



**VerbraucherService
Bayern** im KDFB e.V.

Vorträge, Kurse

Kochvorführungen 2020/2021

Beratungsstelle Ingolstadt



WIR BERATEN SIE UNABHÄNGIG UND KOMPETENT. ÜBERALL IN BAYERN.

Abonnieren Sie unseren Newsletter!



Einmal im Monat stellen wir Informationen über aktuelle Verbraucherthemen, unsere Aktionen und unseren Verband für Sie zusammen. Anmeldung unter www.verbraucherservice-bayern.de/newsletter-anmeldung

Sehr geehrte VSB-Beauftragte, sehr geehrte Zweigvereinsvorsitzende,
sehr geehrte Verbraucher*innen,

wir freuen uns, Ihnen unser Bildungsprogramm für die Jahre 2020/2021 vorzustellen, das die wichtigen Themenbereiche Digitalisierung und Klimaschutz in den Fokus nimmt. Sie erhalten aktuelle Informationen und praktikable Tipps, damit Sie als Verbraucher*innen verantwortungsbewusst und kompetent entscheiden können.

Spannende Themen aus den Bereichen Verbraucherrecht, Finanzen und Versicherungen, Energie sowie Ernährung, Hauswirtschaft und Umwelt haben wir für Sie zusammengestellt. Zu diesen Themenfeldern können Sie beim VSB auch Ausstellungen ausleihen.

Wenn Sie an einem Vortrag, Kochkurs oder einer Ausstellung Interesse haben, setzen Sie sich einfach mit der Beratungsstelle Ingolstadt in Verbindung und vereinbaren Sie einen Termin. Selbstverständlich nehmen wir auch Ihre Themenwünsche gerne entgegen und beraten Sie rund um Ihre Veranstaltung. Die Referent*innen des VSB kommen zu Ihnen in den Zweigverein vor Ort oder Sie kommen zum VerbraucherService in die Beratungsstelle in Ingolstadt.

Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!



Sigrid Holzer
Diözesanvorsitzende



Susanne Gelbmann
Beratungsstellenleiterin

Bayerns stärkster Service für Verbraucher

Der VerbraucherService Bayern im KDFB e.V. ist der unabhängige, bayerische Verbraucherverband mit 15 Beratungsstellen und 165.000 Mitgliedern.

Wir bieten seit über 60 Jahren neutrale, persönliche Beratung, nachhaltige Bildung und Interessensvertretung.

Der VerbraucherService Bayern engagiert sich aktiv in den Bereichen:

- Verbraucherrecht
- Ernährung
- Umwelt
- Finanzen
- Energie
- Hauswirtschaft

Unser Verband ist eine Einrichtung des Katholischen Deutschen Frauenbundes.



Wir werden gefördert von bayerischen Ministerien



Bayerisches Staatsministerium für
Umwelt und Verbraucherschutz



Bayerisches Staatsministerium für
Ernährung, Landwirtschaft und Forsten



Die Energieberatung wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.

Bundesweit sind wir organisiert über den VerbraucherService im KDFB e.V.

Beratungsstelle Ingolstadt

Kupferstr. 24
85049 Ingolstadt

Telefon: 0841 / 9 51 59 99 0

Fax: 0841 / 9 51 59 99 5

E-Mail: ingolstadt@verbraucherservice-bayern.de

www.verbraucherservice-bayern.de

www.facebook.com/VerbraucherServiceBayern

www.facebook.com/VSBfuerFluechtlingshelfer

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do, Fr 9.00 – 12.00 Uhr

Mi 9.00 – 13.00 Uhr

Mo, Di, Do 14.00 – 16.00 Uhr

Bankverbindung:

Sparkasse Ingolstadt

IBAN: DE17 7215 0000 0000 0013 88

BIC: BYLADEM1ING



Gebühren

Vorträge - Praktische Vorführungen - Kochkurse

für KDFB-Zweigvereine

Grundgebühr:	40 Euro
plus Gebühr pro Teilnehmerin:	2 Euro
Mindestgebühr	70 Euro

zzgl. Materialkosten

Die Fahrtkosten übernimmt der VSB.

Bitte beachten Sie, dass eine Abrechnung über die Katholische Erwachsenenbildung Bayern (KEB) nicht möglich ist!

für Gruppen, Vereine, Unternehmen

Vortragsgebühr:	120,00 Euro
zzgl. Fahrtkosten:	0,35 Euro pro km
zzgl. Materialkosten	

für Schulen und Kindergärten

Vortragsgebühr:	80,00 Euro
zzgl. Fahrtkosten:	0,35 Euro pro km
zzgl. Materialkosten	

Ausstellungen

Bereichern Sie Ihre Jubiläumsfeier, Gesundheitstage, Vereins-, Pfarr- oder Dorffeste mit einer aktuellen Ausstellung des VSB:

Ernährung

- 🍌 Darmgesundheit: Darm gut – alles gut!
- 🍌 Regionale Lebensmittel - Nah, natürlich, selbstgemacht!
- 🍌 Ernährung und Sport
- 🍌 Lebensmittelunverträglichkeiten - Laktose, Fruktose, Gluten
- 🍌 Lebensmittel - zu schade für den Müll
- 🍌 Kohlenhydrate – Energielieferanten oder Dickmacher?

Umwelt

- 🌱 Nachhaltig online - Digitalisierung und Klimaschutz
- 🌱 Boden schätzen - Boden schützen
- 🌱 Geplanter Verschleiß - Obsoleszenz
- 🌱 Kunststoffe - Segen oder Fluch?
- 🌱 Wasser - ein kostbares Gut

Verbraucherrecht

- 💰 Online-Shopping
- 💰 Verbraucher in der digitalen Welt
- 💰 Ihre Rechte als Verbraucher
(Inkassobüros, Reklamation, Datenschutz, Reiserecht etc.)

Leihgebühr: keine

Kaution: 50 Euro

Versandkosten sind zu übernehmen.



Online-Shopping

Der Online Einkauf bietet zahlreiche Vorteile.

Unzählige Unternehmen bieten eine riesige

Produktauswahl. Zeitsparend und schnell kann ich als Verbraucher*in die Preise vergleichen und das bequem und rund um die Uhr. Die Ware erhalte ich direkt nach Hause. Um aber in keine Online-Falle zu tappen gilt es beim Shoppen im Netz einiges zu beachten: Wie steht es mit dem Widerrufsrecht? Wie bezahle ich sicher? Was bringt ein Preisvergleich? Wer hilft mir, wenn es Probleme bei der Lieferung gibt?



©Phonlamaipphoto-stock.adobe.com

Fake-Shops

Was tun, wenn der Online-Shop nicht liefert, die Ware aber bereits bezahlt wurde? Leider gibt es immer mehr gefälschte Internetseiten angeblicher Versandhändler. Wie erkennt man Fake-Shops und wie kann man sich vor finanziellem Schaden schützen?

Scoring

Wie Unternehmen unsere Daten auswerten und daraus Prognosen über unser Verhalten erstellen!

Was ist Scoring? Wie ermitteln Händler, Vermieter oder die Schufa unsere Zahlungsfähigkeit? Auf welche Daten haben sie Zugriff und wie können wir uns schützen? Was kann ich bei einem falschen Schufa-Eintrag tun?



Vorträge - Verbraucherrecht

Ihre Rechte als Verbraucher: Das sollten Sie wissen

Im täglichen Umgang mit Unternehmen läuft nicht immer alles reibungslos. Der Telefonanbieter-wechsel funktioniert nicht, die Handwerkerrechnung ist höher als vereinbart oder der Verkäufer lehnt Gewährleistungsansprüche für ein defektes Gerät ab. Was muss ich tun, wenn das gekaufte Produkt nicht funktioniert? Warum wird zwischen Garantie und Gewährleistung unterschieden? Welche Rechte und Pflichten entstehen aus einem Vertrag? Warum kann nicht jeder Vertrag widerrufen werden? Der VSB gibt die Antworten auf alle Fragen rund ums Verbraucherrecht.



© vege-Fotolia.com

Vorsorgevollmacht, Patienten-, Betreuungsverfügung

Was passiert, wenn man wegen Unfall, Krankheit oder einer Behinderung wichtige Angelegenheiten des Lebens nicht mehr selbst regeln kann? Wann und wie sollte man Vollmachten ausstellen und was sollten diese beinhalten? Rechtzeitig vorsorgen wird immer wichtiger!

Mit wenig Aufwand viel Geld sparen

Verbraucher können viel Geld sparen, wenn sie bei alltäglichen Finanzfragen richtige Entscheidungen treffen. Wer alle seine Verträge – Energieliefer-, Telekommunikations-, Bank-, Geldanlage- und Versicherungsverträge - regelmäßig auf den Prüfstand stellt, kann hohe Einsparpotentiale nutzen. Wir helfen Ihnen dabei!



Digitales Bezahlen

Zahlen Sie bar oder mit Karte? Per E-Mail, Paypal oder kontaktlos mit dem Handy? Bezahlen können wir heute auf verschiedenste Art. Welche Verfahren werden von den Banken angeboten? Wie sicher ist das digitale Bezahlen? Soll uns das Bargeld erhalten bleiben?

© nina schneider

Nachhaltige Geldanlage

Das Interesse an nachhaltigen Finanzprodukten steigt. Die Banken werben mit Giro- oder Sparkonten, die ökologische, soziale und ethische (ESG) Kriterien berücksichtigen. Allerdings gibt es noch keine einheitliche Definition zu nachhaltigen Finanzprodukten. Verbraucher*innen, die Verantwortung für die Schöpfung und Umwelt übernehmen wollen, sollten sich mit der nachhaltigen Geldanlage auseinandersetzen.

Indexfonds - ein Anlageprodukt für jedermann?

Was sind Exchange Traded Funds (ETFs)? Welche Chancen und Risiken bieten diese börsengehandelten Indexfonds? Wo und wie kann ich ETFs erwerben? Sind Indexfonds auch eine Anlagealternative für sicherheitsliebende Sparer?



©Julien Eichinger – stock.adobe.com

So sichern Frauen ihre Zukunft!

Frauen leben länger, aber wovon? Überdurchschnittlich viele Frauen sind von Altersarmut bedroht, weil sie sich in jungen Jahren nicht um die eigene finanzielle Absicherung gekümmert haben. Wie sieht ein optimales Vorsorgekonzept aus und wie lässt sich für Frauen die staatliche Förderung sinnvoll nutzen?

Die eigene Rente richtig und rechtzeitig planen

Es zeigt sich, dass die gesetzliche Rente zukünftig als alleinige Altersvorsorge nicht mehr ausreichen wird. Doch wie soll ich für das Alter vorsorgen? Soll ich betriebliche Angebote beim Arbeitgeber nutzen, einen geförderten Riester-Vertrag abschließen oder doch lieber privat vorsorgen?

Altersvorsorge mit Indexfonds

Börsengehandelte Indexfonds eignen sich auch für die private Altersvorsorge. Diese Exchange Traded Funds (ETFs) sind bequem, transparent und rentabel. Mit flexiblen Sparplänen lässt sich ein langfristiger Vermögensaufbau gut bewerkstelligen.

Pflegevorsorge - im Pflegefall gut abgesichert!

Ob ein Mensch Pflege benötigt, ist unabhängig von seinem Alter, seinem Einkommen, seiner Familiensituation und seinen Wünschen. Obwohl die Leistungen aus der gesetzlichen Pflegekasse immer wieder angepasst werden, gibt es keine Vollkaskolösung im Pflegefall. Sind private Zusatzpolicen sinnvoll?



Vorträge - Versicherungen

Die eigenen vier Wände gut versichern

Unwetter treffen uns in Bayern als Folge des Klimawandels immer häufiger. Ein schwerer Hagelsturm beschädigt das Hausdach, der Keller steht in Folge einer Überschwemmung durch Starkregen unter Wasser oder ein Blitzschlag legt die komplette Hauselektrik lahm. Wer die eigene Immobilie und sein Hab und Gut gegen die Schäden durch Naturgefahren ausreichend versichert, erlebt neben dem ganzen Ärger nicht auch noch ein finanzielles Desaster.



©wormundlinke/München

Versicherungsschutz im Alter

Auch im Ruhestand soll man seinen Versicherungsbedarf regelmäßig auf den Prüfstand stellen und an die aktuelle Lebenssituation anpassen. Die Versicherungsgesellschaften versuchen mit speziellen Tarifen für die Generation 60+ neue Kunden zu gewinnen. Doch was ist zu halten von Sterbegeldversicherungen, Senioren-Unfallversicherungen und Pflege-Renten-Risikoversicherungen?

Beitragsreduzierung in der privaten Krankenversicherung

Warum wird meine private Krankenversicherung jedes Jahr teurer? Was kann ich tun, um den Beitrag sinnvoll zu reduzieren? Worauf muss ich bei einem Tarifwechsel achten. Gibt es einen Weg zurück in die gesetzliche Krankenversicherung?



Diese Vorträge sind auf Grund der staatlichen Förderung durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Energie für Sie kostenlos!

Fördermittel – so unterstützt der Staat beim Bauen und Sanieren

Die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) und das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) fördern bauliche Maßnahmen zur Energieersparnis mit hohen Zuschüssen und zinsgünstigen Darlehen. Die Energieberater*innen des VSB geben Tipps und Hinweise welche Förderangebote aktuell zur Verfügung stehen und wie Eigentümer die Förderbedingungen erfüllen können.

Stromanbieterwechsel leicht gemacht

Mit einem Stromanbieterwechsel lässt sich viel Geld sparen. Doch es gibt jede Menge Fallstricke bei den anbieterfinanzierten Vergleichsportalen und auch bei der Vertragsgestaltung muss der Verbraucher wichtige Grundregeln beachten.

Nutzen Sie auch unser kostenloses Energieberatungsangebot! Zu den Themen

Heizkosten senken - Strom sparen - Solarenergie nutzen - Wohnung renovieren - Fördermittel nutzen

**Terminvereinbarungen für die stationäre Energieberatung und die Energiechecks sind nur möglich über
die Beratungsstelle Ingolstadt : Tel. 0841 / 9 51 59 99 – 0
oder die kostenlose bundesweite Hotline: Tel. 0800 / 809 802 400**



Energieberatung und Energiechecks

Stationäre Energieberatung in der Beratungsstelle Ingolstadt

Kupferstraße 24
85049 Ingolstadt

Energiestützpunkt Neumarkt

im Landratsamt

Nürnberger Str. 1
92318 Neumarkt

Energiestützpunkt Weißenburg

Landratsamt Weißenburg
Bahnhofstr. 2
91781 Weißenburg in Bayern

Um den Energieverbrauch und mögliche Einsparpotentiale beurteilen zu können, führen unsere Energieberater *innen auf Wunsch einen Energie-Check bei Ihnen zu Hause durch. Der Basis-Check ist kostenfrei, die Kosten der anderen Checks betragen jeweils 30 Euro.

Energie-Checks

- **Basis-Check** für Mieter; Stromverbrauch und Heizkostenabrechnung stehen im Vordergrund
- **Gebäude-Check** für Eigentümer und Vermieter; Heizungsanlage, Wärmeschutz und erneuerbare Energien sind Thema.
- **Solarwärme-Check** Einstellung und Effizienz von Solarwärmeanlagen
- **Heiz-Check** Einstellung und Effizienz von Heizungsanlagen
- **Detail-Check** Klärung spezifischer Einzelprobleme z.B. baulicher Wärmeschutz, Haustechnik



Nachhaltig Online

Die Digitalisierung verändert alle Lebensbereiche. Es entstehen Möglichkeiten die Umwelt zu schützen, aber auch neue ökologische Risiken.

Wie tragen wir mit Hilfe digitaler Technologien zum Klima- und Ressourcenschutz bei und was gilt es zu minimieren bzw. zu vermeiden?



© wormundlinke/Muenchen

Gut geschützt, gut verpackt – Raus aus der Verpackungsflut

Verpackungen gehören zum täglichen Einkauf. Doch veränderte Konsumgewohnheiten führen zu immer mehr Verpackungsabfällen. Trotz Recycling gehen wertvolle Ressourcen verloren. Zudem können bedenkliche Inhaltsstoffe auf Lebensmittel übergehen. Weniger ist mehr!

Aluminium - Leichtgewicht mit schweren Folgen?

Ob als Grillschale, Lebensmittelfolie, Schweißhemmer in Deos oder leichtes Material in Trinkflaschen – Aluminium wird vielseitig eingesetzt. Doch das Leichtmetall ist in Verruf geraten. Kritikpunkte sind die problematische Herstellung sowie die Gefahren für Gesundheit und Umwelt. Gibt es Alternativen?

Schöpfung bewahren - Plastik sparen!

Kunststoffe sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Doch der massenhafte Konsum hat unerwünschte Folgen. Woraus besteht Plastik, welche Gefahren bringen Kunststoffe für unsere Gesundheit und für die Umwelt und was können wir dagegen tun?



Darm gut – alles gut!

Der Darm dient der Verdauung – klar! Aber wissen Sie welche Rolle er für das Immunsystem spielt und welche Wirkung er auf die Psyche hat? Es gibt zahlreiche neue wissenschaftliche Erkenntnisse. Zusätzlich erhalten Sie praktische Ernährungstipps zur Darmgesundheit.



© wormundlinke/Muenchen

Zuckersüß – was ist gut, was ist des Guten zu viel?

Wir alle lieben Süßes. Deshalb essen wir zu viel Zucker – oft ohne es zu merken. Denn Zucker versteckt sich hinter verschiedensten Namen in der Zutatenliste. Welche Lebensmittel enthalten besonders viel Zucker? Was ist von Zuckeralternativen wie künstlichen Süßstoffen oder Ersatzstoffen wie Fruktose oder Stevia zu halten? Und macht Zucker wirklich dick und krank?

Superfoods - Essen mit Superkräften?

Wer hat nicht schon von Goji Beeren, Chia Samen oder Maca Wurzeln gehört. Diesen und weiteren „Superfoods“ wird ein besonderer Nutzen für die Gesundheit nachgesagt. Sie sollen vor Krebs schützen und wie ein Jungbrunnen wirken. Doch können diese Versprechungen gehalten werden?

Eine Reise in die Welt der Gewürze

Gut kochen, heißt gut würzen! Doch oft geht es nicht über Salz, Pfeffer und Paprika hinaus. Dabei bieten die vielfältigen Gewürze mehr: Sie kitzeln die Geschmacksnerven, bringen Farbe auf den Teller und haben gesundheitliche Vorteile.



Nah, natürlich, selbstgemacht!

Regionale Lebensmittel unter der Lupe

Lebensmittel aus der Region sind beliebt, frisch und umweltfreundlich. Wo kann man regionale Lebensmittel kaufen? Wie erkennt man, ob die Lebensmittel tatsächlich aus der Region stammen oder ob es sich um



geschickt verpackte Irreführungen handelt? Was haben unsere heimischen Lebensmittel zu bieten und können sie mit exotischen Superfoods mithalten?

©s. gelbmann

Fleischkennzeichnung

Bedeutet die neuen Siegel und Gütezeichen für die Fleischkennzeichnung tatsächlich bessere Haltungsstandards für die Tiere oder bleibt dies eine reine Werbemaßnahme?

Populäre Ernährungsirrtümer

Rund ums Essen und Abnehmen tauchen immer wieder neue Theorien auf. Ist rohes Gemüse wirklich so gesund? Macht Essen am Abend tatsächlich dick? Enthält Margarine weniger Kalorien als Butter? Es kursiert viel vermeintliches Wissen über gesunde Ernährung, doch einiges ist falsch oder zu vereinfacht dargestellt.



Nachhaltig Waschen - auf dem neuesten Wissensstand

Die Vielfalt an Waschmitteln ist riesig. Neben Color- und Vollwaschmitteln gibt es zahlreiche Spezialwaschmittel. Welches Mittel brauche ich wirklich? Greife ich besser zu Pulver, zu Flüssigwaschmittel oder zu Caps? Wie umweltfreundlich sind Bio-Produkte und selbst hergestellte Waschmittel? Welches Waschmittel schont Umwelt und Wäsche gleichermaßen?



© Smole - Fotolia.com

Chemielabor im Haushalt

Spezialreiniger, Desinfektionsmittel, Pflegepolituren – die Vielfalt bei Reinigungsmitteln ist groß und sorgt für Verwirrung. Die Spezialreiniger sind teuer und unnötig. Manche Mittel bergen auch gesundheitliche Gefahren. Welche Reiniger benötige ich im Haushalt wirklich? Auf welche gefährlichen Inhaltsstoffe muss ich achten? Wie schonere ich meine Materialien?

Mit Zeitmanagement clever und effektiv haushalten

Wo ist heute meine Zeit geblieben? Trotz arbeits- und zeitsparender Geräte ist Zeit im Alltag Mangelware. Spüren Sie die Zeiträuber in Ihrem Haushalt auf! Sinnvolle Planung, professionelle Arbeitstechniken und optimierte Arbeitsplatzgestaltung helfen, den eigenen Haushalt besser zu organisieren.



Kochkurse und Kochvorführungen

Der Darm unser zweites Gehirn

Darmfreundlich kochen und sich einfach wohlfühlen. Der Darm ist die Wurzel unserer Gesundheit. Um optimal funktionieren zu können, benötigen der Darm und seine Bewohner das richtige Futter.

Hülsenfrüchte - die kleinen Kraftpakete

Bohnen, Erbsen, Linsen, Kichererbsen sind kleine Kraftpakete, die sich zu raffinierten und ausgefallenen Genussvariationen verarbeiten lassen.

Update Vorratshaltung:

Alte Techniken lernen, neue Rezepte ausprobieren

Selbst machen heißt: Zutaten kennen und Unverträglichkeiten vermeiden. Wir machen heimische Produkte haltbar für den Winter. Einwecken, Einkochen, Fermentieren, Trocknen: Chutneys, Shrub und regionales Superfood!

Mit regionalen Nährstoffbomben fit durch den Winter

Frisch geerntet und gut gereift haben unsere Lebensmittel ganz besonders viel Geschmack und Nährstoffe. Wir kochen mit Kräutern, Gemüsesorten und Getreide aus der Region: Sie sind überall erhältlich und meist auch preiswert.

Für Kochvorführungen sollte ein gut ausgestattetes Pfarrheim zur Verfügung stehen. Für Kochkurse wird eine Schulküche benötigt. Die VSB Referentin schickt Ihnen eine Einkaufsliste sowie eine Liste der benötigten Arbeitsmittel. Der Einkauf erfolgt durch den Zweigverein.



Kochkurse und Kochvorführungen

Querbeet - bunt aufgestrichen!

Aufstriche bereichern die Küche, sind schnell hergestellt, unkompliziert zu transportieren und passen zu allen Gelegenheiten!

Ratz-Fatz-Küche

Schnelle Rezepte für alle, die nur wenig Zeit zum Kochen haben, aber auf Genuss und Geschmack nicht verzichten wollen. Ideal also auch gerade für Berufstätige.

Knochenfreundlich Schlemmen

Die knochengesunde Küche ist besonders vielseitig mit Fisch, Gemüse, Milchprodukten, wenig Fleisch und viel Obst.

Bayerische Tapas

Kleine bayerische Leckerbissen für Zwischendurch. Gut vorzubereiten und schnell serviert.

Die Levante Küche

Zauberhafte Gerichte aus dem arabischen Mittelmeerraum.



©WilliamChoquette-pexels.com

Mit Liebe selbst gemacht

Köstliche Geschenke aus der Küche.

Weitere Themenvorschläge für Ihren Kochabend finden Sie im saisonalen Programm „Spaß am Kochen“ auf der VSB Homepage.

<https://www.verbraucherservice-bayern.de/beratung/ingolstadt>



Angebote für Betriebe/Unternehmen

Fit im Job: Richtig essen im Berufsalltag

Verschiedene Arbeitswelten erfordern unterschiedliche Strategien, wie Essen und Genießen während des Arbeitstages aussehen könnte. Das reicht von der sinnvollen Mahlzeiteauswahl unterwegs oder in der Kantine bis hin zu Rezepten für mitgebrachte Brotzeiten.

Ernährung und Klimaschutz

Die Ernährung wird mit 20 Prozent für den Ausstoß an klimaschädlichen Gasen verantwortlich gemacht. Jeder kann beim Einkaufen, Kochen und Zubereiten von Mahlzeiten einen Beitrag zum Klimaschutz leisten.

Nachhaltig einkaufen, aber wie?

Regional, Saisonal, Bio, Fair Trade - welchen Mehrwert bieten diese Lebensmittel und welche Label geben vertrauenswürdige Auskunft über die Lebensmittelproduktion?



© Maksim Pasko – stock.adobe.com

Für weitere Vorträge fordern Sie unseren speziellen Flyer „Fit im Job“ an!

Referent*innen-Verzeichnis

Susanne Gelbmann

Dipl. Haushaltsökonomin
Verbraucherberaterin
Beratungsstellenleiterin

Jochen Weisser

Volljurist
Verbraucherberater

Brigitte Reithmeier

Hauswirtschaftsmeisterin
Verbraucherberaterin

Monika Kettemann-Rauschan

Rechtsassessorin
Verbraucherberaterin

Petra Gruber

Dipl. Ökonomin
Finanzberaterin

Petra Herzog

Dipl. Architektin
Energieberaterin

Kerstin Seitz

Bachelor of Engineering
Energieberaterin

Sigrid Holzer

Gesundheitspädagogin
VSB-Diözesanvorsitzende

Alexandra Böhm

Hauswirtschaftliche
Betriebsleiterin

Gabriele Schredl

Hauswirtschaftliche
Betriebsleiterin

Beratung

unabhängig . kompetent . nah



Verbraucherrecht



Ernährung



Umwelt



Energie



Hauswirtschaft



Versicherung



Finanzen



Altersvorsorge



Baufinanzierung

Mitglieder des Katholischen Deutschen Frauenbunds erhalten auf alle Beratungsleistungen (ausgenommen die Energieberatung) eine Gebührenermäßigung in Höhe von 30 Prozent, mindestens jedoch 5 Euro.