

**Städterwetter weltweit**

Ankara 13°	Mexiko-Stadt 26°
Athen 16°	Moskau 3°
Bogotá 20°	New York 10°
Buenos Aires 27°	Ottawa 2°
Canberra 32°	Prag 0°
Delhi 22°	Reykjavik -2°
Jakarta 30°	Stockholm -9°
Kiew 5°	Taipeh 17°
Las Palmas 21°	Tel Aviv 23°
Lissabon 13°	Wellington 22°

**Niederschlag**

Mittelland 0%	Jura 0%
Alpen 0%	Tessin 0%
Ostschweiz 5%	Romandie 0%

**Bergwetter**

	Wind	km/h	°C
3500 m	NO	10	-11°
2500 m	NO	10	-7°
1500 m	N	10	-4°
Nullgradgrenze			600 m
Schneefallgrenze			keine
Nebelobergrenze			keine

**Vor einem Jahr**

Tmin -0,8°	Tmax 3,4°
Niederschlag 0,0 mm	Sonnenschein 1 h

**Geburtstag**

Alice Cooper  
Charles Lindbergh

**Schadstoffe**

Ozon	gering
Feinstaub	gering
Stickoxide	gering

**Namenstag**

Andreas  
Christian  
Veronika

**Kalendarium**

	Aufgang	Untergang		
	heute	morgen	heute	morgen
Sonne	07.48	07.46	17.33	17.34
Mond	07.44	08.17	17.09	18.10

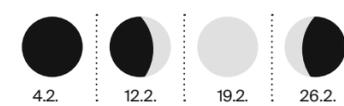
**Restwolken und Sonnenschein**

**Allgemeine Lage:** Über Südwest- und Mitteleuropa macht sich ein Hochdruckgebiet breit. Die Luft im Alpenraum wird dadurch effektiv abgetrocknet, einzig in den untersten Atmosphärenschichten hält sich anfangs noch ein wenig Restfeuchtigkeit.

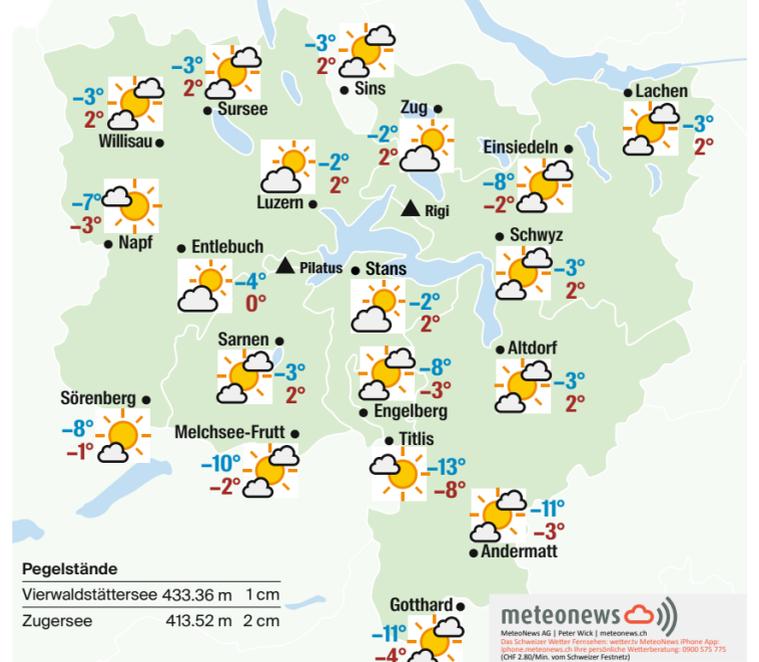
**Region:** Die neue Woche startet mit einem frostigen Montagmorgen, dazu gibt es noch einige Nebel- und Hochnebelfelder. Tagsüber setzt sich aber die Sonne durch, später kommen aus Nordwesten ein paar Schleierwolken hinzu. Das Quecksilber steigt am Nachmittag noch auf zarte Plusgrade.

**Aussichten:** Am Dienstagmorgen gibt es noch einige Wolkenfelder, dann setzt sich aber wieder rasch die Sonne durch. Der Mittwoch bringt lokal etwas Nebel, sonst ist es sonnig. Besonders in der Höhe wird es markant milder, die Nullgradgrenze steigt auf 2500 Meter.

**Mondphasen**



**Zentralschweiz**

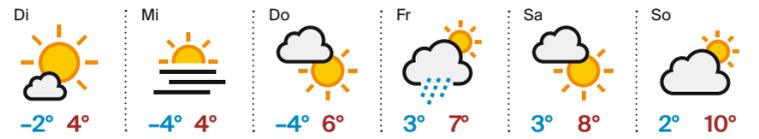


**Pegelstände**

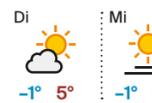
Vierwaldstättersee	433.36 m	1 cm
Zugersee	413.52 m	2 cm

**Tendenzen**

**Zentralschweiz**



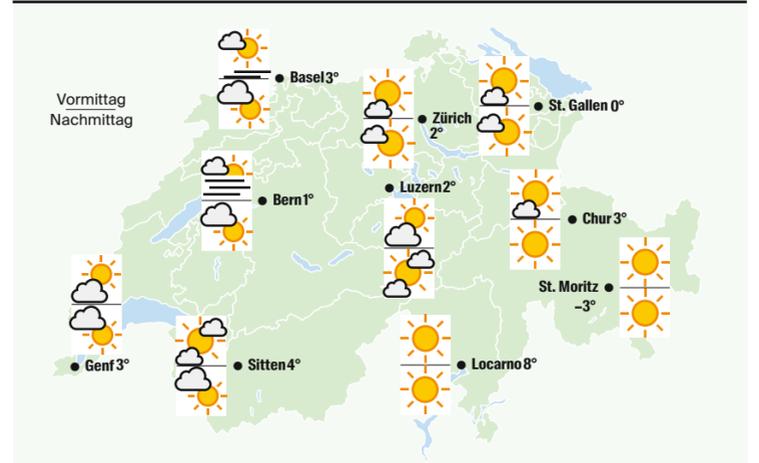
**Westschweiz**



**Südschweiz**



**Schweiz**

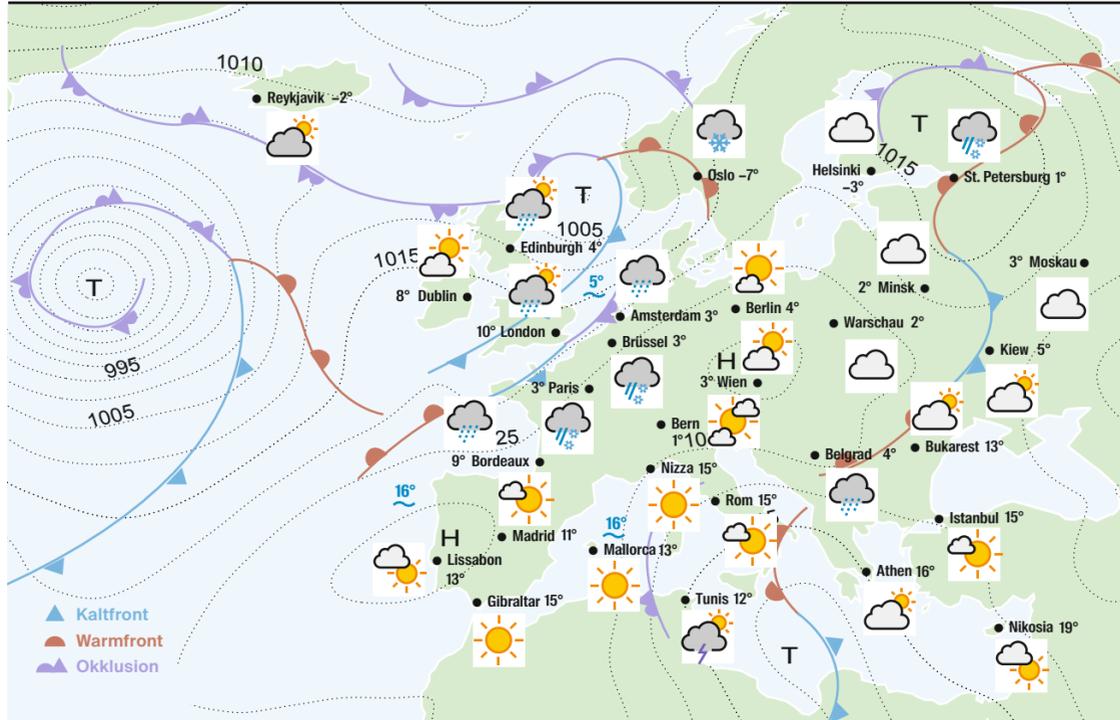


ANZEIGE

**Folgen Sie uns auf Instagram.**

luzernerzeitung.ch

**Europa**



**Ratgeber**

**Netzwerken: Wie überwinde ich meine Scheu?**

**Lebenshilfe** Ich muss aus geschäftlichen Gründen oft an Veranstaltungen teilnehmen, an denen ganz bewusst neue Kontakte geknüpft werden sollten. Ich gehöre eher zu den zurückhaltenden Typen. Wie gehe ich da am besten vor?

Wie ich Sie verstehe, geht es bei den erwähnten Veranstaltungen um erfolgreiches Netzwerken. Das macht in der Tat nicht jeder und jedem Spass. Allerdings sind diese Anlässe für gewinnbringendes Geschäft äusserst wichtig und auch effizient: Laut einer IBM-Studie werden aktuell zirka 80 Prozent aller Aufträge über Empfehlungen vergeben. Sie bleiben lieber im Hintergrund und treten eher nicht aktiv mit fremden Menschen in Kontakt. Wenn Gewohnheiten verändert werden müssen, fühlt sich das erst einmal seltsam an, und Unsicherheit macht sich breit. Wie viele andere Verhaltensweisen kann aber auch Netzwerken gelernt werden.

**Übung macht den Meister**

Je häufiger Sie an Netzwerkveranstaltungen teilnehmen und sich dort einbringen, umso sicherer werden Sie sich fühlen. Oft scheitern ungeübte Netzwerker an ihren eigenen (über-

höhten) Ansprüchen. Sie setzen sich selbst unter Druck und meinen, sie müssten möglichst viele Kontakte knüpfen. Das wirkt dann gestresst und unentspannt. Dabei ist Netzwerken wirklich keine so grosse Kunst. Beherzigen Sie folgende Tipps:

— Bereiten Sie sich auf die Veranstaltung vor. Überlegen Sie, welche Kleidung passend ist. Soll es der Anzug sein oder eher das entspannter wirkende Business-Casual-Outfit?

**Kurzantwort**

Auch beim Kontaktknüpfen gilt: Übung macht den Meister. Je häufiger man an Netzwerkveranstaltungen teilnimmt und sich dort einbringt, desto sicherer fühlt man sich dabei. Wichtig ist, sich auf die Veranstaltungen gut vorzubereiten und sich realistische, nicht überhöhte Ziele zu setzen. (ko)

— Gehen Sie mit einer positiven Grundeinstellung an die Veranstaltung. Motivieren Sie sich mit dem Gedanken, dass Sie spannende Kontakte knüpfen können, die nicht ausschliesslich von geschäftlichem Nutzen sein müssen.

— Setzen Sie sich Ziele. Mit wie vielen Teilnehmenden wollen Sie in Kontakt treten? Bleiben Sie aber realistisch: Weniger ist mehr.

— Visitenkarten sind die Währung an Netzwerkveranstaltungen. Halten Sie also Ihre Box mit den Karten in Griffnähe.

— Achten Sie auf Pünktlichkeit. Treffen Sie nach Möglichkeit einige Minuten vor Beginn der Veranstaltung ein. So können Sie in Ruhe ankommen und sich orientieren.

— Betreten Sie den Raum mit klar definiertem Ziel vor Augen. Peilen Sie das Buffet an und stellen Sie sich mit einem Getränk aus.

— Schauen Sie sich um, bei welcher Gruppe eine Lücke

besteht. «Docken» Sie dort an. — Stellen Sie kurz Blickkontakt her mit den Anwesenden und lächeln Sie freundlich. Lächeln ist der Eisbrecher Nummer eins. — Zeigen Sie Interesse, indem Sie aufmerksam zuhören, sich einbringen und Fragen stellen. Mit höflichen und zielgerichteten Fragen zeigen Sie den Gesprächspartnern, dass Sie sich für deren Anliegen interessieren.

**Erinnerungshilfe übergeben**

Überreichen Sie den Gesprächspartnern eine Visitenkarte, bevor Sie die Runde verlassen. An Netzwerkveranstaltungen ist es selbstverständlich, grosszügig zu verteilen. Das Wort «working» lässt erahnen, dass es durchaus anstrengend sein kann, Kontakte zu knüpfen. Bei Müdigkeit dürfen Sie selbstverständlich die Veranstaltung verlassen, wann immer Sie möchten. Haken Sie binnen 48 Stunden bei den neu erhaltenen

Kontakten nach. Erwähnen Sie, dass Sie sich über das Kennenlernen gefreut haben und sich gerne an das nette Gespräch zurückerinnern. Haben Sie in der Folge etwas Geduld. Netzwerken ist Säen – um irgendwann ernten zu können.



**Doris Pfyl**  
Knigge-Trainerin, Farb- und Modestilberaterin, Ausbilderin des Schweizer Fachverbands FSFM, www.imagemodestil.ch

**Suchen Sie Rat?**

Schreiben Sie an: Ratgeber, Luzerner Zeitung, Maihofstrasse 76, 6002 Luzern. E-Mail: ratgeber@luzernerzeitung.ch Bitte geben Sie bei Ihrer Anfrage Ihre Abopass-Nummer an.

ANZEIGE

**Mit dem AboPass mehr erleben und profitieren**

**AboPASS**  
abopassshop.ch