

# 1. Geizhalszeitung in Österreich



... für einen bewussten und sparsamen Umgang mit Geld

## R.U.S.Z.

### Reparatur- und Servicezentrum

*Unter dem Motto: „Länger nutzen statt kaufen“ repariert das Reparatur- und Servicezentrum R.U.S.Z. Unterhaltungselektronik und Haushaltsgeräte, wie Waschmaschinen und Geschirrspüler.*

Gegründet wurde das Projekt 1998 in Wien; 1999 entwickelte sich daraus das Reparaturnetzwerk, das mittels seiner Hotline zu den unterschiedlichsten Reparaturwerkstätten verschiedenster Branchen in Wien weitervermittelt.

Entstanden als sozialökonomisches Beschäftigungsprojekt für langzeitarbeitslose Menschen entwickelte sich das R.U.S.Z. zu einem kostendeckenden Betrieb.

#### Die Erfolge der letzten Jahre:

- Gründung des Reparaturnetzwerk
- Nachhaltige Dienstleistungen
- Hoher Bekanntheitsgrad
- Öffentlichkeitsarbeit und mediale Präsenz
- Guter Kontakt zur Wissenschaft
- politische Unterstützung
- Errichtung des D.R.Z. Demontage Recycling Zentrums

- Nationale und internationale Umweltpreise

Jährlich werden durch die Arbeit im R.U.S.Z. ca. 4.000 Tonnen Abfall vermieden. Ca. 3.000 Kundengeräte werden jährlich repariert; 700 reparierte Geräte werden an Privatpersonen und Firmen verkauft.



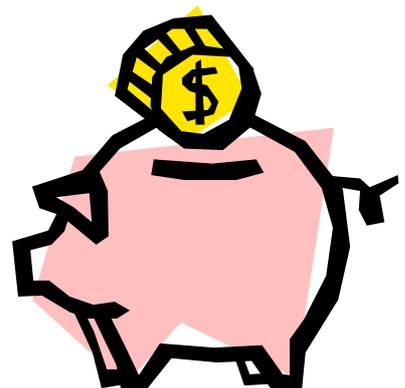
Durch die Wirtschaftskrise wurde das Bewusstsein der Menschen dahingehend geschärft, dass Energie und Rohstoffe nicht unbegrenzt vorhanden sind. Vermehrt werden daher

Fortsetzung Seite 2

## Super-Spar-Tipp

vom Geizhalsteam

*Bananen werden meist abverkauft, wenn sie braune Stellen bekommen. Das ist aber ein Zeichen dafür, dass die Frucht reif ist und nicht fad schmeckt. Daher zugreifen!*



## Inhalt

### Seite

2	R.U.S.Z. (Forts.) Kolumne: Gier
3	Vorrat im Tiefkühlschrank LeserInnen-Tipps Impressum
4	Mit dem Einkommen auskommen Untersetzer selbstgemacht
5	LeserInnentipps Medienecke
6	In eigener Sache Bestellkarte

auch die Dienste des R.U.S.Z in Anspruch genommen.

#### Fakten:

- Plasmabildschirme verbrauchen 7 x mehr Energie als herkömmliche Fernsehschirme
- Geräte auszutauschen, die monatlich etwas mehr Energie benötigen als Neugeräte, ist in der gesamten Ökobilanz, die auch den Rohstoffabbau, die Transporte, die Herstellung, die Distribution und deren Energieverbrauch mit einrechnet, nicht energiesparend!
- Studien haben ergeben, dass seit 2004 die technische Energieeffizienz von Waschmaschinen nahezu ausgeschöpft ist

Laufende Entwicklung des Angebotes ist eine Stärke des R.U.S.Z. So wurde eine Technik entwickelt,

wie gebrauchte Waschmaschinen in eine energieeffiziente und dem heutigen Standard entsprechende Maschine „getuned“ werden können. Nach der Herstellung der Serienreife plant das R.U.S.Z ein Serviceangebot, das dieses Know-how seinen KundInnen zur Verfügung stellt. Denn das Ziel ist: *„Ganz Wien wäscht energieeffizient“*

Immer mehr Menschen wollen dem Konsumwahn entsagen. Wenn das kein Aufruf ist, sorgsam mit unseren Ressourcen umzugehen und selbst einen ökologischen Beitrag zu leisten. Es liegt an jedem einzelnen umzudenken und abzuwägen, ob ein Neuprodukt sein muss, oder durch Reparatur ein Gerät erhalten werden soll.

(Nähere Infos: [www.rusz.at](http://www.rusz.at))

## „Gier is was schiachs, aber nahrhaft!“ (von Helga Herzog)

Das pflegte meine Oma immer zu sagen.

Gier, damit meine ich das „Nicht genug kriegen können“.

Durch gierige Mitmenschen werden immer wieder gutgemeinte, soziale Projekte zum Scheitern verurteilt.

Wenn z.B. eine Firma ihren Angestellten erlaubt, das am Abend übrig gebliebene Brot mit nach Hause zu nehmen und das Personal dann im Hinblick darauf gleich mehr bestellt: So ist das ein Fall von Gier, der letztendlich von Seiten des Betriebes zum Einstellen dieses Angebotes geführt hat.

Das Ungenießbarmachen anfallender Restmengen im Lebensmittelsektor stammt aus dieser Erfahrung, unabhängig davon wie man dazu steht.

Die steigenden Kosten bei den Krankenkassen entstehen auch - zum Teil zumindest – aus einem gierigen, vermeintlichen Anspruchsrecht: da bekommt jemand ein teures Medikament verordnet, weil dies zur Linderung seines Leidens nötig ist. Ein anderer, der davon erfährt, sagt sich: „Das will ich auch haben! Schließlich zahl ich ja auch ein Leben lang die Beiträge.“ Der Gedanke, glücklich zu sein, dass er mit dieser Krankheit

nicht geschlagen ist, kommt einem gierigen Mitmenschen nicht. „Der hat das, das will ich auch, egal, ob ich es brauche!“

Der Grundgedanke jeder Versicherung basiert auf der Überlegung: „Hilfe geben, wenn etwas passiert!“ Jeder zahlt dafür ein, aber nicht jedem passiert etwas und so könnten die Beiträge im Rahmen gehalten werden. Wenn, ja, wenn nicht diese Gierhammel wären, die ständig am Überlegen sind, was sich denn da eventuell in Rechnung stellen ließe. Und die Beiträge müssen erhöht werden – für alle anderen auch.

Anschaungsunterricht in Sachen Gier erhalten wir auch bei den „All inclusive“-Buffets, wenn die Gäste morgens, mittags und abends mit ihren übervollen Tellern durch die Tischreihen stolzieren und dann die übriggebliebenen Reste achtlos zur Seite schieben, um zum nächsten Gang aufzubrechen. Besonders unangenehm fällt das in armen Ländern auf. Ich habe einmal erlebt, dass üppige Essensreste abgewogen und beim Tisch verrechnet wurden. Das hat mir gut gefallen!

Die Angebote: „Nimm 3 zahl 2!“ leben von der Einstellung: „Das 3. von...( ich weiß nicht was ) nehme ich auf jeden Fall! Es kostet nix und wegwerfen kann ich es ja immer noch!“ und der Müll verdoppelt sich!

## Ergänzung zum Artikel „Vorrat im Tiefkühlschrank“ aus der letzten Ausgabe und weitere Tipps (von Helga-Maria Kainz)

Ich gebe die Tiefkühlsackerl gleich in die eckigen Behälter, friere sie ein und brauche das Sackerl nur mehr herauszunehmen, erspare mir das Umfüllen und habe trotzdem die platzsparende eckige Form des Tiefkühlgutes.

Bei dieser Methode kleben aber die Lebensmittel zusammen. Wenn ich ein Zusammenkleben vermeiden will z.B.: Grießnockerl, halbe Marillen etc., dann lege ich die Stücke auf ein kleines Blech, friere sie kurze Zeit ein und gebe sie dann erst in die Sackerl.

Zum Kalorien sparenden Binden von Saucen etc. dünste ich verschiedenes Wurzelgemüse (wie z.B.: für einen Rindsbraten), mixe es und friere den „Brei“ portionsweise ein.

Man kann auch „Butterkugel“ - natürlich kalorienreicher (Butter / Margarine mit Mehl verkneten, eventuell auch Kräuter dazu, Kugel formen) zum Binden von Gemüse, Saucen etc. – sehr gut einfrieren.

**Müllverringerung:** Zwar keine große Ersparnis aber vielleicht auch eine Anregung zur Müllverringerung: Ich überklebe große Joghurtkübel (750 g Inhalt) mit Geschenkpapier oder Tapetenresten und fertig ist die Verpackung für kleine Geschenke.

**Nähtipp:** Im Vorjahr habe ich aus alten Jeans kleine Tascherl genäht und mit der Nähmaschine verziert. Auch feste Einkaufstaschen lassen sich gut aus abgetragenen Jeans herstellen und nach Lust und Laune verzieren.

## LeserInnen-Tipps

### Kniekissen basteln:

Das Füllmaterial von großen Paketen von Versandhäusern (Styropor Packchips) in alten Kissenbezug füllen und die Öffnung gut vernähen. So erhalten Sie immerhin ein praktisches robustes Kissen (z.B. gut geeignet für Haus und Gartenarbeit, falls Sie sich hinknien müssen).

### Wärmflasche länger heiß:

Fügen Sie dem Wasser einen EL Salz und einen EL Essig zu.

### Stumpfe Scheren:

Stumpfe Scheren werden wieder scharf, wenn man damit Sandpapier schneidet.

### Aufgetrennte Wolle glätten:

Wolle kurz in lauwarmes Wasser tauchen, dann über ein Schneidebrett spannen. Auf dem Brett trocknen lassen. So verschwinden die Kräusel.

### Wo drückt der Schuh?

Schuhe dehnen, indem man sie ein paar Stunden mit feuchten Baumwollsocken anzieht.

### Schutz für die Außenspiegel:

Als Schutz für die Außenspiegel kann man im Winter die „Füße“ einer Strumpfhose verwenden, wenn das Auto über Nacht draußen steht. Man zieht die Strümpfe ab und braucht die Spiegel nicht enteisen.

## 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  
Vereinskassierin: Mag<sup>a</sup>. Brigitta Schmidberger  
Geschäftsführer: Mag. (FH) Ferdinand Herndler  
Redaktion: Mag<sup>a</sup>. (FH) Maria Casagrande,  
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 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

## Tipps zum Thema: Mit dem Einkommen auskommen (von Marianne B.)

### Menüfolge festlegen, z.B.:

Montag:	Resttag
Dienstag:	Vegetarischer Tag
Mittwoch:	Fleischtag (z.B. Faschiertes, Wurstnudeln etc.)
Donnerstag:	Vegetarischer Tag
Freitag:	Fishtag
Samstag:	Mehlspeistag (z.B. Kaiserschmarrn etc.)
Sonntag:	Festtag (z.B. Backhendl, Schnitzel etc.)

Jeder sollte sich seinen Bedürfnissen gemäß einen **Wochenplan** zurechtlegen. Auch Kinder in die Planung einbeziehen!

**Angebote:** Bevorzugt man eine gewisse Marke, immer im Angebot soviel kaufen, dass man möglichst bis zum nächsten Angebot auskommt (z.B. Klopapier).

Bei Nudeln, Reis, Zucker etc. **25 %- bzw. 15 %-Tage** abwarten. Hier hilft eine Preisaufstellung! Nur dann erkennt man, ob die Artikel trotz der Prozente

nicht teurer sind (oder sogar woanders ganz ohne Prozente billiger).

Statt **Weichspüler** kaufe ich den billigsten Essig. Die Maschine braucht keine Entkalker. Manchmal wird behauptet Essig mache die Geräte kaputt. Stimmt nicht! Meine Waschmaschine ist über 20 Jahre alt! Auch Bügeleisen etc. lassen sich mit Essig entkalken.

**Zahnpastatuben, Senftuben** etc. aufschneiden. Wenn man sie in der Mitte aufschneidet, kann man sie zusammenstecken bis sie leer sind. Gesichtscremen mit einer Spachtel entnehmen, dann braucht man weniger.

Ich lade mir gerne **Gäste** ein. Sich zu Hause bei Kaffee und Kuchen zu unterhalten ist gemütlicher als in einer Konditorei. „Abwechseln“ z.B. alle 8 oder 14 Tage bei einer anderen Freundin. Filterkaffee ist immer noch der beste und billigste. Beim Kauf überlegen ob es wirklich ein Kaffeeautomat sein muss. Pads und Kapseln sind auf Dauer teuer.

## Untersetzer selbstgemacht

Ast an Ast, geschickt verbunden – der originelle Untersetzer ist schnell selbst gemacht, wenn wir vom Spaziergang ein paar Zweige mitbringen: Mit einer Gartenschere gerade, gleichmäßige Stöckchen in 20 cm lange Stücke schneiden. Nebeneinander auslegen. Zweimal 60 cm Silberdraht (oder hübschen Blumendraht) zur Hälfte knicken, jeweils um ein Ende eines Stöckchens legen und einmal um sich selber drehen. Dann das nächste Stöckchen anlegen und noch eines und noch eines ... Natur pur und schön anzusehen!

(aus: BRIGITTE: Heft 11/2010)



Foto: Thomas Neuwirth

## Weitere LeserInnen Tipps

### Gebackene Brennnesselblätter (4 Pers.)

30 große Brennnesselblätter

Teig:

12 dag Mehl

¼ l Bier/Milchgemisch (je zur Hälfte Bier und Milch)

1 Eigelb

Sz., Muskat

1 Ei Öl

1 Eiklar

Alle Zutaten bis auf das Eiklar zusammenmischen. Schnee schlagen und vorsichtig unter die restliche Teigmasse unterheben. Brennnesselblätter einzeln durch den Teig ziehen und in Öl goldgelb backen. Eine wunderbare Vorspeise.



### Brennnesselspätzle

50 dag Brennnesselblätter

50 dag Mehl

5 dag Öl

0,2 l Milch

3 Eier

Salz, Pfeffer, Muskat

Brennnesselblätter waschen, in Salzwasser weich kochen, abseihen und pürieren. Das Brennnesselpüree, Eier, Öl... zu einem dicken Teig vermengen, ins Salzwasser „hobeln“ und kurz kochen – mit kaltem Wasser abschrecken.

Mit beliebiger Sauce (z.B.: Schinken-Obers-Sauce) servieren.

### Kalkränder

Versuchen sie Kalkränder in Glaskrügen zu vermeiden, indem sie dafür vorgesehene Steine in den Krug geben. Das Wasser wird nicht nur belebt, sondern kalkt auch nicht so stark. Fragen sie in ihrem Freundeskreis, es liegen sicherlich ungenutzte Wassersteine herum.



## 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!*

### Zucker

Nehmen Sie bei diversen Café- und Gasthausbesuchen nicht verwendeten Zucker mit nach Hause. In ein hübsches Glas gestellt schaut das für die Gäste nicht nur lustig aus, sondern kostet auch nichts.

## Medienecke



**Marc Deschka:**

### 500 Spartipps: Wie Sie Zeit, Geld und Nerven sparen

*Das Geld liegt manchmal offen auf der Straße. Sie müssen es nur zusammenkehren, um richtig Kohle zu sparen. Sie möchten wissen, wie? Dann wird dieses Buch bestimmt für einen durchschlagenden Erfolg in Ihrer gebeutelten Haushaltskasse sorgen! 500 effektive Spartipps zeigen Ihnen, wie man kleinere und größere Summen, aber auch Zeit und Nerven sparen kann, ohne dafür an Lebensqualität einzubüßen. Hier finden auch Sie viele Sparideen, bei denen Sie sich fragen werden: „Warum bin ich da nicht schon längst selbst draufgekommen?“*

ISBN: 3897369044

Preis: € 5,-- (Edition XXL)



BERATUNG &amp; PRÄVENTION

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](mailto:linz@schuldner-hilfe.at)[www.schuldner-hilfe.at](http://www.schuldner-hilfe.at)**IN EIGENER SACHE**

# Spartipps aus der Geizhalszeitung im Freien Radio Freistadt

Für viele Menschen in Österreich ist es Realität, dass sie mit wenig Geld auskommen müssen: Alleinerzieherinnen, MindestpensionistInnen, Arbeitslose. Immer mehr wollen sich aber auch freiwillig und bewusst dem Konsumwahn entgegensetzen. Die Geizhalszeitung bietet dazu konkrete Spartipps, die nach Themenbereichen (z.B. Wohnen, Haushalt,..) geordnet, ab Mitte Juni auch im Freien Radio Freistadt vorgestellt werden.

## Sendungsgestaltung:

SCHULDNER-HILFE Linz  
Stockhofstraße 9, 4020 Linz  
Tel. 0732/77 77 34

## Sendezeiten:

ab Mitte Juni  
Montag-Freitag  
10:55 und 19:55 Uhr (jeweils ca. 5 Minuten)

## Zu hören:

auf 107,1 oder 103,1 MHz  
oder via Internet-Livestream auf [www.frf.at](http://www.frf.at)



Viel Spaß beim Hören!

## 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

**SCHULDNER-HILFE**

VEREIN FÜR PROPHYLAKTISCHE SOZIALARBEIT

Stockhofstraße 9

4020 Linz