



Und immer wieder: die Lust auf Neues

Warum kaufen wir ein neues Handy, obwohl das alte noch gut funktioniert? Warum gefällt uns das Kleid, das wir letzten Sommer unbedingt haben mussten, im nächsten Jahr nicht mehr?

Prof. Dr. Eduard Brandstätter ist Psychologe an der J. Kepler Universität Linz. Er erklärt uns im kommenden Interview die Hintergründe dieses Verhaltens und wie wir uns der ständigen Lust auf Neues entziehen können.

GHZ: Sie beschäftigen sich mit dem Begriff der psychischen Obsoleszenz. Können Sie unseren LeserInnen erklären, was damit gemeint ist?

Psychische Obsoleszenz liegt vor, wenn Personen ein Produkt, das noch funktioniert (z.B. Kleidung, Wohnzimmereinrichtung, ...), als unmodern oder veraltet erleben und folglich etwas Neues wollen. Wir würden wahrscheinlich mit zwei bis drei Wintermäntel in unserem Leben auskommen, würde Mode nicht mit ständig neuen Trends aufwarten.

GHZ: Ich habe das Gefühl, dass uns die Mode in immer kürzer werdenden Abständen vorschreibt, was „In“ ist und was wir zu tragen haben. Täuscht mich da die Wahrnehmung oder werden die Zyklen wirklich immer kürzer?

Das Dirndlkleid oder die Lederhose unserer Großeltern waren praktisch zeitlos. Im Gegensatz dazu wechseln heutzutage die Modetrends jede Saison. Oder denken Sie an den VW Golf: War die erste Baureihe (Golf I) noch neun Jahre lang am Markt, war der Golf VI nur mehr vier Jahre lang erhältlich. Hier ließen sich leicht weitere Beispiele finden. Der neue Modetrend muss aber auch kommuniziert werden. Daher wird uns der Katalog des Möbelhauses ungefragt zugeschickt, um subtil zu verdeutlichen, dass unsere eigene Wohnzimmereinrichtung, mit der wir bisher ganz zufrieden waren, veraltet ist und wir eigentlich eine

neue bräuchten.

GHZ: Wir alle wollen ja auch dann neue Produkte (z.B. Smartphone), wenn die alten noch problemlos funktionieren. Was für Bedürfnisse stecken da dahinter?

Das neue Smartphone befriedigt bei vielen das Bedürfnis nach Status und Prestige. Thorstein Veblen zeigte überzeugend, dass Verschwendung Reichtum signalisiert, denn nur Reiche können sich Verschwendung leisten. Vom Ausmaß der Verschwendung (Schlösser, Hofpersonal, ...) wurde zu allen Zeiten auf den Reichtum des Verschwenders geschlossen: Eine Frau, die beispielsweise stets die neueste Mode trägt und ihre alten Kleider aussortiert, signalisiert Verschwendung und damit ihren Reichtum. Der Jugendliche, der sich stets das neueste Smartphone kauft ebenso. Zweitens kaufen wir neue Produkte, um das Bedürfnis nach Abwechslung und nach Neuem zu befriedigen. Stets dasselbe Kleid zu tragen kann auf Dauer langweilig sein. Drittens kaufen wir neue Produkte, um mit der neuesten Mode zu gehen und um „dazuzugehören“. Jeder von uns bewegt sich in einem Spannungsfeld zwischen „Einzigartigkeit“ und „Zugehörigkeit zu einer Gruppe“. Wir wollen beides und Mode eignet sich perfekt, um dies zu kommunizieren. Uniformen oder Trachten signalisieren beispielsweise Gruppenzugehörigkeit, während der



Foto: Privat

a. Univ. Prof. Dr. Eduard Brandstätter ist Psychologe am Institut für Pädagogik und Psychologie der Johannes Kepler Universität Linz und Leiter der Abteilung für Wirtschaftspsychologie

>>

Inhalt **Juni 2018**

Und immer wieder: die Lust auf Neues	1
Tipps zum Schulbeginn	2
Discounter-Shampoo contra teure und umweltschädliche Reinigungsmittel	3
Urlaub in der eigenen Stadt ...	4
Superspartipp	4
Kräuterecke	5
Körperpflege in Eigenregie ...	6
LeserInnenspartipps.	7
Medienecke	7
In eigener Sache	8

extravagante Haarschnitt Einzigartigkeit kommuniziert. Wir sehen: Die ersten beiden Bedürfnisse, Prestige und Abwechslung, führen dazu, dass sich Mode ständig ändert. Das Bedürfnis nach Gruppenzugehörigkeit trägt schließlich dazu bei, dass sich so viele Menschen anschließen.

GHZ: Die heutige Wirtschaft fordert von uns immer mehr Konsum, denn geht's der Wirtschaft gut, geht's uns allen gut, so ein Slogan. Wie sehen Sie das?

Ja, eigentlich ist es seltsam. Wir sind freie, vernunftbegabte und eigenständige Wesen, aber ständig redet jemand auf uns ein, was wir nicht alles kaufen sollen. Egal ob Fernsehwerbung, Internet, Zeitung, Plakatwerbung oder Radio, immerfort hören oder sehen wir, was wir noch alles bräuchten. Besonders aggressive Unternehmen platzieren auch noch ihr leuchtendes Logo auf die höchsten Gebäude der Stadt und verschandeln damit das nächtliche Stadtbild. Tatsächlich hat der Werbedruck enorm zugenommen.

Betrug der Werbeaufwand in Österreich im Jahr 2000 noch 2.026 Millionen Euro, stieg diese Zahl im Jahr 2017 auf 5.538 Millionen in 17 Jahren auf mehr als das Doppelte. Dies hinterlässt Spuren: Heutige Jugendliche fahren beispielsweise auf „Shopping-Tour“ nach München. In meiner Generation wäre dies undenkbar gewesen. Nicht so sehr weil wir es uns nicht hätten leisten können, sondern weil wir erst gar nicht auf die Idee gekommen wären.

GHZ: Wie kann es in dieser Fülle von Warenangeboten gelingen ein kritischer und mündiger Konsument zu bleiben oder zu werden?

Zuallererst geht es darum sich klarzumachen, dass es Firmen nicht primär um die Bedürfnisse der KonsumentenInnen geht, sondern um ihre eigenen. Dabei ist es natürlich nicht unklug, Bedürfnisse von KonsumentInnen anzusprechen oder im Fall von Mode durch Neuartigkeit zu erschaffen. Wenn ich weiß, dass ich als KonsumentIn primär Mittel zum Zweck für die Interessen anderer bin, stehe

ich dem ganzen Werbedruck distanzierter, reflektierter und kritischer gegenüber. Ein zweiter Ansatzpunkt besteht darin, die eigene Marktmacht zu erkennen und die Opferrolle („Wir werden durch Werbung manipuliert“) abzulegen. Drittens helfen zeitlose Klassiker der Tretmühle zu entkommen: Sie zeugen nicht nur von Stilgefühl, sondern signalisieren gleichzeitig, dass man die Strategien der Werbebranche durchschaut hat und nicht auf sie hereinfällt.

GHZ: Danke für das interessante Gespräch!



*Katharina Malzer,
Stv. Geschäftsführerin
der SCHULDNER-
HILFE OÖ und
Gründungsmitglied
der Geizhalszeitung*

Tipps zum Schulbeginn – damit nicht bereits der Anfang das Ende des Geldes bedeutet

Der Schulanfang stellt eine Herausforderung für jede Familie dar. Vieles wird sich ändern und der oft zitierte „Ernst des Lebens“ beginnt. Sohnnemann oder Töchterchen wird in Hinkunft nicht mehr das kleine Täschen mit Feuerwehrmann und Prinzesschen zur Hand nehmen sondern braucht eine Schultasche – und allerhand anderes Zeug um diese zu befüllen.

Vor allem der allererste Schultag ist für viele nicht nur eine emotionale sondern auch eine finanzielle Hürde, die es zu meistern gilt. Dabei ist das Schulstartgeld in Höhe von 100 €, das für Kinder im Alter von 6 bis 15 Jahren jährlich im September gemeinsam mit der Familienbeihilfe ausbezahlt wird, nur ein Tropfen auf dem heißen Stein.

Hier einige Tipps aus meiner persönlichen Erfahrung, natürlich unter Umsetzung eigener Wertvorstellungen:

- Zur Schultasche: Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind, dass es eine Schultasche bekommt, die für die gesamte

Volksschulzeit benützt werden soll. Suchen Sie gemeinsam ein Modell aus, das (voraussichtlich) auch einem größeren Kind noch gefällt. Bei uns ist es mittlerweile Tradition, dass die Schultasche zum Osterfest vor dem

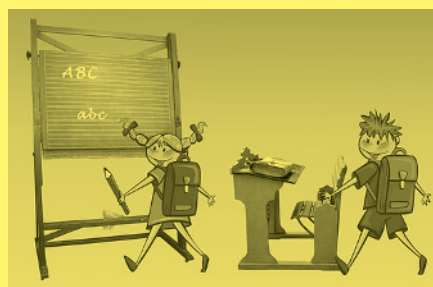


Foto: Pixabay

Schulbeginn muss organisiert sein

Schulstart geschenkt wird, so kann man Kosten vorziehen und eine notwendige Ausgabe als Geschenk verpacken. Ihr Kind hat bestimmt Freude daran.

- Gerade bei Schultaschen lohnt sich gute Qualität: strapazierfähige Verschlüsse, Anpassung an die Größe der Kinder, Tragegurte vorne und ein stabiler Stand sind von Vorteil.

- Diskont oder Papierfachhandel? Hier scheiden sich die Geister. Viele Produkte werden auch in Diskontmärkten angeboten, wobei es sicher einiges

an Aufwand bedarf, die wechselnden Sortimente zu beobachten und dann zur richtigen Zeit die notwendigen Artikel zu besorgen. In Papierfachhandlungen gibt es auch Aktionen: Prozente bei einem Einkauf bis zu einem bestimmten Termin oder wenn

gekauften) kleinen Vorrat anzulegen.

- Die Schulkasse selber zu machen kann wesentlich günstiger sein als der tägliche Einkauf beim Bäcker oder Supermarkt. Greifen Sie auch einmal zu einem guten Brot anstelle eines

stimmten Anlass ist oder dass der höhere Preis z. B. vom (dank Großeltern und anderen Verwandten oft gar nicht so mittellosen) Kind zu tragen ist.

- Zu Schulbeginn werden auch von den LehrerInnen zahlreiche Beträge für Werken, Zeichenmaterialien und anstehende Ausflüge eingehoben. Mit Einführung einer Klassenkasse mit monatlichen Einzahlungen durch die Eltern könnten die Kosten gleichmäßig auf das Jahr verteilt werden.

- Auch die Arbeiterkammer führt regelmäßig Tests und Preisvergleiche zu den benötigten Schulartikeln durch.

- Vermitteln Sie Ihren Kindern, dass die Schulsachen „wertvoll“ sind. Unterstützen Sie Ihr Kind, verloren gegangene Schulsachen wieder zu finden. Überprüfen Sie gemeinsam, ob etwas, das kaputt gegangen ist, noch einmal repariert werden kann. Ein achtsamer Umgang kann Ihnen möglicherweise viele zukünftige Ausgaben ersparen!

Alles Gute für den Schulanfang!



Doris Wöckinger, ist Juristin, Schuldnerberaterin und Mutter von zwei schulpflichtigen Kindern



Foto: pixabay

Der Schulbeginn fordert die Familie und die Geltasche

die Schulartikel im gleichen Geschäft gekauft werden wie die Schultasche.

- Um Ausgaben zu sparen und Ressourcen zu schonen, können in Absprache mit den LehrerInnen noch nicht vollgeschriebene Hefte aus dem Vorjahr weiter verwendet werden. Die farbigen Heftumschläge halten in der Regel auch länger als ein Jahr.

- Viele Farbstifte, Malkreiden, Wasserfarben können auch einzeln nachgekauft werden.

- Gerade bei älteren Kindern ist der Verbrauch von Heften oder Kleber enorm. Damit nicht immer wieder etwas nachgekauft werden muss, lohnt es sich, zu Hause einen (günstig ein-

Weckerls oder legen Sie einen Vorrat an selbst gebackenen Weckerln in der Gefriertruhe an.

- Mit dem Schulbeginn ist in der Regel auch verbunden, dass neue Kleidung und Schuhe notwendig sind. Je älter die Kinder, umso größer sind meist auch die Erwartungen im Hinblick auf bestimmte Marken und Statussymbole. Selbst wenn man als Mutter/Vater keinen allzu großen Wert auf bestimmte Marken bei Kleidung und Schuhen legt, ist man nicht gefeit davor, dass die Sprösslinge das anders sehen. Bleiben Sie mit Ihren Kindern im Gespräch! Was ist so toll an dieser Marke? Es könnte z.B. vereinbart werden, dass das vom Kind gewünschte Produkt ein Geschenk zu einem be-

Discounter-Shampoo contra teure und umweltschädliche Reinigungsmittel

Als Alternative zu den zum Teil sehr teuren und ziemlich umweltbelastenden Reinigungsmitteln kann man für nicht zu stark verschmutzte Oberflächen durchaus einmal versuchen ein günstiges Discounter-Shampoo zum Putzen zu verwenden.

Probieren Sie es einfach mal aus. Einige Tropfen Shampoo auf einen feuchten Schwamm geben und damit das Waschbecken sauberwischen, abspülen und fertig. Es wird danach glänzen, gut riechen und sauber sein. Ein super Ergebnis. Und natürlich ist es auch auf der Haut ein angenehmes

Gefühl während des Putzens. Handschuhe, welche bei scharfen und teuren Reinigungsmitteln geboten sind, können dadurch auch noch eingespart werden.

Je experimentierfreudiger man ist, umso mehr Einsatzmöglichkeiten

wird man entdecken. Unzählige verschiedene Putzmittel im Haus zu horten – das kostet viel und ist gar nicht nötig.

Nur in seltenen Fällen kommt man um einen Spezialreiniger nicht herum – etwa wenn es gilt, den Back-

ofen von Eingebrenntem zu befreien. In den vergangenen Jahren sind vor allem zahlreiche ätzende „Power“-

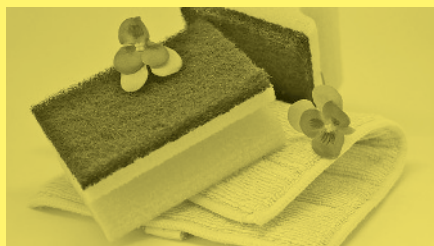


Foto: pixabay

Putzen mit Shampoo

Reiniger zum Aufsprühen in den Handel gekommen, die Sauberkeit ohne Schrubben versprechen. Zu erkennen sind diese besonders schar-

fen Putzmittel am Gefahrensymbol, das ein schwarzes „x“ auf orange-farbenem Untergrund zeigt. Solche stark sauren oder stark alkalischen Reiniger sollten Sie möglichst selten verwenden. Wenn doch, gilt es Hautkontakt zu vermeiden und für eine gute Belüftung zu sorgen.

Je mehr Anwendungen man für das Discounter-Shampoo entdeckt, umso mehr Spaß macht dann auch das Putzen.

Alle Vorteile zusammengefasst:

1. Der Preis: Ein ganzer Liter dieser Discounter-Shampoos ist oft schon

ab 99 Cent erhältlich.

2. Die Umwelt: Ein Shampoo ist mit Sicherheit umweltfreundlicher als scharfe, unnötig starke Spezialreiniger.

3. Die Menge: Ein Liter reicht für viele Wochen.

4. Der Geruch: Viele Shampoos hinterlassen einen angenehmen Geruch nach der Verwendung.

Viel Spaß beim Ausprobieren.

Egon Schütz, Linz

Urlaub in der eigenen Stadt

Ich habe ein neues Lieblingsprojekt: Mich in „meine“ Stadt Linz neu verlieben! Wie das geht? Ich suche mir die Zuckerseiten von Linz heraus! Ich lasse mich vom tollen kulturellen Programm inspirieren, mache Spaziergänge durch die einzelnen Stadtviertel und erforsche auch die kulinarische Szene. Herrlich!

Um ganz ehrlich zu sein, habe ich die Idee von einer Tiroler Freundin geklaut. Sie stellte leicht schamhaft fest, dass sie zwar sehr weit gereist ist, aber nur sehr wenig über die nahe Heimat weiß. Ihrem Vorbild folgend habe ich mir zum Ziel gesetzt, mindestens einmal im Monat „Heimatkunde“ zu betreiben. Bewusst klappere ich einerseits die klassischen Touristendestinationen ab: Ich besteige den neuen Dom, der ja „leider“ niedriger als sein großer Bruder Steffl in Wien bleiben musste. Ich staune in den Stahlwelten der VOEST über die unglaublichen Dimensionen dieses Konzerns und lasse mich im ARS Electronica Center von den neuesten elektronischen Highlights überfordern.

Auch die Linzer Museen werden durchforstet. Aber bewusst suche ich mir auch kleinere Projekte heraus. So entdeckte ich in der Tabakfabrik „Die Schule des Ungehorsams“ von Gerhard Haderer und stellte fest, welch feine Ironie in seinen Karikaturen steckt. Andererseits erforsche ich auch die einzelnen Stadtviertel. Hier ist mein treuer Drahtesel mein Gefährte. Das Radeln ermöglicht mir größere Distanzen in der Stadt relativ problemlos bewältigen zu können. Gleichzeitig bewahre ich mir trotzdem die Möglichkeit des geruhsamen Entdeckens und Schauens. Ich entdecke schöne Innenhöfe in angeblichen Scherbenvierteln, schreckliche Wohnsilos und versteckte Häuschen

in Hafennähe.

Auch kulinarisch macht sich meine Liebesreise bezahlt: Das Tsatsiki bei einem Urfahrner Griechen munde-te herrlich und seit ich die polnische Gastlichkeit genossen habe, weiß ich, dass Pierogi gefüllte Teigtaschen sind. Und wer weiß, vielleicht treffen wir uns ja mal zufällig in einem kastanienbebaumten Gastgarten. Der steht nämlich als nächstes auf meiner „to-do-Liste“.



*Mag.ª Alexandra
Köchle,
Schuldnerberaterin,
Juristin*



Statt teurer Aussaatschalen aus Plastik unbeklebte Eierkartons zum Ansäen verwenden. Diese mit Erde füllen und die Samen bereits in den richtigen Abständen aussäen. Wenn die Pflänzchen die richtige Größe haben, kann man diese gemeinsam mit den Eierkartons einpflanzen. Spart Geld und Zeit fürs Pikieren.

von Anonym

Johanniskraut - Kraft der Sonne

Wenn Sie um die Sommersonnenwende herum am Waldrand und über Schotterwege wandern, werden Sie sicherlich das gelb blühende Johanniskraut entdecken. Es wird bis zu einem Meter hoch und ist nach oben hin buschig verzweigt. Am Ende sitzen zahlreiche kleine gelbe Blüten mit 5 Kronblättern.

so natürlich

*Die Kräuterecke
in der Geizhalszeitung*

Typisch für das echte Johanniskraut sind die perforierten länglichen Blätter. Halten Sie das Blatt in die Sonne, werden Sie die vielen Löcher entdecken.

Der Sage nach hat sie der Teufel durchlöchert aus Wut über die Macht der Pflanze. Sie ist ein Schutzkraut - jagt böse Geister und den Teufel und



Foto: Anita Eckerstorfer

Sonnengelbe Blüten

schützt das Haus vor negativen Einflüssen.

Wenn Sie die Blüte zwischen den Fingern verreiben, löst sich das rote Hypericin, das dem „Rotöl“ den Namen gibt und gemeinsam mit vielen anderen Sekundärpflanzenstoffen die stimmungsaufhellende Wirkung hervorruft.

Schon alleine der Anblick des son-

nigen Gelb der Blüten bringt Licht in unsere Herzen. Damit Sie die Wirkung dieser Sommerpflanze auch in der dunklen Jahreszeit nutzen können, gehen Sie an sonnigen Tagen hinaus in die Natur und holen sich die Heilkraft nach Hause.

Am besten gesammelt wird das Johanniskraut ab der Sonnenwende im blühenden Zustand um die Mittagszeit! Da die Stängel sehr hart werden können, schneiden Sie diese bitte ab, damit die Wurzel nicht mitgezogen wird.

Die Pflanze kann als ganzes gebündelt und kopfüber hängend getrocknet werden oder Sie trocknen nur die Blüten! Aus den frischen Blüten stellen Sie das herrliche Rotöl her.

Botschaft, die das Johanniskraut auf der seelischen Ebene vermittelt:

- es heilt alte, tief sitzende Verletzungen
- bringt Sicherheit, neue Perspektiven, Kreativität, neuen Schwung
- stärkt die Nerven
- steigert die Fähigkeit mit Stress umzugehen.

Tee:

1 TL getrocknete oder frische Blüten für 1 Tasse mit heißem Wasser übergießen und 10 min ziehen lassen; als Kur in der dunklen Jahreszeit 3 Tassen/Tag

Öl:

Die frisch gepflückten Blüten in ein trockenes und sauberes Schraubglas füllen und mit hochwertigem Olivenöl bedecken. An einen sonnigen Platz stellen und ca. 4 – 6 Wochen stehen lassen bis es eine rötliche Farbe erhalten hat.

Während dieser Zeit öfter schütteln und darauf achten, dass das Öl nicht zu heiß wird.

Danach durch ein Gazetuch abseihen und in einem dunklen Fläschchen aufbewahren.

Gut als Narbenöl, beruhigend für die gereizte Haut (z.B. bei einem Sonnenbrand), als Massageöl bei schmerzenden Muskeln und Nerven, beruhigend bei Krämpfen im Bauchraum.



Foto: Anita Eckerstorfer

Ein herrlicher Busch

Tinktur:

Die frischen Blüten in ein Schraubglas geben und mit 45% -igen Alkohol bedecken (Verhältnis 1 Teil Blüten, 3 Teile Alkohol). Ca. 6 Wochen stehen lassen und dann abseihen. 3x20 Tropfen in etwas Wasser einnehmen, wenn die Seele Unterstützung braucht!

Als Deko über die Speisen geben:

Die gelben Blüten bringen Farbe aufs Essen und schmecken leicht säuerlich und zart im Abgang.



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

Körperpflege in Eigenregie

Haut und Haare sind ungeschützt allen Belastungen durch Wetter und Umweltgifte ausgesetzt. Der Handel bietet zahllose Spezialprodukte an, eingehend auf Hauttyp, Jahreszeit und Klimazone. Diese entfalten eventuell Zusätze, die bedenklich sind.

Wenn ich nun meine Pflege selber in die Hand nehmen will, muss ich mir zuerst über die Probleme und Bedürfnisse klar werden, um die ich mich kümmern möchte.

Für die Arbeit braucht es dann ein paar Hilfsmittel:

Ein Schraubglas, eine leere Sprühflasche, ein Stäbchen aus Holz zum Umrühren, ein Tropffläschchen, eine Küchenwaage, ätherische Öle, Olivenöl, Zitronen, Eier und los geht's!

HAARPFLEGE: 2 Dotter, 2 TL Olivenöl, Zitronensaft gut mischen und nach dem Waschen im Haar verteilen, 10 min einwirken lassen, ausspülen. Sollten Sie jetzt im Sommer häufig im offenen Cabrio unterwegs sein, wäre noch ein handbemaltes Seidentuch als zusätzlicher Schutz gegen Wind und Sonne empfehlenswert.

STRAFFUNGSMASKE: Sie haben



Bild: pixabay

Cremen verwöhnen und pflegen

nun 2 Eiklar zur Verfügung – schlagen Sie diese sehr steif, tragen Sie sie auf die gereinigte Haut auf und waschen sie nach einigen Minuten ab.

Die Haut ist dadurch gestrafft und vor dem Austrocknen geschützt.

MÜCKENSpray: dieses jahreszeitlich interessante Erzeugnis besteht aus 4 EL mindestens 40%-igem Al-

kohol (Weingeist) und 7-10 Tropfen ätherischen Ölen (zB. 5 Citronella+3 Eukalyptus). Alles in eine 100ml Sprayflasche geben und mit abgekochtem Leitungswasser auffüllen, kurz schütteln.

SONNENSCHUTZ: Kokosöl ist ein



Bild: pixabay

Ätherische Öle duften und wirken

ideales Sonnenschutzmittel, entspricht ca. LSF 8 und ist für Mitteleuropa ausreichend. Nun ist aber doch ein Sonnenbrand passiert, das Mittel ist Aloe Vera, die ist aber nicht immer zur Hand. Dann hilft es, ein sauberes Tuch in 1l Wasser + 1 Tasse Apfelessig zu tauchen, auswringen und ein paar Minuten auflegen, 2-3 mal wiederholen

STINKEFÜSSE: Das Wundermittel im Haushalt gegen Gerüche ist Natron. 3 TL davon im Fußbad neutralisieren den Geruch und machen die Haut weich, 20-30min baden.

Üblicherweise sind auch die Schuhe duftintensiv. Da hilft Zimtpulver, das über Nacht eingestreut wird – wer wollte nicht schon mal Sneakers, die nach Weihnachten duften? Dann aber dunkle Socken anziehen! Kaffeebohnen über Nacht im Schuh helfen auch.

Bei meiner Produktauswahl habe ich an den bevorstehenden Sommer gedacht, die meisten meiner Vorschläge stammen von smarticular.net., nur 2 sind aus dem eigenen Repertoire.

Viel Erfolg beim Rühren und damit ei-

nen unbeschwerten Sommer wünscht euch

Helga Herzog

PS: Schneidet Kräuter mit einer Schere über dem Topf oder dem Teller, das Messer drückt die kostbaren Öle in das Holzbrett, welches dann auch noch abgewaschen werden muss.

Enghalsige Glasgefäße oder Thermoskannen haben oft schon einen bräunlichen Rand, den entfernt man/frau mit 1EL Reiskörnern und etwas Wasser – kräftig schütteln.



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

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^a. Brigitta Schmidberger

Vereinskassierin: Mag^a. (FH) Alexandra Riegler-Klinger MA, MSc, MAS

Geschäftsführer: Mag. (FH) Ferdinand Herndler

Redaktionsteam dieser Ausgabe: Mag^a. Alexandra Köchle, Katharina Malzer, Helga Herzog,

Anita Eckerstorfer

Layout: Sabine Beilner

Verlags- und Herstellungsort: Linz

DVR: 0810100, ZVR: 581563020

Grundlegende Richtung: Geizhalszeitung Österreich ist eine unparteiische und unabhängige Zeitung der SCHULDNERHILFE OÖ zum Thema „Bewusstsein 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 Haushaltsbuch „Haushalt & Geld“ kostenlos zugesandt!

Papiertasche

von Paul Emberger

Ich nutze die Papiertaschen mit Schnurhenkel (hoffe das heißt so) mehrfach: 1. zum Einkaufen, 2. für Müll und 3. entferne ich vor dem Wegschmeißen die Henkel und nutze diese praktischen und langlebigen Schnüre z.B. im Garten.

Bananen

von Anonym

Bananen werden oft schon nach kurzer Zeit braun. Dieser Reifeprozess kann verzögert werden, wenn das Stielende mit einer Frischhaltefolie umwickelt wird. Die Früchte sondern so weniger von dem Gas (Ethen) aus, das fürs schnelle Reifen der Bananen

verantwortlich ist und bleiben dadurch länger frisch.

Ausprobieren, Sie werden den Unterschied deutlich merken!

Matschige Früchte

von Anonym

Sehen zwar oft nicht so schön aus, eignen sich aber hervorragend fürs Einkochen.

Früchte sind eigentlich erst richtig reif und geschmackvoll, wenn sie vom Baum fallen. Dann sind sie aber eben auch oft schon matschig und sehen nicht mehr so schön aus. Lassen Sie sich davon nicht täuschen. Geschmack hat dieses Obst mehr und der ist ja schließlich beim Einkochen ausschlaggebend.

Daher bei solchen Früchten, die dann oft auch vergünstigt angeboten wer-

den, zugreifen und sie zu Marmelade verarbeiten!

Frisch Gekauftes aufbewahren

von Eva Wolkerstorfer

Ordnen Sie nach dem Einkauf frisch gekaufte Lebensmittel im Kühlschrank und auch im Vorratsregal immer hinten ein.

So werden zuerst die älteren Lebensmittel verwendet und es wird vermieden, dass Produkte mit älterem Haltbarkeitsdatum nach hinten rutschen, übersehen werden und verderben.

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.

M E D I E N E C K E



Broschüren der SCHULDNERHILFE OÖ

In zahlreichen Broschüren behandelt die SCHULDNERHILFE OÖ verschiedenste Themen rund um Geld und Schulden. Für Jugendliche gibt es Ratgeber zu den Themen „Erste eigene Wohnung“, „Erstes Auto“, „Smartphone und Internet“ bzw. „Geld“, für Erwachsene eine Broschüre zum „Thema Schulden“ bzw. unser Haushaltsbuch „Haushalt & Geld“, für Erziehungsberechtigte das Infoheft „Taschengeld & Co.“. Da-

rüber hinaus erhältlich sind unser beliebter Einkaufszettelblock sowie diverse Plakate.

Diese Materialien können kostenfrei und für Organisationen und Schulen gerne auch in Gruppenstärke bei uns bestellt werden. Am Besten mit dem Bestellformular im Internet auf:

www.schuldner-hilfe.at >> Prävention >> Informationsmaterialien.



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

Blauer Himmel statt blaues Wunder - Zehn Gebote für einen geldsorgenfreien Urlaub

Der große Sommerurlaub steht wieder an. Damit Sie ihn unbeschwert genießen können und er positiv in Erinnerung bleibt, haben wir ein paar hilfreiche Tipps zusammengetragen:

1. Urlaubsplanung: Wer früh und konkret zu planen beginnt, findet leichter ein passendes Angebot.

2. Urlaubsbudget: Legen Sie bereits bei der Planung fest, was Sie sich leisten können und wollen. Vergessen Sie dabei Nebenkosten vor Ort nicht!

3. Kein Kredit für den Urlaub: Auch wenn Slogans wie „Große Ferien - kleine Raten“ verlockend klingen - Urlaub auf Pump wird oft richtig teuer. Und wer möchte schon monatelang ausgerechnet mit zu zahlenden Raten an den vergangenen Urlaub erinnert werden?

4. Preise vergleichen und Angebote nutzen: Reiseportale im Internet bieten die Möglichkeit Flug- und Hotelpreise zu vergleichen. Achten Sie aber auch auf Angebote von Reisebüros und spezielle Rabatte.



Bild: HBLA f. künstl. Gestaltung Linz

Damit Sie wegen des Urlaubs nicht finanziellen Schiffbruch erleiden!

5. Bargeld statt Kreditkarte: Im Urlaub sitzt das Geld meist lockerer. Ein klares Budget und der Verzicht auf die Kreditkarte senken das Risiko.

6. Abseits der Touristenzentren essen und einkaufen: Unauffällige einheimische Lokale sind oft günstiger (und besser).

7. Handy im Urlaub: Wenn Sie außerhalb der EU im Urlaub sind, beachten Sie nach wie vor die Roamingkosten Ihres Providers.

8. Versicherung: Storno, Krankheit, verpasster Flug, Diebstahl ... es kann einiges passieren, was man besser schon vor Reiseantritt regeln sollte.

9. Vertragsbedingungen genau lesen: Ob Buchung, Mietauto oder Reiseversicherung - lesen Sie das Kleingedruckte und fragen Sie nach!

10. Der Erholungswert steigt nicht mit der Entfernung: Erholung findet man auch in der Nähe.



Ich bestelle hiermit

die Geizhalszeitung 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