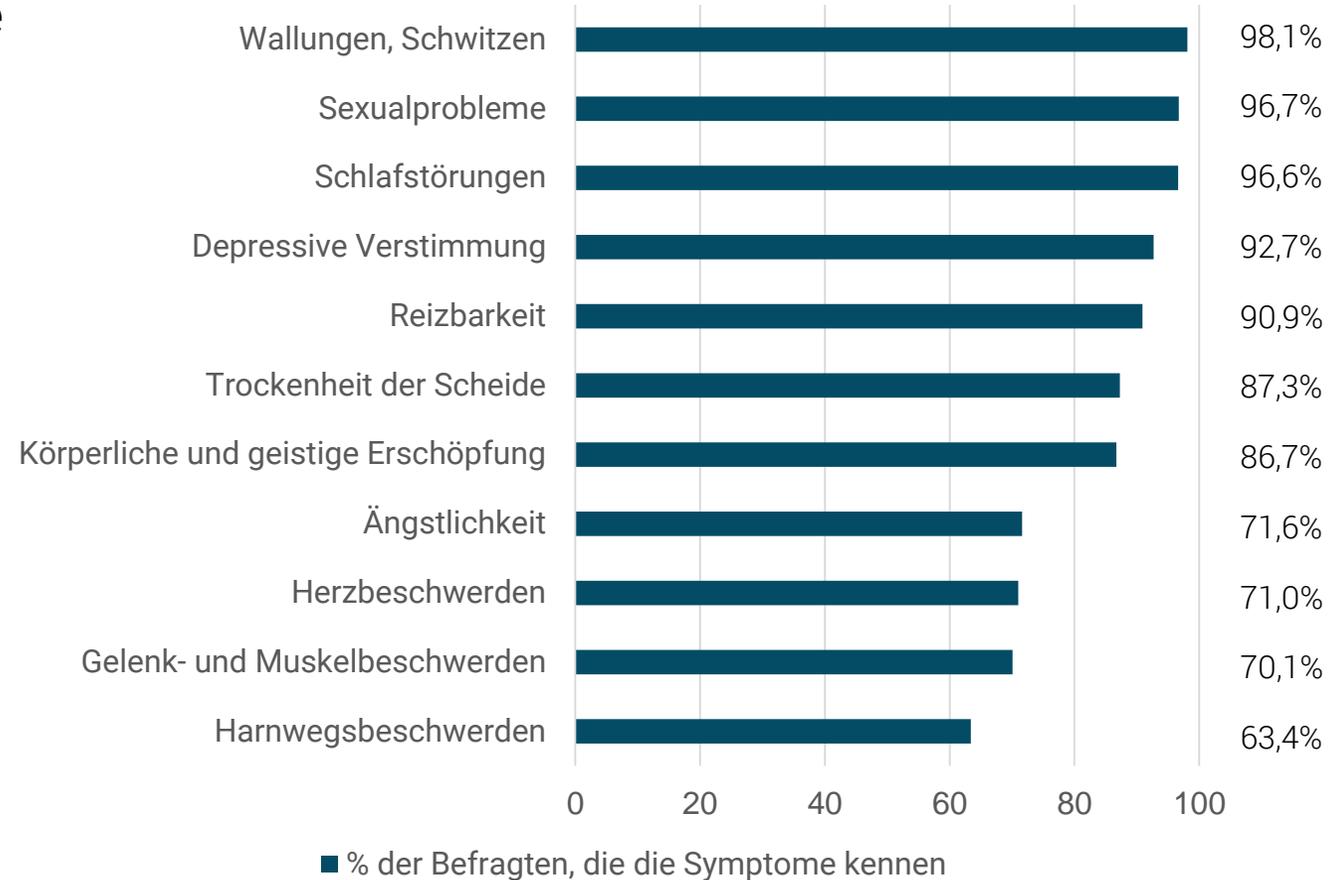
n=1720



Wissen über mögliche Wechseljahressymptome

„Wissen Sie, dass nachfolgende Beschwerden Symptome der Wechseljahre sein können?“
(Mehrfachantworten möglich)

[Abfrage der Symptome der Menopause Rating Scale, n=1720]



Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
6. Emotionales Wohlbefinden
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



Arbeitsumfeld

„Mein (letzter) Arbeitgeber bietet (/bot) mir ein Umfeld, das mich im Prozess der Wechseljahre unterstützt.“

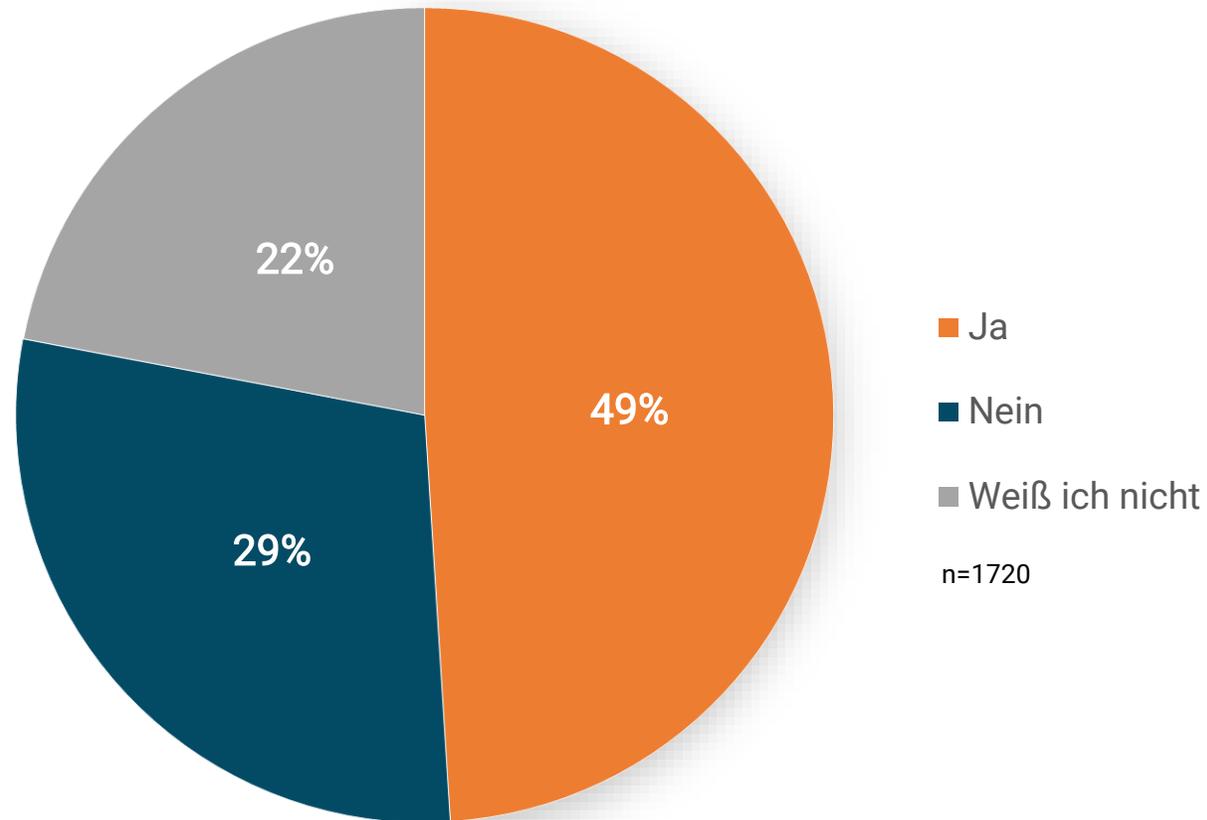
	% der Befragten
Stimme überhaupt nicht zu	36,8%
Stimme eher nicht zu	23,0%
Teils / teils	24,0%
Stimme eher zu	12,3%
Stimme voll und ganz zu	3,9%
Gesamt	100,0%

n=1720



Wechseljahre – Tabuthema am Arbeitsplatz

„Würden Sie sagen, dass das Thema Wechseljahre an Ihrem Arbeitsplatz (/Ihrem letzten Arbeitsplatz) ein Tabuthema ist?“



Kommunikation – Häufigkeiten

„Wie häufig wird über das Thema Wechseljahre an Ihrem Arbeitsplatz gesprochen?“

	% der Befragten
nie	39,8%
selten	33,1%
gelegentlich	24,6%
oft	2,3%
immer	0,1%
Gesamt	100,0%

n=1720



Kommunikation – Präferenzen

„Ich wünsche mir eine offene Kommunikation zum Thema Wechseljahre am Arbeitsplatz.“

	% der Befragten
Stimme überhaupt nicht zu	3,4%
Stimme eher nicht zu	5,8%
Teils / teils	25,9%
Stimme eher zu	28,7%
Stimme voll und ganz zu	36,2%
Gesamt	100,0%

n=1720



Ergebnisse

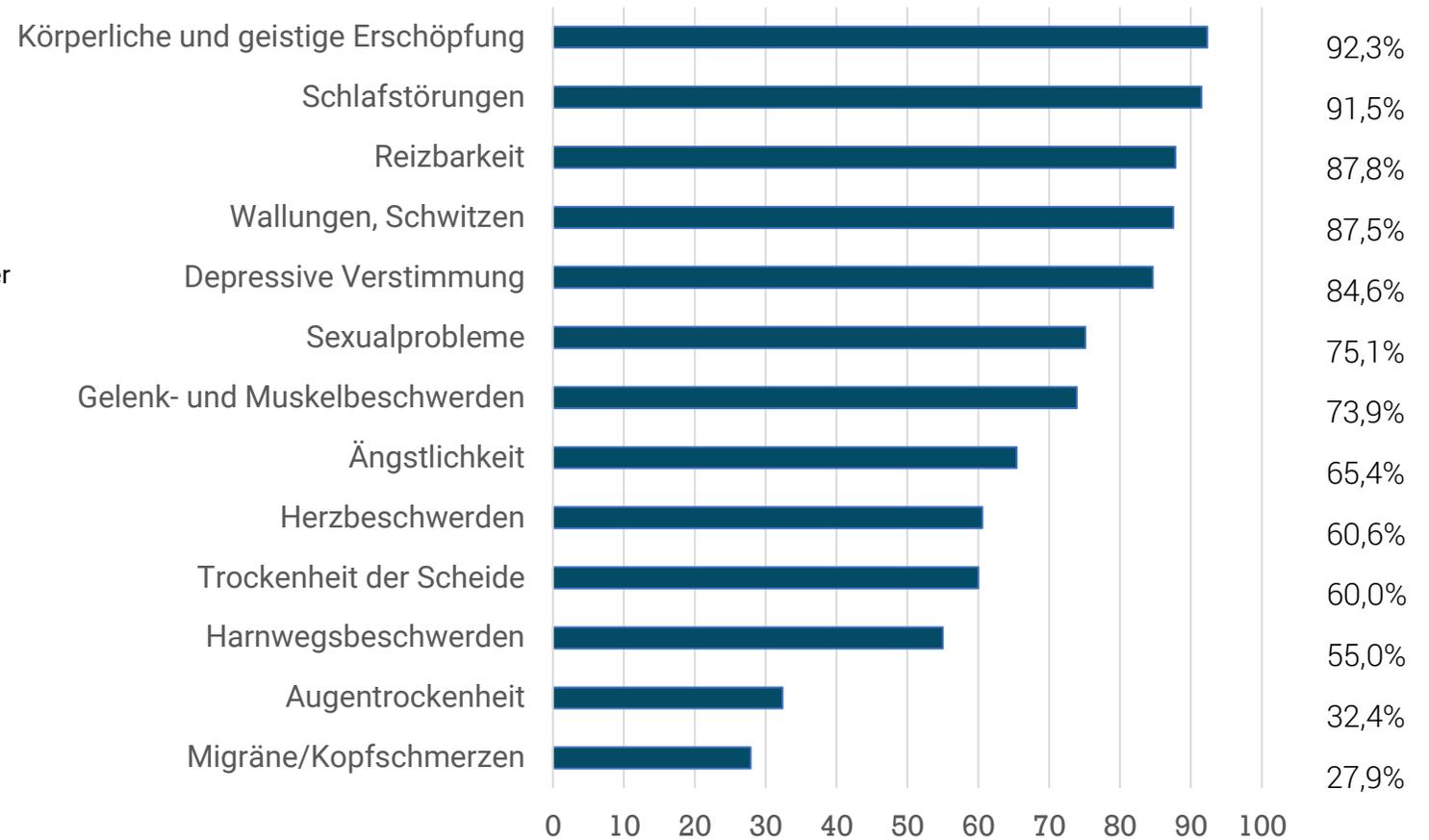
1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
6. Emotionales Wohlbefinden
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



Wechseljahressymptome

„Welche der nachfolgenden Wechseljahresbeschwerden haben Sie persönlich bereits erlebt?“
(Mehrfachantworten möglich)

[Abfrage der Symptome der Menopause Rating Scale und zwei weiterer Symptome (Augentrockenheit, Migräne/Kopfschmerzen), n=1612]



■ % der Befragten, die die Symptome erlebt haben

Symptome und Beeinträchtigung am Arbeitsplatz

„Wurden oder werden Sie an Ihrem Arbeitsplatz durch die folgenden Wechseljahresbeschwerden beeinträchtigt?“ (Mehrfachauswahl möglich)

„Bitte kreuzen Sie jede Beschwerde an, die Sie am Arbeitsplatz negativ beeinflusst hat.“

- Körperliche und geistige Erschöpfung (71,4%)
- Schlafstörungen (61,9%)
- Wallungen, Schwitzen (58,5%)
- Reizbarkeit (50,1%)
- Depressive Verstimmung (40,6%)

Top 5

- Gelenk- und Muskelbeschwerden (33,9%)
- Migräne/Kopfschmerzen (23,7%)
- Augentrockenheit (25,5%)
- Ängstlichkeit (22,6%)
- Herzbeschwerden (20,9%)
- Harnwegsbeschwerden (13,2%)
- Trockenheit der Scheide (2,6%)
- Sonstiges Symptom (6,3%)

n=1594



Einfluss auf die Arbeitsfähigkeit

„In welcher Art und Weise haben Ihre Wechseljahressymptome Ihre Arbeitsfähigkeit beeinflusst?“ (Mehrfachauswahl möglich)

- Ich konnte mich weniger gut konzentrieren (66,4%)
- Ich habe mich gestresster gefühlt (64,1%)
- Ich war ungeduldiger/gereizter gegenüber anderen (45,5%)
- Ich hatte weniger Selbstbewusstsein bezüglich meiner Fähigkeiten (32,2%)
- Ich hatte psychische Probleme (z.B. depressive Verstimmungen, Ängste) bei der Ausübung meiner Tätigkeit (29,5%)
- Ich hatte physische Probleme (z.B. Schmerzen, Unwohlsein) bei der Ausübung meiner Tätigkeit (25,2%)
- Die Wechseljahre haben meine Arbeit nicht beeinflusst (10,6%)
- Die Wechseljahre haben meine Arbeit verbessert (1%)

n=1594

Top 4



Einfluss auf die Arbeitsfähigkeit (Deutschland 2023)

„In welcher Art und Weise haben Ihre Wechseljahressymptome Ihre Arbeitsfähigkeit beeinflusst?“ (Mehrfachauswahl möglich)

- Ich konnte mich weniger gut konzentrieren (74,3%)
- Ich habe mich gestresster gefühlt (73,8%)
- Ich war ungeduldiger/gereizter gegenüber anderen (50%)
- Ich hatte weniger Selbstbewusstsein bezüglich meiner Fähigkeiten (38%)
- Ich hatte psychische Probleme (z.B. depressive Verstimmungen, Ängste) bei der Ausübung meiner Tätigkeit (31,7%)
- Ich hatte physische Probleme (z.B. Schmerzen, Unwohlsein) bei der Ausübung meiner Tätigkeit (27,5%)
- Die Wechseljahre haben meine Arbeit nicht beeinflusst (5,7%)
- Die Wechseljahre haben meine Arbeit verbessert (0,8%)

n=1923

Top 4

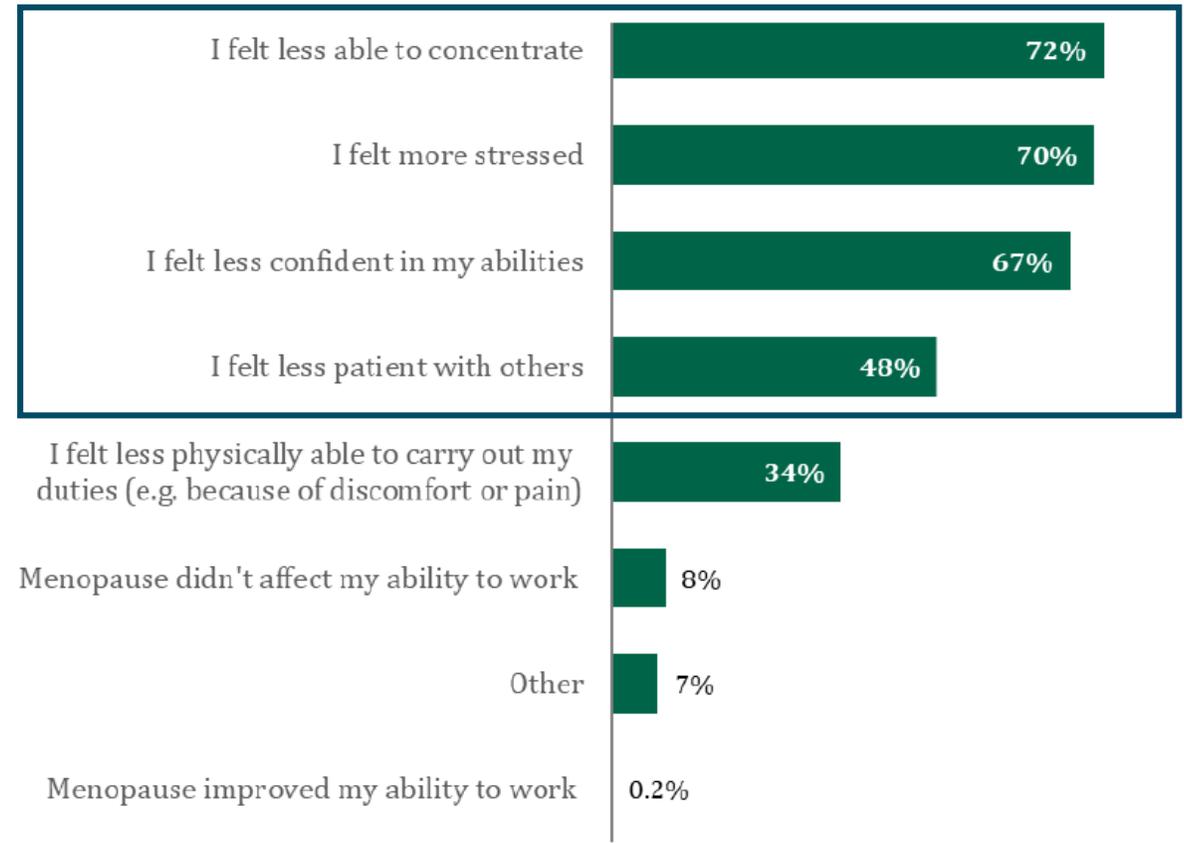


Einfluss auf die Arbeitsfähigkeit (UK 2021)

Ähnliche Ergebnisse in Österreich, Deutschland und Großbritannien zum Effekt der Wechseljahressymptome auf die Arbeitsfähigkeit

Quelle: House of Commons - Women and Equalities Committee. (2022). *Menopause and the workplace survey results*. (Hinweis: psychische Probleme wurden, anders als in den Befragungen in Österreich und Deutschland, in der britischen Studie nicht mit abgefragt)

5. In what way did your menopause symptoms affect your ability to work?



n=2161

Einfluss auf die Arbeitsfähigkeit – O-Töne aus der Befragung (I)

„In welcher Art und Weise haben Ihre Wechseljahressymptome Ihre Arbeitsfähigkeit beeinflusst?“ [offene Frage]

*Meine körperliche und geistige
Leistungsfähigkeit hat rapide
abgenommen*

*Ich habe mir Sachverhalte nicht mehr
merken können, bin vergesslicher
geworden*

*Ich konnte aufgrund der Schlafstörungen
irrsinnig schwer aufstehen und war
weniger leistungsfähig*

*Durch Schlaflosigkeit sind Nachtdienste
sehr anstrengend*



Einfluss auf die Arbeitsfähigkeit – O-Töne aus der Befragung (II)

„In welcher Art und Weise haben Ihre Wechseljahressymptome Ihre Arbeitsfähigkeit beeinflusst?“ [offene Frage]

Die Muskelschmerzen und auch die Konzentrationsschwierigkeiten haben meine Fähigkeit in meinem Beruf als Musikerin sehr beeinträchtigt

Starker Leistungsabfall – ich schaffte meine Arbeit in gewohnter Geschwindigkeit und Qualität nicht mehr

Langes Sitzen im Büro verursacht Schmerzen

Ich war vollkommen unvorbereitet auf die teilweise explosiven Blutungen, die sehr unregelmäßig gekommen sind - auch in der Arbeit



Einfluss auf Bewältigung des Arbeitspensums

„Haben Ihre Wechseljahressymptome jemals Einfluss darauf genommen, wie Sie ihr Arbeitspensum bewältigen?“ [offene Frage]

Wichtige genannte Themen:

- Mehr Zeit für das gleiche Arbeitspensum zu benötigen
- Veränderung der Pausengestaltung
- Veränderung der Arbeitszeiten oder des Zeitmanagements
- Veränderung der Einstellung (Mehr Selbstfürsorge/ Gelassenheit/ sich nicht unter Druck setzen lassen)
- Vermehrt im Home Office zu arbeiten
- Sich mehr abzugrenzen
- Jobwechsel/ Kündigung durch Arbeitnehmerin
- Reduzierung der Arbeitszeit
- Selbstständigeres Arbeiten



Einfluss auf Bewältigung des Arbeitspensums – O-Töne aus der Befragung (I)

„Haben Ihre Wechseljahressymptome jemals Einfluss darauf genommen, wie Sie ihr Arbeitspensum bewältigen?“ [offene Frage]

Mehr Pausen zu machen, aber somit wird es am Abend später bis ich meine Stunden erreicht habe

Arbeitspensum wird um die Beschwerden herum strukturiert (Home Office, Gleitzeit)

Lernen umzudenken und nicht überall ja zu sagen. Die Erkenntnis, dass ich mich jetzt anders aufstellen muss und nicht vollständig verausgaben darf

Ich gebe mir mehr Zeit für meine Aufgaben, damit ich mich nicht gestresst fühle



Einfluss auf Bewältigung des Arbeitspensums – O-Töne aus der Befragung (II)

„Haben Ihre Wechseljahressymptome jemals Einfluss darauf genommen, wie Sie ihr Arbeitspensum bewältigen?“ [offene Frage]

Ich habe meine Arbeitszeit von 100% auf 90% gekürzt

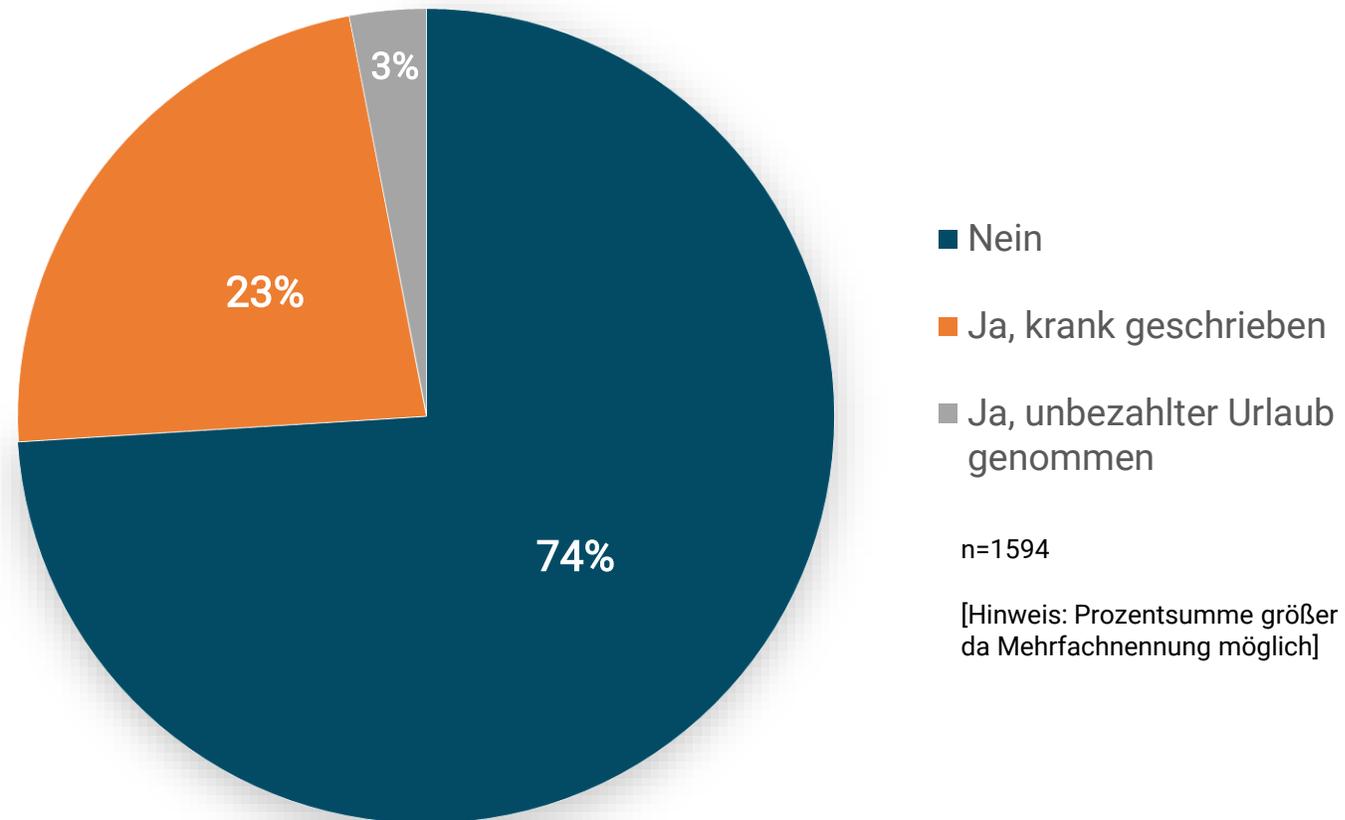
Meine Projektleitung abzugeben

Mehr Stunden arbeiten, da es im täglichen Ablauf viel zu laut war, um sich konzentrieren zu können. Daher Verschiebung der Aufgaben und Überstunden

Ich muss mich mehr anstrengen, um mein Arbeitspensum zu schaffen

Krankschreibungen und unbezahlter Urlaub

„Waren Sie auf Grund von Wechseljahressymptomen schon einmal krankgeschrieben oder haben unbezahlten Urlaub genommen?“ (Mehrfachauswahl möglich)



Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
- 5. Karriereentscheidungen**
6. Emotionales Wohlbefinden
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



Einfluss auf Karriereentscheidungen – alle Befragte

„Haben Wechseljahressymptome schon einmal Einfluss auf Entscheidungen bzgl. Ihres beruflichen Werdegangs gehabt?“ (Mehrfachauswahl möglich)

- Nein, bisher nicht (59,5%)
- Ja, Stunden zu reduzieren (20,8%)
- Ja, eine Auszeit von der Arbeit zu nehmen (15,2%)
- Ja, die Stelle zu wechseln (12,5%)
- Ja, früher in den Ruhestand zu gehen (8,3%)
- Ja, auf anderes (5,7%)
- Ja, Beförderung auszuschlagen (4,1%)
- Ja, Stunden zu erhöhen (2,4%)
- Ja, Beförderung anzunehmen (1%)
- Ja, später in den Ruhestand zu gehen (0,1%)

n=1594



Einfluss auf Karriereentscheidungen – Alter > 55 J.

„Haben Wechseljahressymptome schon einmal Einfluss auf Entscheidungen bzgl. Ihres beruflichen Werdegangs gehabt?“ (Mehrfachauswahl möglich)

- Nein, bisher nicht (58,9%)
- Ja, Stunden zu reduzieren (22,1%)
- Ja, eine Auszeit von der Arbeit zu nehmen (13,3%)
- Ja, die Stelle zu wechseln (8,8%)
- Ja, früher in den Ruhestand zu gehen (14,4%)
- Ja, auf anderes (6,2%)
- Ja, Beförderung auszuschlagen (2,8%)
- Ja, Stunden zu erhöhen (2,3%)
- Ja, Beförderung anzunehmen (0,8%)
- Ja, später in den Ruhestand zu gehen (0,6%)

n=353



Einfluss auf Karriereentscheidungen – O-Töne aus der Befragung (I)

„Haben Wechseljahressymptome schon einmal Einfluss auf Entscheidungen bzgl. Ihres beruflichen Werdegangs gehabt?“ [offene Frage]

Ich habe überlegt vorzeitig in den Ruhestand zu gehen, es aber aus finanziellen Gründen nicht gemacht

Weniger Überstunden zu machen

Interessante aber sehr intensive Projekte auszuschlagen

Fühlte mich nicht mehr gewachsen, ich erwog sogar die Kündigung

Einfluss auf Karriereentscheidungen – O-Töne aus der Befragung (II)

„Haben Wechseljahressymptome schon einmal Einfluss auf Entscheidungen bzgl. Ihres beruflichen Werdegangs gehabt?“ [offene Frage]

*Ich überlege Stunden zu reduzieren
oder die Stelle zu wechseln*

*Ich traue mir weniger zu und bleibe
in meinem Job, obwohl ich
unterfordert bin*

*Mir einen Job zu suchen, den ich
überwiegend im Homeoffice
erledigen kann*

*Ich denke darüber nach das
Aufgabengebiet komplett zu ändern*

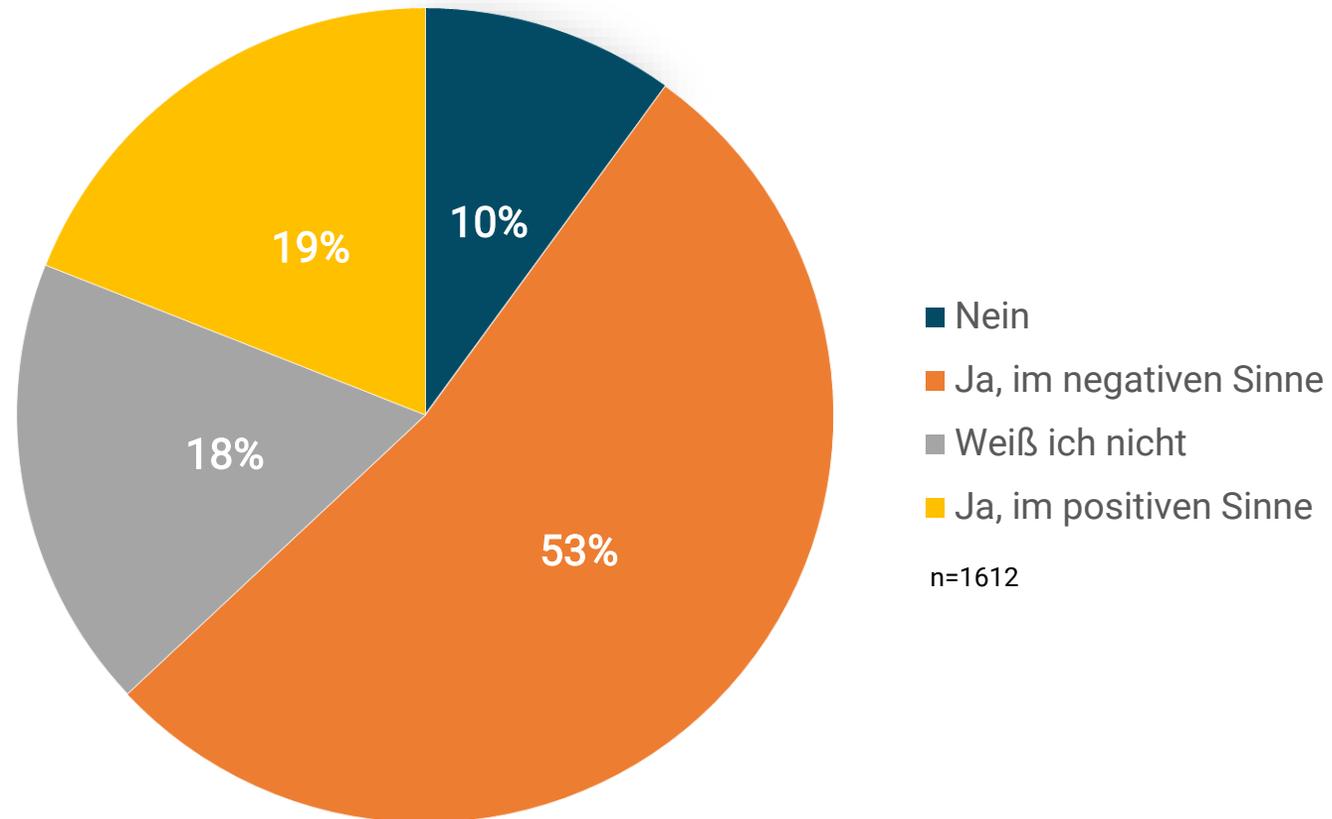
Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
- 6. Emotionales Wohlbefinden**
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



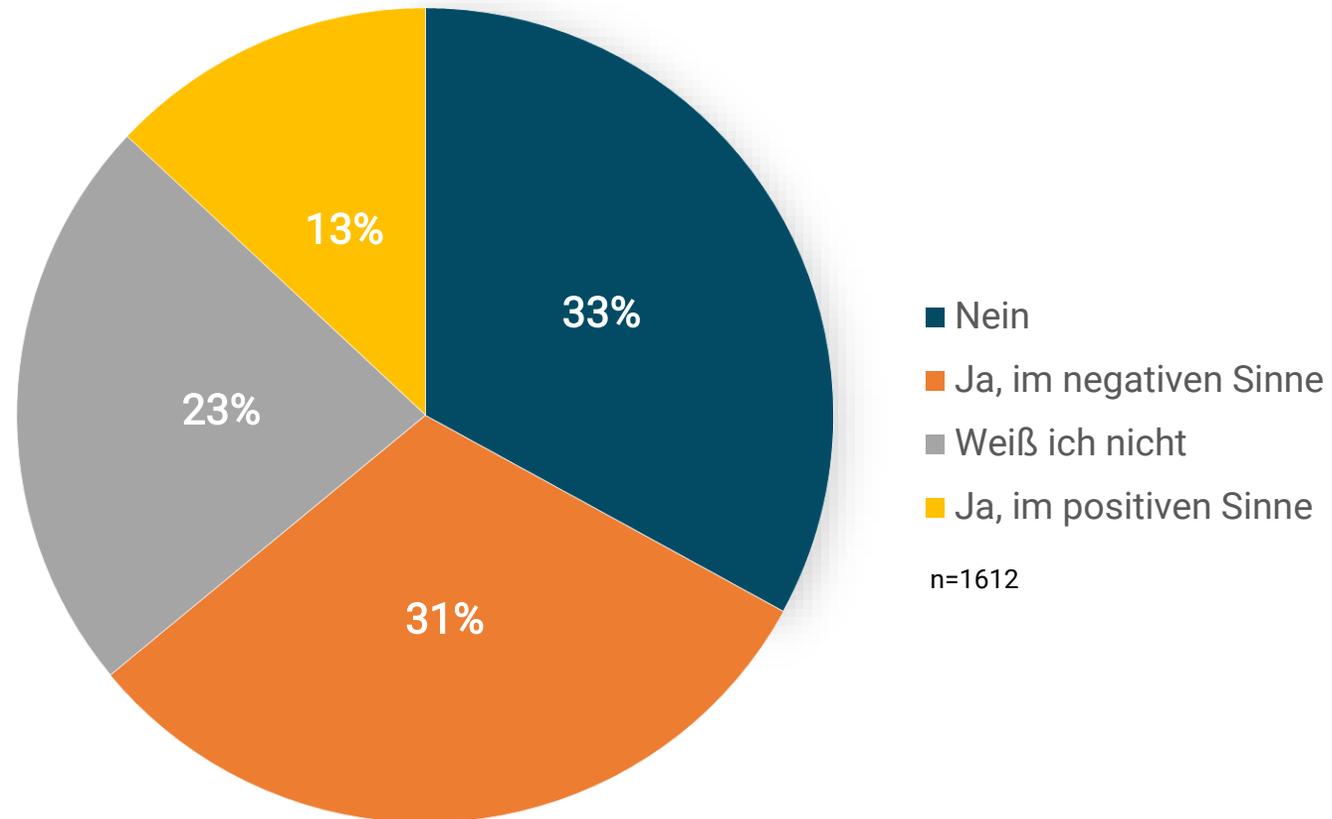
Wechseljahre und Emotionen (1)

„Waren oder sind die Wechseljahre für Sie ein emotionaler Prozess?“



Wechseljahre und Emotionen (2)

„Beeinflusst Ihre emotionale Erfahrung der Wechseljahre Ihre Arbeit?“



Emotionales Wohlbefinden

- 47,5% fühlen sich mit dem Thema Wechseljahre am Arbeitsplatz allein gelassen*
- Für 42,6% der Befragten haben die Wechseljahre das Selbstwertgefühl negativ beeinflusst*
- 37,1% gehen offen mit sichtbaren Wechseljahresbeschwerden (z. B. Hitzewallungen und Schweißausbrüche) am Arbeitsplatz um**
- 22,9% befürchten, benachteiligt zu werden, wenn andere im Unternehmen wissen, dass sie Wechseljahresbeschwerden haben**
- 22% fühlen sich am Arbeitsplatz weniger wertgeschätzt als männliche Kollegen im gleichen Alter*
- 25,1% fühlen sich am Arbeitsplatz weniger wertgeschätzt als jüngere Kolleginnen*

* n=1612 ** n=1594



Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
6. Emotionales Wohlbefinden
7. **Bewältigungsstrategien**
8. Organisationale Unterstützung



Bewältigungsstrategien

„Haben Sie eine oder mehrere der folgenden Methoden zur Linderung Ihrer Wechseljahressymptome angewandt?“ (Mehrfachantworten möglich)

	% der Befragten
Sport	53,5%
Ärztliche Beratung	51,6%
Nahrungsergänzungsmittel	51,3%
Pflanzliche Heilmittel	51,1%
Ernährungsumstellung	33,8%
Yoga	33,4%
Entspannungstechniken	34,4%
Hormonersatztherapie	25,2%
Meditation	25,2%
Beckenbodengymnastik	22,0%
Physiotherapie	18,3%
Psychotherapie	17,9%
Homöopathie	17,0%
Chinesische Medizin/Akupunktur	12,7%
Aromatherapie	9,7%

n=1594

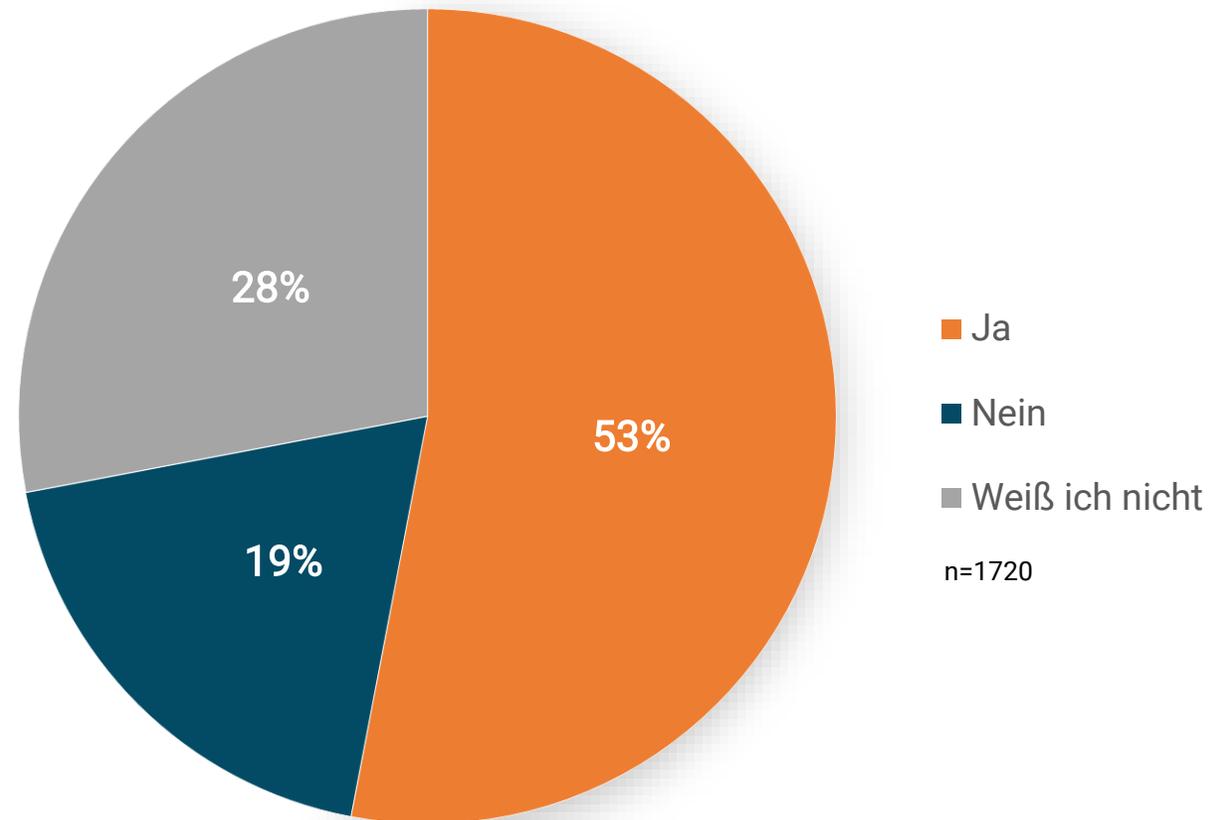
Ergebnisse

1. Demografische Daten
2. Wissensstand der Befragten
3. Arbeitsumfeld und Kommunikation
4. Beeinträchtigung im Arbeitskontext
5. Karriereentscheidungen
6. Emotionales Wohlbefinden
7. Bewältigungsstrategien
8. Organisationale Unterstützung



Organisationale Unterstützung

„Wünschen Sie sich Unterstützungsangebote von Ihrem Arbeitgeber zum Thema Wechseljahre?“



Verfügbare Unterstützungsangebote

„Welche der folgenden Maßnahmen zur Unterstützung in den Wechseljahren sind an Ihrem Arbeitsplatz verfügbar?“ (Mehrfachantworten möglich)

- Ermöglichen von Arbeit aus dem Homeoffice (43,5%)
- Besserer Zugang zu Sanitäreinrichtungen und Toilettenartikeln (37,3%)
- Klimatisierte Arbeitsplätze (37%)
- Flexible Arbeitszeitmodelle (36,4%)
- Flexible bzw. bedürfnisorientierte Gestaltung der Arbeitskleidung (28,5%)
- Austauschmöglichkeiten mit anderen Frauen im Unternehmen zum Thema Wechseljahre (21,2%)
- Flexible bzw. bedürfnisorientierte Organisation der Arbeitsaufgaben (16,1%)
- Offene Kommunikation zum Thema Wechseljahre (14,8%)
- Kurse zu Entspannungstechniken (14%)
- Betriebsärztliche Betreuung zum Thema Wechseljahre (6,5%)
- Sensibilisierung für das Thema Wechseljahre bei den Mitarbeitenden (6%)
- Sensibilisierung für das Thema Wechseljahre bei den Führungskräften (5,2%)
- Etablierung einer wechseljahresfreundlichen Arbeitskultur (4,9%)
- Informationsangebote zum Thema Wechseljahre (4,1%)
- Sportangebote speziell für Frauen in den Wechseljahren (3,2%)
- Psychologische Betreuung zum Thema Wechseljahre (3,8%)

n=1720



Hilfreiche Unterstützungsangebote

„Welche der folgenden Maßnahmen zur Unterstützung in den Wechseljahren würden Sie als hilfreich empfinden?“ (Mehrfachantworten möglich)

- Sensibilisierung für das Thema Wechseljahre bei den Führungskräften (72,2%)
- Flexible Arbeitszeitmodelle (70%)
- Etablierung einer wechseljahresfreundlichen Arbeitskultur (69,1%)
- Offene Kommunikation zum Thema Wechseljahre (68,1%)
- Sensibilisierung für das Thema Wechseljahre bei den Mitarbeitenden (67,5%)
- Betriebsärztliche Betreuung zum Thema Wechseljahre (64%)
- Sportangebote speziell für Frauen in den Wechseljahren (64%)
- Klimatisierte Arbeitsplätze (62,2%)
- Flexible bzw. bedürfnisorientierte Organisation der Arbeitsaufgaben (62,2%)
- Kurse zu Entspannungstechniken (62,1%)
- Informationsangebote zum Thema Wechseljahre (61,8%)
- Psychologische Betreuung zum Thema Wechseljahre (61,1%)
- Austauschmöglichkeiten mit anderen Frauen im Unternehmen zum Thema Wechseljahre (60,2%)
- Ermöglichen von Arbeit aus dem Homeoffice (56,7%)
- Besserer Zugang zu Sanitäreinrichtungen und Toilettenartikeln (37,7%)
- Flexible bzw. bedürfnisorientierte Gestaltung der Arbeitskleidung (32,3%)

n=972-1665 (berücksichtigt wurden Antworten der Befragten, bei denen das jeweilige Angebot nicht verfügbar war)



Hilfreiche Unterstützungsangebote

„Werden andere als die oben genannten Maßnahmen zur Unterstützung in den Wechseljahren angeboten bzw. würden Sie andere Maßnahmen als hilfreich empfinden?“ [offene Frage]

Wichtige genannte Themen:

- Anpassung/Optimierung der Arbeitsbelastung und/oder Arbeitszeit
- Ermöglichen von Ruhemöglichkeiten/Einrichtung von Ruheräumen
- Zusätzlicher Erholungsurlaub/bezahlte Freistellungen/mehr Urlaubstage
- Förderung einer gesunden Ernährung und Speiseplangestaltung in Kantinen
- Interne Beratungsangebote/Zuschüsse für externe Beratung
- Bedürfnisorientierte Gestaltung des Arbeitsplatzes



Hilfreiche Unterstützungsangebote – O-Töne aus der Befragung (I)

„Werden andere als die oben genannten Maßnahmen zur Unterstützung in den Wechseljahren angeboten bzw. würden Sie andere Maßnahmen als hilfreich empfinden?“ [offene Frage]

Mehr Erholungsurlaub bei gleichbleibendem Verdienst

Krankenstand nehmen können ohne schlechtes Gewissen

Arbeitszeitmodelle für Frauen in den Wechseljahren (ohne massive finanzielle Verluste!)

Gesundes und frisches Essen in den Kantinen

Hilfreiche Unterstützungsangebote – O-Töne aus der Befragung (II)

„Werden andere als die oben genannten Maßnahmen zur Unterstützung in den Wechseljahren angeboten bzw. würden Sie andere Maßnahmen als hilfreich empfinden?“ [offene Frage]

Höhenverstellbare Tische zur Entlastung der Gelenke/des Rückens

Austauschgruppen und Beratung

Rückzugsmöglichkeiten z.B.: einzelne Ruheräume oder Liegen, um kurz zu entspannen

Bessere Ausstattung der Sanitäreinrichtungen, um sich zwischendurch frisch zu machen

Kontakt

Prof. Dr. Andrea Rumler
Andrea.Rumler@hwr-berlin.de

Julia Memmert
Julia.Memmert@hwr-berlin.de

Infos zum Projekt:
www.blog.hwr-berlin.de/menosupportaustria