



I. Geizhalszeitung in Österreich

... für einen bewussten und sparsamen Umgang mit Geld

GEIZ – eine Todsünde oder eine Tugend?

von: Univ.-Ass. MMag.
Edeltraud Koller

Kath.-Theologische Privatuniversität
Linz, Institut für Moralthologie

Jahrtausende lang genoss der Geiz wenig Ansehen: Er war eine unattraktive, schädliche Charaktereigenschaft und gar eine der sieben Todsünden. Das scheint sich gründlich verändert zu haben. Eine neue Geizhals-Bewegung ist entstanden. Dass Sie eine Geizhalszeitung lesen ist nur ein Beleg dafür; die Schnäppchenjagd ist salonfähig geworden. „Geiz ist geil!“, tönt die Werbung; Geizkragen-Websites und Bücher stilisieren den Geiz zur Lebenskunst. Ist der Geiz von der Todsünde zur modernen Tugend mutiert?

Ein Blick darauf, was Geiz ursprünglich meint, zeigt, dass das nur sehr eingeschränkt gilt. Geiz ist **eigentlich die Unfähigkeit** und der Widerwillen **zu geben**. Das Geld wird zum Mittelpunkt des In-

teresses und aller Überlegungen. Daraus folgt, dass Geiz zwangsläufig schädliche Folgen hat. Denn wenn sich echter Geiz auf Geld richtet, definiert sich die Person einzig über das Geld; sie pflegt Beziehungen immer weniger (eben weil sie mit Kosten verbunden sind); sie sieht das primäre Kriterium bei allen (auch familiären) Entscheidungen in den finanziellen Konsequenzen. Geiz ist somit eine Charaktereigenschaft, die den geizigen Menschen selbst und andere Menschen schädigt.

Eine wichtige Qualifizierung erhält folglich der Geiz von Seiten der Theologie. Er wird als Todsünde bezeichnet, weil er gegen ein gelingendes Leben gerichtet ist: Indem der Mensch, der nicht geben kann, auch das Leben nicht teilen kann, enthält er sich selbst das Leben vor. Wirklicher Geiz ist damit etwas zutiefst >>> weiter auf S. 2

Tipps für die Jause

Seite

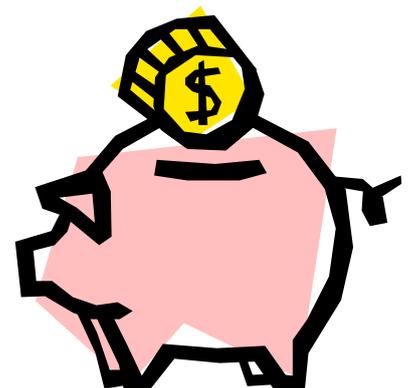
Inhalt

- | | |
|---|---|
| 2 | GEIZ - eine Todsünde oder eine Tugend?
Obstbrei, Kürbisrezepte |
| 3 | Gratis-Software aus dem Internet
Nachhaltigkeitswochen |
| 4 | Pudding, Polenta & Trinkkakao, Spritspartipps, Sparen im Büro |
| 5 | Pause mit einer Jause
Leser/-innen-Tipps |
| 6 | In eigener Sache:
Vortrag am 3. Nov. 2005
Wieviel Marke braucht mein Kind |

Super-Spar-Tipp

vom Geizhals-Redaktionsteam

Aus sauberen festen Eierkartons kann man hübsche Schmuckkassetten gestalten, die zur Ordnung verhelfen. Entweder bemalen, oder (nur außen) mit Serviettentechnik verzieren.



>>> Artikel GEIZ - Eine Todsünde oder eine Tugend?

Lebensverneinendes.

Geiz hat demnach nichts von seiner negativen Bedeutung verloren. Was sich verändert hat, ist, dass heute vieles **als Geiz bezeichnet wird, was nicht Geiz ist**, sondern eigentlich Sparsamkeit meint. Diese Unterscheidung ist wichtig: Geiz ist etwas völlig anderes als Sparsamkeit. Viele müssen aufgrund der wachsenden Armut sparen, und es wäre zynisch, die Betroffenen als geizig zu bezeichnen. Wenn heute von Geiz die Rede ist, wird in der Regel nicht Geiz gemeint, sondern der bewusste Umgang mit Geld und Konsum. Das ist tatsächlich eine wichtige Tugend. Denn enorme Privatverschuldungen stürzen zunehmend Menschen in eine existenzielle Katastrophe. Zudem verursacht der hohe, wachsende Konsum soziale und ökologische Schäden. Bewusst zu kaufen und verzichten zu können, ist daher von **unverzichtbarem Wert** – für die eigene **Lebensqualität** sowie für **benachteiligte Völker und zukünftige Generationen**. Sparsamkeit, die mitunter als Geiz bezeichnet wird, ohne tatsächlich Geiz zu sein,

schützt somit tendenziell vor einer Ausbeutung von Mensch und Umwelt. Allerdings gilt dies nur, wenn Sparsamkeit bedeutet, sich dem Konsumrausch zu entziehen. Wer spart, um **bewusster und verantwortungsvoll zu leben**, setzt sich dem Konsumzwang und der ruinösen Konsumverschuldung nicht aus. Dennoch wird jemand, der/die verantwortungsvoll konsumiert, dennoch beispielsweise regionale oder Fair-Trade-Produkte vorziehen und nach Möglichkeit kaufen. Wer allerdings „Hauptsache billig“ selbst zum obersten Ziel erklärt, wird wenig Sinn dafür entwickeln, dass es ein **Zuviel an Konsum** geben kann. Das Motto „Hauptsache billig“ fördert auch einen Preiskampf, der aktuell in einigen Branchen zu vielen Kündigungen führt; es unterstützt auch, die Waren möglichst billig und das heißt auch zu unsozialen Produktionsbedingungen (Kinderarbeit, Gesundheitsgefährdung, Umwelterstörung) herzustellen. Die Schlüsselfrage ist also: Warum spare ich? Ob das, was heute populär „Geiz“ genannt wird, positiv oder schädlich ist, hängt von der Beantwortung dieser Frage ab.



Obstbrei im Preisvergleich

... ein wunderbares Rezept. Dieses ist auch für berufstätige bzw. gestresste Mütter/Väter geeignet. Man kann das Mus nämlich sehr gut „nebenbei“ kochen lassen. Meine Tochter, sie ist nun 1 Jahr alt, isst täglich ca. 250g davon und es schmeckt ihr hervorragend. Weiters ist die Eigenproduktion von Obstbreien viel günstiger als der Kauf von Gläschen für Kleinkinder. Ich habe dies kurz hochgerechnet und festgestellt, dass man um EUR 12,70 im Handel 10 Gläschen Apfelmus (1 Glas um EUR 1,27 mit 250g Inhalt) erhält. Bei einer Eigenproduktion kann man um diesen Preis (ohne Kosten für die Arbeitszeit und Energie gerechnet) 25 Gläschen Apfelmus (250g Inhalt) herstellen. Wenn dies nicht ein Grund zum Selbermachen sein sollte ...

Susanne Ortler-Selg

Kürbisgnocchi

Zutaten: 600 g Kartoffeln, 250 g Kürbisfleisch, 200 - 250 g Mehl, 2 Eigelb, Salz, Muskatnuss, Butter, Salbeiblätter, ev. Parmesan

Zubereitung: Kürbis schälen, schneiden und in etwas Wasser dünsten bis es sich mit der Gabel zerdrücken lässt. Kartoffel kochen, abkühlen lassen und durch die Kartoffelpresse pressen. Diese mit Kürbisfleisch, Mehl, Eidotter, Salz und Muskat zu einem kompakten Teig verkneten. In Stangen ausrollen und gleichgroße Stücke schneiden. Die Gnocchi in Salzwasser kochen; abseihen. In einem Topf Butter bräunen, Salz, Muskat und Salbeiblätter dazu und über die fertigen Gnocchi gießen. Ev. Parmesan drüberstreuen. Schmeckt hervorragend!



Kürbisrisotto

Zutaten: 500 g Kürbis, 1 gehackte Zwiebel, 3 EL Olivenöl, 50 g Butter, 300 g Risottoreis, 1 1/2 l Gemüsebrühe, 40 g geriebener Parmesan, schwarzer Pfeffer

Zubereitung: Kürbis schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel in Olivenöl und der halben Butter andünsten. Kürbiswürfel dazugeben und unter rühren ca. 8 Min. lang dünsten. Den Reis dazugeben und ca. 2 Min. anrösten. Einen Schöpfer Suppe dazugeben und einkochen lassen. Den Vorgang mehrmals wiederholen, bis der Reis noch leicht bissfest ist. Risotto vom Herd nehmen. Die restliche Butter und den Parmesan einrühren. Mit schwarzem Pfeffer würzen und heiß servieren.

(aus: Speckfrei kochen mit tele.ring)

Gratis-Software aus dem Internet

Völlig legal kann man mit Software aus dem Internet eine Menge Geld sparen, ohne dabei auf die Vorzüge von nützlichen, durchdachten Programmen verzichten zu müssen. Wesentlich dabei ist die Unterscheidung von Software in vier verschiedene Kategorien:

- 1. Freeware:** zeitlich unbeschränkte und vollständige Nutzung des Programms ist gratis, manchmal ist die Nutzung auf Privatpersonen beschränkt, Firmen müssen Lizenzgebühren bezahlen.
- 2. Shareware:** zeitlich eingeschränkte Nutzung und/oder Nutzung nur der Grundfunktionen, Freischalten aller Funktionen bzw. zeitlich unbegrenzte Nutzung nach Zahlung einer Lizenzgebühr.
- 3. Ad-Ware:** Kostenfreie und zeitlich unbegrenzte Nutzung des Programms, allerdings muss man die Einblendung von Werbung (engl. „Ad“) in Kauf nehmen.
- 4. Open-Source:** Freie Programme, die auf dem Prinzip aufbauen, dass jeder die Programme nutzen und weiterentwickeln kann, solange er seine Entwicklungen allen anderen Nutzern zur Verfügung stellt. Bekanntester Vertreter: Linux in all seinen Varianten.

Übersicht samt Links von nützlichen Gratis-Programmen:

Office-Software

OpenOffice (<http://de.openoffice.org/>)

Open-Source: Gratis Office-Suite mit Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Datenbank, Präsentation, Zeichnen



Internet-Browser (als sichere Alternative zum Internet-Explorer)

Firefox (<http://www.mozilla.org/>)

Freeware: Browser, der um zahlreiche Funktionen ergänzt werden kann (mit gratis Erweiterungen wie z.B. Wettervorhersage)



Opera (<http://www.opera.com/>)

Freeware: Lt. dem Hersteller „the fastest browser in the world“.



Grafik

The Gimp (<http://www.gimp.org/>)

Open-Source: Grafik-Programm zur Foto-Bearbeitung.



FreePDF XP (<http://freepdfxp.de/fpxp.htm>)

Freeware: Erstellen von PDF-Dateien in unterschiedlicher Qualität oder auch verschlüsselt.



Telefon-Software für VoIP (gratis Telefonieren übers Internet)

Skype (<http://www.skype.com/intl/de/>)

Freeware: Gratis zu anderen Skype-Usern telefonieren. Mit Skype-Out sehr günstig in die ganze Welt telefonieren.



VoipBuster (<http://www.voipbuster.com/>)

Freeware: Gratis übers Internet zum Festnetz in Österreich, fast ganz Europa, Australien und den USA telefonieren.



Sicherheit

ZoneAlarm (<http://www.zonelabs.de>)

Freeware: Software-Firewall schützt vor Angriffen von außen und verhindert den ungewollte Internetverbindungen Ihrer Programme.



AVG Antivirus Free (<http://free.grisoft.com/>)

Freeware: Prämiertes Virenschutz-Programm in der Gratis-Version für Privatpersonen. Tägliche Gratis-Updates aus dem Internet.



Lavasoft AdAware (<http://www.lavasoft.de/>)

Freeware: Scannt den Computer nach Werbung, teuren Wählprogrammen und sonstigen schädlichen Programmen.



Sonstiges

TV-Browser (<http://www.tvbrowser.org/>)

Open Source: Digitale Fernseh-Programm-Zeitschrift mit 80 verschiedenen Sendern (Updates aus dem Internet).



Wikipedia (<http://de.wikipedia.org/>)

Freie Internet-Enzyklopädie in mehr als 100 Sprachen.



Nachhaltigkeitswochen

Heuer fanden bereits zum zweiten Mal in ganz Österreich die Nachhaltigkeitswochen statt. Unter dem Motto „Bewusst kaufen. Besser leben“ haben sich einige Lebensmittelhändler, Baumärkte und Drogerien mit dem Ziel zusammengeschlossen, den bewussten Kauf und Konsum von nachhaltigen Produkten zu steigern.

Wir haben das Thema Kaufentscheidungen in unserer letzten Ausgabe bereits kurz angesprochen.

In der nächsten Ausgabe möchten wir uns intensiver diesem Thema widmen und freuen uns über Ihre Meinungen. Mehr zum Thema unter: www.nachhaltigkeit.at

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: schuldner-hilfe

VEREIN FÜR PROPHYLAKTISCHE SOZIALARBEIT
Stockhofstr. 9, 4020 Linz
Tel. (0732) 77 77 34

Fax (0732) 77 77 58-22

e-Mail: linz@schuldner-hilfe.at

www.schuldner-hilfe.at

Vereinsobmann: Mathias Mühlberger
Vereinskassiererin: Mag. Brigitta Schmidberger

Geschäftsführer: Ferdinand Herndler

Redaktion: Maria Casagrande,

Katharina Malzer, Klaus Wögerer,

Helga Distl, Helga Herzog

Layout: Klaus Wögerer

Verlags- und Herstellungsort: Linz

Grundlegende Richtung:

Die 1. Geizhalszeitung in Österreich ist eine unparteiische und unabhängige Zeitung der schuldner-hilfe - Verein für prophylaktische Sozialarbeit zum Thema „Bewusster und sparsamer Umgang mit Geld“.

Wir freuen uns über einen freiwilligen Druckkostenbeitrag:

VKB (Volkskreditbank)

BLZ: 18 600

Kto-Nr.: 10 620 110

IBAN: AT 481860 0000 10620110

BIC: VKBLAT2L

pudding

Pudding mit Maisstärke selbst hergestellt ist besser und kommt auch billiger als mit dem herkömmlichen Puddingpulver.

Grundrezept: Maisstärke (z.B. Maizena), Zucker und die ausgewählte Geschmackszutat mit etwas kalter Milch verrühren und in die restliche, inzwischen kochende Flüssigkeit einrühren und nochmals kurz aufkochen und auskühlen lassen. Die Masse in kalt ausgespülte Formen füllen auskühlen lassen und stürzen.

Vanille: 4 dag Maisstärke, 5 dag Zucker, 1 Packerl Vanillezucker, ½ l Milch.

Schokolade: 4dag Maisstärke, 7 dag Zucker, 2 dag Kakao, ½ l Milch.

Mokka: 4dag Maisstärke, 7 dag Zucker, 2-3 Esslöffel Pulverkaffee, ½ l Milch.



Polenta

Zutaten Grundrezept (für 4-6 Pers.): 200 g Polenta, 1 l Wasser, 1 TL Salz

Je nach Verwendung und Geschmack, kann dieses Grundrezept abgeändert werden. Z.B. um cremigere Polenta zu erhalten, kann man 500 ml Milch mit 300 ml Wasser mischen und Butterflocken dazumengen.

Polenta-Pizza

Polenta aufstreichen, abkühlen lassen und mit würfelig geschnittenen Tomaten oder mit Tomatenmark bestreichen. Nach Lust und Laune belegen, Käse darüber streuen und im Rohr backen.

Energiesparen im Büro

Bürogeräte-Tipps

- Ab einer Arbeitsunterbrechung von 10 Min. ist eine Monitorabschaltung sinnvoll.
- Stand-by-Betrieb kostet Strom. Eine Steckdosenleiste mit Aus-Schalter trennt PC und Drucker vollständig vom Stromnetz.

Beleuchtungstipps

- Bewegungsmelder und Zeitschaltuhren helfen Energie sparen.
- Nebenräume und Gänge müssen nicht durchgehend beleuchtet werden.

(Energiesparverband OÖ,
Tel: (0732) 7720-14380

www.energiesparverband.at)

Weitere Spar-Tipps für's Büro

- Papier, wenn möglich, beidseitig bedrucken.
- Einseitig bedrucktes Papier kann zu Notizzetteln verarbeitet werden.
- Archivierung von Informationen möglichst papierlos am PC durchführen.
- Bei Entwurfsausdrucken den Drucker auf die Einstellung „Hell“ oder „Grob“ stellen, um Tinte bzw. Toner zu sparen.
- Löschen Sie bei Ausdrucken, die nicht notwendigen Bilder. Damit sparen Sie Tinte bzw. Toner.

Trinkkakao

Mischen Sie reines Kakao-pulver mit Kristallzucker. Rühren Sie die Kakao-Zucker-Mischung mit einer kleinen Menge Milch an, um Klumpenbildung zu verhindern. Je nachdem warme oder kalte Milch dazugeben.

Sprit-Spartipps

Die aktuellen Spritpreise regen zum Nachdenken über mögliche Einsparungen an. Laut VCÖ-Experten DI Wolfgang Rauh können die persönlichen Treibstoffkosten bis zu 30 % gesenkt werden.

Kurzstrecken nicht mit Auto fahren, sondern mit Rad oder in der Stadt mit Öffis: Ein kaltes Auto verbraucht direkt nach dem Start viermal und nach einem Kilometer doppelt so viel Sprit.

Hohes Tempo vermeiden: Wer 150 statt 130 km/h fährt, verbraucht um 2 l/100 km mehr Sprit, Tempo 100 statt 130 spart 2 l/100 km.

Stromfresser ausschalten: Eine Klimaanlage erhöht den Verbrauch im Stadtverkehr um bis zu 1,8 l/100 km und ist im Herbst, Winter und Frühjahr eigentlich nicht nötig.

(Verkehrsclub Österreich:
www.vcoe.at)

Motor abstellen: Bei längeren Stehzeiten (z.B. am geschlossenen Bahnübergang) ist dies spritsparender als den Motor laufen zu lassen.

Optimaler Reifendruck spart Treibstoff.

Gepäck: Unnötige Lasten im Kofferraum und Dachträger nach Gebrauch entfernen kann eine Menge sparen!

Grundsätzlich: Nach dem Starten sofort losfahren - Vorausschauend und flüssig fahren. Immer früh hinauf und möglichst spät herunter-schalten.

(Kimaschutzinitiative des
Lebensministeriums:
www.spritspar.at)

Pause mit einer Jause

Jeden Tag Jause kaufen kostet eine Menge Geld. Hier einige Tipps, wie Sie einfach eine gesunde und günstige Jause zubereiten können: Abwechslung ist gefragt. Jeden Tag das gleiche essen, macht keinen Spass. Kinder bei der Zubereitung mithelfen lassen. Was selber gemacht wird, schmeckt auch besser. Halten Sie sich an die Vorlieben Ihres Kindes, sonst landet die gut gemeinte Jausenkombination unweigerlich im Müll.

Obst und Gemüse mundgerecht portionieren

Schneiden Sie Karotten, Kohlrabi, Radieschen und Paprikaschoten in Streifen und portionieren Sie z.B. Äpfel mundgerecht ohne Kerngehäuse. Dadurch wird der Verzehr von Obst und Gemüse „schmackhaft“ gemacht („Man isst auch mit den Augen“).

Studentenfutter

Walnüsse, Haselnüsse, Rosinen (auch frische Trauben) sind reinste Gehirnnahrung. Mischen Sie sich zu Hause selbst Ihr Studentenfutter.

Fleisch braten & Burger selbst gemacht

Braten Sie ein Stück Fleisch im Ganzen. So haben Sie reichlich Jause für die nächsten Tage. Ein Stück Fleisch und viel Gemüse in einem großen Gebäck macht einen selbstgemachten Burger, der bei Kindern besonders Anklang finden wird. Ebenso gut ist aber ein selbstgemachter bunter Gemüse-Burger mit Tomaten oder Gurken, Mozzarella oder anderem Käse und viel Salat! Ihrer Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt.

Dörrobst/-gemüse

Dörrobst (z.B. aus Äpfeln oder Birnen) selber herstellen. Wenn Sie keinen Dörrapparat haben, Obst in Stücke schneiden und auf lange Schnüre auffädeln. Diese auf einem warmen und zugigen Raum (am besten ein Dachboden im Sommer) aufhängen. Aufpassen, dass es nicht zur Schimmelbildung kommt! Dazu immer wieder wenden und schauen, dass sich die einzelnen Stücke nicht berühren sondern frei hängen.

Eistee selbst gemacht

Schwarzen aromatisierten Tee oder Früchtetee kalt werden lassen und mit Honig oder etwas Zucker süßen.

Verpackung der Jause (Jausenbox, Getränkeflasche)

Getränke für Kinder in Plastikflaschen füllen. Dafür Flaschen von Wellness- oder Mineralwasserflaschen aufheben und so weiter verwenden.

Leser/-innen-Tipps

Teppichreinigung

Mehrere Kunststoff-Sacknetze (Zwiebel oder Kartoffel werden darin verpackt) zusammenknoten. Damit kann man dann mit verdünntem Geschirrspülmittel den Teppich reinigen.

Ilinka Bachtrögler

Strumpfhosen-Tipps

Strumpfhosen halten länger, wenn man Sie einer Spezialbehandlung unterzieht: Vor dem ersten Tragen einmal richtig nass machen, auswringen über Nacht in einem Gefrierbeutel ins Eisfach legen. Am nächsten Tag auftauen und trocknen - danach gehen die edlen Nylons nicht mehr so schnell kaputt.

Michaela K.

Leser/-innenbriefe

Wenn Sie Spartipps oder interessante Beiträge für uns haben: Senden Sie uns einen Leser/-innenbrief.

Adresse siehe Impressum (Seite 3)!

Als Dankeschön erhalten Sie unser EURO-Haushaltsbuch „Haushalt & Geld kostenlos zugesandt!

Medienecke - Neuauflagen der

schuldner-hilfe.at

Ab 500 g Versandgewicht stellen wir Ihnen die Versandkosten in Rechnung!

Haushalt & Geld

Das Euro-Haushaltsbuch
(Druckkostenbeitrag
EUR 1.--/Stk.)



Thema Schulden

Wir geben Antworten
auf wichtige Fragen
(kostenfrei erhältlich)



Taschengeld & Co

Informationen für
Eltern
(kostenfrei erhältlich)



Bestellen Sie unter Tel. (0732) 77 77 34 oder e-Mail: linz@schuldner-hilfe.at

IN EIGENER SACHE

PROPHYLAKTISCHER HERBST 2005

Wieviel Marke braucht mein Kind

**Ein Vortrag für Eltern von Peter Struck am
Do. 3. Nov. 2005, 19.00 Uhr im
Landeskulturzentrum Ursulinenhof, Linz - Landstraße 31
Eintritt FREI**

In seinem Vortrag zeigt der Hamburger Erziehungswissenschaftler und mehrfache Buchautor Peter Struck Eltern Auswege aus der Konsumfalle und gibt zahlreiche Tipps, wie man Kinder zu eigenständigen und trendkritischen Persönlichkeiten erziehen kann. Wir, die **schuldner-hilfe** möchte als Veranstalterin mit diesem Vortrag den Umgang mit Geld und Konsum in der Kindererziehung thematisieren und zur Auseinandersetzung einladen. **Buchtipp:** Wieviel Marke braucht mein Kind? (ISBN 3821839198) >> >>



Bestellkarte

Ich bestelle hiermit ____ Exemplar(e) der

I. Geizhalszeitung in Österreich

Freiwilligen Druckkostenbeitrag: Kto.-Nr.: 10.620.110, BLZ: 18.600

Ich bestelle hiermit ____ Exemplar(e) des

Euro-Haushaltsbuchs „Haushalt & Geld“

Druckkostenbeitrag EUR 1,-

Ich bestelle hiermit ____ Exemplar(e) des

Buches „Im PLUS leben Anleitung zum privaten Null-Defizit“

EUR 7,- (zzgl. Versandkosten)

Vorname, Familienname / Organisation

Straße

PLZ, Wohnort

Datum, Unterschrift



An die
schuldner-hilfe
VEREIN FÜR PROPHYLAKTISCHE SOZIALARBEIT
Stockhofstraße 9
4020 Linz