

Verbraucher
Service
Bayern



im Katholischen
Deutschen Frauenbund e.V.

Vorträge Kochvorführungen

2018 / 2019

der Beratungsstellen
Bamberg / Forchheim / Ansbach



www.verbraucherservice-bayern.de

unabhängig · kompetent · nah



Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

wir freuen uns sehr, Ihnen für 2018/2019 wieder Vorträge zu aktuellen Verbraucherthemen anbieten zu können.

Sie finden bei uns Spannendes zu den Themen Verbraucherrecht, Finanzen und Versicherungen sowie Umwelt und Ernährung. Abgerundet wird unser Angebot durch Kochvorführungen und Vorträgen zum Thema Gesundheit.

Unsere Referentinnen und Referenten können von den KDFB-Zweigvereinen wie auch von anderen interessierten Gruppen, Schulen und Unternehmen für eine Veranstaltung gebucht werden.

Wenn ein Angebot auf Ihr Interesse stößt, nehmen Sie einfach mit einer unserer Beratungsstellen Kontakt auf und vereinbaren Sie einen Termin. Wir hoffen, Sie finden für Ihre Veranstaltung ein spannendes Thema. Gerne nehmen wir auch Ihre Vortagswünsche entgegen.

Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!



Annette van Aaken J.V.
Stellv. Diözesanvorsitzende



Simone Napiontek
Beratungsstellenleiterin

Wenn Sie regelmäßig über aktuelle Verbraucherthemen auf dem Laufenden bleiben möchten, abonnieren Sie doch unseren **monatlichen Newsletter!**

Anmeldung einfach unter

www.verbraucherservice-bayern.de

Sie finden uns auch auf Facebook unter
www.facebook.com/VerbraucherServiceBayern

Inhaltsverzeichnis

Verbraucherrecht - Vorträge	4
Versicherungen, Finanzen, Altersvorsorge - Vorträge	5
Energie - Vorträge	6
Umwelt - Vorträge	7
Ernährung - Vorträge, Kochvorführungen	8
Gesundheit - Vorträge, Kurse	12
Ausstellungen	13
Referenten, Gebühren und Anmeldung	14
Unsere Beratungsstellen in Bamberg, Forchheim und Ansbach	15

Haben Sie Wünsche oder Fragen zu unserem Angebot?

Rufen Sie uns an, **Telefon 0951 / 20 25 06** oder senden Sie uns eine Nachricht per E-Mail an **bamberg@verbraucherservice-bayern.de**

Ansprechpartnerin:
Frau Napiontek, Beratungsstellenleiterin



Verbraucher- recht



- Vorträge -

Kaufen, Umtauschen, Reklamieren – Ihre Rechte als Verbraucher

Wir geben Ihnen Antworten zu häufigen Verbraucherfragen und klären Sie über Rechtsirrtümer auf: Nichts unterschrieben – sind denn auch mündliche Verträge wirksam? Können alle Verträge innerhalb von 14 Tagen widerrufen werden? Was ist der Unterschied zwischen Gewährleistung und Garantie? Und ist bei Mängeln der Händler oder der Hersteller der richtige Ansprechpartner? Wie kann ich meine Rechte am besten durchsetzen?

Referenten: Simone Napiontek,
Roland Pfister

Handwerker- und Kundendienste – meine Rechte

Ein frischer Anstrich im Bad, die Reparatur der Waschmaschine oder eine ins Schloss gefallene Haustür – stellen Sie schon vor dem Auftrag die richtigen Fragen. Wir geben Tipps für Beauftragung, Kostenvoranschlag, Begleitung der Maßnahme sowie Abnahme. Und wenn doch etwas schief geht? Ihr Recht bei Reklamation, Rücktritt und Rechnungskürzung.

Referent: Roland Pfister



Sicher Einkaufen im Internet

Würden Sie gerne die Vorteile des Online-Einkaufens nutzen, sind sich aber unsicher, welcher Online-Händler vertrauenswürdig ist?

Wir geben Ihnen Tipps, wie Sie seriöse Anbieter erkennen. Die Vor- und Nachteile verschiedener Bezahlsysteme werden erläutert und was Sie zum Schutz Ihrer Daten tun können. Außerdem werden rechtliche Fragen geklärt: Wann kann ich den Vertrag widerrufen? Welche Ausnahmen gibt es? Wer haftet für den Versand der Ware?

Referentin: Simone Napiontek



Verbraucherschutz in Deutschland - Forderungen des Verbraucher- Service Bayern (VSB) an die Politik

Beratung und Bildung sind Kernaufgaben des VSB. Darüber hinaus vertritt der Verband aber auch die Interessen der Verbraucherinnen und Verbraucher in Gesellschaft und Politik. Welche Forderungen und Positionen hat der VSB zu aktuellen Umwelt- und Ernährungsthemen? Wo fordert er mehr rechtlichen Verbraucherschutz?

Vortrag mit Diskussion

Referentin: Simone Napiontek

Finanzen



- Vorträge -

Sparen für Kinder und Enkel – vom Schnuller bis zum Studium!

Banken und Versicherungen nehmen die Geburt eines Kindes gerne zum Anlass, den Eltern und Großeltern langfristige Anlageprodukte zur Absicherung anzubieten. Doch welches Produkt ist wirklich sinnvoll? Wie sieht es mit der Rendite aus?

Referent: Markus Latta

Geldanlage in der Niedrigzinsphase

Die anhaltende Niedrigzinsphase wirkt sich massiv auf die Geldanlage aus. Tagesgeld, Sparverträge, Lebensversicherung, Aktien oder Fonds – was soll ich kaufen? Ist Gold eine empfehlenswerte Alternative? Oder doch besser das altbewährte Sparbuch? Wir erklären die Chancen und Risiken der Anlagemöglichkeiten.

Referent: Markus Latta

Altersvorsorge



- Vortrag -

Riester, Rente, Rürup – die privaten Altersvorsorgemöglichkeiten und wie sie funktionieren

Auf dem Markt werden sehr unterschiedliche Altersvorsorge-Produkte angeboten. Welche sind für wen geeignet? Welche Vor- und Nachteile haben die einzelnen Produkte?

Referent: Markus Latta

Versicherungen



- Vorträge -

Richtig gut versichert?

Versicherungspolice gibt es viele, doch nicht alle sind zwingend notwendig. Der optimale Versicherungsschutz richtet sich immer nach der individuellen Lebenssituation. Der Vortrag sorgt für Durchblick im Versicherungsdschungel und informiert auch über den Widerruf und Kündigungsmöglichkeiten bei Versicherungsverträgen.

Referent: Markus Latta



Versicherungen für Senioren

Auch im Ruhestand sollte man seinen Versicherungsbedarf regelmäßig auf den Prüfstand stellen und an die aktuelle Lebenssituation anpassen. Welche Versicherungspolice sind zwingend notwendig? 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?

Referent: Markus Latta



Energie

- Vorträge -

Die Energievorträge sind für Sie kostenlos! Vorträge und Energieberatung werden gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.



Energieeinsparung im Haushalt

In jedem Haushalt schlummern große Potentiale zur Einsparung von Strom oder Heizenergie. Der Vortrag gibt einen Überblick über den „normalen“ Verbrauch, um eine Einschätzung des eigenen Energieverbrauchs vornehmen zu können. Einsparmöglichkeiten werden anhand vieler Beispiele erläutert.

Referent: Uwe Neumann

Stromwechsel leicht gemacht

Der Wechsel des Strom- oder Gasanbieters ist heute durchaus üblich, um Kosten zu sparen oder auf eine ökologische Energieversorgung umzusteigen. Im Vortrag wird erläutert, worauf zu achten ist. Ergänzend gibt es Tipps zum Umgang mit den gängigen Vergleichsportalen.

Referent: Uwe Neumann

Nutzen Sie auch unser Energieberatungsangebot!

Energiekosten senken, Heizungsanlage erneuern, Solarenergie nutzen, energetische Gebäudesanierung planen oder Fördermittel nutzen:

Energieberatung bieten wir in unseren mehr als 30 Energieberatungsstützpunkten in Bayern an.

Gebühr: 5 Euro / 30 Minuten

Außerdem bieten wir Beratung bei Ihnen zu Hause an:

- **Basis-Check** (10 Euro)
- **Gebäude-Check** (20 Euro)
- **Heiz-Check** (40 Euro)
- **Solarwärme-Check**
Überprüfung der optimalen Einstellung und Effizienz der solarthermischen Anlage (40 Euro)
- **Detail-Check** (40 Euro)

Weitere Informationen, kostenlose Kurzberatung und Anmeldung

unter der bundesweiten kostenfreien Telefon-Hotline:

Tel. 0800 – 809 802 400

Terminvereinbarung auch über die Beratungsstellen Bamberg und Ansbach möglich.



Umwelt

- Vorträge -

Gießen Sie noch oder mulchen Sie schon? Bodenbiologie: die unsichtbaren Helfer

Fruchtbare Böden bilden unsere Lebensgrundlage, sind jedoch vielfach durch Klimawandel, Flächenversiegelung oder Einsatz von Giftstoffen gefährdet.



Wir schauen uns die wichtige Ressource Boden genauer an und geben Ihnen praktische Tipps, wie Sie in Ihrem Garten dem Boden und damit auch sich selbst etwas Gutes tun können.

Referentin: Gisela Endt

Wasser - ein kostbares Gut

Essen, duschen, reinigen - in Deutschland verbraucht jeder Bürger durchschnittlich 121 Liter Trinkwasser pro Tag. Durch unseren Konsum beanspruchen wir zusätzlich Wasservorkommen weltweit, auch in Regionen, in denen extremer Mangel an sauberem Wasser herrscht. Wir geben Tipps, sorgsamer und sparsamer mit unserem Wasser umzugehen und es vor Schadstoffen zu schützen. Denn sauberes Trinkwasser ist unsere wichtigste Ressource.

Referentin: Gisela Endt

Aluminium - Leichtgewicht mit schweren Folgen?

Ob als Folie für Lebensmittel, als Schweißhemmer in Deodorants oder als leichtes Material für Trinkflaschen, Aluminium wird vielseitig eingesetzt. Das Leichtmetall ist in Verruf geraten. Kritikpunkte sind der problematische Abbau, die energieintensive Herstellung der Produkte sowie Gefahren für Gesundheit und Umwelt. Gibt es Alternativen?

Referentin: Gisela Endt

Richtiges Lüften und Heizen – Maßnahmen gegen Schimmel

Schwarze Flecken, Anzeichen eines Schimmelbefalles, sind nicht nur ein ästhetisches Problem, sondern ein Zeichen für ungesundes Raumklima.

Wir gehen den verschiedenen Ursachen für Schimmel im Haus auf den Grund und erläutern Maßnahmen zur Vermeidung. Wir geben Ihnen Tipps zum richtigen Heizen, Lüften und zur Vorbeugung vor Schäden in Ihrer Wohnung.

Referentin: Gisela Endt

Kunststoffe - Segen oder Fluch?

Plastik ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Doch

der massive Einsatz hat durch die extreme Langlebigkeit des Materials weltweit unerwünschte Folgen. Welche Alternativen gibt es? Woraus bestehen Kunststoffe? Welche Plastikarten sind besonders problematisch für Mensch und Umwelt? Was versteht man unter Mikroplastik?



Referentin: Gisela Endt

Gut geschützt und sinnvoll verpackt - Wege aus der Verpackungsflut

Verpackungen gehören zum täglichen Einkauf. Veränderte Konsumgewohnheiten führen jedoch zu immer mehr Verpackungsabfällen.

Trotz Recycling gehen wertvolle Wertstoffe verloren oder landen im Müll. Inhaltstoffe können auch auf Lebensmittel übergehen. Weniger ist mehr! Teilnehmer erhalten Informationen zu verschiedenen Materialien und Tipps zu Vermeidung von Plastikmüll im Haushalt.

Referentin: Gisela Endt

Reinigung im Haushalt - gesunde Sauberkeit?

Spezialreiniger, Desinfektionsmittel, Pflegepolituren - die Vielfalt bei Reinigungsmitteln ist groß und kann zuweilen für Verwirrung sorgen. Zu viele verschiedene und vor allem aggressive Reinigungsmittel belasten das Abwasser und die Umwelt. Zudem bergen manche Mittel gesundheitliche Gefahren. Viele Spezialreiniger sind teuer und unnötig.

Welche Mittel brauche ich im Haushalt wirklich? Auf welche Inhaltstoffe muss ich achten?

Referentin: Gisela Endt

Weiterhin angeboten werden:

- **Wäschepflege aktuell – was ist umweltfreundlich und zeitgemäß?**
- **Artenschutz fängt vor der eigenen Haustür an**



Ernährung

- Vorträge, Kochkurs,
Kochvorführung -



**Kochvorführung vor Ort
möglich**

Jahresthema 2018

Erzeugerland Bayern – Bayerns Vielfalt auf dem Teller

73 Prozent der Konsumenten legen beim Einkauf Wert auf die regionale Herkunft der

gekauften Lebensmittel. So steht es im Ernährungsreport 2017 des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft. Der Trend „immer exotischer“ scheint sich umzukehren.



Welche ökologischen Vorzüge haben regionale Lebensmittel? Wie erkennt man, ob die Lebensmittel tatsächlich aus der Region stammen? Wie aussagekräftig sind Labels? Welche Inhaltsstoffe sind besonders hervorzuheben? Erfahren Sie mehr über die Vorteile der heimischen Superfoods.

Referentin: Uta Toellner

Zum Vortragsthema bieten wir auch eine Ausstellung zum Ausleihen an:

**„Regionale Lebensmittel -
nah, natürlich, selbstgemacht“**
(Siehe Seite 13)

Ernährungstrends: Was steckt dahinter?

Fast scheint ein Wettlauf um die „bessere“ Ernährung zu bestehen. Was ist dran an Aussagen wie: „Kohlenhydrate machen dick“, „Weizen sollte man meiden“ und vieles mehr. Alles scheint besser zu sein als eine „normale“ Ernährung. Wie erklärt sich der Erfolg von Ernährungstrends wie „Paleo“, „Clean Eating“ und Co.?

Der Vortrag soll auch Gelegenheit für Ihre Ernährungsfragen geben.

Referentin: Uta Toellner



Gut fürs Herz

Dass die mediterrane Kost besonders gut geeignet ist, das Herz zu schützen, ist vielen bekannt. Doch woran liegt das? Ist es nur das Olivenöl? Oder ist doch die gesamte Speisenauswahl entscheidend? Erfahren Sie, welche Empfehlungen es für eine herzgesunde Kost gibt.

Referentin: Uta Toellner

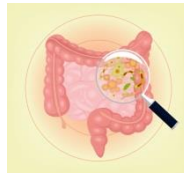
Fit ab 50 - genussvoll älter werden!

Abwechslungsreiche, dem Bedarf angepasste Ernährung ist ein Baustein für ein gesundes Leben. Vielen altersbedingten Erkrankungen wie Osteoporose, Diabetes Typ 2 und Herz-Kreislaufkrankungen kann damit vorgebeugt werden. Damit der Genuss dabei nicht zu kurz kommt, zeigen wir Ihnen, wie die wissenschaftlichen Ernährungsempfehlungen leicht in die Praxis umgesetzt werden können.

Referentin: Uta Toellner

Darm gut – alles gut! Neues zur Darmgesundheit

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.

Referentin: Uta Toellner

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 Mahlzeiten-



auswahl unterwegs oder in der Kantine bis hin zu Tipps und Re-

zepten für mitgebrachte Brotzeiten.

Referentin: Uta Toellner

Knochenstarke Kost – bevor Osteoporose entsteht

Osteoporose ist weiter verbreitet als viele denken und wird häufig unterschätzt. Es trifft nicht nur ältere Frauen. Erfahren Sie, wie unser Knochenstoffwechsel funktioniert und wie eine knochenstärkende Ernährung aussehen kann.

Referentin: Uta Toellner



Wiederentdeckt: Hülsenfrüchte sind die neuen Superstars

Erbsen, Linsen und Bohnen sind wahre Kraftpakete mit wertvollen Inhaltsstoffen.

Ihre hohen Gehalte an Eiweiß, Ballaststoffen, Mineralstoffen und Vitaminen



machen sie nicht nur für Vegetarier und Veganer interessant. Peppen Sie Ihre Gerichte mit Hülsenfrüchten auf und genießen Sie deren riesige Vielfalt.

Referentin: Uta Toellner



Bohnen, Linsen, Erbsen – moderne Powerküche

Hülsenfrüchte haben eine ausgezeichnete Nährstoffbilanz. Sie sind ein echtes heimisches Powerfood mit einem hohen Gesundheitswert. Zudem sind sie für die nachhaltige Landwirtschaft eine wichtige Anbaufrucht. In der Küche sind sie sehr vielseitig und wandlungsfähig - ob deftig, exotisch oder gar süß zubereitet. Lassen Sie sich überraschen.

Referentin: Monika Gerner

Nahrungsergänzungsmittel – Jungbrunnen oder Verbraucher- täuschung?

Nahrungsergänzungsmittel sind heute überall und in vielfältigster Form erhältlich. Die Werbung verspricht oft Wunder. Was sagt die Ernährungsforschung dazu?

Referentin: Uta Toellner

Fasten für die Gesundheit?

Heilfasten, Dinner-Cancelling, Schalttage, Detoxkuren oder Leberfasten.

Welche Methoden des Fastens sind derzeit beliebt und wie sind diese zu beurteilen? Was passiert beim Fasten in meinem Körper und wie starte ich nach einer Pause wieder? Für wen sind Fastenkuren nicht geeignet?

Referentin: Uta Toellner

Einkaufstour in Ihrem Supermarkt vor Ort

Lust einmal mit einem Ernährungscoach durch den Supermarkt zu touren?



Unter Anleitung betrachten wir das Supermarktangebot.

Welches Öl ist das Richtige? Was bietet mir Orientierung beim riesigen Joghurtangebot oder beim Kauf eines Müslis?

So funktioniert es: Es sollte ein größerer Supermarkt Ihrer Wahl sein, an dessen Eingang dann der Treffpunkt zum Start ist.

Gruppengröße: max. 15 Personen,

Dauer: ca. 1 Stunde.

Ernährungscoach: Uta Toellner

Gentechnik in Lebensmitteln

Was ist eigentlich Gentechnik und was wird mit Hilfe der Gentechnik bei Lebensmitteln verändert? Wir geben Ihnen einen Überblick über den derzeitigen Einsatz von Gentechnik im Lebensmittelbereich und welche Risiken diskutiert werden. Wann muss die gentechnische Veränderung gekennzeichnet werden? Kann ich noch „gentechnikfrei“ einkaufen?

Referentin: Simone Napiontek

Kochkurs:

Meerrettich oder Kren



Entdecken Sie den Spaß am Kochen mit Meerrettich! In Franken



hat der Krenanbau eine lange Tradition. Machen Sie Meerrettich als pikanten und

sehr gesunden Würzgenuss zu einem unverzichtbaren Bestandteil Ihres Essens. Die Kunst des Kochens bedeutet gleichzeitig auch Leidenschaft, Gaumen- und Lebensfreude!

Für diesen Kochkurs muss eine Küche vor Ort vorhanden sein.

Referentin: Monika Gerner



Weiße Wurzeln

Mehr als Suppenwürze liefern Petersilienwurzel und Pastinaken. Die aromatischen Wurzeln schmecken in der Winterküche gebacken, im Auflauf, als Salat und aufs Brot.

Referentin: Monika Gerner



Die Welt des Kaffees

Kaffee ist das Lieblingsgetränk der Deutschen.

Dieser Vortrag gibt einen kompakten Überblick über die Ent-



deckung, Verbreitung bis hin zur Verarbeitung und Zubereitung von Kaffee. Lassen Sie sich mitnehmen in die aromatische Welt des Kaffees!

Referentin: Monika Gerner



Kochen mit Rosenblüten

Rosenduft und Rosenaroma lassen sich in köstlichen Zubereitungen einfangen. Wir verwenden regionale Rosenblätter und Rosenblüten. Der Gesundheitswert wird erläutert. Rosengelee, Rosenbutter und Rosenbowl werden in der Kochvorführung zubereitet und verkostet.

Referentin: Monika Gerner

Weiterhin angeboten werden:

- **Lebensmittelunverträglichkeiten: Wenn Essen Bauchweh macht – Laktose, Fruktose und Gluten**
- **Vegetarisch und vegan – der neue Trend!**
- **Nüsse und Samen – alte Vielfalt neu entdeckt**
- **Heil-, Mineralwasser und Co.**
- **Exotische und heimische Superfoods**

Gesundheit

- Vorträge, Kurse -

Koordinationsübungen: Gut fürs Gehirn – gut für die Gelenke

Mit praktischen Koordinationsübungen verbessern Sie Ihre geistige Fitness, Beweglichkeit und Gleichgewichtsfähigkeit. Nach ein wenig Theorie folgen einfache und komplexere Übungen zum Mitmachen, die leicht in den Alltag eingebaut werden können.

Referentin: Stefanie Schindler

Yoga auf dem Stuhl – zum Kennenlernen

Neben der Theorie, wie Yoga aufgebaut ist, folgen Übungen, die im Sitzen auf dem Stuhl und im Stehen durchgeführt werden. So können Menschen jeden Alters, mit und ohne Bewegungseinschränkung, daran teilnehmen. Der Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung setzt Impulse um die Durchblutung anzuregen und das Wohlbefinden zu verbessern.

Referentin: Stefanie Schindler

Gesunde Lebensführung nach Hildegard von Bingen

Stimmen die Ernährungs- und Gesundheitsempfehlungen der heiligen Hildegard von Bingen mit unseren modernen Erkenntnissen überein?

Referentin: Marita Dippacher

Essen fürs Immunsystem

Husten, Schnupfen oder Halsschmerzen? Prompt gibt es viele



gutgemeinte Tipps, wie man das Immunsystem stärken und so einer

Erkältung entgehen kann. Heiße Zitrone, Kräutertee und Zwiebelsaft gehören zu den Ratschlägen. Wie unterstützt eine gesunde Ernährung das Immunsystem und welche Hausmittel sind erwiesenermaßen hilfreich?

Referentin: Uta Toellner

Emotionales Essen überwinden

Was wirklich hilft, wenn Gefühle den Speiseplan bestimmen. Was ist emotionales Essverhalten und wie kann man entspannter essen lernen.

Mit praktischen Übungen zum Mitmachen.

Referentin: Uta Toellner



Ausstellungen

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

Die Ausstellungen bestehen aus Plakaten im DIN A1-Format oder Roll-Ups. Je nach Ausstellung drei bis neun Plakate.



Ausstellung zur Lebensmittelkennzeichnung



Ernährung

- Regionale Lebensmittel – nah, natürlich, selbstgemacht
- Ernährung und Sport
- Lebensmittelunverträglichkeiten – wenn Essen Bauchweh macht
- Lebensmittel – zu schade für den Müll
- Gesunde Ernährung in der zweiten Lebenshälfte
- Kohlenhydrate – Energielieferanten oder Dickmacher?
- Lebensmittelkennzeichnung



Umwelt

- Boden schätzen, Boden schützen
- Obsoleszenz – Verschleiß mit eingeplant?
- Kunststoffe – Segen oder Fluch?
- Wasser – ein kostbares Gut
- Nachhaltig mobil



Verbraucherrecht

- Verbraucher in der digitalen Welt



Ausstellung Wasser - ein kostbares Gut

Ausleihgebühr: keine

Gegebenenfalls sind Versandkosten zu übernehmen.

Kaution: 50 Euro

Bilder zu unseren Ausstellungen

finden Sie auf unserer Homepage:
www.verbraucherservice-bayern.de

Referenten

Dippacher Marita
Hildegard-Gesundheitsberaterin

Endt Gisela
Dipl.-Geografin Uni
Umweltberaterin beim VSB

Gerner Monika
Hauswirtschaftsmeisterin

Latta Markus
Finanzwirt und Bankkaufmann
Finanzberater beim VSB

Napiontek Simone
Dipl.-Ökotrophologin
Verbraucherberaterin beim VSB

Neumann Uwe
Dipl. Ingenieur (FH)
Energieberater beim VSB

Pfister Roland
Volljurist
Verbraucherberater beim VSB

Schindler Stefanie
B. Sc. Integrative
Gesundheitsförderung

Toellner Uta
Dipl.-Ökotrophologin
Ernährungsberaterin beim VSB

Anmeldung

Für die **Buchung eines Vortrages** wenden Sie sich bitte an die Beratungsstelle Bamberg oder Ansbach.

Gebühren

für Vorträge, Kochkurse und
Kochvorführungen

KDFB-Zweigvereine:

Grundgebühr: 40 Euro
zzgl. pro Teilnehmer/in: 2 Euro

Mindestgebühr: 70 Euro

Höchstgebühr (bei mehr
als 40 Teilnehmer/innen): 120 Euro

Die Fahrtkosten übernimmt der VSB.

Bitte beachten Sie: Eine Abrechnung der Vorträge für KDFB-Zweigvereine über die Katholische Erwachsenenbildung Bayern (KEB) ist nicht möglich.

Gruppen und Vereine:

120 Euro
zzgl. Fahrtkosten 0,35 Euro/km

Schulen und Kindergärten:

80 Euro
zzgl. Fahrtkosten 0,35 Euro/km

Kosten für Lebensmittel und
Rezeptblätter werden zusätzlich
berechnet.

Unternehmen:

Vorträge und Infostände im Rahmen
der **betrieblichen Gesundheits-
förderung**:
Honorar nach Vereinbarung

Beratungsstelle Bamberg

Grüner Markt 14, 96047 Bamberg

Tel.: (0951) 20 25 06

E-Mail: bamberg@verbraucherservice-bayern.de

Montag	9 – 12 und 14 – 16 Uhr
Dienstag	9 – 12 und 14 – 16 Uhr
Mittwoch	9 – 12 Uhr
Donnerstag	9 – 12 und 14 – 17 Uhr
Freitag	9 – 12 Uhr



**Leitung der Beratungsstellen
und Verbraucherberatung:**
Simone Napiontek



Ernährungsberatung:
N.N.



**Finanz- und Versicherungs-
beratung:**
Markus Latta



Energieberatung

Wir bieten Energieberatung in mehr als 30 Energieberatungs-Stützpunkten in Bayern an sowie Energiechecks bei Ihnen zu Hause.
Informationen zum Angebot:
Siehe Seite 6.

Beratungsstelle Ansbach

Im „Klimaladen Ansbach“
Kannenstraße 16, 91522 Ansbach

Tel.: (0981) 97 78 97 93

E-Mail: ansbach@verbraucherservice-bayern.de

Montag	10 – 13 Uhr
Dienstag	10 – 13 Uhr
Donnerstag	10 – 17 Uhr
Freitag	10 – 14 Uhr



Ernährungsberatung:
Uta Toellner



Umweltberatung:
Gisela Endt

Beratungsstelle Forchheim

Schulstraße 2, 91301 Forchheim

Tel.: (09191) 6 46 89

E-Mail: forchheim@verbraucherservice-bayern.de

Dienstag	14 – 17 Uhr
Donnerstag	9 – 12 Uhr



Verbraucherberatung:
Roland Pfister



**Finanz- und
Versicherungsberatung:**
Markus Latta



Der VSB stellt sich vor

Der VerbraucherService Bayern im KDFB e.V. (VSB) steht für anbieterunabhängige Verbraucheraufklärung und nachhaltige Verbraucherbildung.

Wir bieten:

- Beratung in Verbraucher-, Ernährungs- und Umweltfragen
- Veranstaltungen vor Ort
- Interessensvertretung in Gesellschaft und Politik
- Berufliche Aus- und Weiterbildung in der Hauswirtschaft
- 15 Beratungsstellen in Bayern

Gerne stellen wir Ihnen unseren Verband und unser Beratungsangebot bei Ihnen vor Ort in einer kurzen Präsentation vor.

Dauer: ca. 30 Minuten
Der Vortrag ist kostenlos.

Der **VerbraucherService Bayern im KDFB e.V.** ist eine Einrichtung des Katholischen Deutschen Frauenbundes und wird gefördert durch:

- das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
- das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz

Die Energieberatung wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.

