

1. Geizhalszeitung in Österreich



... für einen bewussten und sparsamen Umgang mit Geld

Preis: kostenfrei!

NEUES in der Geizhalszeitung

Die Geizhalszeitung bekommt ein neues Erscheinungsbild. Neue Währung - Neue Geizhalszeitung!

Ab sofort wird die Geizhalszeitung nur mehr 3-mal jährlich erscheinen, nämlich im Februar, Juni und Oktober des Jahres.

Wir werden beginnend mit März 2002 eine „Geizhalsrunde“ in unseren Räumlichkeiten am Hessenplatz Nr. 11 in Linz gründen, zu der wir Sie alle sehr herzlich einladen. In dieser Runde können Tipps und Ideen ausgetauscht und diskutiert werden und Sie erfahren, wie, wo und wann man einsparen kann. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass oft erst im Gespräch neue Einsparungsquellen auftauchen, die es noch zu erschließen gilt. Wir möchten einen solchen Austausch von Ideen im persönlichen

Die „Geizhalsrunde“ - eine neue Form des Austausches!

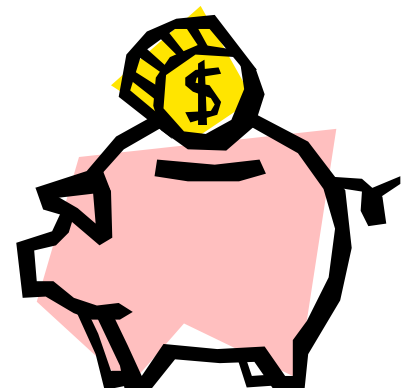
Kontakt fördern und dabei auch den einen oder anderen Tipp für die Geizhalszeitung sammeln. Diese „Geizhalsrunde“ wird von einem Redaktionsteammitglied begleitet. Wir laden noch einmal sehr herzlich dazu ein und wollen unterstreichen, dass Sie keinerlei Verpflichtung dadurch eingehen, sondern vielmehr die Chance nutzen können, zu Informationen zu kommen und im gemütlichen Beisammensein auszutauschen.

Die erste Runde findet am 5. März 2002 von 18.00 bis 20.00 Uhr am Hessenplatz 11, 4020 Linz statt. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Super-Spar-Tipp

Tetra-Packungen nach Gebrauch aufschneiden, auswaschen und als kleine Abfalleimer (z.B. neben Bett, WC, ...) verwenden!

Seite	Inhalt
2	Geld und Familie oder was Kinder kosten
3	Aufgepasst bei Bankgebühren! Impressum
4	Checkliste für Bankgebührenvergleich Kräuterecke
5	Haushalten mit den eigenen Energien Energiesparen
6	In eigener Sache Bestellkarte



Verschiedenes

Selleriesuppe

1 Sellerieknolle und 1-2 Kartoffel waschen, schälen, in Scheiben schneiden, in etwas Öl oder Butter anrösten, 1 l klare Suppe dazu, weich kochen, passieren, mit Pfeffer und Petersilie oder mit geriebenem Käse bestreut servieren.



Für den Frühjahrsputz

Zum Putzen verwende ich nur Essig, Salz und Zitrone. Ich habe für alle Putzarbeiten in der Küche, Bad, Klo etc. eine Sprühflasche mit halb Essig und halb Wasser vorbereitet. Damit wird alles zB Küchenasterl, Fliesen, Spiegel, Spüle etc. besprüht und mit einem trockenen Tuch nachgewischt. (Im Sommer keine Fliegen!) Reinen Essig, den ich in einer Flasche habe, gebe ich ins Spülwasser. Dadurch benötige ich keine Geschirrspülmittel mehr. Essig kommt in das Abwaschwasser und in das Schwemmwasser. Das Geschirr glänzt ohne Chemie. Bei Pfannen, wenn der Boden angebrannt ist, mit Salz bestreuen und einwirken lassen. Sollte beim ersten Mal nicht alles weggehen, haben Sie nach 3 bis 4-maligem Wiederholen – auch wenn das Geschirr schon alt ist – wieder strahlendes Edelstahlgeschirr.

Marianne

Geld und Familie oder was Kinder kosten

Der Zusammenhang zwischen Armut und Kinderzahl ist belegt: So liegt das Armutsrisiko bei einem Paar ohne Kinder bei 4%, bei einem Paar mit einem Kind bei 7%, mit zwei Kindern bereits bei 18%, und mit drei oder mehr Kindern bei 36%¹.

Jedes Jahr zu Schulbeginn merken die Eltern, dass die Ausgaben für Anschaffungen deutlich steigen. Es ist nicht abgetan mit Schulheften; dazu kommen Turnsachen, technisches Material, Kleidung, Schuhe bis hin zum Computer...etc. In der Volksschule kommt man noch mit geringeren Ausgaben davon, aber in höheren Schulen fallen schon mehrere hundert Euro an. Laut einer Elternbefragung 1998 der Arbeiterkammer Wien gehen Beträge bis EUR 763.-- oder ATS 10.500.-- für den Schulbeginn auf.

Aber die Ausgaben für Kinder beschränken sich nicht nur auf die Schule. Sie brauchen auch Sportausrüstungen und Geld für den Sport selbst; Musikinstrumente und Geld für die Musikstunden; Bücher nicht nur zum Lernen, sondern auch einfach zum Lesen; sie wollen fernsehen und lieben Computer- und Videospiele. Kinder haben einfach auch Wünsche für ihre tägliche Freizeit.

1999 wurde im Auftrag des Familienministeriums erhoben, was Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 15 Jahren so alles besitzen:

- ✗ 31 % haben einen eigenen Fernseher im Zimmer
- ✗ 35 % haben Computerspiele
- ✗ 37% haben eine eigene Stereoanlage
- ✗ jedes 2. Kind hat einen eigenen CD-Player und einen Gameboy
- ✗ die meisten haben einen Walkman und Inline-Skaters
- ✗ Fahrrad und Skier haben fast alle Kinder

Von dieser Untersuchung ausgenommen war die Frage nach den Handys. Aber wenn man sich umschaute, weiß man, dass der Großteil Jugendlicher ein Handy besitzt.

Eine weitere Studie des Marktforschungsinstituts ESOMA besagt, dass das Konsumverhalten österreichischer Familien zu 43% von den Kindern beeinflusst wird. Kinder entscheiden über Essen, Kleidung, Fernseher bis hin zum Auto. In den USA liegt diese Zahl bereits bei 60%. Zunehmend werden Kinder und Jugendliche als Konsumentengruppe von der Wirtschaft angesprochen. (Fortsetzung S. 3)

Kinder beeinflussen die Kaufentscheidungen der Eltern!



Aufgepasst bei Bankgebühren!

**Taschengeld:
regelmäßig,
zuverlässig und
zur freien Verfüg-
ung für Kinder**

Im Anspruchsdenken der Kinder den Eltern gegenüber fehlt den Kindern der Blick für die Begrenztheit der Mittel, da dies in der Begriffswelt der Kinder noch keine Rolle spielt.

Viele Eltern wollen und vor allem können bei diesen Trends nicht mehr mithalten, vor allem, wenn es mehrere Kinder gibt. Die Konsumerziehung bei Kindern stellt für Eltern eine große Herausforderung dar, zumal sie durch ihre Vorbildwirkung und ihrem vorgelebten Umgang mit Geld die Kinder prägen.

Daher ist es wichtig, dass Eltern ihre Kinder in Kaufentscheidungen miteinbeziehen und zwar in einer Form, dass Kinder verstehen können, worauf beim Kauf zu achten ist. Nur so können Kinder verstehen lernen, dass auch Einschränkungen notwendig sind. Damit Kinder und Jugendliche lernen, dass nicht alles leistbar ist, sondern einer Planung und einem Abwägen der Wünsche bedarf, empfiehlt es sich, schon früh genug ein Taschengeld zur Verfügung zu stellen. Das Taschengeld soll eine regelmäßige und zuverlässige Einnahmequelle darstellen und sollte den Kindern zur freien Verfügung überlassen werden. Natürlich muss abgeklärt werden, welche Anschaffungen Kinder von ihrem Taschengeld in Zukunft tätigen müssen, damit sie sich orientieren können.

1 Wintersberger, H. 1998: Ökonomie der Kindheit. In: Kränzl-Nagl, Riepl, Wintersberger: Kindheit in Gesellschaft und Politik

ORF: Europa 2000; S. 107ff

Verhandeln lohnt sich in jedem Fall!

Am besten Sie verhandeln mit Ihrer Bank einen Fixpreis inkl. aller Kosten aus (Bankomatkarte, Daueraufträge, Behebungen am Bankomat, Kontoauszüge,...).

Teure Zahlscheine

Grundsätzlich sollten Sie Bareinzahlungen mit Zahlscheinen vermeiden, da die Kosten sehr hoch sind. Für Überweisungen an andere Institute verlangen die Banken zwischen EUR 1.-- bis 2,90 (ATS 20.-- bis 40.--) pro Zahlschein. Bei Überweisungen innerhalb einer Bank fallen EUR 0 bis 1.-- (ATS 0 bis 13,76) an Spesen an.

Ins Ausland wird's teuer!

Auslandsüberweisungen sind trotz der Einführung des Euros nicht billiger geworden. Die Kosten belaufen sich von ca. EUR 7,27 (ATS 100.--) aufwärts. Fragen Sie vor einer Überweisung nach der Höhe der Spesen, damit Sie keine bösen Überraschungen erleben.

Internet kostet auch!

Internetbanking ist eine neue günstige Form Bankgeschäfte abzuwickeln, weil viele Banken fixe Leistungspakete anbieten. Die vierteljährlich anfallenden Kosten können dadurch gering gehalten werden. Allerdings gilt es zu beachten:

Sie sollten sicher sein, dass Sie künftig alle Geschäfte über das Internetbanking abwickeln, denn zusätzliche Beanspruchung von persönlicher Beratung oder Leistungen am Schalter kostet auch zusätzlich und wesentlich mehr. Beispiel: Eine Barbehebung am Schalter schlägt sich dann mit bis zu EUR 0,65 (ATS 9.--) zu Buche!



Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:

Verein für prophylaktische Sozialarbeit
Schuldner- und Familienberatung
Hessenplatz 11/2, 4020 Linz
Tel.: 0732/77 77 34-0
Fax: 0732/77 77 58-22
E-Mail: linz@schulden.at
Online: www.schulden.at

Vereinsobmann: Mathias Mühlberger
Vereinskassiererin: Mag. Brigitta Schmidberger
Geschäftsführer: DSA Ferdinand Herndler
Redaktion: DBP Katharina Malzer,
DSA Maria Casagrande,
Lotte König, Helga Herzog, Irene Zobl
Layout: DSA Klaus Wögerer

Verlags- und Herstellungsort: Linz

Grundlegende Richtung:

Die 1. Geizhalszeitung in Österreich ist eine unparteiische und unabhängige Zeitung der Schuldner- und Familienberatung des Vereins für prophylaktische Sozialarbeit zum Thema „Bewusster und sparsamer Umgang mit Geld“.

Freiwilliger Druckkostenbeitrag:

VKB (Volkskreditbank)
BLZ: 18600
Kto-Nr.: 10.620.110

Kräuterecke

Für Nudelfreunde

Im März/April Basilikum in einer Fensterkiste ansäen. Das erste Mal wird man im Juni/Juli ernten und daraus ein sehr günstiges Basilikum-Pesto bereiten können. Für jene, die es nicht erwarten können, ist das Bärlauch-Pesto eine ideale Alternative.

Spaghetti mit Bärlauch-Pesto

Für 4 Personen :

50 g Bärlauchblätter, gewaschen, abgetropft, grob geschnitten, 100 g frisch geriebener Parmesan, 100 g geröstete Sonnenblumenkerne, 1/8 l Sonnenblumenöl, Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle.

Alle Zutaten mit dem Stabmixer oder einer Küchenmaschine zerkleinern und pürieren. Spaghetti (125-150 g pro Person) al dente kochen, abgießen und in eine Schüssel geben. Mit dem Bärlauch-Pesto vermischen. Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Basilikumpesto

1 Bund Basilikum, 3 Knoblauchzehen, 2 EL Pinienkerne, Meersalz, 50 g frisch geriebener Pecorino oder Parmesan, 1/8 l Olivenöl, Basilikum zum Garnieren.

Basilikum waschen, trocken schütteln, Stiele entfernen und Blätter grob hacken. Knoblauch schälen, grob zerkleinern und mit Basilikum, Pinienkernen und 1 Prise Salz in einem Mörser zu einer Paste zerreiben. In eine Schale umfüllen, Käse darunter mischen und langsam unter Rühren Olivenöl dazugeben, bis die Paste cremig wird. (Für Schnelle: mit Stabmixer arbeiten) Pesto mit 3-4 EL von dem kochenden Wasser der Nudeln geschmeidig verrühren, dann schnell und gründlich mit den Nudeln mischen und mit Basilikum garnieren.

Checkliste zum Vergleich von Bankgebühren

Wir haben eine Liste an Fragen zusammengestellt, die Sie in verschiedenen Banken abfragen können. So erhalten sie eine genaue Übersicht über die Zahlungsbedingungen, die miteinander vergleichbar sind. Sie können die Liste kopieren und beliebig ergänzen.

Bank A	Bank B	Bank C	
			Wie viel kostet eine Barbehebung/Bareinzahlung am Schalter?
			Wie viel kostet eine Überweisung mit Erlagschein am Schalter?
			Wie viel kostet eine Behebung am Bankomat?
			Wie viel kostet eine Behebung am Selbstbedienungsautomaten?
			Wie hoch sind die Kontoführungsgebühren und welche Leistungen beinhalten sie?
			Wie viel kostet ein Dauerauftrag und Einziehungsauftrag (Durchführung / Erteilung / Löschung)?
			Wie hoch sind die Sparzinsen am Konto?
			Wie viel kostet eine Bankomatkarte?
			Wie viel kostet eine Kreditkarte?
			Wie, wann und wie hoch kann ein Überziehungsrahmen vereinbart werden?
			Wie hoch sind die Überziehungszinsen innerhalb und außerhalb des Rahmens?
			Gibt es zusätzliche Kosten?
			...

Überlegen Sie, welche Leistungen Sie von der Bank wirklich benötigen!

Überlegen Sie, welche dieser Leistungen der Bank Sie am meisten konsumieren und beziehen Sie dies in Ihre Entscheidung mit ein. Z.B. wenn Sie viele Daueraufträge haben, ist es wichtig wie viel diese kosten; wenn Sie viele Überweisungen mit Erlagscheinen tätigen sind diese Kosten am wichtigsten.

Spartipps zum Girokonto

Teuer sind Barbehebungen und Bareinzahlungen, daher am Bankomaten nicht ständig kleine Behebungen durchführen.

Schreiben Sie sich grundsätzlich alle behobenen Beträge bzw. Bezahlungen mit Karte auf, damit Sie am Monatsende keine Überraschungen erleben.

Verhandeln Sie über Ihre Guthabenzinsen am Konto; bis zu 1 % und mehr sind möglich.

Ist Ihr Konto über längere Zeit im Minus, sollten Sie über eine Senkung ihrer Ausgaben nachdenken.

Haushalten mit den eigenen Energien

Dass sich einseitige Belastungen unseres Stützapparates langfristig auf unsere Gesundheit negativ auswirken (z.B. falsches Heben, Tragen etc.), wird uns von den Ärzt/-innen immer wieder gesagt. Darauf will ich hier nicht näher eingehen. Es gibt aber im Haushalt einige Tätigkeiten, bei denen wir uns auch „Erleichterungen“ ausdenken können.

Hier einige Beispiele:

Beim Herausnehmen aus der Waschmaschine die einzelnen Wäschestücke kräftig ausschlagen und in einen Wäschekorb legen. Etwas rasten lassen und, falls die Wäsche nicht im Freien getrocknet wird, in der Mitte über die Leine ohne Klupperl hängen. Besonders gerade Stücke wie Lein- und Tischtücher, Servietten, Küchen-, Hand- und Taschentücher trocknen viel glatter, was beim Bügeln Arbeit und Kraft erspart. Auch bei Unterwäsche gibt es so keine lästigen Klupperlspuren.

Am Dachboden erspart ein Stockerl auf Rollen oder ein ausgedienter Servierwagen das lästige Bücken nach jedem Wäschestück, wenn man den Korb darauf stellt und vor sich herschiebt. Wer in der Nähe der Spüle eine Steckdose hat, sollte sich beim Teigrühren mit dem Handmixer den Mixtopf in die Spüle stellen. Das Arbeiten unter der Ellbogenhöhe ist wesentlich kraftsparender und es ist zudem ein Spritzschutz gegeben.

Dass die Arbeitsflächen in der Küche der eigenen Körpergröße angepasst sein sollen, wird bei Neuanschaffungen oft nicht beachtet.

Besen- und Schrubberstiele sollen so lang sein, dass wir möglichst aufrecht damit hantieren können. Auch der Staubsauger kann auf unverstellten Bodenflächen ohne Bückhaltung rhythmisch vor- und zurückgeführt werden.

Eine gewisse Vorratshaltung bei Lebensmitteln ist empfehlenswert. Mehl, Zucker, Teigwaren, Essig, Öl usw. sollten immer vorhanden sein. Ein Abreibblock neben dem Vorratsschrank, auf dem Lebensmittel vermerkt werden, bevor sie ganz zu Ende gehen, hilft beim nächsten Einkauf dem Gedächtnis nach.

Achten Sie beim Kauf von Arbeitsgeräten wie Bügeleisen, Handmixer, Küchenmesser u.ä., ob Sie Ihnen gut in der Hand liegen, auch das spart Kraft.

Finden Sie Ihre persönlichen Erleichterungen heraus!

Lotte König

Energiesparen

Energiesparen ist nicht ausschließlich ein Umweltthema. Auch wir haben in unserem Körper nur begrenzte Energiereserven und tun gut daran, sparsam damit umzugehen.

4 Regeln habe ich für mich dazu gefunden:

1. Das passende Werkzeug in gutem Zustand ist schon die halbe Arbeit. (Ein Katze mit Handschuhen fängt niemals eine Maus.)
2. Für kleine Leute wie mich ist ein langer Stiel (z.B. am Staubwedel) praktischer und ungefährlicher als eine Leiter.
3. Der Drang, alles selber machen zu wollen ist auch ein Feind unseres Energiesparwillens. Delegieren heißt das Zauberwort.
4. Zum Schluss sei noch die schöpferische Pause erwähnt: Kurz rasten und dabei Arbeitsvorgang- und methode überdenken kann Zeit und Mühe sparen.

Helga Herzog



Medienecke

„Haushalt und Geld“
Ein Behelf zur
Haushaltsführung
Für EUR 0,94
erhältlich unter:
0732 / 77 77 34-0
oder mit Bestellkarte
auf Seite 6!



„Genuß und
Nachhaltigkeit“
Dan Jakobowicz
Promedia Verlag

„Aldidente“ Haushaltsplaner
Betty Laube
Eichborn Verlag

„Sterntaler“
Wie Frauen mit Geld umgehen
S. Fischer Verlag



Verein für prophylaktische Sozialarbeit
 Schuldner- und Familienberatung
 Hessenplatz 11, 4020 Linz
 Tel.: 0732 / 77 77 34-0 >>> Fax: 0732 / 77 77 58-22
 E-Mail: linz@schulden.at >>> Online: www.schulden.at

In
 eigener
 Sache ...

Wenn Spielen Leiden schafft ...



Wenn das Spielen zu Problemen führt, dann ist das Spielen das Problem

Immer höher ist der Werbemittelsatz zum „Spiel mit dem Glück“. Viele Teilnehmer/-innen an Glücksspielen entwickeln ein problematisches Spielverhalten, vernachlässigen Familie, Arbeit, Sozialkontakte und die eigene Gesundheit, um dem Glücksspiel „frönen“ zu können. Laut internationalen Studien sind 1- 3% der Bevölkerung von Spielsucht betroffen (inkl. mitbetroffene Angehörige). In unserer Beratungsstelle wird seit mehr als zehn Jahren Beratung für Menschen mit problematischem Spielverhalten angeboten.



Mehrheitlich melden sich Menschen mit problematischem Spielverhalten nicht selber. Nahe Angehörige, Partner/-innen, andere Beratungsstellen oder Vorgesetzte stellen oftmals den ersten Kontakt her. Zum Teil haben die Angehörigen vom Spielen nur zufällig oder auf Umwegen erfahren wie z.B. durch Kredite, Anzeigen, ständiges Nicht nach Hause kommen, ... etc.

Die Verstrickung in das Glücksspiel ist dann nicht länger zu verheimlichen und bringt Familienangehörige an die Grenze ihrer Belastbarkeit; - die Lügen, das Verheimlichen oder auch Veruntreuung von Geldern kommt auf und führt nicht selten zu Trennungswünschen.

Es werden sowohl Spieler/-innen als auch Angehörige zu Beratungen eingeladen. Nach einem Erstgespräch besteht die Möglichkeit, an der geleiteten Gruppe für Spieler/-innen teilzunehmen oder Einzelberatungen zu beanspruchen.

Die Gruppe bietet die Möglichkeit, von den Erfahrungen der anderen zu lernen und ist für viele zweimal im Monat Fixpunkt, um an der eigenen Veränderung und Stabilität zu arbeiten. Oft ist dieser Ort die einzige Möglichkeit, offen und ehrlich über die eigene Spielsucht zu reden.

Die Gruppe findet jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 18:00 bis 20:00 Uhr in unseren Räumlichkeiten, Hessenplatz 11, 4020 Linz statt.

Wulf Struck

Bestellkarte

Ich möchte hiermit ___ Exemplar(e) der
1. Geizhalszeitung in Österreich bestellen
 Freiwilligen Druckkostenbeitrag an:
 Kto.-Nr.: 10.620.110, BLZ: 18600 VKB

Ich möchte hiermit ___ Exemplar(e) des
Haushaltsbuches „Haushalt & Geld“ bestellen
 Druckkostenbeitrag EUR 0,94

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ, Wohnort _____

Datum, Unterschrift _____



An die
 Schuldner- und Familienberatung
 Verein für prophylaktische Sozialarbeit
 Hessenplatz 11
 4020 Linz