



# Geizhalszeitung in Österreich

... für einen bewussten und sparsamen Umgang mit Geld

## Couchsurfing

Die Geizhalszeitung hat ein Interview mit Daniel, einem neugierigen Enddreißiger und begeisterten Couchsurfer geführt.

**GHZ:** Wie bist du zum Couch-Surfer geworden?

Daniel: Ich bin im Sommer vor vier Jahren zum Couchsurfing gekommen - in Paris in einem Hostel am Montmartre. Ich wollte dort eigentlich vier Tage bleiben, aber am ersten Tag sind mir die „Europe in 3 days“-Amerikaner schon so zu anstrengend geworden, dass ich mich um Mitternacht zum Computer gesetzt, ein Couchsurfing-Profil erstellt und auch gleich eine Couchanfrage für den nächsten Tag gesendet hab. Am nächsten Vormittag tauschte ich dann mein Hostelzimmer gegen ein kleines Zimmer in einem Mietshaus 100 Meter neben dem Arc de Triomphe aus.

Meine Gastgeberin, eine Kolumbianerin, die schon seit fast 2 Jahren in Paris lebte, hatte ihr cs-Profil am gleichen Abend angelegt: Sie wollte nicht den halben Sommer allein in ihrer Wohnung verbringen, nachdem ihre Wohnungskollegin für fünf Wochen verreist war. Später hat sie mir gestanden, dass sie schon ein bisschen Angst hatte

einen fremden Mann bei sich aufzunehmen! Mein Glück war, dass Tatiana perfekt Französisch sprach und passionierte Lehrerin war - also hatte ich nicht nur eine sehr lustige Begleiterin in Paris, sondern auch einen inkludierten Französischkurs. Ich hab heute noch das Heftl, wo wir in den Kaffeepausen neue Vokabeln und Grammatik notiert haben.

**GHZ:** Bist du nur aktiver Couch-Surfer oder gewährst du auch „Unterschlupf“?

Daniel: Das erste Jahr war ich nur aktiver Couchsurfer. Mittlerweile hab ich öfter auch Besuch bei mir. Ich hab zuerst eine kleine „Hürde“ überspringen müssen, weil ich ja nur eine Garconniere hab und mir anfangs dachte, dass es mir nicht angenehm ist „Fremde“ im gleichen Zimmer zu haben. Aber in der Mehrzahl der Fälle, so ist meine Erfahrung, hast du schon nach einer halben Stunde das Gefühl gute Bekannte, oder sogar alte Freunde da zu haben.

Fortsetzung Seite 2



## Inhalt

2	Couchsurfing (Forts.) Gratis Urlaub in fremden Betten
3	5W - Die weibliche Form des Couchsurfens
4	Volles Sommerprogramm mit leeren Taschen
5	Mundraub - Expedition zu den Früchten von Linz Neu im Team der GHZ
6	CheckIT Praktische Kühl Tipps Impressum
7	LeserInnentipps Medienecke
8	In eigener Sache Bestellformular

## Super-Spar-Tipp

von Gabi Huemer

Und jetzt, wo es wieder schöner wird: Wäscheständer oder Wäschespinne im Freien verwenden! Ein Trockner kostet viel Strom. Sonne und Wind erledigen dasselbe gratis und die Bewegung beim Wäsche aufhängen ist unbezahlbar!



**GHZ:** Ist es nicht irritierend, mit unbekanntem Menschen den Wohnraum zu teilen? Kommt man sich als Couch-SurferIn manchmal wie ein Eindringling/Voyeur vor?

Daniel: Beim Couchsurfing hab ich oft das Gefühl, dass du Stufen des Kennenlernens ganz schnell durchläufst und wirklich nach einer Stunde manchmal denkst: „Das kann doch nicht sein, wir haben uns grad kennengelernt, aber mir kommt vor wir kennen uns schon ewig...“! Eigentlich ist ja das „Couchsurfing“ im Wortsinn nur ein Vorwand, ungefähr so wie „einen Kaffee trinken gehen“. Um den Kaffee geht es ja da auch nur am Rande! So lautet die offizielle Philosophie der Couchsurf-Community „share, teach and learn“: Kultureller Austausch, eine Möglichkeit des Aufeinandertreffens von neugierigen „open minded“ Leuten. Die Grundidee ist also nicht Urlaub für finanziell Abgebrannte!

**GHZ:** Gab es auch weniger schöne, oder sogar bedrohliche Vorkommnisse?

Daniel: Bedrohliche Erlebnisse hatte ich nie. Ab und

zu solls bei alleinreisenden Frauen, die sich bei Männern einchecken kleinere Probleme gegeben haben. Vor kurzem hab ich auf einem Couchsurfing-meeting von einer Anfang 20jährigen Spanierin gehört, dass sie von ihrem Gastgeber in Italien nackt mit dem Hinweis begrüßt worden sei, dass sie das nicht missinterpretieren soll, aber seine Wohnung sei eine FKK-Wohnung und er möchte, dass seine Gäste möglichst auch nackt herumspazieren! Sie hat auf der Schwelle umgedreht und ist in ein Hotel gegangen. Ich habe mir auf ihre Erzählung hin ihr cs-Profilbild angesehen und muss dazusagen, dass dieses Bild sehr gewagt war und ohne weiteres auf eine Dating-Seite für one-night-stands gepasst hätte.

**GHZ:** Hast du Tipps auf Lager für jemanden, der/die Couch-SurferIn werden möchte?

Daniel: Aufpassen welches Foto man verwendet! Darüber wird wahrscheinlich am meisten gesteuert, auch wenn du 10 Lebensphilosophien ins Profil schreibst!



## Gratis Urlaub in fremden Betten - Mit Couchsurfing lässt sich die Welt neu entdecken

Auch wenn in der Reisebudgetkassa nur das Kleingeld klimpert, heißt das noch lange nicht, dass der Urlaub ins Wasser fallen muss. Wie wärs mit gratis Schlafplätzen rund um den Globus? Geht nicht? Doch geht! Und zwar mit sogenannten Gastfreundschaftsnetzwerken.

Die Idee stammt aus Amerika, wo Bob Luitweiler schon 1949 eine transnationale und unkommerzielle Organisation namens „Servas Open Doors“ gegründet hat. Die Idee dahinter ist simpel: Reisende finden bei eingetragenen Mitgliedern der Gruppe einen gratis Schlafplatz für ein paar Nächte. Der Gewinn liegt auf beiden Seiten: Die Einen sparen Geld für die Übernachtung, die Anderen bekommen Kontakt mit anderen Kulturen, lernen neue Menschen kennen, hören spannende Geschichten.

Was in den Zeiten vor dem Internet noch mit per Post versendeten Listen begann, nahm mit der rasanten Verbreitung des World Wide Web Fahrt auf. Ab dem Jahr 2000 konnten interessierte Traveller online bei [www.couchsurfing.org](http://www.couchsurfing.org) und [www.hospitalityclub.org](http://www.hospitalityclub.org) nach freien Betten suchen und wurden meist auch fündig.

### Beschreib mir dein Leben und deine Couch!

Im Prinzip funktionieren alle Plattformen ähnlich. Nach der online Anmeldung legt man sein Profil an und erzählt so ausführlich wie möglich über seine Hobbys, seine Reisen und sein Sofa. Das Internetportal bietet zu Sicherheitszwecken die Möglichkeit von persönlichen Referenzen, die Gäste und GastgeberInnen übereinander hinterlassen können, an. Außerdem gibt es die Möglichkeit der Identitätsprüfung per Kreditkarte oder ein Bürgschaftssystem.

Anfragen, die dann per eMail eintrudeln kann man annehmen, man muss aber nicht. Wie im „echten“ Leben gilt auch bei der Auswahl der Gäste: „Hausverstand hilft“. Obwohl in den letzten 12 Jahren viele Millionen Mitglieder Reisende aufgenommen oder das Angebot des Gratis-Schlafplatzes genutzt haben, wurden kaum Fälle von Diebstahl oder Übergriffen bekannt. Wer zum Beispiel als Frau auf Nummer sicher gehen möchte, lädt sich eben nur Mädels ein.

## 5 Millionen freie Betten

Die mit Abstand größte Community ist Couchsurfing. Für welche Gemeinschaft man sich am Ende entscheidet, liegt sowohl am Reiseziel und den dort angebotenen Übernachtungsmöglichkeiten, als auch am ganz persönlichen Geschmack. Jede Webseite ist etwas anders aufgebaut und bietet verschiedene, nützliche Instrumente zur Reiseplanung.

Wer diesen Sommer die Welt nicht nur „ganz pauschal“ und „last minute“ entdecken möchte, sondern Land und Leute wirklich erleben will, ist nur ein paar Klicks vom perfekten Urlaub entfernt – über 5 Millionen Couches warten darauf, erobert zu werden!

### Adressen:

[www.couchsurfing.org](http://www.couchsurfing.org)

[www.hospitalityclub.org](http://www.hospitalityclub.org)

[www.tripping.com](http://www.tripping.com)

[www.globalfreeloaders.com](http://www.globalfreeloaders.com)

[www.bewelcome.org](http://www.bewelcome.org)

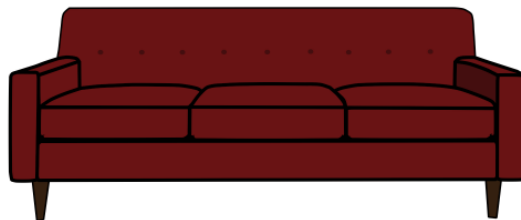
4 Millionen Mitglieder in 252 Ländern

600.000 Mitglieder in 227 Ländern

500.000 Mitglieder in 175 Ländern

100.000 Mitglieder in 200 Ländern

17.000 Mitglieder in über 100 Ländern



## 5W - Die weibliche Form des Couchsurfens

Die Organisation „Women Welcome Women World Wide“ (WWWWW) kurz auch 5W genannt, ist eine Übernachtungsplattform von Frauen für Frauen. Sie hieß früher WWW (steht für „Women Welcome Women“). Nachdem das Internet aber die Abkürzung WWW für „World Wide Web“ verwendet, wurde es zu WWWWW umgetauft. Es werden mehrmals im Jahr internationale Treffen abgehalten, die den Kontakt zwischen den Mitgliederinnen aufrecht erhalten sollen.

Das Interview mit Herma Rücker, einem Mitglied von 5W, führte für die Geizhalszeitung Jana Herzog.

*GHZ: Wie komme ich zu der Organisation WWWWW?*

Herma Rücker: Die Verbreitung der Organisation wird nur durch Mündler am Laufen gehalten. Heißt, dass frau entweder über Bekannte, die Mitgliederinnen sind, oder über Veranstaltungen davon erfährt.

*GHZ: Wie werde ich Teilnehmerin?*

Herma Rücker: Wenn du von der Organisation gehört hast, findest du im Internet unter [www.womenwelcomewomen.org.uk](http://www.womenwelcomewomen.org.uk) ein Formular zum Ausfüllen, mit dem du dich anmelden kannst. Dann musst du als Einstiegsbeitrag 35 Pfund (= € 40) zahlen. Der jährliche Mitgliedsbeitrag betrug 2011 € 30.

*GHZ: Wie finde ich Übernachtungsmöglichkeiten?*

Herma Rücker: Als Mitglied von WWWWW bekommst du jährlich eine Liste auf der Namen der anderen Teilnehmerinnen weltweit stehen. Nebenbei findest du das Land, die genaue Adresse, Infos über die jeweilige Person (wie zB. Alter, Beziehungsstand, ob Raucherin oder Nichtraucherin, Allergien, Haustiere, etc.). Du kannst dir Personen herausuchen, mit ihnen direkt in Kontakt treten und sie dann besuchen.

*GHZ: Was kann ich erwarten?*

Herma Rücker: WWWWW baut auf neue Bekanntschaften und neue Umgebungen. Du wirst mit einem Bett und netten Leuten versorgt, aber für Verpflegung musst du selbst sorgen. Du darfst auch höchstens 3 Tage in einer Unterkunft verbringen. Die meisten Gastgeberinnen bieten dir darüber hinaus auch oft ihre Unterstützung an, in Sachen wie: die Stadt erkunden, weiter außerhalb etwas zu besichtigen, ...

**Näheres zum Thema unter: [www.womenwelcomewomen.org.uk](http://www.womenwelcomewomen.org.uk)**

## Volles Sommerprogramm mit leeren Taschen

Familienausflüge sind teuer: Zum Sprit fürs Auto kommt der Eintritt ins Museum oder den Tierpark dazu. Dann verlangt der Nachwuchs zum Schnitzel noch Eis und wenn am Ende noch Geld übrig ist, wechselt es beim Souvenirstand den Besitzer oder die Besitzerin. Wir rechnen vor, wie günstig ein Tag mit der Familie sein kann, ohne dass auf Spaß verzichtet werden muss.

Wer als Familie aufs Auto verzichtet, kann mit der Bahn richtig sparen. Rechtzeitig gebucht, bringt das Sparschiene Ticket einen Erwachsenen und bis zu vier Kinder unter 15 Jahren um 9 Euro durch ganz Österreich.

Je nach Lust und Laune der Beteiligten lässt sich dann ein kostenloses Ausflugsziel aussuchen. Der Tiergarten Wels zum Beispiel ist mit 75 Jahren nicht nur der älteste Zoo Oberösterreichs, sondern auch völlig gratis zu besichtigen. Neben den vielen Tieren lockt auch der große Kinderspielplatz.

### Sinnvolles in Rohrbach

Mit allen Sinnen können Kinder und Erwachsene den Weg Sinnenreich in Rohrbach erleben. Der spannende Rundweg ist etwa sechs Kilometer lang und beginnt im Park der Villa Sinnenreich. An verschiedenen Stationen gilt es, in die Welt der Wahrnehmung einzutauchen. Vom Summstein über optische Täuschungen bis hin zum beliebten Barfußweg sind Kleine und Große fast zwei Stunden unterwegs.

Wer noch nicht genug hat vom Wandern kann in Helfenberg im Mühlviertel witzige, ernste, lustige und geistreiche Sprüche auf dem 13,7 km langen Sprücheweg entdecken oder in St. Georgen im Attergau die spannende Welt der Kelten beim Keltenbaumweg erleben.

### Geisterjagd auf Falkenstein

Burgfräuleins und Ritter finden auf der Burgruine Falkenstein im Mühlviertel viele düstere Ecken zum Erkunden. Das ehrwürdige Gemäuer ist zwar schon stark verfallen verströmt aber genau deshalb einen mystischen Charme. Die Ruine ist von Altenhof über den Wanderweg ‚Ranatal‘ erreichbar.

„Mama, mir ist fad“ gilt auch bei Regenwetter nicht. Mit der kostenlosen OÖ-Familienkarte sind alle Oberösterreichischen Landesmuseen am 1. Sonntag im Monat gratis zu besichtigen.

Mindestens genauso wichtig wie das Ziel des Ausflugs ist wohl die Verpflegung und genau an diesem Punkt lässt sich ebenfalls lustvoll sparen. Wer ein kleines, liebevoll dekoriertes Picknick mitbringt, statt einfach nur ein Wurstbrot, wird auch von den Kindern keine Klagen hören. Außerdem lässt sich auch in der Natur viel Essbares finden. Selbst gesuchte Walderdbeeren oder Heidelbeeren schmecken garantiert besser, als gekaufte Schleckereien.



### Mit Phantasie und Engagement zum unvergesslichen Erlebnis

Als Andenken an einen schönen Familienausflug bietet sich ein besonders glatter Flusskiesel an, oder ein knorriger Ast, der zu Hause mit Datum und Ausflugsziel beschriftet werden kann. So lässt sich eine richtige Erinnerungssammlung gestalten.

Schöne Familienmomente kosten also nicht unbedingt viel Geld, wohl aber etwas Engagement und Phantasie. Die Belohnung sind glückliche Kinder, die am Ende des Tages so tief schlafen, dass Mama und Papa sich noch ein Glas Wein am Balkon gönnen können, ganz ohne finanziell schlechtes Gewissen!

## Mundraub - Eine Expedition zu den Früchten der Stadt Linz

Schon seit längerem hat uns beschäftigt, was die „Natur“ einer Stadt an Essbarem zu bieten hat. Das OK (Offenes Kulturhaus OÖ) hat bereits vor Jahren ein Verzeichnis aller öffentlichen Grünflächen samt Baum- und Strauchbeständen erstellt. Mit diesem Verzeichnis bewaffnet, haben wir uns im Herbst 2011 mit offenen Augen durch die Stadt bewegt und eine unglaubliche Pflanzenvielfalt vorgefunden. Selbstverständlich haben wir vorher die Eigentumsverhältnisse abgeklärt und uns von den EigentümerInnen das Einverständnis zur Ernte geholt. Außerdem erkundigten wir uns beim Magistrat Linz, dem viele öffentliche Flächen zugeordnet sind und erhielten dort die Auskunft, dass heruntergefallenes Obst und Nüsse vom Boden gesammelt werden dürfen.

Unsere mitgebrachten Papiersackerl haben sich bald mit Quitten, Brennesseln, Brombeeren, Hagebutten, Äpfeln und Birnen gefüllt.

Auch Pflanzen, die uns vom Aussehen her nicht geläufig waren, haben wir vorgefunden: Felsenbirne, Weissdorn, Kornelkirsche (Dirndl), Mispeln und Eisbeere. Von der Eisbeere könnte man den Adlitzbrennschnaps herstellen, benötigt dazu allerdings eine ordentliche Menge an Früchten.

Zuhause gings ans Verarbeiten der Naturschätze. Wir haben uns von den Quitten leckeres Kompott und ein Glas Gelee bereitet. Die Äpfel und Birnen, die reichlich vorhanden waren, wurden zu Mus eingekocht. Außerdem haben wir Apfelringe getrocknet. Beides ist – nett verpackt - ein beliebtes Mitbringsel. Die Hagebutten können vom Strauch herunter genascht werden und sind ein wertvoller Vitamin C-Lieferant. Die juckenden Kerne sind vor dem Verzehr aber zu entfernen! Einen Teil der Hagebutten haben wir in Olivenöl eingelegt und mehrere Wochen gelagert, wodurch das Öl einen leichten rötlichen Schimmer erhält. Durch ein Tuch abgeseiht ergibt sich ein reichhaltiges Körperöl, das vor allem im Winter nach dem Duschen die Haut versorgt und pflegt.

Die Blätter des Spitzwegerichs können zu einem köstlichen Sirup, der hustenstillend wirkt, verarbeitet werden.

Die Kornelkirschen zu nutzen ist relativ aufwändig, da sie einen großen Kern und wenig Fruchtfleisch haben. Aber der Geschmack der Marmelade (diese kann man auch mit Hagebutten mischen) oder eines Fruchtdrinks ist hervorragend und farblich sehr ansprechend.

Wir konnten bei Weitem nicht alles verarbeiten, was die Natur zu bieten hat. Abgesehen davon, dass wir einen wunderschönen Spaziergang machten, ist es immer wieder beeindruckend, welche Fülle uns die Natur zu bieten hat. Wer an diesem Thema interessiert ist, findet zahlreiche Seminare und Bücher (siehe Medienecke) zum Thema Wildkräuter-Verarbeitung.

Ein guter Tipp dazu für alle WienerInnen ist die Internetseite: <http://frucht-fliege.blogspot.com>!



### Zuwachs im Team der Geizhalszeitung

Seit April verstärkt Christiane Seufferlein das Team der Geizhalszeitung. Die 35-jährige Journalistin, gelernte Landschaftsgärtnerin und angehende Bio-bäuerin lebt zusammen mit ihrem Mann, zwei Katzen und zwei Laufenten am Attersee.



## Wer jagt gewinnt! Schnäppchenjäger/-nen haben im Internet immer Saison!

**www.preisjaeger.at** bietet zeitlich befristete Schnäppchen, Gutscheinaktionen etc. mit einem Hang zu Technik-Produkten.

**www.preistipp.at** setzt auf Beiträge von Benutzer/innen und gibt laut Eigendefinition „Tipps und Warnungen zum Thema Einkaufen & Geld“.

Altbekannt und bewährt ist **www.geizhals.at** für den Technik-Bereich.

Wer die Flut an Post-Werbesendungen eindämmen will, kann über **www.umweltberatung.at/werbung** einen Sticker für den Postkasten herunterladen – das spart 98 kg Papier pro Haushalt und Jahr! Allerdings: Woher dann die Infos über aktuelle Angebote

nehmen? Erste Möglichkeit sind Mail-Newsletter, die von Werbungs-Versendern angeboten werden. Zweite Möglichkeit: die Post bietet ein Service für „Werbeverzichter“, um nur bestimmte Zusendungen zu erhalten. Die Info dazu kommt von der Post, sobald man die Werbung abbestellt hat.

Aber: Was bei keinem der Schnäppchen-Portale eine Rolle spielt: die Notwendigkeit an Fachberatung, Service oder der Einkauf nach dem Motto „Fahr nicht fort, kauf im Ort“. Hier muss jede/r Konsument/in selbst entscheiden, wie viel Schnäppchen es sein soll bzw. wie viel Beratung, Service und Nachhaltigkeit kosten darf.

Heute ist es für die „Generation Internet“ kaum mehr vorstellbar, ohne das WWW einen umfassenden Preisvergleich vorzunehmen oder den Überblick über zeitlich befristete Schnäppchen zu bewahren. Hier ein kurzer Überblick über die Möglichkeiten und Grenzen.

Es gibt eine Fülle an Internet-Portalen, die sich um Infos zu Schnäppchen kümmern:

## Praktische Tipps zum Kühlen

Schichten Sie Produkte mit kürzerem Ablaufdatum im Kühlschrank griffbereit nach vorne. So übersehen und vergessen Sie nichts. Nützen Sie im Winter auch die natürliche Kälte, für die Sie nichts zahlen und bewahren Sie z.B. am Fensterbrett Lebensmittel auf.



Um Bakterien und Schimmelpilzen keine Chance zu geben, muss der Kühlschrank regelmäßig kontrolliert und gereinigt werden. Heißes Wasser mit einem Schuss Essig oder einem milden Spülmittel ist dafür bestens geeignet.

Einige Lebensmittel sind nicht oder nur bedingt geeignet, um im Kühlschrank aufbewahrt zu werden:

- Brot wird trocken und altbacken
- Kälteempfindliches Gemüse, wie Tomaten oder Zwiebeln, verliert sein Aroma
- Gurken und Zucchini werden schwammig
- Erdäpfel verlieren an Geschmack und bekommen schwarze, unansehnliche Flecken
- Kälteempfindliches Obst, wie Bananen oder Avocados, verliert an Geschmack

## 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 Herndl  
 Redaktion: Mag<sup>a</sup>. Alexandra Köchle, Katharina Malzer, Helga Distl, Helga Herzog, BA Christiane Seufferlein  
 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

## Spartipps von Gabi Huemer

### Rasenmähen ohne Benzin

Benzin ist sehr teuer geworden. Ein Rasenmäher braucht auch Benzin. Es gibt aber für kleinere Gärten noch die guten, alten Spindelmäher, die relativ leise per Handbetrieb funktionieren. Ich spare mir das Armtraining im Fitnesscenter und das Benzin. Außerdem ist es nur eine geringe Lärmbelästigung im Vergleich zu einem gewöhnlichen Rasenmäher. Und: ein Spindelmäher ist in der Anschaffung viel günstiger als ein normaler guter Rasenmäher.

### Pflanzgefäße aus Zeitungen

Neulich habe ich in einem Öko-Katalog eine gute Sparidee ergattert. Aus halbierten Zeitungsblättern kann man Pflanzgefäße basteln, in denen man Pflänzchen für den Garten zieht und das kann man, wenn das Pflänzchen groß genug ist, als Ganzes ins Beet setzen. Ich nehme eine A4 Zeitung und schneide sie in der Mitte quer durch, so dass ich lange Streifen habe. Dann wickle ich die Zeitung

mehrmals über ein Trinkglas und lasse unten etwa 1/3 vorsehen. Dieses Drittel wickle ich dann unten zusammen, nehme das Trinkglas heraus und drücke den Boden noch ein wenig unten hinein, so dass das Gefäß stehen kann.

Dann fülle ich es mit Erde und Samen. Immer ein wenig gießen und so habe ich zum Nulltarif meine Pflänzchen gezüchtet (weil ich Samen auch aus den Gemüsen sammle). Wer will, kann das Pflänzchen noch beschriften, wenn man verschiedene Gemüsepflanzen heranzüchtet. Eine wirklich gute Idee, die ich bereits umgesetzt habe!

## Leser/innentipps

### Waschnüsse selbst gemacht

Kastanien aufknacken, die braune Schale entfernen und das Innere in kleine Stücke schneiden. Diese gibt man in ein Glas, füllt es mit Wasser auf und wartet bis die Brühe weißlich schäumt. Das sind Saponine, die in Kontakt mit Wasser einen seifenartigen Schaum erzeugen. Das Wasser durch ein Sieb seihen und man hat flüssige Waschseife.

(Elisabeth Koller. Entnommen aus der Zeitschrift TAU, 1. Ausgabe)



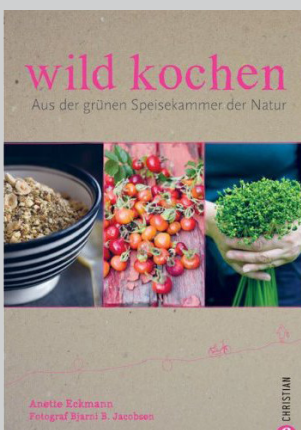
## LeserInnenbriefe

*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!**

### 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.*

## Medienecke



**Anette Eckmann**

**wild kochen - Aus der grünen Speisekammer der Natur**

Christian Verlag, 249 Seiten, € 30,80

*Lust auf Raffiniertes, das direkt vor der Haustür wächst? Anette Eckmann entführt Sie hinaus in die Landschaft und zeigt Ihnen, was die wilde Speisekammer alles für Leckerbissen zu bieten hat. Mehr als 40 essbare Wildpflanzen werden ausführlich vorgestellt. Von Kräutern, Beeren, Pilzen, Nüssen und Früchten - alles wird liebevoll zu schmackhaften Köstlichkeiten wie Säften, Marmeladen, Salaten oder Kräutersalz und Dekorationen verarbeitet.*

SCHULDNERHILFE OÖ

**schuldner-  
hilfe.at**

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)

# Maßvoll im Maßlosen

## 2. Fachtagung der SCHULDNERHILFE OÖ

Am **6. November 2012** findet zum zweiten Mal eine Fachtagung der SCHULDNERHILFE OÖ statt. In diesem Jahr widmen wir uns dem Thema Maßlosigkeit und stellen die Frage, welche Herausforderungen die moderne Konsumgesellschaft an Bildung, Erziehung und Beratung stellt.

In einer Konsumwelt, in der alles und alles sofort verfügbar ist, stellt sich die Frage, wie jede/r einzelne in Gegenwart von Überangebot und ständiger Verlockung Maß halten kann, um sich (vor allem finanziell) nicht zu übernehmen. Die Tagung soll das Problem thematisieren, aber auch Anregungen und Möglichkeiten aufzeigen, wie im Schulalltag, im Familienleben oder im Beratungs- und Erziehungskontext mit der Problematik konstruktiv umgegangen werden kann.

Für die Tagung konnten bereits folgende Referenten gewonnen werden:

- **Prof. Clemens Sedmak:** Theologe und Philosophieprofessor am King's College London sowie Leiter des Zentrums für Ethik und Armutsforschung der Universität Salzburg
- **Dr. Oliver Büttner** vom Institut für Angewandte Sozialpsychologie und Konsumentenverhaltensforschung der Universität Wien
- **Wolfgang Ullrich:** dt. Kulturwissenschaftler und Autor des Buchs „Habenwollen“

Weitere ReferentInnen sind angefragt.

Für die Zielgruppen Lehrer/innen, Sozialarbeiter/innen, Sozialpädagogen/innen, Studierende der PH und FS sowie Eltern möchten wir im Rahmen der Fachtagung der Maßlosigkeit aus verschiedenen Blickwinkeln begegnen. Die Tagung findet in Kooperation mit der Fachhochschule Linz und der Privaten Pädagogischen Hochschule der Diözese Linz statt.

**Wann: 6. November 2012 / 10 - 16 Uhr**  
**Wo: FH Oberösterreich Campus Linz**  
**Anmeldung: SCHULDNERHILFE OÖ**

### 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