

1. Geizhalszeitung in Österreich



Preis: kostenfrei!

... für einen bewussten und sparsamen Umgang mit Geld



Selbstwert und Konsum

Einkufen dient allgemein dazu, das physische Überleben zu sichern.

In unserer Gesellschaft ist diese Sicherung für den Großteil der Bevölkerung gewährleistet, wobei das Stichwort „neue Armut“, „Ausstattungsarmut“ sicherlich ein Phänomen ist. Mit zunehmender Sättigung der sogenannten Grundbedürfnisse kommt es zu einer Steigerung des statusbedingten Konsums. Dazu wird eine andere Sehnsucht ins Spiel gebracht:

Die Sehnsucht nach sinnvollen Erlebnissen.

Erlebnisse sind psychophysische Prozesse, die Gefühle, innere Episoden aufwecken. Das Leben soll interessant, faszinierend, spannend, gemütlich und aufregend sein oder auch friedvoll, erheiternd, kontemplativ, aber auf keinen Fall ereignislos, arm an Höhepunkten, langweilig. Beim erlebnisrationalen Konsum haben Waren und Dienstleistungen den Status eines Mittels für innere Zwecke; man wählt aus, um sich selbst in bestimmte Zustände versetzen zu lassen. Erst dann wenn



**Die Geizhalsrunde - Tipps & Austausch - am:
Di. 14. Okt. 2003,
18.00 Uhr
Hessenplatz 11
Linz**

der/die Konsument/-in die Wirkung des Produktes spürt, sich selbst spürt, ist das Produkt als gelungen zu betrachten (Konsum ist hierbei Selbsterfahrung).

Die zwei Wiener Unternehmensberater Geffroy und Wanits meinen: „Kunden suchen ein emotionales Extra-Erlebnis bei einer Shopping Tour und daher beginnt der Verkauf nicht erst an der Kassa sondern viel früher durch eine psychologisch aufgebaute Strategie ähnlich einer Dramaturgie“. Gemäß der produktorientierten Logik wird als Misserfolg definiert, wenn das Produkt bestimmte Eigenschaften nicht aufweist, bessere Produkte am Markt sind, das Preis/Leistungsverhältnis nicht stimmt. In einer erlebnisorientierten Logik drückt sich Misserfolg jedoch durch (weiter S. 2)

Was uns der Herbst bringt ...

Inhalt

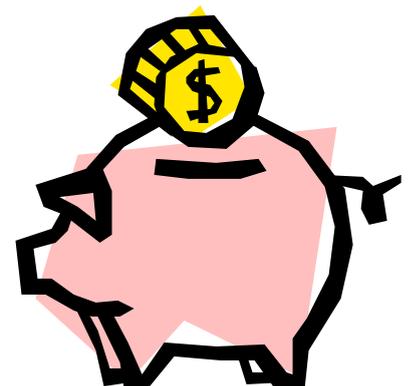
Seite

2	Selbstwert und Konsum Energiespartipps
3	Schiausrüstung mieten Viel Kultur in Stadt & Land
4	Kochrezepte Konservieren: Trocknen & Einsalzen
5	Kulturherbst Leserbrief
6	In eigener Sache: Fotoausstellung Theaterstück

Super-Spar-Tipp

vom Geizhals-Redaktionsteam

Sehr günstig können Sie Waren auf einem Pfarr- oder Vereinsflohmarkt erstehen oder auch loswerden. Zudem können Sie das Feilschen dabei „üben“.





Selbstwert und Konsum

das Fehlen einer intrapsychischen - inneren Wirkung aus.

Produkte müssen Botschaften vermitteln.

Es entstehen sensible Beziehungen zwischen Konsument/-innen und Anbietern. Daher ist ein Kaufhaus als Tempel zu sehen, eine oft barock anmutende Überfrachtung mit Produkten vermittelt das Gefühl von Wohlstand. Alles ist möglich, und „ich“ bin mittendrin.

Ein weiterer Effekt dieser Art von Konsum ist, dass man damit den Eindruck, den andere Menschen von einem haben könnten, zu steuern versucht – indem man ein Image verkörpert, findet er/sie so Zugang zu einer Lebensstil- bzw. Statusgruppe. Das gilt für Erwachsene ebenso wie für Kinder und Jugendliche.

An die Stelle physischen Überlebens tritt das soziale Überleben. Und daher tun Menschen auch viel dafür um „in zu sein“ und diese starren Konsumstandards aufrecht zu erhalten. So werden die Konsumstandards auch bei Verringerung der zur Verfügung stehenden Geldmenge nicht abgesenkt. Man greift auf Sparguthaben und schließlich auf Kredite zurück (M. Abrams 1977).

Ein Absenken der Standards wird als Verlust sozialer Wertschätzung erlebt und löst bei den Betroffenen Selbstwertkrisen aus, die sich nicht selten als Armutsgefühle bemerkbar machen. Wir nennen diese Form der Armut „Anspruchsarmut“, die keine Frage des absoluten oder relativen Existenzminimums ist, sondern eine Frage des beanspruchten Lebensstils. Die Folgen solcher Armutsgefühle können übermäßiger Leistungs- und Karriere- druck sein.

Ohne Rücksicht auf Gesundheit und persönliche Beziehungen wird mehr Geld verdient.

Erschöpfung - depressive Einbrüche entstehen aus dem Bewusstsein, dass die Konsumstandards trotz allen Anstrengungen nicht erreicht werden oder man künftig an seine Grenzen gehen muss, um sie zu erreichen. Aber auch Menschen, die nicht in diese Dynamik einsteigen, erleben häufig ein Gefühl von Ratlosigkeit, innere Leere nach Erreichen des materiellen Zieles.

Gesellschaftlich ist der Leitwert Wirtschaftswachstum: höher, besser, weiter. Die Staatsverschuldung dient dazu als unbewusstes Vorbild.

Geld kann den Selbstwert stärken „Ich bin, was ich habe. Ich habe, also bin ich!“ Armut wird

in dieser Logik mit Versagen gleichgesetzt, beziehungsweise Reichtum mit „etwas-wert-sein“. Was uns wert ist, ist uns teuer. Was teuer ist, muss nichts wert sein. Was nichts kostet, kann viel wert sein. Dies ist aber nur für Kopf

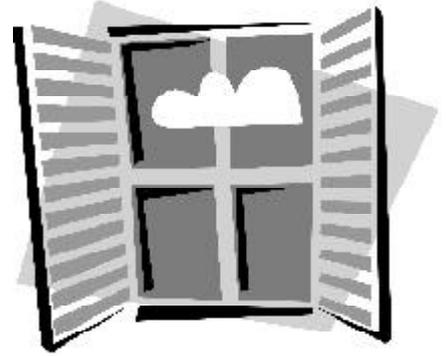


verständlich, die Psyche tut sich schwer damit. Daher kann man zusammenfassend sagen, dass eher psychologische als logische Faktoren die Menschen dazu bewegen so oder anders mit Geld umzugehen, bestimmte Geldstile zu pflegen.

**DSA/Psychotherapeutin
Monika Gumhalter-Schärf**

Regentropfen im Anflug!!!!

Regenschirme können in manchen Geschäften gegen Zahlung einer Kautions für den regnerischen Heimweg geliehen werden. Wenn Sie den Schirm behalten, kostet er die Kautions.



Energiespartipps

Die kühle Jahreszeit kommt auf uns zu. Gerade im Bereich Wärme können Sie sparen, wenn Sie einige Tipps beachten:

x Bei einer höheren Luftfeuchtigkeit reichen niedrigere Temperaturen zum Wohlfühlen.

x Im Schlafrum reicht eine Temperatur von 16 bis 18°C.

x Für die Zeit der Abwesenheit die Räume mit Thermostatventilen auf ca. 15°C temperieren.

x Wärmedämmung hinter den Heizkörpern mit alu-beschichteter Folie.

x Rollläden vor den Fenstern verringern Wärmeverluste und helfen Geld sparen!

x Keinen Vorhang und keine Möbel vor die Heizkörper platzieren, da diese die Wärmeausbreitung hemmen.

x Heizkörper entlüften, da ein Luftpolster im Heizsystem die Zirkulation verhindern kann.

x Richtig lüften: Fenster ganz, aber nur kurz öffnen: ca. 2 bis 4 Mal täglich ca. 5 bis 10 Minuten pro Raum. Fenster kippen ist nicht empfehlenswert! Heizkörper-ventile beim Lüften abdrehen.

**Mehr Informationen beim
O.Ö. Energiesparverband
unter Tel.: 0732/7720-14380
oder unter www.esv.or.at.**

Viel Kultur in Stadt & Land

In vielen österreichischen Landeshauptstädten und Tourismusregionen werden sogenannte „Cards“ angeboten, die kostengünstig viele kulturelle Angebote erschließen. Nachfolgend vier günstige pauschale Erkundungstickets für intensiven Kulturgenuss:

Wien-Karte

Die Karte ist in Wiener Hotels, der Tourist-Info und bei den Verkaufsstellen der Wiener Linien erhältlich. Um EUR 16,90 können Sie 72 Stunden die öffentlichen Verkehrsmittel in Wien benutzen und erhalten in Museen, Sehenswürdigkeiten, u.ä. Ermäßigungen.

(www.wien.info)

Linz City Ticket

Die Karte ist in Linzer Hotels und der Tourist-Info erhältlich. Um EUR 20.-- können sie elf Linzer Museen besuchen, eine Stadtrundfahrt machen, mit der Pöstlingbergbahn und der Grottenbahn fahren und erhalten zudem einen EUR 10.-- Restaurantgutschein.

(www.linz.at)

Salzkammergut-Erlebnis-Card

Die Karte ist in allen Tourismusbüros und Bahnhöfen im Salzkammergut erhältlich. Um EUR 4,90 erhalten Gäste für die Dauer ihres

Urlaubes bis zu 30% Ermäßigung bei Schifffahrten, Bergbahnen, Salzbergwerken, Museen, Bädern sowie bei Verkehrsverbindungen, u.ä.

(www.salzkammergut.at)

Innsbruck-Card

Die Karte ist in der Innsbruck-Information erhältlich. Um EUR 23.-- können Sie für 48 Stunden die öffentlichen Verkehrsmittel und Bergbahnen in Innsbruck benützen und haben Eintritt in alle Innsbrucker Museen.

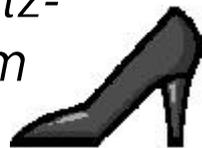
(www.innsbruck-tourismus.com)

Schiausrüstung mieten

Eine Schiausrüstung auszuleihen kostet pro Tag ab ca. EUR 15.— für Ski inkl. Bindung und ca. EUR 5.— für Schischuhe. Der Neupreis für eine Schiausrüstung (Schi, Bindung und Schuhe) beträgt ca. EUR 400.—. D.h. erst nach mehr als 20 Mal ausleihen kommt eine gekaufte Ausrüstung billiger. Wer nur zwei bis vier Mal pro Jahr Ski fährt, spart sich damit die teuren Anschaffungs- und Servicekosten. Den Verleih von Schiausrüstung bieten fast alle Schischulen und Sporthändler in Liftnähe an.



Schuhputz- tipps vom Meister!



Schuhe, die gut gepflegt werden, sind länger tragbar und sehen gut aus!

x Anziehen: Immer einen Schuhlöffel verwenden!

x Reinigen: Schmutz an den Schuhen nicht antrocknen lassen, sondern mit feuchtem Tuch abwischen. Feuchte und nasse Schuhe nur mit Zeitungspapier ausstopfen und in Form drücken (Keine Schuhspanner!).

x Pflege: Immer vor dem eincremen die Schuhe mit einem Tuch abwischen. Bei Glattlederschuhen Schuhcreme mit einer Bürste auftragen und anschließend mit ausrangierten Nylonstrümpfen aufpolieren.

x Schuhspanner: Bringen die Schuhe wieder in Form. Achten Sie auf die richtige Größe! Holzspanner haben den Vorteil, dass sie Restfeuchte aufnehmen können.

Schuhmacherei Atteneder, Linz

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: Ferdinand Herndlner
Redaktion: Maria Casagrande,
Katharina Malzer, Klaus Wögerer,
Helga Distl, Sylvia Habib, Helga Herzog
Layout: 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: 18.600
Kto-Nr.: 10.620.110

Kauf-nix-Tag am 29. Nov. 2003

Die Idee des Kauf-nix-Tages (Buy Nothing Day) ist es, einen Tag lang nichts zu kaufen und dabei nachzudenken, wie sich unser Konsum auf uns und unsere Umwelt auswirkt. Zudem ist der Tag ein Protest gegen die „Kaufwut“ um Weihnachten.

www.buynothingday.de

Quitten-Duft

Diese alte Obstart eignet sich als natürlicher Duftspender in der Küche oder im Wohnzimmer und als Dekoration in der Fruchtschale.

Zwetschkenknödel aus Germteig

für 35 Stk. Knödel

Zutaten:

250 g Mehl, 15 g Hefe, 1 EL Zucker, ca. 1/8 l Milch, 30 g Margarine, 1 Ei, 1 Prise Salz, abgeriebene Zitronenschale, ca. 35 Stk. Zwetschken und 35 Stk. Würfelzucker

Zubereitung:

Mehl in eine Schüssel geben, zerbröselte Hefe, lauwarme Milch und 1 EL Zucker in die Mitte geben und mit einem Teil des Mehls verrühren. Zugedeckt 15 Minuten an einem warmen Ort rasten lassen. Dann Margarine, Ei, Salz und Zitronenschale der Reihe nach unterkneten. Zugedeckt 15 Minuten rasten lassen. Zwetschken waschen, den Kern entfernen und mit einem Stück Würfelzucker ersetzen. Den Teig ca. 1 cm dick ausrollen und mit dem Teigrad Quadrate ausschneiden (ca. 7 x 7 cm). Jedes Quadrat mit einer Zwetschke belegen und Knödel formen. Die geformten Knödel müssen nicht schön rund sein! Wiederum zudecken und nochmals 10 Minuten gehen lassen. Knödel in das leicht wallende Wasser einlegen und 10 bis 15 Minuten darin ziehen lassen. Die Knödel sind gar, wenn sie an der Oberfläche schwimmen. Servieren Sie die Knödel mit gerösteten Bröseln oder mit geriebenen Nüssen. Auch geriebener Mohn mit Zucker schmeckt vorzüglich. Einen Teil der Knödel können Sie, nachdem diese erkaltet sind, einfrieren.

Konservieren: Trocknen & Einsalzen

Trocknen:

Luft-Trocknen können Sie in der Nähe einer Heizung oder auf einem luftigen Dachboden. Es ist dies eine gute Möglichkeit für Pfefferoni, geschnittene Pilze und Apfelscheiben. Fädeln Sie die einzelnen Stücke auf Spagat und hängen Sie diese wie Wäsche auf. Im Backofen legen Sie das geschnittene Obst auf Gaze oder dünnes Leinen, dann fällt es nicht durch den Rost, wenn es beim Trocknen kleiner wird, stellen Sie 50°C ein und lassen Sie die das Backrohr einen Spalt breit offen (Kochlöffelstiel einwickeln). Die Dauer – etwa 6 bis 12 Stunden – richtet sich nach dem Obst und der Dicke der Scheiben. Diese sollten dann ledig biegsam sein und nicht brechen. In einem Glas mit dichtem Schraubverschluss sind sie dann am Besten aufgehoben. Sollten sich darin Wassertröpfchen bilden, nochmals kurz übertrocknen. Sie können Äpfel oft günstig bei Bauern erstehen. Neben Gärten wird manchmal auch Obst zur freien Entnahme abgestellt.

Kräuter einsalzen:

200 g frische Kräuter: Petersilie, Basilikum, Dill, Kerbel, Thymian, Liebstöckl, Rosmarin, Schnittlauch – oder was auch immer Ihre besondere Lieblingskräutermischung ist – waschen, trockentupfen, klein schneiden und mit 30 g Salz gut vermischen, in Gläser füllen und fest verschließen.

Süßsaurer Kürbis

Zutaten:

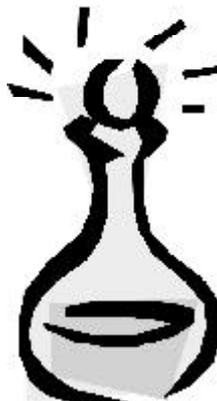
2,5 kg Kürbis, 1,5 kg Zucker, 1 Tasse Weinessig, 1 Tasse Wasser, Ingwer und Nelken

Zubereitung:

Das Kürbisfleisch in kleine Stücke schneiden oder in Kugeln austechen. Über Nacht in verdünntes Essigwasser legen. Die übrigen Zutaten aufkochen, die Kürbisstücke begeben und langsam glasig kochen. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und den Saft noch eindicken. Kürbis in mit heißem Wasser ausgewaschene Gläser füllen, den Saft darübergießen und gut verschlossen kühl lagern. Eignet sich vorzüglich als Beilage!



Hollerlikör



Zutaten:

1 kg Holler, 1 kg Zucker, Zimtrinde, Nelken, Zitronenschale, 1,5 l Vodka

Zubereitung:

Alle Zutaten in ein großes Glas füllen und sechs Wochen möglichst in der Sonne stehen lassen. Danach abseihen und in Flaschen füllen.

Suppengewürz selbst gemacht

Zutaten:

je 1/2 kg Sellerie, Petersilie, Karotten, Karfiol, Zwiebel, Salz

Zubereitung:

Gemüse durch den Fleischwolf drehen und mit dem Salz gut vermengen. In kleine Gläser füllen und etwas zusammenpressen. Die Oberfläche mit einer dicken Salzschiicht bedecken und die Gläser gut verschlossen kühl lagern. Zum Würzen von Soßen und Suppen bestens geeignet.

Kulturherbst - günstig Kultur genießen

Es gibt viele günstige Möglichkeiten Kultur und Kunst zu erleben. Informieren Sie sich über die vielen Angebote!

Kulturgenuss muss nicht teuer sein. Informieren Sie sich über diverse Ankündigungen in den verschiedenen Tageszeitungen und auf Plakaten.

x Viele Kinos bieten an bestimmten Tagen (z.B. Kinomontag) verbilligte Vorstellungen an. Auch Familientarife oder Blockkarten sind möglich.

x In vielen Galerien wird überhaupt kein Eintritt eingehoben.

x Interessant sind auch Vernissagen, da man dabei die Gelegenheit hat, die Künstler persönlich

kennen zu lernen. Manchmal eine angenehme Nebenerscheinung: Getränke und ein Büffet.

x Das Kulturprogramm der Arbeiterkammer OÖ. bietet Veranstaltungen im GUGG Braunau, im KIK Ried/I., in der Localbühne Freistadt im Seidl-Bräu Steyr, ... zu günstigen Preisen für Arbeitnehmer (AK-Leistungskarte = Ermäßigung).

x Besorgen Sie sich Stehplatzkarten - so können Sie hochkarätige Konzerte oder Theateraufführungen preiswert miterleben.

Theatertipps am Beispiel der Vereinigten Bühnen Wien

Am Theaterdienstag erhält man von 15.00 bis 18.00 Uhr zwei Karten zum Preis von einer. Restkarten für die Eigenproduktion „Wake up“ sind am jeweiligen Vorstellungstag 50% ermäßigt (14.00 Uhr bis 17.00 Uhr). Verkauf: Wien-Ticket Pavillon - Oper.

Theatertipps am Beispiel des Landestheaters Linz

Es gibt beispielsweise bei ausgewählten Vorstellungen zwei Karten zum Preis von einer. Für Gruppen ab 10 Personen gibt es einen Rabatt. Bei einigen Theater- und Opernaufführungen ist es möglich, sich die öffentlichen Haupt- und Generalproben zu einem sehr günstigen Eintrittspreis anzusehen. Dabei hat man die Gelegenheit, Situationen die sich ansonsten nur hinter der Bühne abspielen, hautnah mitzuerleben. Theaterabos sind für Theaterfreunde eine günstige Möglichkeit.

Linzer Aktivpass

Z.B. Arbeitslosenentgelt-, Notstandshilfebezieher/-innen, Zivil- oder Präsenzdiener, Mütter, Student/-innen, Ausgleichszulagenbezieher/-innen, Behinderte, ... aus Linz können den Aktivpass beim Bürgerservice beantragen und haben dadurch jede Menge Vorteile. Z.B. 50% Ermäßigung bei VHS-Kursen, bei Eintritten in Hallenbäder, bei Eintritt ins Landestheater sowie kostenloser Eintritt ins Nordico, ins Lentos und in den Botanischen Garten! Detaillierte Infos unter: www.linz.at.



Leser/innenbriefe

Wenn Sie Spartipps „auf Lager“ haben oder uns interessante Beiträge mitteilen möchten: Senden Sie uns einen Leser/Innenbrief. Adresse siehe Impressum (Seite 3)! **Als Dankeschön erhalten Sie ein Haushaltsbuch kostenlos zugesandt!**

Leserbrief

Vielen Dank für die Zusendung der Geizhalszeitung, die ich immer gerne lese und auch nützliche Tipps für mich enthält. Ich erlaube mir aber, Ihnen zwei Anregungen zu geben: Erstens würde in diese Zeitung vielleicht eine Terminübersicht mit Flohmärkten und dergleichen ganz gut passen. Zweitens finde ich den Titel Geizhalszeitung nicht ganz optimal. Geiz ist ja eine sehr egoistische und negative Eigenschaft. Geiz schließt aus meiner Sicht teilen aus, wobei man aber mit teilen auch sparen kann. Ich glaube um Geiz soll es in Ihrer Zeitung nicht gehen. Mir würde ein Name wie zum Beispiel Sparmeisterzeitung besser gefallen.

Roman Pachlatko

Medienecke

Reparaturen zu Hause

So schaffen Sie gängige, aber auch anspruchsvolle Arbeiten im Wohnbereich. Ein umfassender Ratgeber mit hervorragenden Tipps und Illustrationen.

Preis: EUR 28.--

Erhältlich beim VKI unter 01/58877-0 oder im Buchhandel.



www.youmag.de

... ist ein Konsumentenmagazin für Jugendliche aus ganz Europa.

Spaß beim Sparen

Taktik, Tipps und Tricks für preis-sensible Menschen. Preis: ca. EUR 15.-- Erhältlich im Buchhandel.





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 ...

Einladung zur Eröffnung der Fotoausstellung zum Thema Schulden

21. Oktober 2003, 18.00 Uhr
im Ursulinenhof Linz, Landstraße 31
durch Landesrat Josef Ackerl

Unser jährlicher Veranstaltungsschwerpunkt „Prophylaktischer Herbst“ steht heuer unter dem Motto „Bilder sagen mehr als tausend Worte“.



In Zusammenarbeit mit der HBLA für künstlerische Gestaltung Linz wurde diese Ausstellung konzipiert und umgesetzt.

Neben dem fotografischen Gestaltungsprozess stand die persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema Schulden im Mittelpunkt.

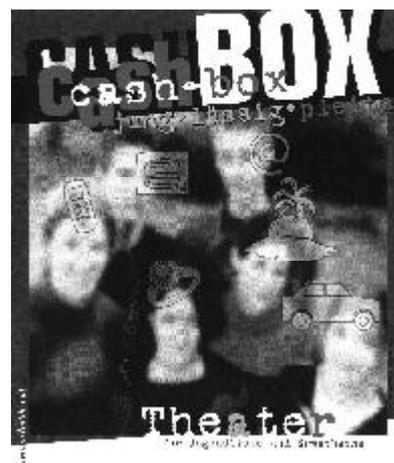
Die Ausstellung ist bei freiem Eintritt von 22. Okt. bis 10. Nov. 2003 im U/Hof zu besichtigen.

Theaterstück für Schulspielgruppen Cash-Box - jung, lässig, pleite

Unser Ziel ist es, mit dem Theaterstück das Tabuthema Schulden aufzubrechen und zu einer kritische Auseinandersetzung anzuregen.

Das Theaterstück ist speziell für den Einsatz mit Schulspielgruppen und Jugend-Laien-Theatergruppen konzipiert (Spieldauer ca. 1 h 20 min, Probandauer ca. 1 Semester 1 - 2 UE/Woche) und wird von uns kostenfrei Schul- und Laienspielgruppen zur Verfügung gestellt.

Zum Theaterstück sind bei uns Plakate im Format A2 und Begleitmaterialien, sowie Unterlagen zur Reflexion des Stückes kostenfrei erhältlich.



Bestellkarte

Ich möchte hiermit ___ Exemplar(e) der
1. Geizhalszeitung in Österreich bestellen

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

Ich möchte hiermit ___ Exemplar(e) des
Haushaltsbuches „Haushalt & Geld“ bestellen

Druckkostenbeitrag EUR 1.--

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ, Wohnort _____

Datum, Unterschrift _____



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