



# Geizhalszeitung in Österreich

... für einen bewussten und sparsamen Umgang mit Geld

Ausgabe 40 / Juni 2011

## Talente statt Geld - Tauschkreise und Zeittauschbörsen

*TIME ist ein Tauschkreis des VSG in Oberösterreich, der auf dem Prinzip der Nachbarschaftshilfe beruht. Durch TIME soll die gegenseitige, freiwillige und unbezahlte Hilfe, die heutzutage nicht mehr selbstverständlich ist, wieder angekurbelt werden. Wir sprachen mit Brigitte Schmid, Mitarbeiterin von TIME, über Idee und Grundsätze von Tauschkreisen.*



Brigitte Schmid,  
Mitarbeiterin TIME

### Wie funktioniert das Tauschsystem?

Das Leben hat uns alle mit Fähigkeiten beschenkt, im Tauschkreis (TK) schenken wir sie weiter. Zusammen sind wir eine Gemeinschaft und bilden ein Netzwerk, in dem wir uns gegenseitig unentgeltlich helfen und unterstützen.

Im Grunde genommen funktioniert der Tauschkreis wie eine gut ausgebauten Nachbarschaftshilfe. Vorteil: Hat man die Dienste einer Person in Anspruch genommen, muss man nicht zwingend jener Person im Gegenzug bei einer anderen Tätigkeit helfen. Unsere Währung heißt Punkte.

Jede/r Teilnehmer/in (TN) erhält bei Eintritt ein Punktekonto mit 10 Punkten Startkapital. Die Mitteilung über Tauschvorgänge an die Tausch-Zentrale erfolgt über den sog. Buchungsschein. Der Empfänger der Dienstleistung übergibt dem

Tauschpartner einen ausgefüllten und unterschriebenen Schein, dieser reicht ihn innerhalb eines Monats bei der Tauschzentrale ein. Auf diesem Konto werden die Austauschvorgänge zw. den TN dokumentiert. 1 Punkt entspricht umgerechnet 1 €. Bei Dienstleistungen werden, unabhängig von der Tätigkeit, 10 Punkte/Stunde verrechnet. Bei Sachwaren wird der Wert eines ungefähren Eurobetrages, laut Selbsteinschätzung der Tauschpartner, geschätzt und verrechnet.

Die Angebote bzw. Nachfragen stehen in der vierteljährlich erscheinenden Tauschzeitung. Aktuell sind sie auf der Homepage [www.vsg.or.at](http://www.vsg.or.at) abrufbar.

Viele Tauschaktivitäten werden spontan bei den Tauschtreffen verhandelt bzw. besprochen. Meist sind dies einmalige Tauschaktivitäten und erscheinen somit nicht

Fortsetzung Seite 2

### Inhalt

#### Seite

|   |   |
|---|---|
| 2 | Interview (Forts.)<br>Erfahrungen einer<br>Tauschkreis-Teilnehmerin |
| 3 | Vom Gehen<br>Urlaub in der eigenen Stadt                            |
| 4 | check IT - Webshopping<br>Dünger selbst gemacht<br>Impressum        |
| 5 | LeserInnentipps<br>Medienecke                                       |
| 6 | In eigener Sache<br>Bestellkarte                                    |

## Super-Spar-Tipp

von Gabi Huemer

*Sonnencremereste aus dem letzten Sommer kann man noch zum Putzen für Lederschuhe verwenden.*



in der Zeitung oder auf der Homepage. Es können Punkte gesammelt werden, jedoch muss der Umlauf gewährleistet sein.

Um den Umlauf und die Gemeinschaft zu unterstützen, findet einmal monatlich ein Tauschtreffen statt. Bei diesen Treffen nehmen die TN leicht zu transportierende Sachwaren bzw. Lebensmittel mit und tauschen sie untereinander. Mehrmals jährlich werden gemeinsame Aktivitäten wie Eisstockschießen, Faschingsfeier, überregionale Tauschtreffen, Sommerfest etc. veranstaltet. Bei **TIME** werden soziale und generationsübergreifende Kontakte gefördert.

### Wie viele Personen sind aktuell im Tauschkreis?

Derzeit sind im **TIME**-Tauschkreis 72 Personen. Es kann ebenso mit den TN von Partnertauschkreisen getauscht werden, somit ist es eine große Tauschgemeinschaft.

### Gibt es Voraussetzungen für die Mitgliedschaft?

Gegenseitige Hilfe und Unterstützung wird bei uns groß geschrieben. Wertschätzung und Kooperation stehen vor Konkurrenz und Profitdenken. Mit dieser Einstellung kann grundsätzlich jeder mitmachen. Im Vorfeld ist ein persönliches „Kennenlerngespräch“ wichtig und notwendig.

### Was kann getauscht werden?

Sowohl Dienstleistungen als auch Sachwaren. Die Dienstleistungen müssen moralisch vertretbar und im Sinne der Nachbarschaftshilfe sein: Senioren-, Kinder-, Tierbetreuungen, Gartenarbeiten, Haushaltstätigkeiten, handwerkliche und künstlerische Tätigkeiten, Botendienste, PC- und Büroarbeiten, Musikunterricht, Nachhilfe, Übernachtungsmöglichkeiten, Massagen, kosmetische Behandlungen usw. Sachwaren: Möbel, Bücher, CDs, DVDs, Bekleidung, Spielwaren, Baby- u. Kinderartikel, Schuhe, Ziergegenstände, selbstgemachte Lebensmittel (Mehlspeisen, Aufstriche, Salate usw.).

### Mit welchen Kosten muss man rechnen?

Dies ist von TK zu TK verschieden. Da **TIME** von der Stadt Linz gefördert wird, beträgt die einmalige Einschreibgebühr 20 €. Weitere Kosten fallen nicht an.

## Erfahrungen einer langjährigen Tauschkreisteilnehmerin

### Wie lange sind Sie schon beim Tauschkreis?

8 Jahre

### Wie sind Ihre Erfahrungen?

Bei den regelmäßigen Treffen habe ich viele nette Kontakte geknüpft. Es gibt eine sehr gute und hilfsbereite Leitung des Tauschkreises. Ich habe dort Sachen erworben, die ich mir mit Geld nicht hätte leisten können. Es gibt keine sozialen Schichten - jeder tauscht mit jedem. Jede Stunde (Tätigkeit) ist gleich viel wert, egal ob man z.B. einen Babysitter oder eine Massage in Anspruch nimmt. Sachen, die man selber nicht mehr braucht, können sinnvoll weitergegeben werden.

### Warum würden Sie jemandem anderen empfehlen, sich am Tauschkreis zu beteiligen?

Nachbarschaftshilfe wird gefördert (soziale Kontakte). Man braucht kein Geld. Die soziale Situation bzw. Lebensqualität kann verbessert werden. Man kann sich mit Dienstleistungen (natürlich nur im Sinne der Nachbarschaftshilfe)

und Waren versorgen, die man sich sonst nicht leisten könnte. Und der ökologische Aspekt: Weg von der Wegwerfgesellschaft.

### Was tauschen Sie und was nehmen Sie dafür gerne in Anspruch?

*Was ich alles schon getauscht habe:* Brot backen, Kinderbekleidung und Spielsachen, Videos, CDs, Bücher, Spiele, Selbstgebasteltes (z.B. Oster- bzw. Weihnachtsschmuck), Hilfe beim Einkaufen, Kinder betreuen, Blumen gießen, Tiere betreuen.

*Was ich schon alles in Anspruch genommen habe:* selbstgemachte Lebensmittel, Kleidung, Pflanzen, Gitarrenunterricht, Massage, Rasenmähen, Computerhilfe.

### KONTAKT

VSG TIME - die Zeittauschbörse  
Johann-Konrad-Vogel-Straße 2, 4020 Linz  
[www.vsg.org.at/time](http://www.vsg.org.at/time)  
[brigitte.schmid@vsg.org.at](mailto:brigitte.schmid@vsg.org.at)  
0732/77 73 75-11

## Vom Gehen (von Maria Casagrande)

Wer kennt nicht den Wunsch nach Bewegung/Sport, frischer Luft, Auszeit, Tapetenwechsel, Zeit mit Freund/innen? Es ist schwierig, zwischen den ganzen Anforderungen des Alltags, Freundschaften gut zu pflegen und für Ausgleich und Ruhe zu sorgen.



Aus diesem Grund haben wir, Freundinnen und ich, vor Jahren begonnen, zu Ostern wandern zu gehen; immer den gleichen Weg. Dabei geht es uns weniger um sportliche Leistung als um Bewegung und Begegnung. Das Besondere an ein paar gemeinsam verbrachten aufeinander folgenden Tagen des Gehens ist, dass vieles möglich ist: Da kann man miteinander reden und schweigen, lachen und Sorgen teilen, entdecken und staunen. Das eine oder andere Rezept wird ausgetauscht, Kräuter für Tees werden gesammelt und Pläne geschmiedet. Die Liste lässt sich beliebig erweitern. Alles und jede/r hat Platz.

Solche Tage sind Kraftspender und leicht zu organisieren. Es gibt unzählige Wander- bzw. Weitwanderwege in der Umgebung, die nicht so anspruchsvoll, jedoch nicht minder schön sind. Oft kann man quasi von der Haustür aus zu Fuß malerische Ziele erreichen. Lange Anfahrtswege, vor denen viele zurückschrecken, sind daher gar nicht notwendig. In den Orten, die wir „begehen“, nutzen wir die einfachen Unterkünfte, die meist nicht überlaufen sind. Durch die jährliche Wiederholung ist ein „Checken“ der Zimmer auch nicht mehr aufwändig. Wir freuen uns jedes Jahr auf diese „unsere“ Zeit.

Und was das alles mit Sparsamkeit zu tun hat? Weil wir niemanden brauchen, der uns diese drei Tage im Jahr organisiert und ein Programm vorgibt. Wir gehen einfach und staunen immer wieder, wie wenig es braucht, um erfüllte, bereichernde Tage zu erleben, die unbezahlbar sind.

## Urlaub in der eigenen Stadt (von Helga Herzog)

„In Linz beginnt's“ hieß es vor Jahren und das Ziel war, der „schmutzigen“ Stahlstadt ein neues Image zu verpassen. Und es begann: Das Ars Electronica Center, das Lentos, das Design Center waren Meilensteine und als 2009 das Kulturhauptstadtjahr anbrach, kamen die Touristen von weit her zu uns! Und was wissen wir über unsere Stadt? Urlaub in Linz! Das wär doch mal was anderes! Ich denke, Linz ist spannend und das bei jedem Wetter!

Die Stahlwelten der VOEST sind ein Hit, vor allem, weil die Führungen meist so gelegt werden, dass die Besucher zu einem Anstich zurechtkommen – so stell ich mir den Weltuntergang vor!

Der Wissensturm ist ein Eldorado für Leseratten aller Altersgruppen und was es sonst an neuesten technischen Unterhaltungsmöglichkeiten auszuprobieren gibt, kenne ich nur vom Hörensagen. Das AEC ist virtuelles Vergnügen der Sonderklasse – im nächsten Urlaub nehme ich mal meinen Mut zusammen und mir dafür Zeit. Und bei Schönwetter? Es lockt der Botanische Garten mit seinen jahreszeitlich verschiedenen Sonderschauen.

Der Pöstlingberg ist mit der neuen Bahn ab Hauptplatz zu erreichen, also rauf zum Tierpark, zur Wallfahrtskirche, der schönen Aussichtsterrasse und der Grottenbahn. Eine Schifffahrt auf der Donau – schon bis Aschach ist es ein geselliger Spaß. Ein Spaziergang an der Donaulände versetzt Sie zudem auch noch mitten hinein in den Skulpturenpark des FORUM METALL.

Das Linzer Schloss mit seinem Museum, das Lentos, das Nordico und die Landesgalerie sind Attraktionen für jeden Touristen, der zu uns kommt – und was davon kennen wir? Im Auslandsurlaub werden wir nicht müde, jedes Kirchlein oder Bürgerhaus, jeden Hinterhof oder Arkadengang aufzusuchen! Von all dem gibt es auch in Linz reichlich! Infos für einen Stadtspaziergang wären im Alten Rathaus zu holen.

Und die Kosten? Wenn ein intensiverer Linzerkundungsplan entsteht ist eine LINZ CARD die preiswerteste Variante. Diese gibt es für einen Tag um € 10,- bis € 15,- oder für drei Tage um € 20,- bis € 25,- und sie beinhaltet - neben Ermäßigungen bei Eintritten - freie Benützung der Öffis. Auch in diversen Gaststätten gibt es mit der Card Preisnachlässe.



## Webshopping – da kannst du Bargeld vergessen

dazugehörenden Kartengebühren „in Kauf nehmen“ – im wahrsten Sinne des Wortes. Scheinbar muss man sich als Kreditkartenbenutzer/in mit der Jahresgebühr von ca. € 55,00 bei den gängigen Kreditkarten abfinden – auch wenn man mal wenig oder nichts kauft. Aber eben nur scheinbar!

Noch vor gar nicht allzu langer Zeit war die Zielgruppe für Kreditkarten vor allem Geschäftsreisende, Gutverdienende und der eine oder andere „Möchtegern“. Mittlerweile haben die Kreditkarten-Unternehmen aber auch „Umsatz-Zwerge“ mit ihren Karten im Visier und bieten dazu auch passende Geschäftsmodelle an. Neben der normalen Karte mit der jährlichen Kartengebühr, gibt es nun „Prepaid-Karten“ mit

einer fixen Monatsgebühr von € 1,50. Diese Karten müssen mit einem Guthaben „aufgeladen“ werden – d.h. man überweist vorab auf das Kreditkartenkonto einen Betrag, über den man dann mittels Kreditkarte verfügen kann. Vom Aufladebetrag wird (zusätzlich zur Monatsgebühr) meist 1 % „Ladegebühr“ verrechnet. Dazu ein Rechenbeispiel: Jahresgebühr = 12-mal € 1,50 = € 18,00. Bis zu einem jährlichen Karten-Umsatz von € 370,00 ist also die Prepaid-Variante günstiger. Weitere Vorteile sind, dass die Ausgabe der Karte nicht an bestimmte Bonitätskriterien geknüpft ist und dass bei Verlust/Diebstahl das Risiko mit dem vorab aufgeladenen Guthaben begrenzt ist.

„Preisbewusste Schnäppchenjäger/innen“ – eine Sorte von Konsument/innen, die im Internet besonders häufig anzutreffen ist. Aber auch für den Einkauf von nicht alltäglichen Waren, die „im Laden ums Eck“ nicht erhältlich wären, eröffnet das Internet ganz neue Möglichkeiten (z.B. fremdsprachige Literatur, Hobbybedarf etc.). Als Internet-Einkäufer/in kommt man meist an einer Kreditkartenzahlung nicht vorbei und somit muss man wohl oder übel auch die

## Dünger selbst gemacht

Pflanzen brauchen gute Erde, aber Dünger kaufen ist oft teuer. Im Sommer braucht man besonders viel Dünger, da Pflanzen (wie z.B. Tomaten) alle 2 Wochen gedüngt werden müssen, um guten Ertrag zu bringen.

Ein einfach herzustellender und besonders günstiger Dünger ist Beinwell- oder Brennesseljauche. Verwenden Sie dafür die jungen Blätter im Frühjahr. Geben Sie möglichst viele davon frisch oder welk in einen dicht verschließbaren Behälter oder in einen Metallkübel, den Sie mit einem Brett abdecken können. Mit Wasser auffüllen und stehen lassen. Nach etwa 10 Tagen ist der Inhalt vergoren, was man daran erkennt, dass er ziemlich übel riecht. Ab damit in die Gießkanne, aber unbedingt im Verhältnis 10:1 mit Wasser verdünnen! Ihre Pflanzen werden es Ihnen mit vielen Früchten danken.



## 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  
www.schuldner-hilfe.at

Vereinsobmann: Mathias Mühlberger  
Vereinskassierin: Mag<sup>a</sup>. Brigitta Schmidberger  
Geschäftsführer: Mag. (FH) Ferdinand Herndler  
Redaktion: Mag<sup>a</sup>. Alexandra Köchle, Mag. (FH) Clemens Rosina, Katharina Malzer, Helga Distl, Helga Herzog  
Layout: Mag. Thorsten Rathner  
Verlags- und Herstellungsort: Linz  
DVR: 0810100  
ZVR: 581563020

### Grundlegende Richtung:

Die 1. Geizhalszeitung in 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)  
BLZ: 18 600  
Kto-Nr.: 10 620 110  
IBAN: AT 481860 0000 10620110  
BIC: VKBLAT2L

## Mit Blumen kochen

Rose, Veilchen, Gänseblümchen, Kapuzinerkresse, Ringelblume, Löwenzahn - sie alle haben eines gemeinsam: Sie sind essbar und daher geeignet, Ihren Speiseplan zu bereichern.

Frisch auf Butterbrote, in Salate oder Suppen gestreut oder unter den Omeletteig gemischt, sind sie nicht nur eine wunderschöne Dekoration, sondern munden auch noch vorzüglich.

Bei Kapuzinerkresse sind die Blätter würzig und schmecken ähnlich wie Kresse. Die Blüten sind weniger intensiv im Geschmack. Mit den leuchtenden orangefarbenen Blütenblättern der Ringelblume können Suppen, Mehlspeisen und Vanillesoße gelb gefärbt werden, daher der Name „Safran der armen Leute“. Veilchen sind mild im Geschmack und daher am besten für Süßspeisen geeignet.

**Wichtig:** Nur Blüten pflücken, die Sie sicher kennen oder einen Blick in ein Pflanzenbestimmungsbuch werfen, denn es gibt auch giftige Blumen wie das Maiglöckchen.

## Nudeln mit Brennesselsauce

Von großen Brennesseln die oberen 2 - 3 Blätter abpflücken. Blätter blanchieren. Zwiebel in Butter anrösten, Knoblauch dazugeben. Brennessel ausdrücken, fein hacken und kurz mitrösten. Würzen und mit Sauerrahm aufgießen. Nudeln kochen und mit Brennesselsauce anrichten.

Samen der Brennessel im September und Oktober sammeln und in Gläsern aufbewahren. Diese kann man als Suppenwürze verwenden und schmecken auch auf einem Butterbrot.

(Edeltraud Mayr)

## Leser/innentipps

### Zum Thema Wäsche und Waschen

Wäschetrocknen an der Leine und am Wäscheständer spart pro Wäsche ca. 42 Cent Stromkosten. Im Laufe eines Jahres ein netter Betrag!

### Waschtemperatur

40 Grad statt 60 Grad sparen im Jahr etwa 40 kg CO<sub>2</sub> und ca. 20 Euro

(Gabi Huemer)

### Für Campingfreunde: Seife im Netz

Viele Camper haben vor ihrem Domizil auf einem Ast einen kleinen Wassersack hängen, der meist nur zum Händewaschen genommen wird.

Mein Tipp: Die Seife in ein Plastiknetz geben, zubinden und ebenfalls auf einen Ast hängen. Hände nass machen, dann Seife im Netz abreiben, abwaschen, fertig. Die Seife liegt nicht herum (vor allem nicht im Wasser) und kann wieder trocknen.

(Waltraud Eder)

## LeserInnenbriefe

*Wenn Sie Spartipps oder interessante Beiträge für uns haben: Senden Sie uns einen LeserInnenbrief. Adresse siehe Impressum (Seite 3)!*  
**Als Dankeschön erhalten Sie bei Veröffentlichung unser EURO-Haushaltsbuch „Haushalt & Geld“ kostenlos zugesandt!**

## Medienecke



### Franz Kotteder: Die Billiglüge Die Tricks und Machenschaften der Discounter

*Die Billiglüge ist das Versprechen der Discounter, dass es ohne Einbußen an Qualität immer noch billiger gehe. Das Buch deckt auf, warum uns vieles teuer zu stehen kommt, was wir bei den Discountern zum Spottpreis erwerben. Und es zeigt auf, dass die Macht beim Verbraucher liegt. Einem Verbraucher der sich bewusst macht, dass irgendwer die Rechnung des Billigwahns bezahlen muss. „Wir müssen wieder lernen, was die Dinge wert sind, die wir kaufen“, so der Autor.*

€ 8,95, 272 Seiten  
 (Verlag: Knaur-TB)  
 ISBN-10: 3-426-77925-0



BERATUNG &amp; PRÄVENTION

**IN EIGENER SACHE**

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

## Neuer Name - gewohnte Qualität

In den über 30 Jahren unseres Bestehens hat sich viel verändert. Die SCHULDNERHILFE OÖ hat sich in dieser Zeit kontinuierlich weiterentwickelt und professionalisiert. Darüber hinaus wurden über die Jahre immer neue Aufgabenfelder erschlossen. 1979, bei der Gründung unserer Organisation, bestand das Team aus einer Sozialarbeiterin und 16 ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen. Heute umfasst das Team mehr als 30 angestellte Mitarbeiter/innen der unterschiedlichsten Ausbildungsbereiche, die in den zahlreichen Beratungs- und Präventionsangeboten tätig sind.

Aufgrund dieser großen Veränderungen über die vergangenen Jahrzehnte wurde in der Generalversammlung am 29.3.2011 beschlossen, unseren Namen von „Verein für prophylaktische Sozialarbeit“ in

## SCHULDNERHILFE OÖ

zu ändern. Der Name wurde bereits in den letzten Jahren als Markenzeichen erfolgreich eingeführt und mit 8.4.2011 ins Zentralvereinsregister eingetragen. Für Sie und unsere Klient/innen und Partner/innen ändert sich dadurch nichts. Auch die Rechtsform sowie die Zentralvereinsregisternummer des Vereins haben sich durch die Namensänderung nicht geändert.

### Ich bestelle hiermit

die 1. Geizhalszeitung in Österreich

\_\_\_ Exemplar(e) der aktuellen Ausgabe

\_\_\_ Abo (drei Ausgaben pro Jahr)

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

\_\_\_ Exemplar(e) des

Euro-Haushaltsbuchs „Haushalt & Geld“

Druckkostenbeitrag EUR 1,--



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

\_\_\_\_\_  
Straße

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

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

An die  
**SCHULDNERHILFE OÖ**  
 Stockhofstraße 9  
 4020 Linz