

INFO

■ **Jahreswechsel:**

Sieben gute Vorsätze für 2019

■ **Eigenheimzulage:**

10 000 Euro für Baufinanzierung

■ **Grüner Gockel:**

VSB verpflichtet sich dem Umweltschutz

Verbraucher
Service
Bayern



im Katholischen
Deutschen Frauenbund e.V.



Gute Vorsätze für 2019

Zum Jahresbeginn präsentieren Fachexperten des VerbraucherService sieben Vorschläge, wie Sie Ihr Leben günstiger, gesünder und umweltfreundlicher gestalten können.

GUTE IDEE 1:
Exemplarisch vegetarisch – ein Gemüsetag pro Woche

Führen Sie wieder ein, was früher üblich war: Verzichten Sie an einem Tag in der Woche bewusst auf Fleisch. Das nutzt der Gesundheit, dem Klima und der Umwelt. Momentan isst jeder Bundesdeutsche im Durchschnitt pro Jahr 60 Kilogramm Fleisch! Das ist doppelt so viel, wie die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt. Übrigens, so ein persönlicher Veggie-Day kann auch bereichernd sein: Nehmen Sie sich doch vor, jede Woche ein Gemü-

se auszuprobieren, das Sie üblicherweise selten oder nie essen. Oder testen Sie ein neues vegetarisches Gericht – orientieren Sie sich dabei am Saisonkalender des Bundeszentrums für Ernährung (www.bzfe.de).



GUTE IDEE 2:
Nüsse und Kerne? Aber gerne!

Lassen Sie es 2019 doch häufiger knacken! Nüsse und Kerne sind wahre Nährstoffpakete und sehr gesund. Viele Studien weisen darauf hin, dass Nüsse das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen senken. Besonders für Vegetarier sind sie gute Lieferanten für Eisen, Calcium, Zink, Selen und Proteine. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt deshalb täglich eine Handvoll (25 Gramm). Allerdings sollten die Nüsse nicht gesalzen sein. Also, bauen Sie die kleinen Kraftspender in den Speiseplan ein: pur oder einfach öfter

Der VerbraucherService Bayern wünscht allen Leserinnen und Lesern Gesundheit, Glück und Zufriedenheit für 2019.

Diese praktischen Anregungen der Fachteams sollen Sie gut durchs neue Jahr bringen.

übers Müsli und den Salat gestreut. Wichtig: Nüsse können leicht schimmeln und ranzig werden. Kontrollieren Sie sie deshalb regelmäßig – vor allem offene Packungen.

Foto: samae1334/stockphoto.com (Gemüse); mauritius images / urbanlip (oben)

GUTE IDEE 3: Urlaub ohne Reue – nachhaltig planen

Urlaub ist schön – keine Frage, doch leider belastet er auch Geldbeutel und Umwelt. Warum 2019 nicht mal nachhaltiger planen? Zum Beispiel bei der Wahl des Reiseziels. 75 Prozent der durch Tourismus verursachten CO2-Emissionen gehen zulasten des Reiseverkehrs, wobei Fliegen und Kreuzfahrten am klimaschädlichsten sind. Weshalb also in die Ferne schweifen? Wählen Sie doch dieses Jahr Ihr Feriendomizil so, dass die Reisstrecke in einem sinnvollen Verhältnis zur Aufenthaltsdauer steht. Orientieren Sie sich an der Faustregel des Umweltteams: einen Tag Aufenthalt je 100 Kilometer Entfernung. Nachhaltig – und zwar fürs Portemonnaie – ist auch diese Idee der Finanzexperten: Legen Sie jeden Monat



50 Euro im Monat sparen, tut nicht so weh und hilft der Urlaubskasse.

einen festen Betrag, zum Beispiel 50 Euro, für den Urlaub zur Seite. Dann wird das Loch, das die schönste Zeit des Jahres in die Haushaltskasse reißt, nicht zu groß. Schaffen Sie sich für das Geld eine hübsche Schatulle oder einen schönen Umschlag an, und freuen Sie sich jeden Monat auf den Urlaub!



Niemals unterschreiben, bevor nicht alles verstanden ist! Dieser einfache Vorsatz kann viel Ärger sparen.

GUTE IDEE 4: Steckdosen zu Spardosen: raus aus der Grundversorgung

Viele Menschen geben für Strom immer noch zu viel Geld aus. Das erleben VSB-Beraterinnen und -Berater tagtäglich. Etliche Ratsuchende sind nach wie vor im Grundversorgungstarif des lokalen Stromanbieters. Jeder andere Tarif ist aber günstiger! Gehören auch Sie zu den Betroffenen? Dann nehmen Sie sich vor: 2019 wechsle ich den Stromtarif! Das ist ganz simpel. Einfach einen Tarif suchen, alles Weitere übernimmt der Anbieter. Und wenn Sie schon dabei sind: Wählen Sie doch Ökostrom! Empfehlenswert sind die Siegel „Grüner Strom Label“ oder „ok-Power“.

GUTE IDEE 5: TÜV für Finanzen und Versicherungen

Nehmen Sie das neue Jahr zum Anlass, um zu überprüfen: Ist mein Geld noch richtig angelegt? Habe ich Versicherungen, die ich nicht oder nicht mehr brauche? Sind wichtige Dinge

dagegen nicht versichert? In alten Haftpflichtversicherungsverträgen sind zum Beispiel oft Internetschäden nicht enthalten. Tipp: Ein guter Zeitpunkt für dieses Vorhaben ist die jährliche Steuererklärung. Da haben Sie alle Unterlagen zusammen. Machen Sie gleich zu Jahresbeginn einen Termin bei einem unabhängigen Finanzexperten aus und lassen Sie Versicherungsverträge, Fonds et cetera produkt- und anbieterunabhängig prüfen.

GUTE IDEE 6: Schalter umlegen und Strom sparen

Der Receiver für den Satelliten, das Ladegerät fürs Handy oder der Rechner – viele Elektrogeräte brauchen auch Strom, wenn sie ausgeschaltet sind und der Stecker noch steckt. Nach Beobachtungen von VSB-Energieberatern macht dieser Stromverbrauch in manchen Haushalten bis zu einem Drittel des Gesamtverbrauchs aus! Trennen Sie ungenutzte Elektrogeräte konsequent vom Netz. Dazu müssen Sie nicht immer gleich den Ste-

cker ziehen. Sehr praktisch sind Mehrfachsteckdosen mit Netztrennschalter: Wenn nach dem Ausschalten das rote Licht aus ist, fließt kein Strom mehr.

GUTE IDEE 7: Vertragsabschluss – überlegen macht überlegen

Der aus Sicht des Verbraucherteams wichtigste Vorsatz für 2019 ist einfach, aber sehr effektiv. Er lautet: Ich schließe keinen Vertrag, ohne zu überlegen – weder im Fitnessstudio, beim Küchenkauf oder am Telefon, wenn ein Callcenter für einen neuen Handyvertrag wirbt. Nehmen Sie sich fest vor, dass Sie sich vor jedem Vertragsabschluss informieren, sowie vergleichen und prüfen, wie Sie wieder aus dem Vertrag herauskommen. Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstehen! Das kann viel Ärger und Geld sparen. Weitere Informationen, Hilfe und Beratung zu den guten Vorsätzen erhalten Sie beim VerbraucherService Bayern.

Gerti Fluhr-Meyer

VSB-TIPP: Bayern – Geld vom Staat fürs Eigenheim

Stimmt es, dass es in Bayern einen einmaligen Festzuschuss von 10 000 Euro gibt, wenn man baut oder eine neue Wohnung kauft?

Lena G.

Ja – unter bestimmten Voraussetzungen. Mit der „Bayerischen Eigenheimzulage“ bezuschusst der Freistaat den Bau oder Erwerb eines Eigenheimes oder die Änderung beziehungsweise Erweiterung eines Gebäudes mit einmalig 10 000 Euro. Wichtig ist, dass neuer Wohnraum entsteht, der auch selbst bewohnt wird. Für Baugenehmigung und notariellen Kaufvertrag gilt als

Stichtag der 30. Juni 2018, nach dem sie erteilt oder abgeschlossen worden sein müssen. Außerdem gibt es Einkommensgrenzen beim zu versteuernden Jahreseinkommen. Sie liegen für einen Einpersonenhaushalt bei 50 000 Euro und bei einem Mehrpersonenhaushalt ohne Kind bei 75 000 Euro. Mit einem Kind dürfen es 90 000 Euro sein, zuzüglich 15 000 Euro für jedes weitere. Bedingung ist zudem, dass Ihr Wohnsitz seit mindestens einem Jahr in Bayern ist oder dass Sie seit mindestens einem Jahr einer Erwerbstätigkeit in Bayern nachgehen.

Judit Maertsch, Teamleitung Finanzen

Grüner Gockel für den VerbraucherService

Verantwortungsvoller Konsum und nachhaltiger Umgang mit Ressourcen – dafür setzt sich der VSB nicht nur seit Jahren ein, er will auch seiner Vorbildfunktion gerecht werden. Der VSB hat deshalb das kirchliche Umweltmanagementsystem „Grüner Gockel“ eingeführt. Mit einer Umwelterklärung und Leitlinien hat sich der Verband verpflichtet, innerhalb seiner Strukturen kontinuierlich ökologische



Verbesserungen zu erreichen. Dabei geht es zum Beispiel darum, den Stromverbrauch zu reduzieren, sparsam auszu-drucken oder konsequent Recyclingpapier einzusetzen. Inzwischen sind fünf Standorte zertifiziert. Der „Grüne Gockel“ wacht über die Landesgeschäftsstelle in München und die Beratungsstellen Augsburg, Ingolstadt, Passau, Regensburg und Würzburg. Weitere Standorte sollen folgen. *gfm*



Stolz auf den „Grünen Gockel“: das VSB-Team nach der Auszeichnung zusammen mit Bernd Brinkmann von der Arbeitsstelle Klimacheck und Umweltmanagement der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern (zweiter von rechts) und Hermann Hofstetter von der Abteilung Umwelt im Erzbistum München und Freising (ganz rechts)

Öffnungszeiten: Mo–Fr 9–12, Mo, Di 14–16, Do 14–17 Uhr (wenn nicht anders angegeben)
www.verbraucherservice-bayern.de

91522 **ANSBACH**
Kannenstr. 16, Tel. 0981/97 78 97 93
Mo, Di 10–13, Do 10–17, Fr 10–14 Uhr
ansbach@verbraucherservice-bayern.de

63739 **ASCHAFFENBURG**
Dalbergstr. 15, Tel. 060 21/330 12 18
Mo, Di, Do 9–12, 14–16, Fr 9–12 Uhr

86152 **AUGSBURG**
Ottmarsgässchen 8, Tel. 08 21/15 70 31
Hausw. Berufsbildung: Tel. 08 21/51 03 68
Mo, Do 9–16, Di 9–17, Mi, Fr 9–12 Uhr
augsburg@verbraucherservice-bayern.de

96047 **BAMBERG**
Grüner Markt 14, Tel. 09 51/20 25 06
bamberg@verbraucherservice-bayern.de

93413 **CHAM**
Obere Regenstr. 15, Tel. 099 71/67 53
Mo 13–17 Uhr, Di, Do, Fr 9–13
cham@verbraucherservice-bayern.de

86609 **DONAUWÖRTH**
Münsterplatz 4, Tel. 09 06/82 14, Mo 9–12 Uhr

91301 **FORCHHEIM**
Schulstr. 2, Tel. 091 91/64 68 9
Di 14–17, Do 9–12 Uhr

85049 **INGOLSTADT**
Kupferstr. 24, Tel. 08 41/95 15 999-0
ingolstadt@verbraucherservice-bayern.de

80335 **MÜNCHEN** (Mittwoch geschlossen)
Dachauer Str. 5, Tel. 089/59 62 78
Mo, Di, Do, Fr 9–12, Do 14–17 Uhr
muenchen@verbraucherservice-bayern.de

85375 **NEUFABRN**
Bahnhofstr. 32, Tel. 081 65/975 11 90
Mo, Di, Do 8–13 Uhr
neufahrn@verbraucherservice-bayern.de

94032 **PASSAU**
Ludwigsplatz 4/I, Tel. 08 51/3 62 48
Umweltberatung: Tel. 08 51/3 34 92
passau@verbraucherservice-bayern.de

93047 **REGENSBURG**
Frauenbergl 4, Tel. 09 41/5 16 04
Umweltberatung: Tel. 09 41/56 34 58
regensburg@verbraucherservice-bayern.de

92421 **SCHWANDORF**
Spitalgarten 1 (Rathaus)
Tel. 094 31/4 52 90; Di 9.00–12.30 Uhr

83278 **TRAUNSTEIN**
Bahnhofstr. 1, Tel. 08 61/6 09 08; Di, Mi, Do, Fr
8.30–12 Uhr; Di, Mi 13–16 und Do 14–18 Uhr
traunstein@verbraucherservice-bayern.de

97070 **WÜRZBURG**
Theaterstr. 23, Roter Bau, Tel. 09 31/30 50 80
wuerzburg@verbraucherservice-bayern.de