

## Kaufen ohne Verpackung

Als Folge unserer täglichen Einkäufe entstehen in der Regel beeindruckende Müllmengen. Das merken wir an unseren Mülleimern zuhause, aber auch global sind die Auswirkungen nicht mehr zu übersehen. In Linz hat nun der erste verpackungsfreie Supermarkt eröffnet. Ein Lokalaugenschein.

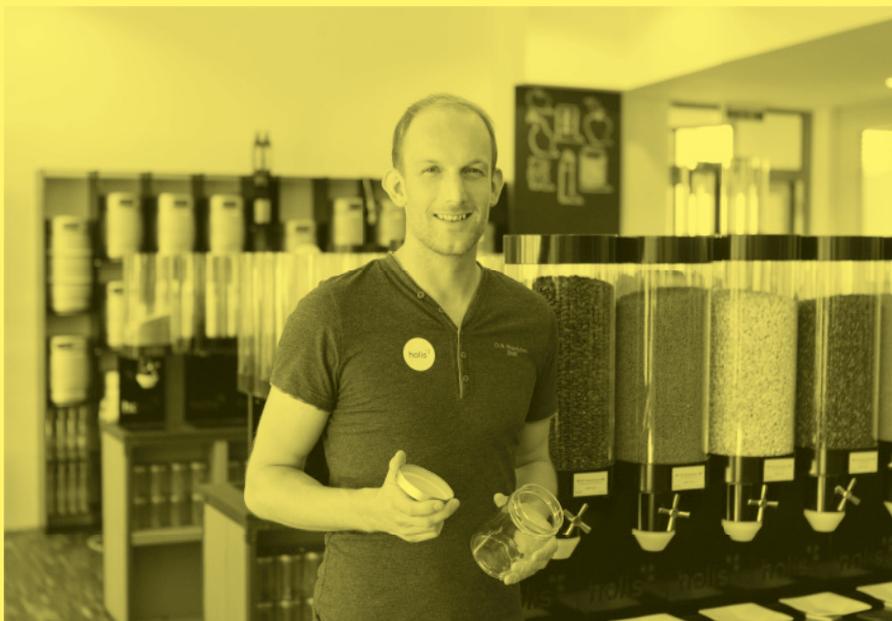


Foto: Wolfgang Lehner - Hausrigger Photography

Franz Seher, Geschäftsführer von Holis, in seinem verpackungsfreien Geschäft

Letztes Jahr war ich mit Freunden in Kroatien segeln. Am 4. Tag beschlossen wir, bei einem Landgang zu einer bekannten Badebucht zu wandern.

Die Insel empfing uns mit einem nach Harz duftenden Pinienwald. Bis auf ein paar Grillen war es herrlich still und an der Bucht angelangt erwartete uns ... ein plastikgewordener Alptraum. Aufgrund der Vorsaison war die Bucht noch nicht für die Badetouristen „hergerichtet“, sondern zeigte sich uns die brutale Müll-Realität: einzelne Plastikschuhe, schrumpelige Plastikbälle und vor allem leere, zum Teil löchrige Plastiksäcke und -flaschen aller Größen und Farben bedeckten den Strand. Ich hob einen

Plastiksack auf; er zerfiel unter meinen Fingern in winzige Teilchen. Wir gingen ein paar Minuten weiter, doch die Ansicht änderte sich nicht.

### Der Verpackungsalltag

Trotzdem ich sehr darauf achte, meine Stoff-Einkaufstaschen zu verwenden, möglichst loses Obst und Gemüse zu erwerben und ich mir einbilde achtsam und umweltorientiert zu leben, sammelt sich wöchentlich viel an Verpackungsmaterial an: Die Farfalle sind in blau bedruckten Plastiksackerln, die Linsen in orangefarbenen eingepackt. Der Bio-Brokkoli ist in der „Ich halte das Gemüse länger frisch“-Plastikfolie dick verpackt und wenn ich meine zwölf losen, abgewogenen

Äpfel auf das Förderband einer großen Supermarktkette lege, ist der Blick der Kassierin ebenso strafend, wie wenn ich den nassen Salat unverpackt aufs Band lege und ihr damit das Förderband und den Tag versauere. In beiden Fällen wird das erworbene Gut von besagter Kassierin trotz meiner Proteste in jeweils ein Plastiksackerl gepackt. Uff.

### Wegwerfen als Gesellschaftsausformung

Wir sind eine Wegwerfgesellschaft, wie es sie vorher noch nie gab: Jährlich fallen in der Europäischen Union 1,3 Milliarden Tonnen Abfälle an; jede/r EuropäerIn erzeugt pro Tag durchschnittlich ein Kilogramm Müll. >>

## Inhalt **Feb. 2016**

Kaufen ohne Verpackung . . . . .	1
Putzen für die Umwelt. . . . .	3
Meine Energie auf Sparkurs. . . . .	4
Superspartipp . . . . .	4
Tipps zum Immobilienkauf . . .	5
Schuhpflege . . . . .	5
So natürlich: Nahrungsergänzung von der Frühlingswiese . . . . .	6
LeserInnenspartipps. . . . .	7
In eigener Sache . . . . .	8

Allein die Verpackungen, die in Europa im Laufe eines Jahres weggeworfen werden, wiegen so viel wie 4.000 Eiffeltürme zusammen. Und dieser ist ja bekanntlich nicht in Leichtbauweise errichtet! Laut UNO-Berichten gelangen jährlich weltweit rund 6 Millionen Tonnen Kunststoffmüll in die Ozeane. Die Meeresschutzorganisation „Oceana“ schätzt, dass weltweit jede Stunde rund 675 Tonnen Müll direkt ins Meer geworfen werden, die Hälfte davon ist aus Plastik.

ker und Produkt-Designer eröffnete am 1.9.2015 den Holis-Markt in Linz. Das in einem ehemaligen Bankengebäude untergebrachte Geschäft in der Johann-Konrad-Vogel-Straße wurde durch Eigenkapital, Crowdfunding, Bund, Land und durch die Unternehmen Zotter und Sonnentor finanziert.

Auf der Homepage wird damit geworben, dass Holis Market der „erste verpackungsfreie Supermarkt in Linz (Oberösterreich)“ ist. Bei einem „Lo-

Diverse Öle, Essig und Säfte warten in Fässern darauf von KundInnen abgezapft zu werden.

90 % der Produkte sind biologischer Herkunft. Ebenso wird auf Regionalität geachtet.

Die Mehrwegbehälter, in welche die Produkte gefüllt und sodann selbstergewogen werden, stellt Holis zur Verfügung: zu einem Pfand pro Behälter von € 1,-. Dadurch kann der/die KonsumentIn genau die Menge an Lebensmitteln kaufen, die benötigt wird. Das Wegwerfen von Lebensmitteln gehört dadurch im besten Fall der Vergangenheit an. Die Preise entsprechen größtenteils jenen von Bio-Supermärkten.

### **Lecker schmausen statt wegwerfen**

Auch wird darauf geachtet, möglichst wenig Bio-Müll zu produzieren. Dies schafft der im Holis-Markt befindliche Imbiss, der nicht mehr ganz taufrische, aber noch gute Produkte zu leckeren vegetarischen oder auch veganen Gerichten verkocht und als Mittagsmenü anbietet.

Holis leitet sich vom Wort holistic / ganzheitlich ab und bietet zudem eine Online-Bestellplattform, Rezeptboxen sowie Ernährungsberatung an.

Weitere Infos finden Sie unter [www.holis-market.at](http://www.holis-market.at)

Eine Filmempfehlung zum Thema: „Plastic Planet“ von Werner Boote.



*Mag.ª Alexandra Köchle, Schuldnerberaterin, Juristin*



Foto: Wolfgang Lehner - Hausrigger Photography

### **Verpackungsfrei einkaufen spart Unmengen an Müll**

#### **Tod durch Müll**

267 verschiedene Tierarten fallen weltweit nachweislich dem Müll im Meer zum Opfer – darunter Schildkröten, Robben, Fische und Krebse. Jährlich verenden etwa 100.000 Meeressäuger qualvoll durch Müll, jedes Jahr sterben über eine Million Seevögel, wie zum Beispiel Albatrosse, die die Plastikteile irrtümlich als Nahrung zu sich nehmen und damit ihre Küken füttern.

#### **Eine mögliche Alternative**

Einer, der sich der Verpackungsdiktatur nicht mehr unterwerfen wollte, ist Franz Seher. Der gelernte Techni-

kaugenschein“ im Holis-Market werde ich von einer angenehmen Atmosphäre überrascht.

#### **Spender statt Verpackung**

Stehische aus Karton laden unter dem goldenen Deckenfresko zum Verweilen ein. Obst und Gemüse ist lose in Kisten drapiert.

Eine Vielzahl an weiteren Produkten, wie Nudeln, Reis, Erbsen, Mais, Couscous, ist in großen Spendern aufbewahrt. Es gibt Milchprodukte, Säfte und Alkoholika in Flaschen.

# Putzen für die Umwelt!

Wie gut sind selbstgemachte Putzmittel?  
Ein Praxistest.

Ich gestehe, ich kann manchmal einen richtigen Putzfimmel entwickeln. Wenn mein Kopf voll ist, entspannt es mich, bewaffnet mit Kübel und Reinigern Zimmer um Zimmer auf Vordermann zu bringen.

Bis vor kurzem fanden sich bei mir daher auch etliche verschiedene Putzmittel. Zwar habe ich immer versucht nicht mit den schärfsten Chemiekeulen gegen Schmutz, Flecken und Co. vorzugehen, aber als ökologisch konnte mein Tatendrang dann doch nicht bezeichnet werden.

Mein Ökogewissen suchte nach Alternativen. In dem Buch „DIY Putzmittel“ (siehe Medienecke) fand ich einen praxisnahen Ratgeber für selbst hergestellte Reinigungsmittel. Aber funktioniert das wirklich? Kann dem Schmutz mit einfachen biologischen Mitteln tatsächlich wirksam zu Leibe gerückt werden?

Ich war skeptisch und machte mich daran das zu erproben und in der Praxis zu überprüfen.

Seither beherbergt mein Putzschrank auch Natron, Waschsoda, Seifenflocken, Zitronensäure und Essigessenz. Aus diesen Zutaten besteht nämlich ein Großteil der selbstgemachten Reiniger. Seifenflocken werden aus der guten alten Kernseife hergestellt. Dazu die Seife einfach auf einer Küchenreibe grob reiben. Es gibt auch fertige Seifenflocken günstig zu kaufen, ich habe sie im Internet bestellt. Essigessenz und Zitronensäure findet sich in jedem Supermarkt. Waschsoda und Natron führt die Apotheke. Alle diese Artikel sind preislich günstig und halten eine Ewigkeit. Sie können daher auch preisgünstig in größeren Mengen gekauft werden. Auch das Zu-

sammenmischen der Rezepte ist keine Hexerei. Alte aufgebrauchte Behälter von Reinigern oder Sprühflaschen finden eine neue Bestimmung und werden mit den neuen Putzmitteln befüllt. Das spart noch dazu Plastikmüll. Zum Schluss noch ein schönes Etikett drauf und die eigene Reinigungslinie ist perfekt.



Foto: Rainer Sturm / pixelio.de

## Sauberkeit auch ohne Chemie

Meine Erfahrungen lassen sich so zusammenfassen:

Selbst gemachte Putzmittel: Wie bei ökologischem Shampoo oder Zahnpasten fehlt der Schaum, der das Gefühl von Sauberkeit vermittelt. Das ist aber eher Gewöhnung und hat nichts mit tatsächlicher Reinheit zu tun. Mit der Zeit gewöhnt man sich auch daran.

Nicht allzu stark verschmutzte Wäsche wasche ich regelmäßig mit meinem selbst hergestellten Waschmittel. Ab und zu lasse ich dann aber wieder ein herkömmliches Waschmittel an meine Wäsche, weil Buntwäsche so ihre Farbe besser behält und weiße Wäsche auch weiß bleibt. Das hat sich für mich bestens bewährt. Auch ist

mir der leichte Duft der beigefügten ätherischen Öle lieber als der oft aufdringliche Geruch herkömmlicher Mittel.

Fenster, Spiegel und andere Glasflächen mit Wasser und Essig zu putzen ist genau so effektiv wie ein normaler Glasreiniger.

Auch ein Spülmittel für den Handabwasch, das aus Waschsoda und Essigessenz besteht, verwende ich seither regelmäßig. (Rezept siehe Buchtipp)

Fazit: Selbstgemachte Reinigungsmittel schonen jedenfalls nicht nur die Umwelt, sondern auch die Geldbörse. Das selber Herstellen hat Spaß gemacht und es gibt ein gutes Gefühl zu wissen, aus welchen Zutaten die Mittel bestehen. Ausprobieren lohnt sich!

## Glasreiniger:

1 Tasse Wasser, 1 Tasse Essigessenz  
Zutaten in einer Sprühflasche miteinander vermischen.

## Waschmittel:

2-3 EL Kernseife, 2-3 EL Waschsoda, 1 Liter abgekochtes Wasser, ätherische Öle (z.B. Zitrone)  
Kernseife grob reiben und mit etwas heißem Wasser vermischen, Flocken gut auflösen. Waschsoda und das restliche Wasser dazu geben. Circa 15 Tropfen ätherisches Öl dazu mischen. Pro Waschgang reichen ca. 60 ml. Vor Gebrauch immer gut schütteln.



Katharina Malzer,  
Stv. Geschäftsführerin der SCHULDNERHILFE OÖ und  
Gründungsmitglied der Geizhalszeitung

# Meine Energie auf Sparkurs

„Energie geht nicht verloren“ hat ein Physiker festgestellt und das mag ja im Bereich der Naturwissenschaften gelten. In meinem Alltag stimmt das jedenfalls nicht. Ich wüsste nicht, wo meine Kräfte zwischengelagert wären, wenn ich erschöpft vom Einkauf in den Sessel sinke.

Genau diesen Zustand versuche ich zu vermeiden.

Ich bin eher klein geraten und schon immer hab ich mir Hilfsmittel ausgedacht, um meine Energie zu schonen.

Wenn eine Glühbirne zu tauschen ist, versuche ich erst gar nicht, auf Zehenspitzen da dran zu kommen – ich hole mir eine Leiter, die ist bei mir stets griffbereit. Die staubige Oberkante des Kastens hingegen verlangt nach einem Wischgerät mit langem Stiel, da kann ich mir das Aufstellen der Leiter ersparen. Auch unter den Möbeln sind langstielige Geräte hilfreich – das hat jetzt nichts mit meiner Körpergröße zu tun.

Die genormte Höhe der Arbeitsplatte in der Küche wurde für Größere berechnet, was dazu führt, dass ich mit erhobenen Armen Teig rühren müsste, aber: Frau Schlaumeier stellt die Schüssel ins Spülbecken.

Sollte das Dach des Autos mit Schnee bedeckt sein, ist der Küchenbesen dem üblichen Schneebeserl weit überlegen.

Aber es geht nicht nur um meine Körperkräfte, mit denen ich haushalte.

Auch meine psychische Belastbarkeit hat ihre Grenzen. Es ging mir zum Beispiel an die Substanz, wenn ich gezwungen war, mit dummen oder sturen Zeitgenossen zu verkehren.



Foto: HBLA für künstlerische Gestaltung Linz / Bittner, Hirth

*Es gibt im Alltag so manchen Energiesauger - Einkaufen zum Beispiel*

Engelsgleich bemühte ich mich einst, Argumente und einfache Gleichnisse ins Spiel zu bringen, um doch noch ein Aha-Erlebnis zu erzielen. Vergeblich! Das kostete Energie.

Mein Praxis orientierter Rat: Freundlich nickend das Weite suchen.

Ebenso anstrengend sind Leute, die zum Klagen geboren zu sein scheinen: Das Wetter, der/die VerkäuferIn, der/die BusfahrerIn sind Objekte endloser Beschwerden und dann geht es noch um den eigenen, beklagenswerten Gesundheitszustand, der sich wegen eines unfähigen Arztes/Therapeuten oder einer unfähigen Ärztin/Therapeutin verschlechtert hat.

Auch in diesem Energie raubenden Fall ist obiger Rat mit geringen Abweichungen hilfreich, vielleicht schafft man ja das „freundlich“ nicht immer.

Es wäre eine Verschwendung der eigenen Ressourcen zu versuchen, Erlebnisse mit freundlichen, hilfsbereiten, kompetenten, fähigen Vertretern der geschmähten Berufsgruppen anzuführen.

Seid also echte Geizhalse beim Verbrauchen eurer Energie und spart sie für nette Leute und gute Erlebnisse.



*Helga Herzog, Pensionistin, verheiratet und Mutter zweier Töchter, ehrenamtliche Mitarbeiterin der GHZ seit 1999*



Durch die Steuerreform weist der Lohnzettel 2016 ein sattes Mehr auf. Anstatt das Geld im Alltag zu verprassen, kann man dieses „Zusatz Einkommen“ gleich wegsparen. Das tut nicht weh, weil dieses Geld vorher auch nicht zur Verfügung stand. So schlägt man dem Motto „mehr verdienen = mehr ausgeben“ ein Schnippchen!

# Erfahrungen einer Leserin beim Immobilienkauf

Als begeisterte „Geizhalszeitungleserin“ möchte ich dieses Mal meine Tipps für zukünftige „Häuslbauer“ bzw. für den Immobilienkauf geben.

Für meine Familie und mich wurde im vergangenen Herbst ein lang ersehnter Wunsch wahr, nämlich der Kauf eines gebrauchten Hauses. Wir haben dafür sehr gerne! jahrelang auf Dinge verzichtet (z.B. teure Urlaube, Essen gehen, Markenkleidung...), Preise verglichen, viel selbst gemacht und vorwiegend auf Flohmärkten/in Secondhandläden eingekauft. Es hat sich gelohnt, die Freude ist nun sehr groß!

Trotzdem mussten wir ca. 20 % des Kaufpreises fremdfinanzieren (Hypothekendarlehen) und ich möchte meine Erfahrungen im Umgang mit den Banken, Notar,... schildern:

1. Verhandeln, verhandeln und nochmals verhandeln! Es lohnt sich! Durch die derzeitige Niedrigzinsphase kann man sich sehr viel Geld sparen, aber es ist ganz wichtig, den Effektivzinssatz (Zinsen inkl. Bearbeitungsgebühren) zu beachten! Weiters muss auch der

Aufschlag, den die Bank verrechnet, gut ausgehandelt werden. Mein Mann und ich haben mehrere Angebote, so gut es ging, verglichen, aber manche Bankinstitute „kaschieren“ sehr raffiniert den tatsächlichen Zinssatz. Es gilt daher: immer das „Kleingedruckte“ lesen! Es lohnt sich der Zeitaufwand, um sich im Nachhinein Ärger oder zusätzliche Kosten zu ersparen.

2. Bearbeitungskosten etc. beim Anwalt bzw. Notar lassen sich auch verhandeln. Fragen kostet nichts und die Vertragserrichtung kann bis zu 3 % des Kaufpreises betragen. Das können bei einem höheren Kaufpreis mehrere Tausend Euro sein!

3. Ein gut geführtes Haushaltsbuch und eine „ehrliche“ Jahreskalkulation über alle anfallenden Kosten innerhalb eines Haushaltes sind essenziell für die Budgetplanung beim Immobilienkauf. Man sollte die anfallende monatliche Kreditrate schon vorher

sparen können und auch ev. Veränderungen innerhalb der Familie berücksichtigen (z.B. Arbeitslosigkeit des Hauptverdieners, Unfall, Krankheit, Ausbildungskosten des Kindes etc.). Man weiß dann sofort, ob man sich den Kredit überhaupt leisten kann. Kreditkostenrechner gibt es im Internet bei jeder Bank, also unbedingt vor der Verhandlungsphase zu Hause in Ruhe berechnen!

4. Die Nebenkosten nicht vergessen, das sind ca. 10 % des Kaufpreises.

5. Die Immobilie muss nicht von Beginn an „perfekt“ eingerichtet sein. Man darf sich von den „Konsumfallen“ nicht verführen lassen. Zuerst sparen und dann kaufen! Sonst könnte der Haustraum zum Albtraum mutieren!

Ich wünsche allen, die diesen Schritt noch vor sich haben, alles Gute und viel Erfolg!

*Susanne Ortler-Selg, Leserin aus Salzburg*

## So bleiben Schuhe länger schön

### Hilfreiche Tipps von Meister Atteneder

- Schuhe vor dem Eincremen oder Imprägnieren immer staubfrei machen, sonst reibt man die feinen Partikel ins Leder hinein.
- Immer vorher imprägnieren, dann cremen.
- Schuhe im Materialmix nur mit Sprühpflege behandeln (funktioniert auch auf Textilmaterial).
- Stark verschmutzte Raulederschuhe gleichmäßig nass machen, aber nie länger als drei Minuten und immer den ganzen Schuh, sonst bleiben Ränder.

- Bei Ledersohlen diese immer mit eincremen; das ist mindesten so wichtig wie das Cremen des Schuhs.
- Auf gute Pflegeprodukte achten und in eine solide Schuhbürste investieren.
- Schuhstrecker und Schuhspanner benutzen, so bleiben die Schuhe viel länger schön und faltenfrei.

Ob Stiefel oder Stöckelschuh: Bei Meister Atteneder ist jede Art von Schuhwerk in guten Händen. Mit viel Fachwissen und handwerklichem Können schneidet, näht, klebt und schleift der

Schuster solange, bis sich der Schuh wieder sehen lassen kann. Einen Blick wert ist auch die Geschäftseinrichtung, die mitunter an ein kleines Schuhmuseum erinnert.

*Meister Atteneder ist Schuhmachermeister in Linz. In seinem Geschäft in der Waltherstraße 23 in Linz verhilft er lädierten Schuhen zu neuer Schönheit und er führt ein kleines Sortiment an Herrenschuhen.*

*Tipps und Text übernommen von Griaß:eich 2015, Jahrbuch des OÖ Seniorenbundes.*

# Nahrungsergänzung von der Frühlingswiese

Wenn der Winter langsam zu Ende geht und die Energie des Frühlings immer mehr an Kraft gewinnt, strecken ganz langsam die ersten Frühlingsboten ihre Fühler aus der Erde. Die länger werdenden Tage und die wärmende Sonne treibt die Natur an und lässt alle Pflanzen und Tiere aus dem Winterschlaf erwachen.

**so natürlich**  
Die Kräuterecke  
in der Geizhalszeitung

## Frühlingshafter Vitaminkick

Damit sich auch unsere Zellen wieder erfrischen und erneuern können, helfen uns die vielen grünen Kräuter, die bald nach der Schneeschmelze auf unseren Wiesen zu finden sind. Sie enthalten Vitamine, Mineralstoffe, sekundäre Pflanzenstoffe und vor allem Chlorophyll. Dieser Mix hilft uns, Giftstoffe auszuscheiden und neues Blut zu bilden. Wir fühlen uns frischer und gesünder.

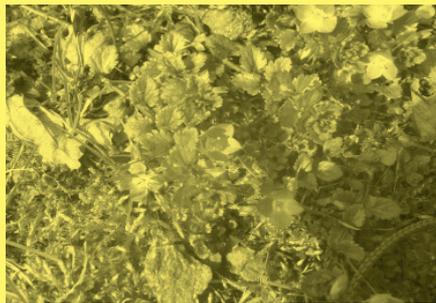


Foto: Anita Eckerstorfer

## Ehrenpreis

Frisch verspeist in Form von Salaten, Smoothies, Pesto oder gekocht in Suppen bereichern sie unseren Speiseplan. Die wichtigsten Kräuter des Frühlings sind Bärlauch, Brennessel, Giersch, Vogelmiere, Taubnessel, Gänseblümchen und Ehrenpreis.

## Ein paar Sammeltipps

Beim Sammeln sollten Sie darauf achten, dass Sie nur jene Kräuter pflücken, die Sie sicher erkennen. Ein Kräuter-

buch kann bei der Entdeckungsreise auf der heimischen Wiese hilfreich sein. Am besten sammelt man die natürlichen Vitaminspender auf abgelegenen, nicht gedüngten Stellen, fernab von Verkehr und Hundeauslaufplätzen.

## Rezepte

### Wildkräuter-Pesto

Bei der Herstellung von Pesto immer darauf achten, dass die Kräuter im trockenen Zustand gepflückt werden – am besten am späten Vormittag (1-2 Tage davor regenfrei). Nur saubere Kräuter pflücken, da sie wegen der Schimmelbildung nicht gewaschen werden dürfen! Verschiedene Wildkräuter klein schneiden, in eine Schüssel geben; Salz, geriebene Nüsse, Olivenöl dazu und alles gut verrühren. Kleine Gläser mit Schraubverschluss auskochen und trocknen lassen. Dann mit Pesto befüllen und mit Olivenöl bedecken. Deckel drauf, kühl und dunkel lagern. Hält sich bis zum nächsten Frühling. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und immer darauf achten, dass genügend Öl das Pesto bedeckt! Verfeinert köstlich Salate, Aufstriche und Nudelgerichte!

### Kräuter-Smoothie

Eine Handvoll Wiesenkräuter, ½ Apfel, Birne oder Banane, ¼ l Wasser, etwas Zitronensaft. Alle Zutaten in einen Stand- oder Smoothie-Mixer geben und ca. 2 Minuten fein mixen. Ist ein gutes, erfrischendes Getränk, das alle Nahrungsergänzungsmittel ersetzt! Man kann zu den Kräutern auch grünes Blattgemüse oder das Grün von Wurzelgemüse dazugeben. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!



Foto: Anita Eckerstorfer

## Bärlauch

### Kapern

Für das Einlegen von Kapern sammeln Sie noch geschlossene Blütenknospen – am besten eignen sich Löwenzahn, Gänseblümchen, Bärlauch. Diese werden in Gläser gefüllt. Dazu gibt man ein paar Senfkörner, ein kleines Stück Lorbeerblatt, eine kleine getrocknete Chillischote, ev. Nelken. Eine Mischung aus Essig und Wasser im Verhältnis 1:1 aufkochen und die Gläser damit füllen. Deckel drauf und fest verschließen. Mind. 3 Wochen an einem kühlen und dunklen Ort aufbewahren. Erst dann zum Verzehr öffnen. Schmecken gut zur kalten Jause!



Anita Eckerstorfer,  
DGuKS, Shiatsu- und  
Watsu-Therapeutin,  
Kräuterpädagogin

## Impressum

### Medieninhaber und Herausgeber:

SCHULDNERHILFE OÖ, Stockhofstraße 9,  
4020 Linz, Tel. (0732)77 77 34  
Fax (0732) 77 77 58-22  
E-Mail: linz@schuldner-hilfe.at  
Web: www.schuldner-hilfe.at

Vereinsobfrau: Mag<sup>a</sup>. Brigitta Schmidberger  
Vereinskassierin: Mag<sup>a</sup>. (FH) Alexandra Riegler-Klinger MA, MSc, MAS  
Geschäftsführer: Mag. (FH) Ferdinand Herndl  
Redaktionsteam dieser Ausgabe: Mag<sup>a</sup>. Alexandra Köchle, Katharina Malzer, Helga Herzog, Anita Eckerstorfer  
Layout: Mag. Thorsten Rathner  
Verlags- und Herstellungsort: Linz  
DVR: 0810100, ZVR: 581563020

**Grundlegende Richtung:** Geizhalszeitung Österreich ist eine unparteiische und unabhängige Zeitung der SCHULDNERHILFE OÖ zum Thema „Bewusster und sparsamer Umgang mit Geld“.

Wir freuen uns über einen freiwilligen Druckkostenbeitrag: VKB (Volkskreditbank)  
IBAN: AT48 1860 0000 1062 0110  
BIC: VKBLAT2L



# LeserInnenpartipps

Wenn Sie Spartipps oder interessante Beiträge für uns haben: Senden Sie uns einen LeserInnenbrief. Adresse siehe Impressum (Seite 6). Als Dankeschön erhalten Sie bei Veröffentlichung unser EURO-Haushaltsbuch „Haushalt & Geld“ kostenlos zugesandt!

## Waschen mit Efeu

Erfahrungsbericht einer Leserin zum Waschmittelbericht von Sonja Wöhrenschimmel-Wahl/Ausgabe 53:

Ich gebe die Blätter, die ich einfach zwei-, dreimal zerreiße, in einen Feinwäschesack direkt mit in die Trommel.

Die Blätter lassen sich ein paar Mal verwenden.

Bei heller/weißer Wäsche kommt noch 1 EL Soda ins Waschmittelfach, bei Wäsche bis 30° C verwende ich zusätzlich auch manchmal „effektive Mikroorganismen“ (wenn Gerüche verschwinden sollen).

d.h.

## Sockenkauf im Easy-Living Modus

von Wulf Struck

Beim Sockenkauf schrittweise vorgehen:

1. Schritt: Günstige Socken, mit vermutlich angemessener Qualität suchen und eine Verpackungseinheit (also entweder ein Paar, ein 3er oder 5er-Pack) kaufen.

2. Schritt: Ausprobieren! Die Socken durch Nutzung ausprobieren, ob sie den Anforderungen und der Bequemlichkeit tatsächlich entsprechen.

3. Schritt: Wenn die Socken den Wünschen entsprechen, mindestens

15 Paar gleiche Sockenpaare kaufen. Auf diesem Weg können einzelne untragbare Socken aussortiert und der andere weiter genutzt werden.

Wichtig: Kauft man Socken im 3er- oder 5er-Pack, dann sollen alle Paare gleich sein und nicht z.B. unterschiedliche Farben haben.

Vorteile: Man spart Zeit beim Zusammensortieren und man muss morgens nicht überlegen, welche Socken man anzieht.

Nachteil für Menschen, die es bunt mögen: es kann eintönig werden.

### Hinweis der Redaktion:

Leider haben wir nicht genügend Zeit und Ressourcen alle Spartipps unserer LeserInnen selber zu testen. Die Nachahmung erfolgt daher auf eigene Verantwortung.

## MEDIENECKE



## Tatjana Warchola DIY Putzmittel: Natürlich sauber

Jeder kann die Welt verändern. Durch seinen Lebensstil. Angefangen wird zu Hause mit der Vermeidung von regulären Putzmitteln, die schon längst Grundwasser und Meere verseuchen und kleinsten bis großen Tieren das Leben schwer machen. Im zweiten Buch der Serie wird gezeigt, wie sich Reinigungsmittel sehr einfach herstellen lassen und wie wirksam sie sind.

Verlag Freya  
64 Seiten  
Preis: € 7,90



SCHULDNERHILFE OÖ, Stockhofstraße 9, 4020 Linz  
Tel. (0732) 77 77 34, Fax (0732) 77 77 58-22  
e-Mail: linz@schuldnert-hilfe.at www.schuldner-hilfe.at

## Neue Rubrik „So natürlich“

Seit Februar 2011 hat Clemens Mitterlehner im Technik Ticker die technischen Themen in der Geizhalszeitung betreut.



Foto: ASB Schuldnerberatungen GmbH

**IT-Geizhals Clemens Mitterlehner widmet sich neuen Aufgaben**

Mit Jahresende 2015 hat er das Redaktionsteam verlassen. Der Anlass ist ein guter: Clemens hat einen Karrieresprung gemacht und ist seit 1.1.2016

Geschäftsführer der ASB GmbH, des Dachverbandes der österreichischen bevorrechteten Schuldnerberatungen. Wir gratulieren!

Diese Tätigkeit lässt u.a. aus zeitlichen Gründen die (ehrenamtliche) Mitarbeit bei der Geizhalszeitung nicht mehr zu.

Danke Clemens für deine wertvolle Arbeit! Wir werden die gute, unkomplizierte Zusammenarbeit mit dir und deine spritzigen Beiträge vermissen und wünschen dir alles Gute für deine neue Tätigkeit. Sollte dein Schreibtalent in deiner neuen Tätigkeit brach liegen, bist du bei uns jederzeit wieder willkommen.

Der Technik Ticker wird nun durch die Rubrik „So natürlich“ von Anita Eckerstorfer ersetzt. Die Kräuterpä-



Foto: Anita Eckerstorfer

**Neo-Geizhalsin Anita Eckerstorfer betreibt ab sofort unsere neue Naturecke**

dagogin und Shiatsu-Praktikerin lässt uns ebenfalls ehrenamtlich an ihrem Wissen teilhaben! Willkommen in unserem Redaktionsteam, liebe Anita!

Wir hoffen, dass Sie, verehrte LeserInnen, unseren Schwenk von Technik zu Natur mittragen und Nutzen daraus ziehen können.



### Ich bestelle hiermit

die 1. Geizhalszeitung in Österreich  
\_\_\_ Exemplar(e) der aktuellen Ausgabe  
\_\_\_ Abo (drei Ausgaben pro Jahr)  
Freiwilliger Druckkostenbeitrag:  
IBAN: AT48 1860 0000 1062 0110  
BIC: VKBLAT2L

\_\_\_ Exemplar(e) des  
Euro-Haushaltsbuchs „Haushalt & Geld“  
(kostenfrei)

\_\_\_\_\_  
Vorname, Familienname / Organisation

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

Bitte eine  
€ 0,68  
Marke  
kleben

SCHULDNERHILFE OÖ  
Stockhofstraße 9  
4020 Linz