

# für uns

Mitgliedermagazin der Baugenossenschaft Hof eG | Februar 2019



Baugenossenschaft Hof

## 1 Monat mietfrei wohnen

Ehrung langjähriger Teammitglieder

---

Neue Mitarbeiterin – Frau Ursula Häffner

---

Vertreter und Ersatzvertreter stellen sich vor

---



## Liebe Leserinnen und Leser!

Das Jahr ist noch fast ungebraucht. Dahin ist allerdings sicher schon so mancher Vorsatz, der sich dann doch nicht so leicht in die Tat umsetzen ließ. Manchmal braucht man eben zwei Anläufe. Wie wär´s damit, jetzt zu starten? Mehr Bewegung an der frischen Luft, weniger Seriengucken, Ausflüge für die wärmeren Tage planen oder sich mehr Zeit für Freunde, Verwandte und Nachbarn nehmen. Leichter gesagt als getan? Das Geheimnis liegt wohl in den kleinen Schritten, in denen man gute Vorsätze umsetzen sollte. Man muss ja nicht gleich eine regelmäßige Kaffeerunde ins Leben rufen. Eine einmalige Einladung reicht auch. Und wer weiß schon vorher, welche unerwarteten neuen Dinge sich daraus ergeben?

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen spannende kleine Schritte!

Ihr

## Inhalt

Februar 2019

### Wohnen mit uns

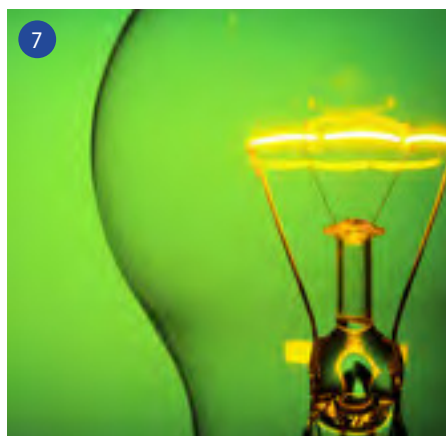
Wir schenken 1 Monat mietfreies Wohnen .....	3
11 Fragen an Ursula Häffner .....	3
Ein schöner Abschluss .....	4
Ehrung langjähriger Mitarbeiter .....	5

### Unter Mieter(n)

Vorsicht beim Vertragsabschluss! .....	6
Es werde Licht! .....	7
Handy mal zur Seite legen! .....	8
Starke Macht für Ratsuchende .....	9
Unsere Haut im Winter .....	10
Zur Kasse gebeten .....	12

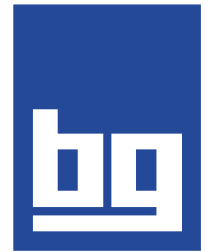
### Unterhaltung

Spiel, Spaß und Spannung für Kids mit Buchvorstellung und Wissenswertem .....	14
Filmtipp, Musik, Literatur .....	15
Impressum .....	15



# Wir schenken 1 Monat mietfreies Wohnen

Um auf Junges Wohnen in der Baugenossenschaft Hof aufmerksam zu machen, suchen wir auch im neuen Jahr wieder den „Nachwuchs in der Genossenschaft“.



Teilnehmen können:

- ✓ alle Eltern, die Mieter unserer Genossenschaft sind
- ✓ und ein Baby im Alter von 0–12 Monaten haben

Die Plätze 1 bis 3 werden durch ein Losverfahren ermittelt.

1. Platz	1 Monat mietfreies Wohnen
2. Platz	½ Monat mietfreies Wohnen
3. Platz	50-Euro-Gutschein vom dm-Markt

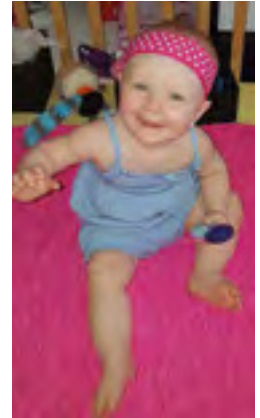
Als kleines Dankeschön an der Teilnahme bekommen Sie, liebe Mieterinnen und Mieter, eine Kleinigkeit für Ihren Schatz.

Wenn Sie teilnehmen wollen, senden Sie uns bitte ein Foto (bitte hohe Bildauflösung) Ihres Kindes mit Namen und Altersangabe an: [kontakt@bg-hof.de](mailto:kontakt@bg-hof.de)

Mit Ihrer Einsendung willigen Sie automatisch ein, dass wir das Bild Ihres Kindes in unserer Mieterzeitung, in der örtlichen Presse und im Internet am Ende des Jahres veröffentlichen dürfen.

Die Verlosung findet im Oktober mit Preisverleihung statt. Mitmachen lohnt sich!

Einsendeschluss ist der 30.09.2019. ●



**Herzlichen Glückwunsch!**

Das Gewinner-Baby 2018 ist Jule Herrmann



## 11 Fragen an Ursula Häffner

Frau Ursula Häffner ist das neue Gesicht unserer Baugenossenschaft. Sie begrüßt Sie, liebe Mieterinnen und Mieter sowie Mitglieder, seit 1. Dezember 2018 am Empfang und ist Ihre erste Ansprechpartnerin in unserem Verwaltungsgebäude.



- Mein Motto ist ... **immer positiv denken!**
- Mein Traum/Wunsch/Ziel war immer, ... **dass es meiner Familie gut geht.**
- Einen Abend ohne Fernsehen verbringe ich gerne mit ... **Kartenspielen oder Freunde treffen.**
- Wenn ich im Lotto gewinne, würde ich ... **einen kleinen, bereits renovierten Bauernhof kaufen und ein paar Tiere wie zum Beispiel Alpakas, Schafe, Hühner etc. halten. Aber ich spiele kein Lotto ...**
- Was man im Leben auf jeden Fall einmal ausprobieren sollte, ist ... **eine Ballonfahrt und Weißenkirchen in der Wachau besuchen!**
- Meine Lieblingsserie ist ... **Tatort am Sonntag.**
- Mein Lieblingsessen ist ... **Schweinelenochen mit Champignonrahmsauce und Spätzle.**
- Was ich an anderen Menschen gar nicht mag, ist ... **Unpünktlichkeit.**
- Die schönsten Orte in Hof sind ... **in und um Jägersruh, Theresienstein, Untreusee.**
- Meine Hobbys sind ... **mein Hund Bobby und walken.**
- Hier in Hof und Umgebung fehlt ... **eigentlich nichts, evtl. ein Hofladen in Jägersruh.**



### Impressum

Redaktion und verantwortlich: Baugenossenschaft Hof eG, An der Michaelisbrücke 1, 95028 Hof  
☎ 09281 7353-0, [www.bg-hof.de](http://www.bg-hof.de), [kontakt@bg-hof.de](mailto:kontakt@bg-hof.de)



# Ein schöner Abschluss

Seit knapp 2 Jahren stellen sich die Vertreter und Ersatzvertreter aus den jeweiligen Wahlbezirken in unseren Mietermagazinen vor. In der heutigen Ausgabe schließen wir die Vorstellungen mit den Vertretern und Ersatzvertretern aus den Wahlbezirken 1 – 3 ab.

## Wahlbezirk 1

Name: **Martina Börner**, geboren: 1969,

Beruf: **Altenpflegerin**

Wenn ich morgens aufstehe ... **gehe ich zur Arbeit.**  
Der tollste Augenblick in meinem Leben ... **war die Geburt meines Sohnes und meine Heirat.**  
Das Wichtigste im Leben ist für mich ... **meine Familie.**

Name: **Christian Dubiel**, geboren: 1967,

Beruf: **Schlosser**

Zu meiner Familie gehören ... **meine Frau und meine 2 Söhne.**

Im Fernsehen schaue ich ... **Fußball.**

Das Wichtigste im Leben ist für mich ... **Gesundheit.**

Name: **Rainer Müller**, geboren: 1950,

Beruf: **Rentner**

Der schönste Platz in Hof ist ... **der Untreusee.**  
Den nächsten Urlaub mache ich in ... **Deutschland.**  
Das Wichtigste im Leben ist für mich ... **die Gesundheit.**

Name: **Michael Opitz**, geboren: 1963,

Beruf: **Industriemechaniker**

Ich esse am liebsten ... **Rouladen.**

Ich lese am liebsten ... **Kochbücher.**

Mein Hobby ist ... **gärtnern.**

Name: **Gudrun Rost**, geboren: 1952

Wenn ich morgens aufstehe ... **hoffe ich auf einen sonnigen Tag.**

Meine Hobbys sind ... **kochen und backen.**

Einen Orden würde ich verleihen an ... **meine Eltern, Schwiegereltern und Großeltern.**

Name: **Klaus Weidner**, geboren: 1938,

Beruf: **Rentner**

Ich esse am liebsten ... **Rinderbraten und Fischgerichte.**

Der schönste Platz in Hof ist ... **der Theresienstein.**

Den nächsten Urlaub mache ich in ... **Budapest.**

## Wahlbezirk 2

Name: **Detlef Bukowski**, geboren: 1960,

Beruf: **EDV-Fachmann**

Ich esse am liebsten ... **Sauerbraten.**

Der schönste Platz in Hof ist ... **der Theresienstein.**

Den nächsten Urlaub mache ich in ... **Südtirol.**

Name: **Heinz Gertkämper**, geboren: 1940,

Beruf: **Rentner**

Der schönste Platz in Hof ist ... **das Hofer Freibad.**

Im Fernsehen schaue ich ... **gerne Westernfilme.**

Den nächsten Urlaub mache ich in ... **Südtirol.**

Name: **Alfred Lonke**, geboren: 1959,

Beruf: **Dozent**

Zu meiner Familie gehören ... **meine Frau.**

Das Wichtigste im Leben ist für mich ... **meine Frau.**

Mein Traum/Wunsch/Ziel war immer ... **glücklich zu sein.**

Name: **Jürgen Taubald**, geboren: 1958,

Beruf: **Industriekaufmann**

Meine Hobbys sind ... **Sportkegeln und Fußball.**

Den nächsten Urlaub mache ich in ... **Österreich.**

Das Wichtigste im Leben ist für mich ... **eine gesunde und glückliche Familie.**

## Wahlbezirk 3

Name: **Claudia Altieri**, geboren: 1962,

Beruf: **Verwaltungsangestellte**

Ich lese am liebsten ... **Thriller.**

Meine Hobbys sind ... **Lesen, Vorstellungen von Theater Hof und Hofer Symphoniker besuchen.**

Der tollste Augenblick in meinem Leben ... **die Geburt meiner Söhne.**

Name: **Klaus Bönsch**, geboren: 1955,

Beruf: **Verwaltungsbeamter**

Meine Hobbys sind ... **Tischtennis und Skifahren.**

Im Fernsehen schaue ich ... **Nachrichten, Sport und Krimis.**

Den nächsten Urlaub mache ich in ... **Rügen.**



Name: **Gabriele Dohle**, geboren: **1945**

Wenn ich morgens aufstehe ... **nicht vor 8 Uhr** :).  
Das Wichtigste im Leben ist für mich ... **meine Familie**.  
Mein Traum/Wunsch/Ziel war immer ... **gesund bleiben!**

Name: **Hildegard Frank**, geboren: **1955**,

Beruf: **Bedienung**

Zu meiner Familie gehören ... **mein Mann, meine Kinder und meine Schwester**.  
Ich esse am liebsten ... **Rouladen**.  
Mein Hobby ist ... **Lesen**.

Name: **Erich Hager**, geboren: **1937**,

Beruf: **Rentner**

Zu meiner Familie gehören ... **meine Frau und mein Sohn**.

Der schönste Platz in Hof ist ... **der Theresienstein**.

Mein Hobby ist ... **Motorradfahren**.

Name: **Fritz Illauer**, geboren: **1937**

Zu meiner Familie gehören ... **10 Personen**.

Der schönste Platz in Hof ist ... **mein Garten**.

Mein Hobby ist ... **Ringeln**.

Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle an alle Vertreter und Ersatzvertreter, die sich an unserer Aktion beteiligt haben. Dies ist gelebte Gemeinschaft!

Ihr Team der Baugenossenschaft Hof

## Ehrung langjähriger Mitarbeiter

Zur Weihnachtsfeier zeichneten wir unsere langjährigen Teammitglieder für ihre Treue aus.

Frau Melanie Dzemski konnte auf ein besonderes Jubiläum, 25 Jahre bei der Baugenossenschaft Hof, zurückblicken. Am 01.09.1993 – zur Grundsteinlegung für das zukunftsweisende Projekt „Barrierefrei wohnen unterm Wartturm“ – begann sie ihre Ausbildung bei Bayerns größter Genossenschaft. Nach ihrer Ausbildung arbeitete sie sich in die Heizkostenabrechnung und das Belegwesen ein. Danach übernahm sie 1998 die Betreuung der Fremdverwaltung. „Das macht Frau Dzemski seither ausgezeichnet“, so Vorstandsvorsitzende Daniela Rödel. Außerdem bildete sie sich 2014 zur Immobilien-Ökonomin (GdW) weiter. Seit einigen Jahren ist sie zudem Ansprechpartnerin für unsere Auszubildenden. Der Vorstand dankte ihr für ihren Einsatz

und überreichte neben einer Ehrenurkunde vom VdW Bayern ein Präsent und einen Blumenstrauß.

Außerdem ehrte der Vorstand Herrn Rainer Neumann und Herrn Norbert Schwarz, die bereits auf 20 Jahre bei der BG Hof als Hausmeister und Mitarbeiter im Regiebetrieb zurückblicken konnten. Der Bauhofsleiter Volker Förtsch und Michael Glaesner, Hausmeister und „Kümmerer vor Ort“, wurden für 10 Jahre bei der Baugenossenschaft Hof ausgezeichnet. Frau Rödel dankte im Namen des Vorstandes den Kollegen für die Treue zum Unternehmen und die besonderen Begabungen und Kenntnisse, die diese über viele Jahre hinweg für die Mitglieder der Baugenossenschaft Hof einsetzen. ●

v.l.n.r.:

Stellvertretender  
Vorstandsvorsitzender  
Thomas Seidel,  
Vorstandsvorsitzende  
Daniela Rödel,  
Michael Glaesner,  
Christine und Volker Förtsch,  
Melanie Dzemski,  
Rainer Neumann und  
Dagmar Hanft,  
Norbert und Manuela  
Schwarz sowie  
Vorstandsmitglied  
Dieter Tratzmüller



# Vorsicht beim Vertragsabschluss!

Da gibt es das Sportstudio, dem man schon lange kündigen wollte, oder das überflüssige Rätselheft-Abo. Doch wie kommt man raus aus den Verträgen und was sollte man bedenken?



## Weblink

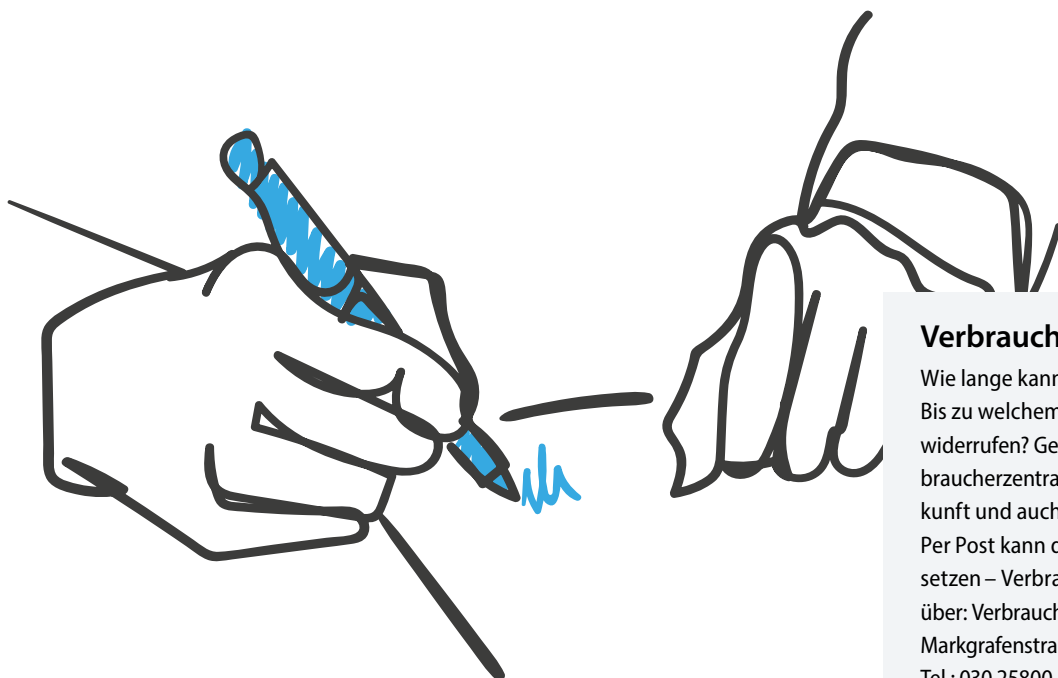
Die Broschüre „Recht durchsetzen – Verbraucher stärken“ kann über [www.vzbv.de](http://www.vzbv.de) heruntergeladen werden.

Ein Vertrag ist schnell unterschrieben, doch worauf wir uns eingelassen haben, bemerken wir erst bei einer Kündigung der Vereinbarung. Da findet man plötzlich eine Mindestmitgliedschaftsdauer im Kleingedruckten des Sportstudiovertrags oder quartalsorientierte Ausstiegsklauseln. Nicht selten gibt es dann auch noch handschriftliche Änderungen, die in den Vertrag eingearbeitet sind. Verträge mit all ihren Vorteilen und Tücken sind wegen ihrer Komplexität ein eigenständiger juristischer Bereich: das sogenannte Vertragsrecht. Doch wer heute am Leben teilnimmt, kommt um Verträge wie beim Handy-Kauf oder Abo des Streamingdienstes nun einmal nicht herum. Also: genau unter die Lupe nehmen und gegebenenfalls das Vertragswerk von einer öffentlichen Beratungsstelle oder einem Anwalt prüfen lassen. Auch die Verbraucherzentralen helfen weiter. So wird bei Verträgen mit Sportstudios gern mal eine „zusätzliche“ Vereinbarung hinzugefügt, die beispielsweise vorsieht, dass eine Kündigung innerhalb von zwei oder drei Jahren nicht möglich ist. Gibt es hingegen ein

Kündigungsverbot in allen Verträgen, die das Sportstudio vereinbart, kann dies nach der Rechtsprechung unwirksam sein, weil es gegen Regelungen des Bürgerlichen Gesetzbuches oder des AGB-Gesetzes (Allgemeine Geschäftsbedingungen) verstößt. Oft klären Gerichte die Einzelfälle.

## Vorsicht, Fallstricke

Auch bei Regelungen zu stillschweigenden Verlängerungen sollte der Kunde vorsichtig sein. Die treten dann in Kraft, wenn bis zu einem bestimmten Zeitpunkt nicht gekündigt wurde. Immer wieder gibt es zu einzelnen Regelungen aktuelle Rechtsprechungen, die man als Laie kaum versteht. Bei Sportstudios etwa gibt es Urteile zu Kündigungsgründen wie dem Umzug in eine andere Stadt oder beim Vorliegen einer Schwangerschaft. Bedeutend sind auch die umfangreichen Regelungen zum Widerrufsrecht bei Kaufentscheidungen. Oft werden Streitfälle im Rahmen der Kulanz geregelt. Einklagen kann man die allerdings nicht. ●



## Verbraucherrecht

Wie lange kann man eine Ware zurückgeben? Bis zu welchem Zeitraum lassen sich Verträge widerrufen? Genauer erfährt man bei den Verbraucherzentralen, der öffentlichen Rechtsanwaltschaft und auch bei einem Rechtsanwalt. Per Post kann die Broschüre „Recht durchsetzen – Verbraucher stärken“ bestellt werden über: Verbraucherzentrale Bundesverband e. V., Markgrafenstraße 66, 10969 Berlin, Tel.: 030 25800-0 oder E-Mail: [info@vzbv.de](mailto:info@vzbv.de).

# Es werde Licht!

Und das möglichst energieschonend. Doch wie wähle ich die passende Leuchte für den jeweiligen Einsatz? Warmweiß oder kaltweiß, dimmbar oder nicht? Und wie steht´s um die Farbwiedergabe? Auf in den Lichter-Dschungel!

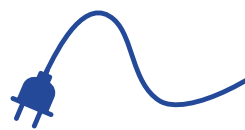
Längst ist die klassische Glühbirne als Energieverschwender gebrandmarkt und aus den Regalen geräumt. Allerdings nutzen noch viele ihre alten Bestände. Dabei lässt sich mit modernen LED-Birnen viel Geld sparen. Schon nach wenigen Monaten haben sich meist die höheren Anschaffungspreise amortisiert. Wegen ihrer Langlebigkeit (bis zu 20 Jahre) rechnet sich die Anschaffung allemal. Ein wenig umorientieren muss man sich allerdings schon.

## Licht für guten Durchblick

So wird die Helligkeit bei der neuen Technologie in Lumen angegeben. 415 Lumen entsprechen

dem Licht einer 40-Watt-Birne, 710 Lumen dem einer 60-Watt- und 935 Lumen dem einer 75-Watt-Birne. Das Helligkeitsempfinden wird auch von der Lichtfarbe beeinflusst. Sie wird in Kelvin gemessen und pendelt zwischen 2.700 Kelvin (Warmweiß), 3.250 bis 5.250 Kelvin (Neutralweiß) und 5.250 und 8.000 Kelvin (Tageslichtweiß). Je niedriger der Wert, desto rötlicher wird der Farbton, während hohe Werte in das oft als kalt und ungemütlicher empfundene Blau tendieren. Die Farbtemperatur von 2.700 Kelvin entspricht einer herkömmlichen Glühbirne. Wichtig ist zudem die Farbwiedergabe, die angibt, mit welcher Qualität eine Lichtquelle Farben reflektiert. Bei natürlichem Licht beträgt dieser Index 100, eine gute Farbwiedergabe erreichen Birnen mit einem Wert zwischen 80 und 83.

Bei der Auswahl entscheidend ist, wo die Leuchte zum Einsatz kommen soll. Hier muss jeder nach seinem Geschmack abwägen, ob es gemütlicher werden soll oder eher der klare Durchblick gefragt ist. Im Bad allerdings sollten mindestens zwei Lichtquellen genutzt werden, die jeweils eine Gesichtshälfte beleuchten. ●



## Tipp

Nur wenn „dimmbar“ auf der Packung steht, funktioniert das auch. Im Arbeitsbereich sollte die Lampe bei Rechtshändern von links und bei Linkshändern von rechts hereinleuchten. Dabei unbedingt auf die Prüfzeichen VDE, ENEC sowie GS achten.



„Es ist besser, ein einziges kleines Licht anzuzünden, als die Dunkelheit zu verfluchen.“

Konfuzius



# Handy mal zur Seite legen!

Der ständige Blick aufs Handy gehört heute oft zum Alltag. Leider. Wer im Straßenverkehr oder Haushalt ständig dadurch abgelenkt ist, riskiert gefährliche Unfälle. Besonders dramatisch kann dies bei der Beaufsichtigung von Kindern werden.



## Daten und Fakten

### 57

Millionen Smartphone-Nutzer gab es im Jahr 2018 in Deutschland. Im Jahr 2009 waren es noch 6,31 Millionen. (Angaben lt. statista/ Das Statistik-Portal)

Welche Mutter und welcher Vater wüssten das nicht: Kinder, besonders die jüngeren, muss man gut im Auge behalten. Sie fassen alles an, betasten mit ihren Fingerchen spannende Dinge und laufen unvermittelt los. Sie verhalten sich, wie sich Kinder eben verhalten: vollkommen überraschend und unvorhersehbar. Wenn Mütter, Väter oder andere Aufsichtspersonen in diesen Situationen auf ihren Smartphones herumtasteln, kann es brandgefährlich werden. Die Ablenkung durch den Blick aufs Handy hat fatale Konsequenzen. So gab es im letzten Jahr eine Reihe von Badeunfällen mit schrecklichem Ausgang, weil Begleitpersonen abgelenkt waren. Übrigens: Auch im Straßenverkehr ist die Handynutzung zu einer der größten Unfallgefahren geworden. Automobilclubs schätzen, dass die Nutzung von

Handys während der Fahrt die Hauptursache für 500 Verkehrstote jährlich ist. Nicht selten sitzen Kinder auf der Rückbank, während der Fahrer mal schnell eine Nachricht liest oder etwas nachsieht. Das Unfallrisiko erhöhe sich durch die Handynutzung auf das 23-Fache, sagen die Experten. Selbst wenn der Blick aufs Handy nur zwei Sekunden dauert, bedeutet dies bei Tempo 130 auf der Autobahn einen Blindflug von 70 Metern.

## Brandgefährlich

Neben der Unfallgefahr durch exzessive Handynutzung gibt es einen weiteren Grund, warum besonders Eltern das Handy auch mal zur Seite legen sollten: Nach schwedischen Studien leidet dort jedes dritte Kind darunter, dass die Eltern sich lieber mit dem Handy als mit ihnen beschäftigen. Psychologen glauben, dass Kinder dadurch auch enorme Probleme bei der Sprachentwicklung bekommen. Überhaupt könne die Entfaltung der kleinen Persönlichkeiten Schaden nehmen, wenn Eltern sich von ihren Handys nicht losreißen können.

Hilfe naht ausgerechnet von den Kindern: In Hamburg rief im September des letzten Jahres ein Junge zur Demonstration gegen den Handywahnsinn auf. Dem Demonstrationszug folgten 150 Kinder und auch Eltern. Mit selbstgemalten Plakaten marschierten sie durch den Stadtteil St. Pauli. Die Botschaft auf den Schildern war eindeutig: „Spielt mit euren Kindern, nicht mit euren Handys!“ ●



# Starke Macht für Ratsuchende

Verbraucherzentralen helfen bei schwierigen Kaufentscheidungen, informieren zu Rechtsfragen und beraten kompetent bei wichtigen Lebensentscheidungen.

Eine zuverlässige Altersabsicherung soll es sein. Sicher, seriös und ohne verdeckte Vertragsklauseln, die einen teuer zu stehen kommen. Die Anbieter versprechen das Blaue vom Himmel. Doch worauf sollte man wirklich achten? Wo lauern Fallstricke? Und was gibt es zu bedenken? Hilfe bei diesen und vielen anderen Fragen bieten die Verbraucherzentralen. Sie leuchten tief hinein in den verwirrenden Dschungel von Kauf- und Dienstleistungsverträgen. Beraten wird hier zu allen rechtlichen und wirtschaftlichen Fragen, die in einem Haushalt aktuell werden können. Was ist vertrauenswürdig und was Schaumschlägerei? Die Verbraucherzentralen und ihre Mitarbeiter sind Spezialisten, wenn es um Themen geht wie Kredite, Schuldner- und Insolvenzverfahren, Banken und Geldanlage, Versicherungen, Patientenrechte und Gesundheitsdienstleistungen, Reiserecht, Baufinanzierung, Energie, Ernährung, Haushalt, Freizeit und Telekommunikation. Insgesamt 41 Verbraucherverbände sind im Bundesverband (vzbv) zusammengeschlossen. In allen

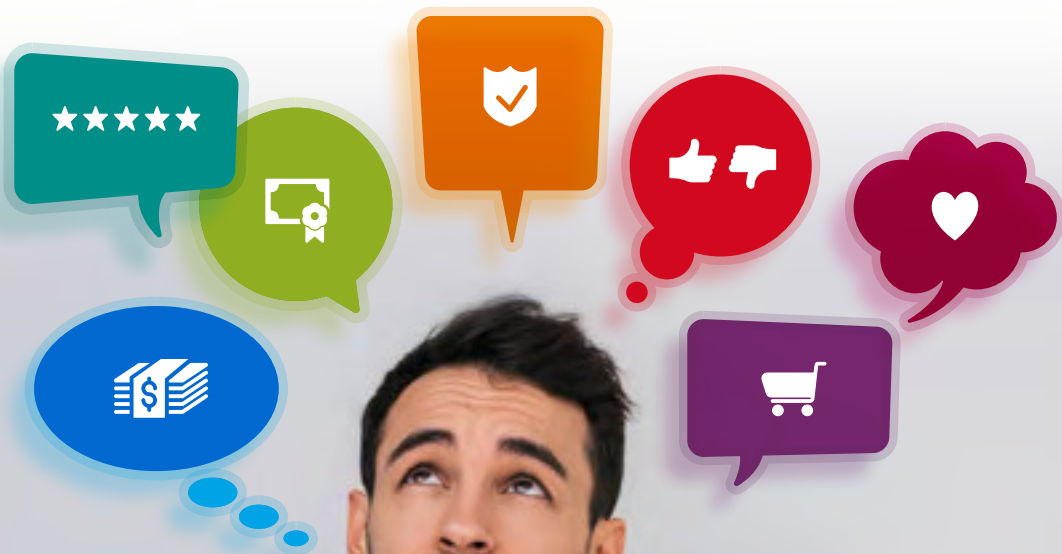


## Daten und Fakten

# 200

Beratungsstellen werden bundesweit durch die einzelnen Verbraucherzentralen der Länder unterhalten. Hier beraten ca. 1.000 Mitarbeiter die Verbraucher. Termine kann man über die entsprechenden Telefonnummern der Verbraucherzentralen vereinbaren. Weitere Infos: [www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de)

16 Bundesländern wird den Interessen der Verbraucher auch gegenüber Politik, Verwaltung, Justiz, Wirtschaft und Öffentlichkeit Gehör verschafft. Immer wieder werden Missstände angeprangert und Verbraucherrechte notfalls vor Gericht durchgesetzt. Möglich ist dies inzwischen auch mit Sammelklagen, bei denen sich Einzelkläger anschließen können, ohne ins finanzielle Risiko gehen zu müssen. Mit der vor wenigen Monaten verabschiedeten Gesetzesänderung werden nun auch Klagen gegen Großkonzerne möglich. Angeboten werden von geschultem Personal telefonische oder auch persönliche Beratung. Aber auch mit zahlreichen Broschüren, etwa zu Patientenverfügungen, dem richtigen Vererben, Privatinsolvenz etc., verschaffen sie den Betroffenen verständliche Entscheidungshilfen. Nur wer seine Rechte kennt, kann sie auch geltend machen. Deshalb arbeiten die Verbraucherzentralen auch eng mit Schulen und Einrichtungen der Jugend- und Erwachsenenbildung zusammen. ●



# Unsere Haut im Winter

Heizungswärme, frostige Temperaturen und Wohnungstrockenheit können unsere Haut belasten. Doch es gibt Tricks und Mittel gegen Feuchtigkeitsmangel, ein sprödes Erscheinungsbild und auch für ein besseres Wohnungsklima.

**K**irrende Kälte, rote Nasen und kribbelnde Finger – für viele gehört das einfach zu einem ordentlichen Winter dazu. Doch die kalten Temperaturen machen unserer Haut zu schaffen. Ebenso die trockene Heizungsluft. Besonders das Gesicht und die Hände leiden. Die trockene Raumluft etwa entzieht der Haut Feuchtigkeit. Deshalb sollte besonders im Winter darauf geachtet werden, dass die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung zwischen 40 und 60 Prozent liegt. Wird dies nicht erreicht, helfen sogenannte Luftwäscher. Sie saugen die Raumluft an, filtern Schmutzpartikel heraus und geben feuchtere Luft in den Raum ab. Eine zu hohe Luftfeuchtigkeit kann bei qualitativ hochwertigen Geräten (etwa Venta) nicht entstehen. Luftbefeuchter dagegen sind mit Vorsicht zu gebrauchen und immer sehr gründlich zu reinigen. Sonst können sie Keime in die Luft abgeben oder für unansehnliche Kalkflecken auf Möbeln und Flächen sorgen. Auch Zimmerpflanzen geben Feuchtigkeit ab. Besonders gut geeignet sind Zyperngras, Zimmerlinde oder Goldfruchtpalme.

Die Haut selbst sollte mit Feuchtigkeitscremes und -lotionen behandelt werden. Optimalerweise haben sie einen gewissen Fettanteil, um die Haut elastisch zu halten. Auch ausreichende Flüssigkeitszufuhr und der Genuss von wasserhaltigen Lebensmitteln helfen der Haut. Zu diesen Lebensmitteln gehören Früchte, Gurken oder Suppen. Richtig anstrengend ist für die Haut der Wechsel, wenn wir von draußen ins Warme kommen. Um dies abzumildern, sollte man lieber einmal zu viel als zu wenig zu Pflegeprodukten greifen. Am besten sind diejenigen Mittel, die auf Basis von pflanzlichen Ölen (etwa aus Argan, Nachtkerzensamen, Borretschsamen oder Oliven) hergestellt

werden. Die hier verwendeten Öle ähneln der Lipidschicht, die unsere Haut schützt. Auch Hautpflegeprodukte mit Linolsäure und Sheabutter haben einen hohen Fettanteil und schützen bei frostigen Temperaturen.

Sie beugen auch der Gefahr vor, dass sich Keime auf der trockenen und deshalb durchlässigeren Haut leichter breitmachen können. Bei Rötungen helfen Cremes mit Urea, Macadamia-Öl und Glycerin.

## Dicke Socken und Handschuhe

An frostigen Tagen benötigen besonders Hände und Füße unsere besondere Aufmerksamkeit, denn es können sich neben einer verstärkten Hornhaut an den Füßen auch Risse bilden. Das liegt daran, dass der Stoffwechsel bei Kälte unseren Extremitäten die Wärme entzieht (sie wird für die inneren Organe benötigt) und sich dadurch die Gefäße verengen. Dicke Socken und Handschuhe anzuziehen, ist deshalb immer eine gute Idee. Ureahaltige Produkte für die Füße und feuchtigkeitsspendende Handcremes schaffen zusätzliche Entlastung. Wichtig bei Minustemperaturen ist auch die Lippenpflege, für die zahlreiche Produkte bereitstehen. Besonders Kinder sollten im Winter nicht zu oft gebadet werden, weil dabei der Haut die schützenden Fette zu stark entzogen werden.

Sollte bei einem ausgiebigen Winterspaziergang die Sonne vom Himmel scheinen, ist auch das Auftragen von Sonnencremes mit einem Schutzfaktor von mindestens 15 unbedingt sinnvoll. Bei einer Bergwanderung sollte der Schutz stärker ausfallen, weil dort die Sonne intensiver scheint. Übrigens: Auch spezielles Winter-Make-up hält der Fachhandel bereit. ●



### Tipps & Anregungen

Dermatologen raten, Hautpflegeprodukte zu verwenden, die alkoholfrei sind oder nur einen minimalen Alkoholanteil aufweisen. Reinigen sollte man die Haut übrigens möglichst mit purem Wasser oder einer Reinigungsmilch. Hingegen sind alkoholhaltige Gesichtswasser, Reinigungsgele oder Peelings weniger ratsam.



# Zur Kasse gebeten

Wann müssen Kinder die Pflege ihrer Eltern bezahlen? Wie hoch ist der Anteil? Wer ist dazu verpflichtet? All dies ist gesetzlich geregelt, zum Beispiel auch, wie es sich beim Thema Elternunterhalt mit dem Schonvermögen verhält.

Die einst geburtenstarken Jahrgänge kommen in die Jahre. Kein Wunder also, dass der Anteil älterer Menschen stetig steigt. Dazu kommt die höhere Lebenserwartung. Wenn dann Senioren den Alltag nicht mehr alleine bewältigen können, ziehen sie ins Alten- oder Pflegeheim. Nach Angaben des Statistischen Bundesamtes wurden Ende 2015 rund 780.000 Menschen in Pflegeheimen betreut. Gegenüber dem Jahr 2013 ist das eine Steigerung von 2,5 Prozent. Rente und Pflegeversicherung sollen eigentlich die Kosten decken. Doch oft reichen die Beträge nicht aus, um die Heimkosten zu bezahlen. Dann werden unter Umständen Angehörige mit herangezogen. Dabei kann das Sozialamt nur von denjenigen Personen Unterhaltszahlungen verlangen, die mit den Hilfsbedürftigen im ersten Grad verwandt sind. Geschwister, Cousins, Cousinen, Onkel und Tanten müssen also nicht zahlen. Schwiegerkinder

sind mit ihren Schwiegereltern nicht verwandt und werden somit auch nicht zu Unterhaltsleistungen verpflichtet. Herangezogen werden also lediglich die leiblichen Kinder. Und die natürlich nur, wenn überhaupt ein Bedarf festgestellt wird. Dabei übernehmen die Sozialämter zunächst die Kosten und versuchen, die Beträge dann gegebenenfalls einzufordern.

Wichtig: Den Anspruch auf Elternunterhalt machen nicht die Eltern selbst, sondern die Sozialhilfeträger geltend. Doch ab welchem Einkommen und Vermögen muss eigentlich gezahlt werden? Kinder sind nur dann verpflichtet, zu zahlen, wenn sie ihren eigenen Lebensbedarf und den ihrer eigenen Familie dadurch nicht gefährden. Eventuelle Zahlungen dürfen nicht zu einer nachhaltigen Verschlechterung des Lebensstandards bei den Kindern führen. Bei



## Daten und Fakten

# 780.000

Pflegebedürftige wurden im Jahr 2015 in Pflegeheimen vollstationär betreut.

# 30%

der Pflegebedürftigen leben damit in einem Heim. Die Tendenz ist steigend.

# „Gegenseitige Hilfe macht selbst arme Leute reich.“

Chinesisches Sprichwort



dieser Regelung werden auch Sonderfälle berücksichtigt. Etwa wenn sich Eltern grober Verfehlungen gegenüber den Kindern schuldig gemacht haben. Bei den Berechnungen steht den Kindern immer ein sogenannter Selbstbehalt zu, um die Bedürfnisse des täglichen Lebens zu decken. Die Höhe ist also nicht pauschal festgelegt, sondern hängt von der individuellen Lebens- und Einkommenssituation ab. Festgelegt ist für alleinstehende Kinder hingegen der Mindestselbstbehalt mit einem Betrag von 1.800 Euro im Monat, der nicht angetastet werden darf. Fallen die Wohnkosten höher als 480 Euro aus, kann das berücksichtigt werden. Für den Elternunterhalt darf immer nur die Hälfte des bereinigten Einkommens, das über dem Mindestselbstbehalt liegt, eingefordert werden. Bereinigt heißt dabei, dass alle Kosten (Steuern, Sozialabgaben, berufsbedingte Aufwendungen, regelmäßige Verbindlichkeiten, Beiträge für die eigene Altersvorsorge, Unterhaltsverpflichtungen) abgezogen werden. Ebenso wird ein Schonvermögen (etwa Rücklagen für das Alter) berücksichtigt, das nicht angetastet werden darf. Auch dies wird individuell berechnet.

## Einblick gewähren

In Zwei- oder Mehrpersonenhaushalten werden diese Berechnungen komplizierter, weil dann die einzelnen bereinigten Nettoeinkommen be-

rechtzeitig und gemeinsam über die Gestaltung des Alters reden: Genau das hilft, so manche Ängste abzubauen. Niemand muss sich allein gelassen fühlen.

rücksichtigt werden müssen. Gibt es mehrere Kinder, wird der Bedarf der Eltern anteilig umgelegt. Liegt der Verdienst bei einem bereinigten Nettoeinkommen von 2.000 Euro, ergibt sich nach Abzug des Selbstbehalts von 1.800 Euro ein Unterhaltsanspruch in Höhe von 50 Prozent von 200 Euro, also 100 Euro. Gibt es zwei Kinder, die zum Unterhalt verpflichtet sind, liegt die Summe für jeden bei 50 Euro monatlich. Verzichten können Eltern auf diese Zahlungen nicht. Sowohl Eltern als auch Kinder sind auskunftspflichtig, um sicherzustellen, ob es nicht doch noch finanzielle Rücklagen der Eltern gibt. Auch Kinder müssen dem Sozialamt Einblick in ihre Einkommens- und Vermögensverhältnisse gewähren. Ob Kinder für Eltern aufkommen müssen und in welcher Höhe, muss also immer individuell berechnet werden. ●



## Auskunftspflicht

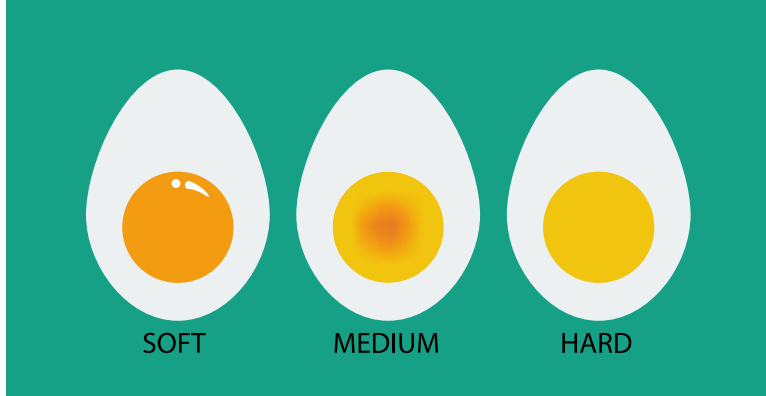
Für Eltern und Kinder besteht eine Auskunftspflicht. Damit geht man von Seiten des Staates sicher, in welcher Höhe ein Unterhaltsanspruch besteht und ob er gezahlt werden muss.



## Berechnen lassen

Informationen hält die Broschüre „Elternunterhalt“ der Verbraucherzentrale bereit. Sie kostet 14,90 Euro (zzgl. Versandkosten) und als E-Book 11,99 Euro. Bestellt werden kann sie über die Website: [www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de) oder telefonisch unter: 0211 3809555. Auch persönliche Beratungstermine kann man mit der Verbraucherzentrale vereinbaren.

[www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de)



## Warum wird das Ei beim Kochen hart?

Ein leckeres Frühstücksei kann man ganz nach Geschmack weich oder hart zubereiten. Dies erreicht man durch die richtige Länge der Kochzeit der möglichst vollkommen mit Wasser bedeckten Eier. Die Kochdauer liegt zwischen 4,5 und 10 Minuten. Sie hängt nicht nur von der Größe des Eis ab, sondern auch davon, ob es bei Zimmertemperatur gelagert wurde oder direkt aus dem Kühlschrank kommt. Das Ei selbst besteht aus dem Eidotter oder auch Eigelb, dem Eiweiß oder Eiklar sowie der Dotterhaut, der inneren und äußeren Eihaut sowie den Hagelschnüren und dem Keimfleck. Der Dotter beinhaltet Nährstoffe wie Fette, Eiweiße sowie Mineralien und Vitamine, während das Eiklar zu 90 Prozent aus Wasser und zu 10 Prozent aus Protein besteht. Durch das Kochen stockt das Ei und wird allmählich fest. Beim Eiklar geschieht dies bei 62 Grad und beim Eidotter bei 68 Grad. Aus diesem Grund sind die beiden Bestandteile des Eis unterschiedlich fest. Werden Eier länger als 10 bis 12 Minuten gekocht, ist das gesamte Ei meist vollkommen hart. 🌟



### Lieblingsbuch

## Das kleine Böse Buch



Grummel, grummel. So richtig fies und gemein will das Buch werden, doch das geht natürlich nur mithilfe seiner Leser. Und die müssen sich ordentlich ins Zeug legen. Blöd nur, dass es eigentlich ein sehr nettes und freundliches Buch ist. Doch was soll man da machen? Zunächst will das Buch seinen Lesern etwas klauen, dann muss es etwas Verbotenes tun, anschließend will es den Leser reinlegen, und klar: Am Ende muss es noch eine besonders gruselige Geschichte erzählen. Doch so sehr sich das Buch auch abmüht, böse zu werden, so richtig klappen will das nicht. Klar, zwar sprechen alle Bücher mit den Lesern, doch dieses zieht die Kinder gleich in Scharen in seinen Bann. Ein Buch, das selbst Lesemuffel nicht mehr loslässt. 🌟

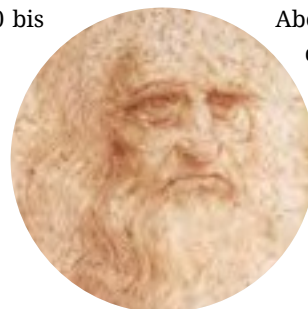
Magnus Myst: Das kleine Böse Buch, Ueberreuter Verlag, 12,95 Euro.



Wer war eigentlich ...

## Leonardo da Vinci?

Der 1452 geborene da Vinci gilt als größtes Universalgenie der Menschheitsgeschichte. Weil seine außergewöhnliche Begabung schon in seiner Kindheit auffiel, lernte er bei verschiedenen Meistern zunächst die Bildhauerei, die Malerei und die Goldschmiedekunst. Dem Künstler kam es bei seiner Malerei vor allem auf die getreue Abbildung der Natur an. Seine Ideen notierte er als freundlich und aufgeschlossen geltende Leonardo da Vinci in seinen Notizbüchern. Schon früh erhielt er Aufträge von einigen Klöstern oder vom Hof der Sforza, der Herzöge von Mailand. Um sich die Gunst seiner Gönner zu erhalten, entwickelte er ebenfalls Militärtechnik wie Panzer, Flugmaschinen, einen Taucheranzug und ein U-Boot. Auch die Gewinnung von Energie aus Sonnenstrahlung geht auf ihn zurück.



Aber er kümmerte sich auch um die Stadtbewässerung und organisierte die erste Müllabfuhr Mailands. Von 1494 bis 1498 malte er das berühmte „Abendmahl“, etwas später entstand die „Mona Lisa“. 🌟



Wer ist denn da im tiefen Schnee unterwegs? Verbinde die Zahlen und finde es heraus.



## Ostwind – Aris Ankunft

Mika (Hanna Binke) und ihr schwarzer Wunderhengst Ostwind werden auf eine harte Probe gestellt. Es gilt, den brutalen Pferdetrainer Thordur Thorvaldson im Zaun zu halten. Cleverness ist gefragt, dazu Mut und jede Menge guter Ideen. Da taucht plötzlich Ari (Luna Paiano) auf dem Gestüt auf und auch sie fühlt sich von dem schwarzen Hengst magisch angezogen. Kann das gutgehen? Eine Menge los auf dem Gestüt Kaltenstein. ●

Filmstart: 28. Februar 2019.



## Sanfte Reibeisenstimme

Marianne Faithfull hat mit ihrer unverwechselbaren Stimme ein neues Album eingesungen. Sie gesellt sich damit zu Rockgrößen wie Leonard Cohen, Nina Simone oder Johnny Cash, die im hohen Alter noch einmal mit ihren gereiften Songs die Kritiker von den Hockern reißen. Es geht um Verlust, um Schmerz, Wehmut und trotzig eingeforderte neue Hoffnung. Diese Songs sind so kratzbürstig, verloren, ja altersweise und doch gleichzeitig rund wie ein sehr guter alter Wein. Ist der erst einmal geöffnet, entfalten sich die Aromen im ganzen Raum, ähnlich wie die jeden Winkel ausfüllende Stimme von Marianne Faithfull. ●

Marianne Faithfull: Negative Capability, BMG, Rights Management (Warner).



## Jahrhundert-Genie



George Simenon ist der erfolgreichste Schriftsteller des 20. Jahrhunderts. Meistgelesener, meistübersetzter, meistverfilmter Schriftsteller und gesegnet mit einer unfassbaren Produktivität.

Mehr als 370 Romane sollen es sein, nicht eingerechnet seine 150 Erzählungen und unzählige Kurzgeschichten. Auch 75 Maigrets sind darunter. Jetzt kann man sein neu ediertes Gesamtwerk noch einmal wiederentdecken. Es startet mit „Die Pitards“, einem Roman über das Misstrauen und die Missgunst zwischen Eheleuten und innerhalb einer Schiffsbesatzung. Das Drama beginnt, als Kapitän Lannec den Frachter „Tonnere-de-Dieu“ sein Eigen nennt. Ungebetene Gäste sind an Bord, es ist eng auf dem Schiff und dann zieht auch noch ein Sturm auf ... Ein grandioser und packender Roman des Großmeisters. ●

George Simenon: Die Pitards, Hoffmann und Campe Verlag GmbH.

## Aus Schülernot geboren

Wenn man von etwas keine Ahnung hat, kann das in der Schule schon mal zu peinlichen Situationen führen. Ab einem bestimmten Punkt werden die Not-Antworten dann allerdings so lustig, dass es sich lohnt, sie in einem Buch zu versammeln. Wenn etwa auf die Aufforderung „Nenne drei Nadelbäume“ die Antwort „Tanne, Fichte, Oberkiefer“ lautet. Lena Greiner und Carola Padtberg-Kruse haben bei Lehrern nachgefragt und äußerst lustige Stillblüten zugeschickt bekommen. Was soll man schon machen, wenn man nicht weiß, wie der einstige amerikanische Präsident richtig geschrieben wird? Da wird er eben zu „Schosch Dabellju Busch“. Ein wirklich lustiges Buch mit „philosophischen“ Erkenntnissen. ●

Lena Greiner, Carola Padtberg-Kruse: Tanne, Fichte, Oberkiefer – Die witzigsten Schülerantworten, Ullstein Taschenbuch.

### Impressum

**für uns** Für Mieter und Genossenschaftsmitglieder | **Herausgeber und Verlag** Haufe-Lexware GmbH & Co. KG, Standort Hamburg, Tangstedter Landstraße 83, 22415 Hamburg, Telefon: 040 520103-62, Fax: 040 520103-14, E-Mail: thomas.zang@haufe-newtimes.de © Alle Rechte beim Herausgeber. Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages.

**Redaktion** Thomas Zang (V. i. S. d. P.), Michael Koglin (redaktionelle Leitung), Eva Dorothee Schmid | **Für Beiträge, Fotos und Anzeigen der Unternehmensseiten** sind die jeweiligen Wohnungsunternehmen verantwortlich | **Layout** Haufe Newtimes, Hamburg | **Herstellung und Druck** Druckzentrum Neumünster GmbH, Rungestraße 4, 24537 Neumünster

# Machen Sie Kinder arbeitslos.

Kinder in Bangladesch  
sollten lernen statt arbeiten.  
Für ein Leben in Würde.  
[brot-fuer-die-welt.de/bildung](http://brot-fuer-die-welt.de/bildung)

Mitglied der **actalliance**



Würde für den Menschen.