

Dezember 2018



**Liebe Mitglieder, liebe Unterstützerinnen und Unterstützer,  
liebe Interessierte,**



die Haushalts- und Taschengeldplaner Apps des VSB für Android-Geräte sind nach einer gründlichen Überarbeitung wieder kostenlos und werbefrei im [Google Play Store](#) erhältlich. Die Apps bieten alles, was ein guter mobiler Haushaltsplaner können muss: Sie sind sicher, übersichtlich und einfach bedienbar. Behalten Sie Ihre Finanzen im Blick – ohne analoges Haushaltsbuch.

Das gesamte VSB-Team wünscht Ihnen und Ihren Angehörigen ein Frohes Fest und einen beschwingten Jahreswechsel!

Inhalt:

1. [Vorsicht vor Fake-Shops und Scheinangebote](#)
2. [Welche Ernährung ist nachhaltig?](#)
3. [Meal Prep: Geplant, gekauft, gesund gegessen?](#)
4. [Drei Energiespartipps fürs Beleuchten, Backen und Schenken](#)
5. [Krankenversicherungsbeiträge schmälern die Betriebsrente](#)
6. [Hauswirtschaft und Pflege: Berufsabschluss mit Perspektive](#)
7. [Neuer Vorbereitungslehrgang zum/zur Meisterin der Hauswirtschaft](#)
8. [Preisverleihung Fotowettbewerb](#)
9. [Termine](#)

## 1. Vorsicht vor Fake-Shops und Scheinangeboten

Bietet ein Internet-Shop begehrte Artikel wie z.B. Smartphones, Elektrogeräte, Markenschuhe, Handtaschen oder Designer-Kleidung zu sehr günstigen Preisen oder bei reißerischen Rabattaktionen an, lässt das manches Herz höherschlagen. Die Schnäppchenjäger erleben jedoch eine böse Überraschung, wenn ...



[>>weiterlesen](#)

---

## 2. Welche Ernährung ist nachhaltig?



Die Ernährung verursacht mehr als ein Drittel (35 Prozent) unseres ökologischen Fußabdrucks. Damit macht sie in Deutschland den größten Anteil am Ressourcenverbrauch aus. Wie Sie Ihren ökologischen Fußabdruck möglichst klein halten, erfahren Sie in unserer 4-teiligen Serie.

[>>weiterlesen](#)

---

## 3. Meal Prep: Geplant, gekauft, gesund gegessen?

Was früher als vorgekochte Mahlzeit bekannt war, steckt heute als so genannter „Meal-Prep“ in der Lunchbox. Gerade in der anstrengenden, oft hektischen und vor allem süßen Adventszeit empfiehlt es sich, den Speiseplan für die Woche zu planen, auf Vorrat zu kochen und zu portionieren. Doch ist vorbereitetes Essen wirklich so gesund oder gibt es einen Haken?



[>>weiterlesen](#)

---

## 4. Drei Energiespartipps fürs Beleuchten, Backen und Schenken



Im Advent haben nicht nur Spielwarengeschäfte und Versandhäuser Hochkonjunktur sondern auch die Strom- und Gaszähler. Damit jeder die Vorweihnachtszeit ohne böse Überraschungen genießen kann, haben wir drei Tipps, wie Sie den Energieverbrauch wirksam begrenzen können:

[>>weiterlesen](#)

---

## 5. Krankenversicherungsbeiträge schmälern die Betriebsrente

Viele Menschen sorgen über die Säule der betrieblichen Altersvorsorge (bAV) finanziell für das Alter zusätzlich vor. Die Finanzierung erfolgt entweder über Zuschüsse des Arbeitgebers, durch die Einzahlung eigener Gehaltsbestandteile der Beschäftigten (Gehaltsumwandlung) oder aus beiden Quellen. Häufig stellen die Anbieter im Vorfeld die Vorteile der bAV in den Vordergrund, ...



[>>weiterlesen](#)

---

## 6. Hauswirtschaft und Pflege: Berufsabschluss mit Perspektive

Hauswirtschaftlerinnen und Hauswirtschaftler sind gesuchte Fachkräfte am Arbeitsmarkt, insbesondere mit Zusatzqualifikationen in der Pflege. Der VSB bietet in Regensburg einen neuen, einjährigen Lehrgang. Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer, die jahrelang einen Haushalt geführt haben, aber keinen Berufsabschluss besitzen, ...



[>>weiterlesen](#)

---

## 7. Neuer Vorbereitungslehrgang zum/zur Meisterin der Hauswirtschaft



Der zweijährige Lehrgang startet in Passau am 22. Februar 2019 und richtet sich an alle Hauswirtschaftlerinnen und Hauswirtschaftler mit Berufserfahrung und dem langfristigen Ziel, Führungsaufgaben in hauswirtschaftlichen Betrieben zu übernehmen.

[>>weiterlesen](#)

---

## 8. Preisverleihung Fotowettbewerb



Am 5.12.2018, dem Tag des Bodens würdigte der VSB in Passau die Preisträger des Fotowettbewerbs „Boden unter meinen Füßen“ und eröffnete die gleichnamige Ausstellung. Wolfgang Knauer aus Passau machte mit seinem Bild „Maisanbau“ den ersten Platz.

[>>weiterlesen](#)

---

## 9. Termine

**17. Januar 2019, Regensburg, 14.00 Uhr, Betriebsbesichtigung: Leder Lärm**

Leder Lärm ist seit über 30 Jahren in Regensburg die Anlaufstelle für Reparaturen und Änderungen von Lederprodukten. Das traditionsreiche Ledergeschäft wird von Jonas Mumm geführt. Er gewährt uns einen Einblick in sein Geschäft und in die Verarbeitung von Leder.

[>>weiterlesen](#)

---

**17. Januar 2019, 9:00-11:00, Neu! Verbraucherfrühstück zum Thema Finanzen**

Morgens ist der Kopf noch frei! Stellen Sie Fragen an unsere Fachberaterinnen bei einem Frühstück mit regionalen Zutaten.

[>>weiterlesen](#)

---

**22. Januar 2019, Augsburg, 14 - 15 Uhr, Vortrag: Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung**

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

[>>weiterlesen](#)

---

**22. Januar 2019, Augsburg, 10 - 11 Uhr, Vortrag: Beitragsreduzierung in der privaten Krankenversicherung**

Warum wird meine private Krankenvollversicherung jedes Jahr teurer? Was kann ich tun, um den Beitrag meiner privaten Krankenvollversicherung sinnvoll zu reduzieren? Wie kann ich in meiner bestehenden Krankenvollversicherung Beiträge sparen ohne großen Leistungsverlust?

[>>weiterlesen](#)

---

**26. - 27. Januar 2019, Bamberg, 10.00-18:00, Infostand - Finanz- und Verbraucherberatung: Immobilienmesse Franken**

Besuchen Sie unseren Info-Stand auf der Immobilienmesse Franken in der Bamberger Brose Arena und lassen Sie sich zu Themen wie Sondertilgungsrecht, Eigenkapital und staatliche Förderung von uns beraten.

[>>weiterlesen](#)

---

Wir hoffen, unser VSB-Newsletter liefert Ihnen wertvolle Informationen.  
Vielen Dank, dass Sie uns weiterempfehlen!

Bildnachweis (wenn nicht anders vermerkt: © VSB):

Header: Frau zeigt: © Jeanette Dietl - Fotolia.com

1. Laptop\_Tablet © fancycravel - pixabay.com

2. Mädchen mit Apfel\_\_regional © wojciech-gajda - iStockphotot.com

3. phoca\_thumb\_m\_salat im glas\_ yasuihiro amano - fotolia.com

4. Lichterkette\_©\_Hans-pixabay.com

5. bAV © marcus\_hofmann - Fotolia.com

6. Haushalt-Hilfe\_© KDFB

8. Maisfeld © Knauer, 2018