

Zeitschrift: Zentralblatt des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins =
Organe centrale de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Herausgeber: Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

Band: 66 (1978)

Heft: 2

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 25.11.2024

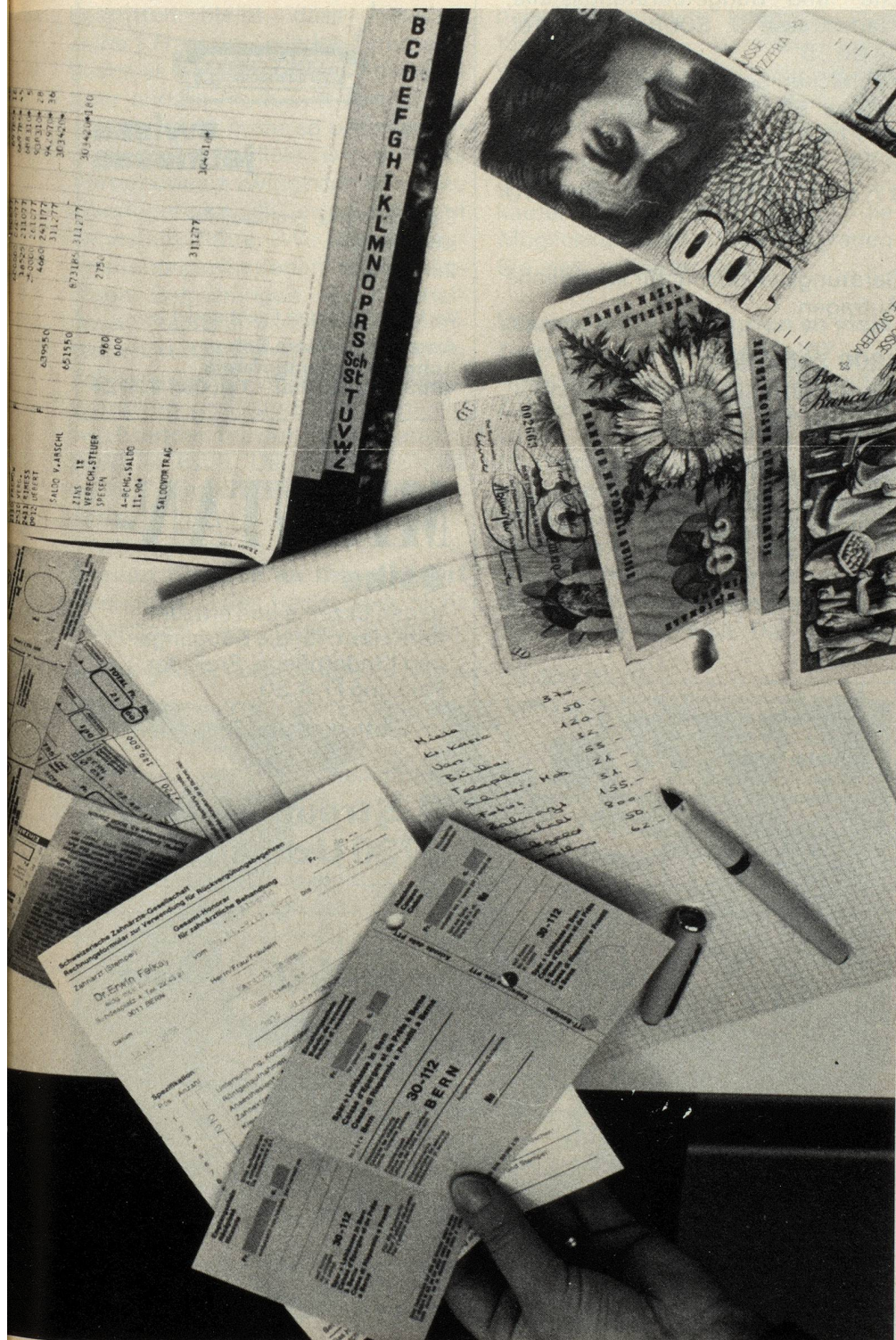
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

SGF Zentralblatt

Nr. 2, Februar 1978
66. Jahrgang

6433

des Schweizerischen
Gemeinnützigen Frauenvereins
Organe central de la Société
d'utilité publique des femmes
suisses



Mein Geld und ich

Derjenige Haushalt ist der beste, in dem man nichts Überflüssiges will und nichts Notwendiges entbehrt.

Plutarch (46–120 n. Chr.)

In dieser Nummer:

Budgetberatungsstellen in der Schweiz
Beraterinnen berichten
Gartenbauschule Niederlenz
Erdbeeren sind im März so teuer!
Abstimmungsvorlagen vom 25./26. Februar 1978
Individuelle Heizkostenrechnung liegt im Interesse der Verbraucher
Für Sie notiert
Einmal Huhn, immer Huhn

Budgetberatungsstellen in der Schweiz

Arbeitsgemeinschaft der Schweiz.
Budgetberatungsstellen, Sekretariat,
Klausstrasse 9, Postfach 231,
8034 Zürich, Tel. 01 34 06 55

5000 Aarau
Budgetberatung, Vordere Vorstadt
16, Tel. 064 22 79 01

4000 Basel
Frauenzentrale Basel, Marktgasse
4, Tel. 061 25 35 70

Baselland
Frauenzentrale Baselland, Tel. 061
47 19 29

3011 Bern
Frauenzentrale des Kantons Bern,
Spitalgasse 34, Tel. 031 22 72 01

7000 Chur
Frauenzentrale Graubünden,
Bahnhofstrasse 16, Tel. 081
53 17 79

9435 Heerbrugg
Frauenarbeitsgemeinschaft Rheintal-
Werdenberg, Tel. 071 72 31 17

6000 Luzern
Frauenzentrale Luzern und Umge-
bung, Elfenastrasse 46, Tel. 041
44 72 05

8706 Meilen
Budgetberatungsstelle des Bezir-
kes Meilen, Heerenstrasse 24,
Feldmeilen, Tel. 01 923 14 14

7320 Sargans
Frauenarbeitsgemeinschaft Sar-
ganserland, Rathaus

6430 Schwyz
Schwyzer Frauenverbände, Inner-
schwyz, Herrengasse 52, Tel. 043
21 22 74

9000 St. Gallen
Frauenzentrale St. Gallen, Frongar-
tenstrasse 16, Tel. 071 22 27 19

8832 Wollerau
Schwyzer Frauenverbände, Aus-
serschwyz, Postfach 145, Tel. 01
76 10 34

8200 Schaffhausen
Budgetberatung Schaffhausen,
Stauffacherstrasse 23, Tel. 053
4 29 82

4500 Solothurn
Frauenzentrale Solothurn, Tel. 065
22 53 09

8570 Weinfelden
Thurg. Frauenorganisationen, Wal-
kestrasse 8, Tel. 072 5 00 16

8400 Winterthur
Städt. Budgetberatungsstelle, La-
gerstrasse 6, Tel. 052 84 56 27

Zürich
Ehe- und Budgetberatungsstelle,
Klausstrasse 9, 8008 Zürich, Tel.
34 06 55
Kirchlicher Sozialdienst, Klosbach-
strasse 51, 8032 Zürich, Tel. 01
32 77 42
Städt. Fürsorgeamt, Selnastrasse
17, 8039 Zürich, Tel. 01 36 04 10

Beratungsstellen nur für schriftliche
Anfragen:

4800 Zofingen
Beratungsstelle Ringiers Unterhal-
tungsblätter

8008 Zürich
Budgetberatung Meyers Mode-
blatt, Klausstrasse 33

Für Ihre Gesundheit kontrollierter
heller Alpenblütenhonig
aus dem Ober-Engadin
dunkler Waldhonig
aus dem Domleschg
In ausgereiftem Zustand geerntet. Versand
ab 2 kg, Preis pro kg Fr. 18.50 und Porto.
Alpenbienenzucht W. Kasper
7502 Bever/Ober-Engadin,
Telefon 082 652 59

Ab Fabrik grosse Barchent-Bett- tücher-Aktion

Gute Aussteuerqualität. Weiss ge-
bleicht oder unifarbig in blau, grün, rosa
oder gelb. Grösse: 260 x 170 cm.
Kann als Unter- und Oberleintuch
verwendet werden.

Alle mit verstärkter Mitte

per Stück nur **Fr. 16.80**

Versand ganze Schweiz.
O. Lehner, Konradstr. 75,
Postfach 3174, 8031 Zürich,
Tel. 01 44 78 74 od. 01 784 57 77



**swissa
jeunesse**

Elegant, präzis, grundsolid –
die Wahl der
Zufriedenen

Verkauf durch den Fachhandel

**Aug. Birchmeiers Söhne
Schreibmaschinenfabrik
4853 Murgenthal – Tel. 063 9 24 24**

MIKUTAN- Salbe

gegen Ekzeme und entzün-
dete Haut, für die Säuglings-
und Kinderpflege. Preis der
Packung Fr. 4.20

In Apotheken und Drogerien

Hersteller:

**G. Streuli + Co AG
8730 Uznach**



ED Sturzenegger AG

Blusen Blusen Blusen

*In Stoff oder Trikot
sei es zum besonderen Anlass oder
für jeden Tag*

*In weiss, unifarbig, bunt oder be-
stickt*

Verkaufsgeschäfte in St. Gallen, Zürich, Basel,
Bern, Luzern, Interlaken, Gstaad, Montreux,
Zermatt, Crans-Montana, St. Moritz, Davos

Mein Geld und ich

Ach, reines Glück geniesst doch nie, wer zahlen soll und weiss nicht wie!

Wilhelm Busch

Geld regiert die Welt

die grosse Welt draussen, aber auch unsere kleine, ganz private Welt. Ob es uns freut oder nicht, ob wir es wahrhaben wollen oder nicht, der tägliche Umgang mit Geld gehört zu unserem Leben. Und viele erfahren es persönlich: das finanzielle Leben ist in den letzten ein bis zwei Jahren nicht leichter geworden. Ob zu unserem Wohl oder Weh ist Ansichtssache. Unbestritten bleibt, dass mancher seine Franken wieder umdreht, bevor er sie ausgibt, dass der eine oder andere Produzent von Luxusartikeln nicht mehr so optimistisch in die Zukunft blickt. Das dünnere Portemonnaie zwingt den Käufer zu Überlegungen, die er früher nicht angestellt hätte. Wo die Konsumentenorganisationen trotz ständigen Bemühungen nur bescheidene Resultate verzeichnen konnten, wirkt das weniger prall gefüllte Zahltaschli verblüffend rasch: vorsichtig prüft und vergleicht ein wachsender Teil der Konsumenten, bevor er kauft. Der Konsument ist endlich konsumbewusster geworden!

Freuen Sie sich an Ihrem Geld!

Genügend – das heisst aber nicht unbedingt viel – Geld zu haben,

Taschengeld ist Geld, mit dem ich machen kann, was ich will!

macht Sie unabhängiger, selbständiger, freier. Sie arbeiten für Ihr Geld, warum eigentlich sollten Sie es dann nicht geniessen? Wenn das Geld ausreicht, können Sie angenehmer leben, schöner wohnen, besser essen, mehr Bücher kaufen. Sie sparen für Ferien und können eine neue Gegend kennenlernen, fremden Menschen in ihrer Umwelt begegnen. Sie treffen einen Freund in Not. Zum Glück können Sie ihm beistehen – auch finanziell. Ihre Kinder haben Berufswünsche. Wenn das Geld da ist, müssen Sie nicht abwinken und auf Ausbildungswege verweisen, die nichts kosten. Sie beschenken einander gerne, auch mit Dingen, die man kaufen muss. Es ist schön, die Möglichkeit dazu zu haben. Freuen Sie sich an Ihrem Geld!

Warum wohl schimpfen so viele Leute über das böse Geld?

Natürlich kann man mit Geld weder Zufriedenheit noch Glück, weder Liebe noch Freundschaft kaufen. Natürlich ist Geld weder gut noch böse, aber seine Macht über die Menschen ist enorm. Zuviel Geld kann gierig, geizig, einsam, überheblich machen; zuwenig Geld neidisch, kleinlich, verbittert, vielleicht sogar kriminell. Der vernünftige

Umgang mit Geld ist eine Kunst, die uns nicht in die Wiege gelegt wird, sondern die erlernt werden will und kann, je früher, desto besser. In unserem Leben das sinnvolle Gleichgewicht zwischen ideellen und materiellen Werten zu finden ist eine Aufgabe, der wir uns nicht entziehen sollten.

Schimpfen wohl so viele über das böse Geld, weil sie davor Angst haben, nie gelernt haben, damit selbständig und in eigener Verantwortung umzugehen, und weil es deshalb einfach nie für alle Bedürfnisse reicht?

Wer krank ist, geht zum Arzt

Wenn Meiers Fritzli stiehlt, bringt man ihn zum Psychologen. Wenn Vater und Mutter Meier einen Ehevertrag abschliessen, fragen sie den Anwalt um Rat. Wenn die Tochter Elisabeth ständig Kopfweh hat, schickt man sie zum Arzt.

Was aber machen Meiers, wenn ihre Kasse nie stimmt? Ob sie wissen, dass es Budgetberatungsstellen gibt?

Feine Leute reden nicht vom Geld

Wenig Leute sprechen gerne mit andern über ihre finanziellen Angelegenheiten, vor allem, wenn nicht alles so rosig bestellt ist, wie man's haben und wahrhaben möchte. Dass der Fernseher gemietet, die neuen Stubenmöbel und das Auto auf Abzahlung gekauft sind, die Steuern fürs letzte Jahr noch geschuldet werden und die Rate an eine Kreditbank Fr. 400.– beträgt – was geht das die Nachbarn an?

Nur hie und da, zufällig-absichtlich lässt Frau Müller im Gespräch verlauten, wieviel ihr Mann verdient – natürlich wesentlich mehr als Herr Meier. Und wenn Frau Meier etwa erwähnt, was sie so für den Haushalt ausgibt, ist Frau Müller entsetzt: sie braucht bedeutend weniger! Deprimiert und verunsichert überlegt Frau Meier, was sie wohl falsch macht. Verdrossen fragt sich Herr Meier, warum nur *er* kein Auto vermag.



Budgetberatung praktisch

Gesamtbudgets, Haushaltsgeld, Taschengeld, Kostgeld, Frauenverdienst und andere Budgetfragen
Verschiedene Möglichkeiten stehen Ihnen offen. Stellen Sie Ihre Unterlagen zusammen, prüfen Sie Ihre Bedürfnisse, und wählen Sie aus!

Persönliche Beratung: Siehe Adressliste der Schweizerischen Budgetberatungsstellen in diesem Heft. Telefonische Anmeldung ist bei allen Stellen erforderlich!

Schriftliche Beratung: für Leute, denen es nicht möglich ist, persönlich eine Beratungsstelle aufzusuchen. Siehe Adressliste der Schweizerischen Budgetberatungsstellen in diesem Heft.

Versand von Richtbudgets: durch alle Stellen. Preis der Richtbudgets Fr. 1.50 pro Stück, Fr. 22.– für den vollständigen Satz, zuzüglich Porto und Versandkosten.

Kosten einer Beratung: für mündliche und schriftliche Beratungen wird je nach Stelle ein bescheidener Unkostenbeitrag oder ein freiwilliger Beitrag verlangt. In Notfällen ist die Beratung immer unentgeltlich.

Wollen Sie Ihr Budget selber aufstellen?

Bei der Redaktion des «Zentralblattes» erhalten Sie auf Wunsch das Muster einer Budgetaufstellung, auf dem Sie Ihre persönlichen Zahlen einsetzen können. Bitte senden Sie ein an Sie adressiertes, frankiertes Kuvert und zweimal 40 Rappen in Briefmarken pro Musterbeispiel an die Redaktion «ZB», Ralligweg 10, 3012 Bern.

Wohin mit den Geldsorgen?

Mit wem könnte man über seine persönlichen Finanzprobleme besser sprechen als mit der Budgetberaterin? Dafür und nur dafür ist sie da. Sie sitzt an einer politisch und konfessionell neutralen Stelle, steht zur Verfügung für Arme und Reiche, Frauen und Männer, befasst sich mit kleinen Anfragen und grossen Sorgen. Natürlich kann auch sie kein Spitzensalär herbeizaubern, aber sie hilft, das, was zur Verfügung steht, optimal einzuteilen.

Budget – Hilfe zur Selbsthilfe

Jeder Haushalt hat seine festen und/oder unregelmässigen Einnahmen, seine festen und seine unregelmässigen Ausgaben. Das

Haushaltbudget nun ist eine Zusammenstellung der ungefähren Aufwendungen im Durchschnitt pro Monat. Mit Hilfe dieses Budgets lassen sich Einkommen und Verbrauch aufeinander abstimmen, die Bedürfnisse der einzelnen Familienmitglieder in angemessener Weise den zur Verfügung stehenden Mitteln anpassen, grössere und kleinere Anschaffungen vorausplanen usw. Mit Hilfe des Budgets wird die Finanzlage überschaubar und dadurch vor allem besser kontrollierbar. Das Budget hilft Frau Meier, sicher und unabhängig von den Bemerkungen von Frau Müller mit den ihr zur Verfügung stehenden Mitteln zu schalten und walten. Das Budget verhilft eventuell auch Herrn Meier zu dem so begehrten Auto – oder zur Einsicht, dass ihm ohne Wagen wohler ist!

Jedes Budget ist einmalig

Sicher sind Richtlinien und Durchschnittswerte vorhanden. Auch die Budgetbeispiele der Beratungsstellen geben Anhaltspunkte, aber eben nur Anhaltspunkte. Jeder Mensch hat seinen eigenen Lebensstil, jede Familie ihre speziellen Bedürfnisse. Einer isst gerne besonders gut, ein anderer legt mehr Wert auf schöne Kleidung. Eine Familie träumt von einem eigenen Häuschen und ist bereit, dafür grosse Opfer zu bringen, die andere Familie wohnt billig in einer eher zu kleinen Wohnung, geht aber gerne auf Reisen. Was die einen unter gar keinen Umständen missen möchten, ist für die andern unwichtig. Deshalb sieht jedes Budget anders aus, auch wenn gleich viel Geld zur Verfügung steht und gleich viel Personen davon leben müssen.

Wie stellt man ein Haushaltbudget auf?

Das Prinzip bleibt das gleiche, ob sie nun allein sind, zu zweit oder das Budget für eine sechsköpfige Familie benötigen. Selbstverständlich helfen Ihnen Wunschzahlen nicht viel weiter. Auch irgendwelche Durchschnittswerte sind mit Vorsicht zu verwenden. Wenn das Budget Ihnen eine wirkliche Hilfe sein soll, muss es auf **Ihren** Zahlen basieren!

Grundlage des Budgets bildet Ihr Nettoeinkommen pro Monat ohne 13. Monatslohn oder Grati.

Zuerst stellen Sie ihre **festen**

Verpflichtungen zusammen (siehe Budgetbeispiel, Auto nicht vergessen!). Je niedriger das Total dieser Zwangsausgaben ist, desto komfortabler können Sie leben. Betragen die festen Ausgaben allein die Hälfte oder mehr des Einkommens, wird es knapp.

Als nächste Stufe legen Sie Ihr **Haushaltungsgeld** fest. Die Nahrungskosten pro Person und Tag schwanken je nach Anzahl der zu verpflegenden Personen zwischen Fr. 4.35 und Fr. 15.–. Für die Nebenkosten des Haushaltes, also Wasch- und Putzmittel, Drogerieartikel usw., sind für eine Familie nochmals mit Fr. 120.– bis Fr. 150.– zu rechnen.

Was übrig bleibt, wird den persönlichen Bedürfnissen und Wünschen entsprechend verteilt auf Taschengelder und Rückstellungen.

Auf zur Budgetberatung

Nun ist das Budget erstellt – oder vielleicht der Anfang davon. Wie sieht es wohl aus? Gehen Einnahmen und Ausgaben einigermaßen auf? Sind Sie erleichtert vor Schreck? Oder sind Sie auf halbem Weg mit Ihren Zahlen steckengeblieben?

Beim Budgetieren können hundert Fragen auftauchen. Zum Teil finden Sie wohl die Antwort selber, vielleicht entsteht aber doch das Bedürfnis, sich an neutraler Stelle über das eine oder andere Problem zu informieren, mit einer Fachfrau über die in Ihrem Fall angemessenen Zahlen für Taschengelder oder Kleiderrückstellungen zu sprechen. Vielleicht suchen Sie Anregungen, Bestätigung, Hilfe beim Ordnen Ihrer persönlichen Finanzen. Die Budgetberaterin erwartet Sie!

Jolanda Senn



Schloss Steinegg –
die Gesundheits-Insel. Fasten-, Schlankheits- und Regenerationskuren mit vielseitigen Therapien. Unsere Kuren in Ruhe und gesunder Luft bewirken Gewichtsabnahme u. seelisch-geistige Entspannung. Verlangen Sie unsere Offerte.

Schloss Steinegg Kurhotel
CH-8503 Hüttwilen/TG 054 924 81

Beraterinnen berichten

Budgetberatung in der Zeitschrift

Bei einer Schweizer Familienzeitschrift nimmt die Budgetberatung einen wichtigen Platz ein. Der Verlag stellt den Lesern kostenlos eine Budgetberaterin zur Verfügung, und die grosse Nachfrage bestätigt das Bedürfnis nach diesem Kundendienst. Als Budgetberaterin der «Ringiers Unterhaltungsblätter» beantworte ich jährlich zwischen 1000 und 1500 Anfragen von Ratsuchenden. Einfach alles möchte man von mir wissen, wie teuer sich ein Schaufenster im Dorfzentrum, eine Ferienwohnung im Centovalli vermieten lässt, welcher Tiefkühlschrank der beste und rentabelste sei. **Jede Budgetberaterin wird zudem bestätigen, dass Budgetberatung zu einem grossen Teil auch Lebensberatung ist.** Grosse finanzielle Probleme gehen mit oft gestörten zwischenmenschlichen Beziehungen Hand in Hand. Die schriftliche Beratung macht da keine Ausnahme.

Von den durchschnittlich 100 Anfragen im Monat beantworte ich etwa 12 – oder 3 pro Heft – in der Budgetberatungsspalte. Dafür picke ich mir die aussergewöhnlichsten, weil für den Leser interessantesten Briefe heraus. Das mag, ich gebe es zu, manchmal ein etwas verzerrtes Bild von der Budgetberatung vermitteln. Aber eben, eine Spalte in einer Zeitschrift soll gelesen werden. Es stellen aber das «Bestätigungsbudget» (ich haushalte gut) und die alltäglichen, kleinen Finanzprobleme den weitaus grössten Anteil der Anfragen.

Weshalb die schriftliche Beratung so rege beansprucht wird, liegt auf der Hand. Bei dieser grossen Zahl von Lesern erübrigt sich jede Reklame. Ratsuchende und Beraterin bleiben zudem anonym, was vor allem bei heiklen Problemen wichtig sein kann. Doch darf auch die schriftliche Beratung nicht als letzter Retter in der Not betrachtet, sondern muss im gleichen Sinne wie die Präventivmedizin verstanden werden: Vorbeugen ist besser als heilen! Das scheinen die Leser längst begriffen zu haben. Höchst selten muss ich mich mit Fällen auseinandersetzen, die eine

Budgetberaterin nicht mehr lösen kann. Und das Wunderbare: Veröffentlichliche ich Anfragen von unverschuldet in Not geratenen Familien, bekunden stets eine Reihe von Lesern ihre Solidarität mit Taten. Auf diese Weise ist es dann möglich, dieser und jener Familie über die Runden zu helfen.

Nachteile der schriftlichen Beratung lassen sich, so meine ich, mit der nötigen Erfahrung fast ganz ausschalten. Ein Brief kann halt das persönliche Gespräch nie ganz ersetzen. Doch ist erwiesen: Schon beim Schreiben wird's dem von Sorgen Geplagten leichter ums Herz. Im Laufe der Jahre lernt man, gewisse Anfragen vorsichtig zu behandeln, zwischen den Zeilen zu lesen, die Lage richtig einzuschätzen. So eine Heftlitante hat halt allerlei Kunden. *E.Cuenin*

Weinfeldern

Meine Kundin ist die Frau eines Angestellten, Mutter dreier halbwüchsiger Kinder. Das Einkommen der Familie beträgt netto knapp 3000 Franken, die Grati musste fürs Auto herhalten. Trotz Umzug in eine preisgünstigere Wohnung können weder die geschuldeten noch die laufenden Steuern bezahlt werden. Ausserdem besucht der Mann teure Weiterbildungskurse und bezieht ein viel zu hohes Taschengeld. Die Familie hat keine Ahnung, wie ihre festen Verpflichtungen aussehen. Man lebt von der Hand in den Mund und zahlt, soweit das Geld eben reicht.

Im Beruf ist der Familienvater sehr tüchtig, bei seinen Vorgesetzten, Kollegen und Untergebenen äusserst beliebt. Er hat eine gute Ausbildung, arbeitet intensiv an seiner Weiterbildung, ist intelligent und erfolgreich im Geschäft. **Leider aber hat Herr A. nie gelernt, mit Geld umzugehen** und bringt für die Probleme und Sparbemühungen seiner verzweiferten Frau, die mit dem Familieneinkommen auskommen sollte, nicht das geringste Verständnis auf. Auch Frau A. ist den Schwierigkeiten allein nicht gewachsen. So verwöhnt sie zum Beispiel ihren Sohn immer wieder mit Zugaben zum vereinbarten Taschengeld und borgt ihm daneben

noch ständig kleinere und grössere Beträge für Extraauslagen.

Unser Budget zeigt, dass es theoretisch möglich ist, Steuerschulden und laufende Steuern zu bezahlen. Allerdings bedeutet das, dass die ganze Familie sich für etwa einhalb Jahre sehr einschränkt. Die Kosten für die Weiterbildung von Herrn A. sind wohl im Budget nach wie vor enthalten, aber sowohl der Vater als auch der ausgabefreudige Sohn werden sich mit einem vernünftigen, den Verhältnissen angepassten Taschengeld begnügen müssen. Herr A. hat eingesehen, dass es nicht damit getan ist, der Frau die Finanzen zu überlassen und selber frischfröhlich zu brauchen, sondern dass es nur geht, wenn sie beide miteinander die Verantwortung tragen. Auch dem Sohn war anhand des nun vorhandenen Familienbudgets relativ leicht klar zu machen, welche seiner Ansprüche Vater und Mutter befriedigen können und welche nicht.

Heute ist Ordnung in den Finanzen der Familie A. Jedes Familienmitglied weiss Bescheid; an guten Vorsätzen fehlt es nicht. Ob es gelingen wird, die Durststrecke von einhalb Jahren durchzuhalten?

Im Laufe meiner Tätigkeit als Budgetberaterin habe ich gemerkt, dass mein ganz besonderes Interesse der Jugend gilt:

Taschengeldfragen, Einteilung des Lehrlingslohnes, Kostgelder. Sowohl in der Sprechstunde als auch bei Veranstaltungen tauchen entsprechende Fragen immer auf, und ich spüre bei vielen Eltern grosse Unsicherheit.

Dass jedem Kind ein Taschengeld zusteht, ist heute relativ unbestritten, die Frage ist aber, wieviel. Ich versuche bei diesen Anfragen immer zuerst abzuklären, was mit dem Taschengeld gezahlt werden soll, zum Beispiel nur kleine persönliche Sachen oder auch grössere Anschaffungen wie Tonbänder, Schallplatten, Kassetten; ob eventuell auch Ausgaben für Skiausflüge, Theater und Kinobesuche einzuschliessen sind. Nachdem diese Fragen besprochen sind, setzen wir gemeinsam den Betrag fest.

Und hier empfehle ich Ihnen dringend: bleiben Sie beim einmal abgemachten Taschengeld, ständiges Zugeben ist aus erzieherischen

Gründen abzulehnen. Mit einem regelmässigen festen Betrag lernt das Kind, sein Fränkli überlegt auszugeben. Erschrecken Sie nicht über Anfangspannen, der Schaden kann noch nicht allzugross sein, und es ist besser, wenn man in jungen Jahren lernt, durch Schaden klug zu werden. Wer von klein auf den Umgang mit Geld üben konnte, wird als Jugendlicher oder Erwachsener kaum auf den Gedanken kommen, Geld zu borgen, um seine Wünsche befriedigen zu können.

Pia Bichsel

Winterthur

Anders als alle andern: Ja zu Lohnverwaltung und Schuldensanierung

Unsere Stelle in Winterthur wurde als einzige in der Schweiz im Jahre 1961 vom Sozialamt der Stadt übernommen, der bestehenden Familienfürsorge angegliedert und eine Fürsorgerin für diese Beratungen ausgewählt. Natürlich haben wir es nicht nur mit Sozialfällen zu tun. Die arbeitsintensive Übernahme von Lohnverwaltungen und Schuldensanierungen ist jedoch eine Besonderheit unserer Stelle. Diese Arbeit zeigt deutlich die krasse Not jener Mitmenschen, die unter dem Druck unzähliger Mahnbriefe, Zahlungsbefehle und Pfändungen keinen Ausweg mehr finden. Ein trübes Kapitel sind nach wie vor die zutage tretenden Kettenverschuldungen bei verschiedenen Kleinkreditbanken. Aus dieser Sicht sind die neuerdings gelockerten Bestimmungen des Bundesrates für Kleinkredite absolut unverständlich, da es erneut möglich ist, grössere Summen Bargeld mit einer Laufzeit von bis zu fünf Jahren zu erhalten. Auch wurde die Briefkastenwerbung wieder erlaubt, was nochmals dazu beiträgt, viele labile Konsumenten in Versuchung zu führen. Ich meine, dass unser Staat kein Interesse an der Verschuldung des kleinen Mannes haben kann, da dies sehr viele Belastungen für Fürsorgestellen, Betriebsämter und Spitäler nach sich zieht.

Gegenwärtig führen wir acht Schuldensanierungen. Die Leute wurden uns durch die Spitalfürsorge, vom Betriebsamt oder auch durch Arbeitgeber direkt gemeldet, da diese oft sehr mutlosen Menschen persönliche fürsorgeri-

sche Hilfe und Betreuung brauchen. Natürlich ist eine freiwillige Entscheidung der Betroffenen, mit uns zusammenzuarbeiten, nötig.

Frau D. zum Beispiel war hoffnungslos verschuldet. Nach einer Scheidung steht sie mit drei Kindern da, nur bescheidenste Alimamente wurden ausgehandelt, da die zermürbte Frau sich nicht zu wehren wusste. Im Elend des Verlassenseins hat sie sich zu unüberlegten Käufen verführen lassen. **Um zum notwendigen Geld zu kommen, wurde immer wieder ein anderes Kleinkreditgeschäft angegangen.** Ganz ehrlich war sie beim Ausfüllen der Formulare ja nie, sondern übergang grosszügig gewisse Fragen. Aber die seelische Kraft wird rasch aufgebraucht, wenn ständig Mahnungen im Briefkasten stecken, Zahlungsbefehle auf dem Tisch liegen und der Betriebsbeamte immer öfter an der Wohnungstüre steht. Wohl können wir die Schulden auch nicht wegzaubern. Aber durch eine klare Aufstellung, durch Verhandlungen mit den Gläubigern und auch durch Mithilfe bei der Suche nach einer billigeren Wohnung und nach Arbeit ist es uns möglich, die schwersten Sorgen zu mildern. Im steten Abtragen des Schuldenberges kann ein neues, frohes Lebensgefühl erwachen, und wir haben die Möglichkeit, die Ratsuchenden zu praktischer Selbsthilfe anzuleiten.

Frau D. wurde nach zweieinhalb-jähriger gemeinsamer Arbeit schuldenfrei. Oft mangelt einfach der Mut, ein Leben nach den Möglichkeiten des Einkommens zu führen, ja zu sagen zu einem einfacheren Leben.

H. Wettstein

Bern

«Meine» Budgetberatungsstelle ist ein Kind der Frauenzentrale Bern – eines ihrer Kinder muss man sagen, und das hat für die Ratsuchenden manche Vorteile.

Erstens einmal ist das Sekretariat der Frauenzentrale während der normalen Bürozeit besetzt – nein, nicht nur einfach besetzt. Unser Fräulein Meier ist genau das, was eine Frauenzentrale braucht: streng mit hysterischen Weibern (das gibt's!), liebevoll geduldig mit geplagten Seelen, ruhig, überlegt und zuverlässig, wenn sie Not durchs Telefon spürt. Auf Fräulein Meier kann man sich verlassen; sie spürt richtig, beruhigt erfolgreich und weiss, was zu tun ist. Neben diesem Notfalldienst und der Budgetberatung verfügt die Frauenzentrale vor allem auch über Rechtsberatung und Alimementenkasse und zu guter Letzt wirkt in den gleichen Räumen die Sozialarbeiterin der Evangelischen Frauenhilfe. Ein grosser Teil meiner Kunden sind Frauen und Männer mit Eheproblemen. Der Gang zum Eheschutzrichter steht ihnen vielleicht bevor, oder sie denken an Trennung oder Scheidung. Beim Zusammenstellen des Bedürfnisbudgets tauchen immer wieder Rechtsfragen auf, die nach einer Konsultation der Juristin rufen. **Oft sind die Frauen auch am Ende ihrer Kraft und dringend auf moralische Hilfe und Unterstützung über die schwerste Zeit hin angewiesen.** Alle diese Hilfeleistungen können wir gemeinsam und aufeinander abgestimmt erbringen.

Meine Kundschaft rekrutiert sich vorwiegend aus der Stadt Bern und

Wann kann mir die Budgetberaterin helfen?

- wenn ich wissen will, wie man den Lehrlingslohn einteilt
- wenn meine Kinder wegen höherem Taschengeld stürmen
- wenn ich finanziell selbständig werde und nicht so recht weiss, was das an Verpflichtungen mit sich bringt
- wenn ich den Zivilstand ändere
- wenn ich mit dem Freund/der Freundin zusammenwohnen möchte
- wenn Doppelverdienst einzuteilen ist
- wenn wir von einem eigenen Haus träumen
- wenn ich mir ein Bild machen muss, was die Ausbildung/das Studium der Kinder ungefähr kosten könnte
- wenn Vater oder Mutter bei uns wohnen werden
- wenn ich Mühe habe, meinen finanziellen Verpflichtungen nachzukommen
- wenn ich bald pensioniert werde und nicht sicher bin, ob es dann reicht
- wenn ich plötzlich allein dastehe und mich auch finanziell nicht so ganz zurechtfinde
- oder auch dann, wenn ich einmal von neutraler Seite mein Budget überprüfen lassen möchte

der näheren und weiteren Umgebung. Da die Berner Beratungsstelle aber in weitem Umkreis die einzige ist, finden sich auf den Anmeldezetteln auch immer wieder Orte wie Biel, Tafers, Murten oder Dörfer aus dem Emmental, Entlebuch und Berner Oberland. Wenn da also zum Beispiel Meiringen oder Adelboden steht, weiss ich schon zum voraus, dass es sich nicht um eine kleine Anfrage handeln kann. So weit reist man nur, wenn das Problem schwer drückt.

Fräulein Christen (52 Jahre) zum Beispiel sorgt seit achtzehn Jahren, seit dem Tode ihrer Mutter und dem Wegzug der Geschwister, für den Vater.

Da ein kleines Haus mit Garten da ist, der Vater zudem schon von Anfang an recht intensiv betreut werden musste, war es ihr nicht mehr möglich, ihren bisherigen Beruf auszuüben. In ihrer Firma konnte sie eine Halbtagsarbeit erhalten und hat diese immer zur vollsten Zufriedenheit ihres Chefs erledigt. Zu Hause besorgte sie Haus und Garten und bemühte sich, ihrem Vater ein gemütliches Heim zu bieten, was der alte Mann auch schätzte und anerkannte, am Anfang wenigstens – aber auch damals schon nur mit guten Worten.

Heute ist Herr Christen 93jährig, ein schwieriger, unzufriedener Mann, dem seine Tochter nichts, aber auch gar nichts recht machen kann. Fräulein Christen ist mit ihren Kräften am Ende. Es scheint nichts anderes übrigzubleiben, als dass der Vater, der unterdessen auch pflegebedürftig geworden ist, im Pflegeheim untergebracht und der gemeinsame Haushalt aufgelöst wird.

Fräulein Christen träumt von einer kleinen Wohnung und möchte, sobald sie sich einigermaßen erholt hat, wieder ganztags ihrer Arbeit nachgehen und daneben versuchen, endlich *ihr* Leben zu leben.

Was das mit der Budgetberatung zu tun hat? **Um ihrem Vater zu helfen, hat meine Kundin während 18 Jahren nur halbtags gearbeitet.** Dafür konnte sie zu Hause gratis wohnen, und der Vater bezahlte ein Haushaltsgeld, das nie die effektiven Kosten deckte. Sowohl der Vater als auch die Geschwister sind überzeugt, dass Fräulein Christen ein gutes Geschäft gemacht hat. *Sie* weiss es



Mein Taschengeld

FLP. Die Jugendzeitung «Pfiff» stellte anlässlich einer umfangreichen Leserbefragung fest, dass 57% der mehrheitlich 10- bis 15jährigen Leserinnen und Leser monatlich zwischen Fr. 5.- und Fr. 15.-, 11% unter Fr. 5.- und 12% zwischen Fr. 16.- und Fr. 25.- als Taschengeld erhalten. Insgesamt nehmen also 80% Fr. 1.- bis Fr. 25.- in Empfang. Höhere Beträge werden vereinzelt bis zu Fr. 120.- angegeben.

Der überwiegende Teil der Befragten und vor allem die «Grossverdiener» erarbeiten das Taschengeld durch Mithilfe im und ausserhalb des Hauses. 60% sparen für ein Velo, Moped oder für den Grundstock zu einer späteren Anschaffung, die sie noch nicht bestimmt haben. 94% der Schüler besitzen ein oder mehrere Sparhefte.

anders, war es ihr doch in all den Jahren nicht möglich, etwas von ihrem Lohn beiseite zu legen, da sie durch die Knausrigkeit des Vaters einfach gezwungen war, die Löcher mit ihren eigenen Mitteln zu stopfen. Der Anwalt, den die Familie jetzt mit dem Verkauf des Hauses beauftragt, sieht die Sache glücklicherweise richtig und hat meine Kundin aufgefordert, ihm so bald als möglich eine Aufstellung ihrer

Nachforderungen zu bringen, damit diese geltend gemacht werden können, sobald Geld vorhanden ist. Die Zahlen, die wir nun miteinander berechnen, beeindrucken uns beide!

Budgetberatung ist für mich nicht vor allem Umgang mit Zahlen und Statistiken, sondern Kontakt mit Menschen und ihren immer wieder andern Problemen.

Jolanda Senn

Budgetberatungsstellen in der Schweiz

Im Gespräch mit der Präsidentin der Arbeitsgemeinschaft der Schweizerischen Budgetberatungsstellen, Frau Anitta Hosang, Zürich

Frau Hosang, wie sind die Budgetberatungsstellen überhaupt entstanden?

Hervorgegangen ist die Budgetberatung aus der Haushaltenleitung. Recht früh schon gab es Frauen, die als Haushaltenleiterinnen tätig waren. In Nachhilfestunden brachten sie weniger geschickten weiblichen Wesen das bei, von dem man a priori annimmt, jede Frau könne es sowieso: das tüchtige, sinnvolle, sparsame Haushalten. Auf sparsam musste in vielen Fällen notgedrungen die Betonung liegen, und so kam es, dass die Haushaltenleiterin Budgets erstellte, ganz persönliche, auf den jeweiligen Fall zugeschnittene Aufstellungen über Einnahmen und vor allem Ausgaben ihrer Kundinnen.

Um 1950 herum entstand dann in Zürich die erste Budgetberatungsstelle, kurz darauf folgte Aarau mit einer Stelle, dann St. Gallen usw.

Wie viele Budgetberatungsstellen gibt es bis jetzt in der Schweiz?

Uns angeschlossen sind 20 Beratungsstellen, verteilt über die ganze deutsche Schweiz.

Wie kam es zur Gründung der Arbeitsgemeinschaft, deren Präsidentin Sie von Anfang an waren und die Sie über Jahre hinweg auf- und ausgebaut haben?

Nach und nach waren überall im Lande herum Budgetberatungsstellen entstanden, und der Ruf nach Zusammenarbeit, Erfahrungsaustausch, gemeinsamen Weiterbildungsmöglichkeiten wurde laut und immer lauter. 1963 dann gründeten wir die Arbeitsgemeinschaft. Dank der grosszügigen Hilfe und uneingeschränkten Unterstützung des Kirchlichen Sozialdienstes Zürich konnten wir unsere Arbeit aufnehmen.

Welches sind heute die Aufgaben der Arbeitsgemeinschaft, und wie sehen Sie die Zukunft für Ihre Organisation?

Eine unserer Hauptaufgaben ist und wird sicher auch in Zukunft die Aus- und Weiterbildung der Beraterinnen sein. Wir treffen uns regelmässig zu Kursen und Erfahrungsaustausch. Gerade dieser Erfahrungsaustausch ist, wie mir immer wieder von allen Seiten bestätigt wird, ganz besonders wichtig, arbeiten doch die meisten von uns das Jahr hindurch auf sich selber gestellt an ihren Posten. Das Bedürfnis, die Kolleginnen bei speziellen Schwierigkeiten um ihre Meinung zu fragen, miteinander immer wieder auftauchende Probleme zu besprechen, ist gross.

Eine der Grundlagen für die praktische Arbeit der Budgetberaterinnen sind die Richtbudgets, die von der Arbeitsgemeinschaft ausgearbeitet und à jour gehalten werden. Diese Budgets für verschiedenste Bedürfnisse geben wir auch an Interessenten anderer Organisationen (Fürsorger, Sozialarbeiter usw.) und an Private ab.

Als Arbeitsgemeinschaft pflegen wir natürlich den Kontakt mit anderen sozialen Vereinigungen, mit Behörden und Banken. Mir persönlich liegt die Information ganz besonders am Herzen – die Anleitung zum verantwortungsvollen Umgang mit Geld, sei es nun in Form von Vorträgen, Zeitungsartikeln oder Kursen. Und in diesem Zusammenhang sind es besonders die Jungen, die wir zu erfassen suchen, in den Abschlussklassen der Volksschule, im hauswirtschaftlichen Fortbildungsunterricht, in den Berufsschulen, in Ehevorbereitungskursen, bei allen sich bietenden Gelegenheiten. Je früher junge Menschen lernen, mit dem Geld umzugehen, desto eher wird es ihnen gelingen, selbständig

und in eigener Verantwortung damit hauszuhalten.

Alle uns angeschlossenen Budgetberatungsstellen liegen in der deutschen Schweiz. Einer unserer Zukunftswünsche geht dahin, unsere Tätigkeit auf die welsche Schweiz und das Tessin auszuweiten.

Steht die Arbeitsgemeinschaft in Zürich auch privaten Personen mit Auskünften zur Verfügung?

Im Prinzip ja. Das Sekretariat der Arbeitsgemeinschaft ist gekoppelt mit der Budget- und Eheberatungsstelle der Kantonalen Zürcher Vereinigung für Sozialberatung. Es ist uns deshalb möglich, sowohl persönliche Besprechungen zu vereinbaren als auch schriftliche und telefonische Anfragen zu erledigen. Bei dieser Gelegenheit möchte ich aber doch darauf hinweisen, dass für private Interessenten in erster Linie die Budgetberatungsstellen in ihrer Region zuständig sind. Diese Stellen können auch die lokalen Preisunterschiede besser berücksichtigen.

Budgetberatung tönt für viele Leute nach Fürsorge – und das hat «man» doch nicht nötig! Sind Ihre Kunden wirklich in der Mehrzahl Fürsorgefälle?

Am Anfang war das sicher so, aber heute ist eher das Gegenteil richtig. Mit Fürsorgefällen haben wir es auf den meisten Stellen nur noch indirekt zu tun, wenn etwa Fürsorger oder Sozialarbeiter für ihre Betreuten mit Anfragen zu uns kommen.

Wer sucht die Budgetberatung auf?

Unsere Stellen stehen jedermann offen, wobei ich besonders betonen möchte: wirklich auch jedem Mann! Zum grösseren Teil sind es bis heute noch Frauen, die vorbeikommen, aber die Zahl der Männer ist im Steigen. Ebenso – und das freut uns ganz besonders – verzeichnen wir eine ständig steigende Zahl junger Kunden und Paare, die sich zusammen beraten lassen möchten. Auch vom Einkommen her sind keine Grenzen gesetzt: der Lehrling, der seinen Lohn einteilen will, ist ebenso willkommen wie Herr und Frau Meier, bei denen der auf den ersten Blick riesige Ver-

dienst einfach nicht reichen will, um allen eingegangenen Verpflichtungen nachzukommen.

Wie findet der normale Bürger den Weg zu Ihren Beratungsstellen?

Auf uns aufmerksam werden die Leute oft durch Sendungen im Fernsehen oder Radio oder durch

Zeitungsartikel. Eine mögliche Quelle ist das Telefonbuch – unsere beste Werbung aber natürlich der zufriedene Kunde!

Was kann die Budgetberaterin, was nicht?

Um gleich zuerst das zu erwähnen, was wir nicht können: unsere Be-

ratungsstellen sind – von ganz wenigen Ausnahmen abgesehen – reine Beratungs-, aber keine Beratungsstellen. Das heisst, es ist uns aus zeitlichen und finanziellen Gründen in der Regel nicht möglich, unsere Kunden über längere Zeit zu begleiten, zum Beispiel Schuldenanierungen durchzuführen. Selbstverständlich geht es in der

Probleme – nichts als Probleme!

«Einer meiner Kollegen zieht um, und wir hätten Gelegenheit, sein Haus zu übernehmen. Eigentlich wollten wir sowieso mit der Zeit etwas Eigenes, können aber einfach nicht so recht beurteilen, ob es reicht, ohne dass wir dann auf alles andere verzichten müssen.»

«Seit mein Mann eine Freundin hat, reut ihn jeder Franken, den er für seine Familie ausgeben muss. Wir wohnen in einem grossen Haus mit Garten. Ich besorge alles allein ohne Hilfe, und da ich auch Wert darauf lege, für die fünf Kinder wirklich da zu sein, wenn sie mich brauchen, ist es mir kaum möglich, selber einen rechten Betrag dazuzuverdienen. Mein Mann hat ein sehr gutes Einkommen. Nur für die Familie hat es immer komfortabel gereicht, aber jetzt...
Wieviel kann ich monatlich für die Kinder und mich verlangen?»

«Unser Jüngster hat einen Lehrlingslohn von Fr. 450.–. Es reicht ihm aber nie, auch wenn er alles behalten darf. Und nun will er noch einen Teil von Vaters Lebensversicherung, die ausbezahlt wurde, um sich damit ein Auto zu kaufen. Sollen wir ihm das Geld wirklich geben?»

«Als unser Sohn sechs Monate alt war, ist mein Mann, ein Ausländer, auf Nimmerwiedersehen verschwunden. Seither sorge ich allein für Dani und mich. Nach dem Tode meiner Mutter vor zwei Jahren entschloss ich mich, nur noch halbtags zu arbeiten, damit das Kind nicht zu kurz kommt. Dani geht jetzt in die zweite Klasse. Am Vormittag ist er sowieso in der Schule, und so klappt das ganz gut. Zuhause habe ich mir ein Büro eingerichtet, um unser Einkommen etwas aufzubessern, denn mit dem Halbtagslohn reicht es kaum. Leider finde ich seit einiger Zeit nur noch sporadisch Heimarbeit, da mein regelmässiger «Lieferant» das Geschäft aufgeben musste. Trotzdem haben wir bis jetzt keine Schulden. Nun aber sollte man bei Dani mit einer grossen Zahnkorrektur beginnen, und ich habe ebenfalls Probleme. Die beiden Vorschläge vom Zahnarzt lauten auf Fr. 2000.– und 2800.–. Sehen Sie in meinem Budget Einsparungsmöglichkeiten?»

«Unser Thomas verdient seit einem Jahr gleich viel wie ich. Da er nach wie vor zu Hause wohnt und meine Frau alles für ihn besorgt, verlangt sie von ihm monatlich Fr. 200.–. Wir können das nicht gut anders machen, da wir noch drei Kinder im Schulalter haben, die auch nicht wenig brauchen. Nun gibt es aber ständig Krach. Thomas findet Fr. 200.– zuviel, ich finde es zuwenig, und meine Frau heult, weil alle schimpfen. Was meinen Sie?»

«Ich komme mit Alimenten und Teilzeitarbeit auf einen Betrag, der für mich und die zwei Mädchen immer gereicht hat. Nun aber wohnt seit bald einem Jahr mein Freund bei uns. Er gibt mir jeden Monat Fr. 300.– und findet das reichlich. Zuerst war ich auch zufrieden damit, sehe nun aber, dass das wohl zuwenig sein muss. Seit er hier ist, stimmt die Kasse nämlich nie mehr. Langsam werde ich hässig und frage mich, wo ein Mann, der annähernd Fr. 4000.– im Monat verdient, wohl sonst für Fr. 300.– wohnen, essen und seine Wäsche besorgen lassen kann. Wieviel sollte er an den gemeinsamen Haushalt beitragen?»

«Vielleicht sind wir bei Ihnen fehl am Platz. Hier mein Lohnausweis. Ich weiss, ich verdiene wirklich gut. Trotzdem kommen wir in letzter Zeit mit unseren Finanzen nicht mehr zurecht. Aufgeschrieben haben wir bisher nie gross, da es bis vor zwei, drei Jahren gut reichte und wir auch mit den Ersparnissen zufrieden waren. Nun aber hat sich das leider geändert. Von unsern vier Kindern sind im Moment zwei an der Uni, einer im Gymnasium, und die jüngste Tochter wird im Frühling ins Untergymnasium übertreten. Dazu kommt, dass wir zu weit von der Stadt weg wohnen, als dass die beiden Ältesten täglich nach Hause kommen könnten. Es sind also neben den Kosten fürs Studium noch die Pensionsgelder für Käthi und Beat aufzubringen. In eineinhalb Jahren macht auch Stefan seine Matur. Ich wage gar nicht daran zu denken, wie das dann finanziell wird, wenn auch er studiert. Nur eines wissen meine Frau und ich sicher: wir brauchen endlich ein genaues Budget. Können Sie uns helfen?»

«Vor einem halben Jahr habe ich eine Halbtagsstelle gefunden. Unsere drei Kinder gehen nun alle zur Schule, so dass ich das Gefühl hatte, es könne nicht schaden, wenn ich wieder teilweise arbeite. Brauchen können wir es, und ich habe alles so organisiert, dass die Familie nicht unter meiner Berufstätigkeit zu leiden hat. Mein grosses Problem ist nun aber, dass mein Mann, seit ich eigenes Geld nach Hause bringe, überhaupt nichts mehr an den Haushalt bezahlt und wir bereits Streit haben, wenn eines der Kinder Kleider oder Schuhe braucht. Auch dafür will er nichts mehr geben. Natürlich bin ich bereit, mit meinem Verdienst zu helfen, trotzdem ich die grössere Belastung auch allein tragen muss, denn daheim tut er gar nichts. Kann er wirklich von mir verlangen, dass ich für den ganzen Haushalt und alle Nebenausgaben für die Kinder und mich aufkomme? Mein Lohn reicht dazu meistens nicht, und mein Mann trinkt wieder viel mehr, seit er zu Hause weniger Ausgaben hat!»

«Nun habe ich genug! In letzter Zeit werde ich das Gefühl nicht mehr los, dass meine Frau und ich nur arbeiten, um andere Leute zu füttern. Dabei wollten wir es doch etwas gemütlicher nehmen, als die Kinder draussen waren. Wir wohnen auf dem Lande. Im Hause neben uns leben der Schwiegervater, ein Onkel meiner Frau, ihr Bruder und eine invalide Schwester. Im Laufe der Zeit hat meine Frau zu ihren eigenen Pflichten immer mehr Aufgaben für nebenan übernommen. Heute ist es so, dass sie allein die invalide Schwester pflegt und den drei Männern den Haushalt besorgt. Dazu kocht sie selbstverständlich immer für alle – entweder wird bei uns gegessen, oder die Männer bekommen ihre Mahlzeiten in ihrer Küche serviert. Die Schwester ist bettlägerig und muss sowieso drüben bedient werden. Bei der Stine will ich nichts sagen. Sie hat meiner Frau immer einen rechten Betrag ihrer Rente gegeben, aber die Mannsbilder! Glauben Sie, es würde auch nur einem einfallen, je etwas zu bezahlen! Und das geht nun seit Jahren so! Was können wir tun?»

«In unserem Hochhaus lebt eine Familie mit zweijährigen Zwillingen. Nun sind die Eltern geschieden worden, und die Mutter sollte arbeiten gehen, da die Alimente nicht ausreichen. Wir selber haben ein dreijähriges Mädchen, für das ich mir schon lange Gesellschaft gewünscht habe. Ich wäre bereit, die Zwillinge zu betreuen, kann das aber nicht ganz gratis tun, da es sonst bei uns nicht reicht. Welcher Preis wäre in unserem Fall angemessen?»

Budgetbeispiel

Dieses Beispiel dient als Grundlage, nach welcher die persönlichen Verhältnisse errechnet und verglichen werden müssen.

Familie mit 2 Kindern, schulpflichtig, Monatslohn netto¹, AHV/IV abgezogen 3500.–

Monatliche Ausgaben im Durchschnitt

Feste Verpflichtungen:

Wohnen: Zins, Heizung, Nebenkosten	650.–	
Elektrisch, Gas	40.–	
Telefon, Radio, TV	60.–	
Steuern, Versicherungen, Kr.-Kasse, Fahrspesen, Beiträge, Zeitungen	750.–	1500.–

Haushaltungsgeld (erweitert):

Nahrung ²	700.–	
Wasch- und Putzmittel, Waschstrom, Körperpflege, Drogerie	60.–	
Schuhreparaturen, chem. Reinigung, Kl. Haushaltrep. u. -anschaffungen	35.–	
Tägliche Kleinigkeiten	30.–	825.–

Taschengeld:

Mann	80.–	
Frau	80.–	
Kinder	10.–	170.–

Rückstellungen:

Bekleidung	250.–	
Zahnarzt, Arzt-Selbstbehalt, Unvorhergesehenes, Geschenke, Spenden	140.–	
Bildung: Bücher, Kurse usw., Vergnügen, Ausflüge, Ferien	160.–	
Ersparnisse (Lebensversicherung), Auto	455.–	1005.–
		3500.–

¹ 13. Monatslohn, Gratifikation, Zulagen und evtl. Frauenverdienst sind in diesem Betrag nicht eingeschlossen. (Ergänzung der Rückstellungen.)

² Basisbedarf für Nahrung gemäss den Richtlinien der Betriebsbeamten der Schweiz vom 1.1.1975.

In dieser Art sind Richtbudgets erhältlich für Familien mit 1 bis 4 Kindern und verschieden hohen Einkommen, Ehepaare ohne Kinder, Alleinstehende. Ferner gibt es Vorschläge zur Einteilung des Lehrlingslohnes und für Kostgeldberechnungen.

Budgetberatung kaum je nur um finanzielle Fragen, sondern in der Regel *auch* um Geld. In manchen Fällen sehen, hören oder spüren wir, dass dem Menschen, der vor uns sitzt, mit der Ordnung der Finanzen allein zu wenig geholfen ist. Hier besteht unsere Aufgabe nicht in einer Beratung, für die wir nicht qualifiziert sind, sondern darin, dem Kunden zu zeigen, wo er für seine Probleme Hilfe finden kann.

Jede Budgetberaterin hingegen hilft gerne in allen Fragen, die im Zusammenhang mit den privaten Finanzen auftauchen können. Hier haben wir einerseits unsere Erfahrungen, dann aber stehen uns auch eine Menge Richtlinien, Statistiken, Unterlagen zur Verfügung. Wir helfen beim Ordnen der persönlichen Finanzen, erstellen mit Hilfe und unter Mitarbeit des Kunden sein Budget und erteilen auch immer wieder Auskünfte in Detailfra-

gen, die im Zusammenhang mit Geld stehen.

Was wünscht sich die Budgetberaterin von ihren Klienten?

In erster Linie und Bedingung für eine erspriessliche Zusammenarbeit ist natürlich Ehrlichkeit von seiten des Kunden zu nennen. Wer mit falschen Zahlen operiert, sollte lieber nicht kommen, denn erstens merken wir das in der Regel rasch und zweitens schaut dabei auch nicht viel heraus. Wer also zu uns kommen will – es wird ja normalerweise niemand dazu gezwungen –, sollte bereit sein, mit seinen effektiven und nicht mit Wunschzahlen zu arbeiten.

Unsere Arbeit wird sehr vereinfacht, wenn der Ratsuchende seine Unterlagen mitbringt oder, bevor er kommt, die Zahlen zusammenstellt, die wir brauchen, zum Beispiel das

genaue Einkommen, die Versicherungsbeträge, Steuern, Telefonrechnungen usw. Ohne Mithilfe des Kunden – und zwar mit möglichst realistischen Zahlen, was ja für die festen Verpflichtungen ohne weiteres möglich ist – kann die Budgetberaterin schlecht arbeiten.

Zum Schluss noch eine Frage, Frau Hosang: Was möchten Sie als Budgetberaterin den Kunden mitgeben, was möchten Sie durch Ihre Arbeit erreichen?

Kurz und bündig gesagt: Hilfe zur Selbsthilfe! Der Kunde, auch derjenige, der das bis anhin nicht zustande gebracht hat, soll so rasch als möglich in der Lage sein, mit seinem Geld sicher, selbständig und in eigener Verantwortung umzugehen. Er soll die ihm zur Verfügung stehenden finanziellen Mittel optimal *und* seinen Wünschen entsprechend einsetzen können, und zwar so, dass er weder sich noch seine von ihm finanziell abhängigen Angehörigen in Bedrängnis bringt.

AUS UNSERER ARBEIT

Gartenbauschule Niederlenz

Nachdem die letzte Subventionszahlung erfolgt ist, konnte anfangs Dezember 1977 die Baurechnung der Gartenbauschule abgeschlossen werden. Die gesamte Liegenschaft inklusive Lehrlingsheims, Schule, eines Mehrfamilien- und eines Einfamilienhauses ist mit einer einzigen Hypothek bei der Schweizerischen Kreditanstalt Baden belastet, und zwar in der Höhe von Fr. 1 180 000.–. Die jährliche Verzinsung und Amortisation betragen zirka Fr. 85 000.–, gedeckt durch Subvention des Kantons Aargau und Reingewinn der Gärtnerei. Damit steht die Gartenbauschule auf solidem Boden, und alle, die zum Gelingen beigetragen haben, dürfen stolz sein auf unser Werk. Ohne das grosse Entgegenkommen der Schweizerischen Kreditanstalt Baden mit Herrn Direktor Spycher in einer Zeit, wo praktisch kein Baukredit erhältlich war, wären wir heute nicht so weit, und die Rechnung sähe anders aus.

H. Roth

Aktuell

Erdbeeren sind im März so teuer!

Wer an Ostern seinen Lieben frische ausländische Erdbeeren zum Dessert auftischen will, darf sich nicht über den hohen Preis beklagen. Es kann trotzdem sein, dass der Index der Konsumentenpreise konstant bleibt oder sogar sinkt.

Sie haben es sicher in der Presse gelesen: **Auf den 1. September 1977 wurde unser Landesindex der Konsumentenpreise** zum viertenmal nach den Jahren 1926, 1950 und 1966 **revidiert**, wobei jeweils im September 1939, 1966 und 1977 wieder bei 100 Index-Punkten begonnen wurde. Nötig wurden diese Revisionen durch die Änderung unserer Verbrauchsgewohnheiten. Im Laufe der Jahre sowie durch die Erhöhung der Real-Einkommen ändert sich unser Warenkorb, was sich in einem aussagekräftigen Index unbedingt niederschlagen muss. Basis für die Zusammensetzung des heute im Index berücksichtigten Warensortiments sind die Erhebungen des BIGA (Bundesamt für Industrie, Gewerbe und Arbeit) über die Haushaltrechnungen. 980 Haushalte aus der ganzen Schweiz haben ein Jahr lang (1975) über ihre Einnahmen und Ausgaben Buch geführt. Dabei wurden erstmals auch Haushalte alleinstehender Personen und kinderloser Ehepaare in die Erhebung einbezogen, hingegen fehlen Angaben von Selbständigerwerbenden, der landwirtschaftlichen Bevölkerung und der Rentnerhaushalte.

Die an der Erhebung beteiligten Haushalte haben durchschnittlich Fr. 49 089.- ausgegeben. Werden direkte Steuern und Versicherungen abgezogen, da diese Ausgaben nicht im Index berücksichtigt sind, bleibt ein Betrag von durchschnittlich Fr. 37 385.- für den Verbrauch. Davon werden knapp 90% ins Index-Schema aufgenommen, da gut 10% der Haushaltsausgaben nicht mitgerechnet werden, wie zum

Beispiel Ausgaben für Spenden und Geschenke, Vereinsbeiträge, Bussen, Anwaltskosten, Darlehenszinsen, Schmuck, Uhren, Geschäftsreisen, Miete für Garage und Parkplätze, Hauswartkosten, Autofahrstunden, Brillen usw. Durchschnittlich werden also knapp 70% der Haushaltsausgaben vom Index erfasst, bei kleineren Einkommen mehr, bei grösseren weniger.

Aus dem **nebenstehenden Kästchen** geht deutlich hervor, wie die 9 Bedarfsgruppen, in die der Index aufgeteilt ist, ganz verschieden gewichtet werden, und vor allem auch, wie stark sich der Anteil der einzelnen Bedarfsgruppen im Laufe der Jahrzehnte verändert hat.

Was ist neu im Index 77 aufgenommen worden?

Der Index ist in etwa 290 Artikelgruppen aufgeteilt, von denen 90 völlig neu gebildet wurden. Diese Artikelgruppen sind in über 1000 Erhebungspositionen unterteilt. Einige Beispiele sollen zeigen, wie der Index den veränderten Konsumgewohnheiten angepasst wurde. **Bei Milch und Milchprodukten** werden neu neben der Vollmilch auch Milchdrink und Magermilch, zu den üblichen Käsesorten neu Appenzeller- und Raclettekäse sowie ausländische Käsesorten, neben Yoghurt auch Quark, neben Vollrahm auch Kaffeerahm und zusätzlich Eiscreme, Kondensmilch und Säuglingsmilch aufgenommen.

Als **neue selbständige Gruppe** erscheinen **Fische**, wobei die Preise sowohl frischer Fische als auch gefrorener Fische in den Index eingehen. Bisher wurden lediglich Fischkonserven erfasst.

In der Gruppe «Bekleidung» werden neu Kleider und Wäsche für Kinder und Jugendliche einbezogen und dafür auf die selbständige Erhebung für Herrenmasskleider und -masskonfektion verzichtet. Auch Morgen- und Bademäntel, Herrenpullover und -sportkleider werden berücksichtigt.

Die Gruppe «Verkehr» ist von 5% auf 15% gestiegen. Neu erfasst werden die Preise für touristische Bahnen und die Anschaffung von Personenwagen und Motorrädern. Bei den Personenwagen wird zudem unterschieden zwischen Neu- und Occasionswagen.

Im Miet-Index, der wichtigsten

Einzelposition, sind neu auch die Preise für Ein- und Fünfstückerwohnungen enthalten.

Ganz besonders raffiniert ist die **Erhebung für Früchte und Gemüse** (und damit kommen wir zurück zu den teuren Erdbeeren im März!). Vom Gesamtindex von 100% beträgt der Anteil des Gemüses 1,119%, der Anteil der Früchte 1,340%. Die Position Gemüse ist aufgeteilt in 21 Gemüsesorten, die jeden Monat gemäss ihrer saisonalen Bedeutung gewichtet werden. Zwiebeln kauft man das ganze Jahr, ebenso Knoblauch, Karotten oder Kopfsalat. Spargeln finden aber nur in den Monaten April, Mai und Juni Auf-

Indexquoten, 1939, 1966 und 1977

Bedarfsgruppen	Indexquoten		
	1939	1966	1966
	in		
Nahrungsmittel	40	31	20
Getränke und			
Tabakwaren	3	5	5
Bekleidung	15	13	8
Wohnungsmiete	20	17	19
Heizung und			
Beleuchtung	7	6	4
Haushalteinrichtung			
und -unterhalt	5	7	7
Verkehr	5	9	15
Körper- und			
Gesundheitspflege	2	7	7
Bildung und Erholung			
	3	5	15
Total	100	100	100

nahme in den Index, Nüsslisalat vom Oktober bis im März und Rosenkohl vom Oktober bis im Februar. Ganz ähnlich ist es bei den Früchten. Äpfel, Birnen, Orangen, Bananen und Zitronen können heute das ganze Jahr hindurch auf dem Tisch erscheinen, wenn auch in ganz unterschiedlichen Mengen. So beträgt der Anteil der Äpfel am Fruchtkorb des Monats April 40%, im Juli aber nur 11%. Dafür wird der Juli vom Steinobst mit einem Anteil von 47% dominiert. Die Erdbeeren, die mit den Himbeeren und den Johannisbeeren in einer Indexposition zusammengefasst sind, werden erst im April indexwirksam mit 7%, steigern sich im Mai auf 31%, sinken im Juni auf 25% und beschliessen die Saison im Juli mit 18%. Liebhaberpreise, die wir im März für die ersten ausländischen Erdbeeren bezahlen, werden also im Index gar nicht berücksichtigt.

Wie vertrauenswürdig ist unser Index 77?

Der «Schlussbericht der Sozialstatistischen Kommission über Grundlagen und Methoden der Neuberechnung des Landesindex der Konsumentenpreise auf der Basis 1977» beeindruckt durch den überall spürbaren Willen, einen wirklich brauchbaren und den Verbrauchergewohnheiten angepas-

ten Index zu schaffen. Das Zahlenmaterial, das jeden Monat verarbeitet werden muss, ist enorm. Es bietet daher auch Gewähr dafür, dass unser Index nicht durch Zufälligkeiten verfälscht oder manipuliert werden kann, denn seine Bedeutung für unser Wirtschaftsleben darf nicht unterschätzt werden, sind doch ein grosser Teil der Löhne und der Mieten an diesen

Index gebunden. Der Index 77 verdient unser volles Vertrauen, was nicht ausschliesst, dass er laufend auf seinen Gehalt überprüft und bei wesentlichen Änderungen unseres Konsumverhaltens wieder revidiert werden muss. Wir wollen nur hoffen, dass er bis zu jenem Zeitpunkt nicht wieder auf über 160 Punkte ansteigt!

Se

Abstimmungsvorlagen vom 25./26. Februar 1978

Der diesjährige Abstimmungskalender ist reich befrachtet, wobei neben einigen sehr gewichtigen Vorlagen auch über Initiativen und Referenden abgestimmt werden muss, die wohl eher als Belastung denn als Bereicherung unserer demokratischen Institutionen betrachtet werden müssen. Als weitere Abstimmungsdaten sind der 28. Mai, der 24. September (Jura!) und der 3. Dezember festgelegt worden.

Konjunkturartikel

Die erste Fassung des Konjunkturartikels vereinigte in der Volksabstimmung wohl die Mehrheit der Stimmen auf sich, doch fehlte eine einzige Standesstimme zur Annahme dieser Verfassungsergänzung. Inzwischen ist die ganze Vorlage überarbeitet worden und präsentiert sich heute in gestraffter Form. Vor allem wurde auf die Ermächtigung systemwidriger Interventionen innerhalb der klassischen Eingriffsbereiche verzichtet. Damit ist eines der Hauptargumente gegen die Einführung der Konjunkturartikel weggefallen. Dass für die Beeinflussung unserer komplexen Wirtschaftsverhältnisse auf der Seite des Staates ein klar umschriebenes Instrumentarium zur Verfügung stehen muss, ist heute unbestritten.

Initiative «Demokratie im Strassenbau»

Diese aus Umweltschutzkreisen lancierte Initiative verlangt für Bundesversammlung und Schweizervolk ein grösseres Mitspracherecht im Nationalstrassenbau. Heute entscheidet die Bundesversammlung endgültig über die allgemeine Linienführung und die Art der zu errichtenden Strassen. Der

Bundesrat genehmigt die generellen Projekte der einzelnen Strassenabschnitte. Die Kompetenz des Bundesrates soll nun der Bundesversammlung übertragen und die entsprechenden Beschlüsse dem fakultativen Referendum unterstellt werden. Dass auch noch über Strassenabschnitte abgestimmt werden kann, die seit dem 1. August 1973 in Angriff genommen wurden, macht die Sache nicht einfacher. Bundesrat und Bundesversammlung empfehlen die Verwerfung dieser Initiative.

Initiative «zur Herabsetzung des AHV-Alters»

Von den progressiven Organisationen der Schweiz (POCH) wird verlangt, dass das Rentenalter für Männer von 65 auf 60 und für Frauen von 62 auf 58 Jahre herabgesetzt werde. Man fragt sich, ob das wirklich sein muss. Die Beiträge müssten um 3 Lohnprozente erhöht oder die Renten um einen Viertel gekürzt werden. Schon heute beträgt die Lebenserwartung eines 65jährigen Mannes 14 Jahre, einer 62jährigen Frau 19 Jahre – und die Lebenserwartung steigt weiter. Die Beiträge für die 2. Säule müssten ganz massiv erhöht werden, damit bereits mit 60 bzw. 58 Jahren eine Rente zur Verfügung steht, die die Fortsetzung der gewohnten Lebenshaltung garantiert. Die aktive Generation würde um mehr als 10% reduziert, so dass auf einen Rentner bald nur noch 2 bis 3 Beitragszahler kommen. Aus all diesen Gründen wird diese Volksinitiative von der Bundesversammlung zur Verwerfung empfohlen.

9. AHV-Revision

In periodischen Revisionen ist das Bundesgesetz über die Alters- und Hinterlassenen-Versicherung zum heutigen Sozialwerk ausgebaut

worden, auf das wir mit Recht stolz sind. Erstmals wurde nun gegen die 9. AHV-Revision, die von der Bundesversammlung am 24. Juni 1977 gutgeheissen wurde, das Referendum ergriffen. Das Referendum richtet sich nicht gegen den Bestand der AHV und auch nicht gegen die Weiterentwicklung der Renten im Rahmen der Teuerung. Auf Kritik gestossen sind hingegen die Wiederanhebung des Bundesbeitrages von 9% auf 15% bei leeren Bundeskassen und vor allem die Teil-Dynamisierung der Renten. Teil-Dynamisierung heisst, dass die Renten nicht nur – gemäss dem in der Verfassung verankerten Grundsatz – der Teuerung angepasst werden, sondern dass auch die Lohnentwicklung die Rentenhöhe zur Hälfte beeinflusst. Steigt der Preisindex um 2% und der Lohnindex um 4%, so erhöht sich die Rente um 3%. Für alle, die bald in den Gemuss der AHV-Renten kommen, ist diese Aussicht wunderbar. Für den immer kleiner werdenden Teil der aktiven Bevölkerung, der noch während Jahrzehnten immer höhere Beiträge bezahlen muss, ist dies ein wahrer Alptraum. Die langfristige Finanzierung dieser Teil-Dynamisierung durch Beiträge ist also in keiner Weise gesichert. Darum sollte die 9. AHV-Revision auf diese langfristig ausserordentlich problematische Weichenstellung verzichten, währenddem verschiedene andere Massnahmen zur Erhöhung der Einnahmen und Senkung der Ausgaben durchaus zu begrüssen sind.

Se

Abschirmung von **WASSERADERN** und andern Bodeneinflüssen unternimmt mit gutem Erfolg **Hans Günthardt**, Radiästhesist, Schönholdenstrasse 48, 8708 Männedorf. Voranmeldung Telefon 01 920 08 76 oder schriftlich. **Mit Rückgaberecht! Beste Referenzen!**

Individuelle Heizkostenabrechnung liegt im Interesse der Verbraucher

wz. Es ist eine alte Erfahrung, dass Güter, die gleich viel kosten, ob man viel oder weniger davon verbraucht, von den Menschen nicht sparsam benützt werden. Diese Situation haben wir auch bei den Kosten für die Heizung und das Warmwasser in zentralbeheizten Häusern. Die meisten Heizabrechnungen werden hierzulande nach dem Raumvolumen vorgenommen. Der Mieter hat monatliche Vorschusszahlungen in gleichbleibender Höhe zu entrichten und erhält nur einmal jährlich eine Abrechnung. Weil jeder Mieter gleich viel zahlen muss, entsteht der Eindruck, dass die Heizkosten eine nicht beeinflussbare Grösse seien. Individuelle Sparmassnahmen, zum Beispiel durch Einschränkungen bei der Raumtemperatur, wie auch Verschwendung durch ständiges Lüften oder Überheizen der Räume wirken sich nicht ersichtlich als Minder- bzw. Mehrkosten in der eigenen Heizabrechnung aus. Somit fehlt im Bereich der Heizkosten jeder Sparanreiz.

Einsparungen von 10 bis 15 Prozent

der Heizkosten können mit individueller Heizkostenerfassung und -abrechnung ohne weiteres erzielt werden, weil Sparanstrengungen des einzelnen einen merkbaren Einfluss auf die eigene Heizabrechnung haben. Die schweizerische Familie muss jährlich im Durchschnitt 600 Franken für die Heizung auslegen. Eine Einsparung von 15 Prozent entspricht damit Minderausgaben in der Höhe von rund 90 Franken, was in keinem Haushaltbudget zu verachten ist.

Partnerschaft beweisen

Letztlich sind es die Hausbesitzer und Vermieter, welche die individuelle Heizabrechnung einführen müssen. Die Erfassung des individuellen Verbrauchs benötigt nämlich eine gewisse Vorinvestition für die Messgeräte, die der Hauseigentümer zu erbringen hat. Die erzielbaren Einsparungen beim Brennstoffverbrauch gewährleisten aber eine sehr kurze Amortisationszeit von rund zwei Jahren. Angesichts der in den nächsten Jahren noch zu erwartenden Preissteigerungen

beim Heizöl wäre jetzt ein sehr günstiger Zeitpunkt für die Umstellung auf individuelle Heizkostenabrechnung. Die zu erwartende Teuerung liesse sich fürs erste auffangen, und überdies würde die Beschäftigung in gewissen Branchen verbessert. Dazu kommt noch, dass ein geringerer Ölverbrauch die Umwelt weniger belastet und die Auslandabhängigkeit vermindert.

Es ist klar, dass die geldwerten Vorteile aus der individuellen Heizkostenabrechnung vor allem den Mietern zufallen. In Anbetracht der grossen Vorteile, die für die ganze Volkswirtschaft entstehen, ruft der Schweizerische Konsumentenbund (SKB) die Vermieter auf, die Verwirklichung der individuellen Heizkostenabrechnung überall da an die Hand zu nehmen, wo die technischen Voraussetzungen dafür gegeben sind, und damit den Beweis anzutreten, dass die vielbeschwo-rene Partnerschaft kein leeres Wort ist.

Schweizerischer
Konsumentenbund (SKB)

Für Sie notiert:



Jetzt am Kiosk zu Fr. 3.-:
«prüf mit» Nr. 1, Zeitschrift des Konsumentinnenforums der deutschen Schweiz und des Kantons Tessin

Hauptthemen: Zum Konsumentenschutz-Artikel, Einkommen in der Landwirtschaft, Kleinkredite, Pastetenfüllungen, Frühstücksgetränke, Tests über Plattenspieler und Universalkleber.

Familienferien: 1978 in der Schweiz

Im soeben erschienenen Ferienwohnungsverzeichnis 1978 der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft finden Sie rund 5000 Adressen von Ferienwohnungen, Ferienhäusern, Massenlagern und eintägigen Wohnungen für Behinderte. Die Auswahl ist gross; es bieten sich, auf über 800 Ortschaften verteilt, Ferienmöglichkeiten für fast jedes Budget an.

Das Ferienwohnungsverzeichnis 1978 kann – gegen Vorauszahlung auf Postscheckkonto 80-3793, zum Preise von **Fr. 5.35** bei der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft, Ferienwohnungen, Brandschenkestrasse 36, 8039 Zürich, Tel. 01 201 17 35/34, bezogen werden. Es

ist aber auch bei den meisten grösseren Verkehrsbüros und bei den Reise- und Auskunftsbüros der Schweizerischen Bundesbahnen erhältlich.

Studienwochen im Aletschwald

SBN. Das vom Schweizerischen Bund für Naturschutz seit zwei Jahren betriebene Naturschutzzentrum Aletschwald auf Riederalp VS führt im Sommer und Herbst 1978 **naturkundliche Wochenkurse** durch. Diese Veranstaltungen stehen allen an der Natur und ihren Problemen Interessierten offen und dauern üblicherweise von Montagnachmittag bis Samstagmittag. Die maximal 25 Teilnehmer pro Kurs finden im Zentrum – der ehemaligen Villa Cassel – Unterkunft, Verpflegung, Studienmöglichkeiten und Betreuung. Für 1978 sind 14 öffentliche Kurse, alle von erfahrenen Fachleuten geleitet, in deutscher und französischer Sprache vorgesehen. Die Kursthemen umfassen Alpenflora, Alpengvögel, Geologie und Mineralogie, Ökologie und Wildbiologie, Jagd und Wildschutz, Naturfotografie, Zeichnen und Malen sowie allgemeine Programme. Zudem werden erstmals auch drei **naturkundliche Wander-Weekends** organisiert. Unterlagen können beim Sekretariat SBN, «SBN-Kurse 78», Postfach 73, 4020 Basel, angefordert werden.



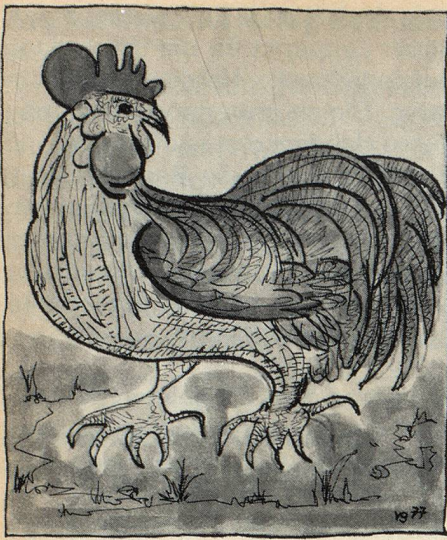
Ist Bügeln noch aktuell?

Pflegeleichte, bügelfreie Textilien haben unsere Kleider- und Wäscheschränke erobert. Braucht man da überhaupt noch ein Bügeleisen? Eine berechtigte Frage! Die Antwort ist einfach.

Wer Wert auf ein gepflegtes Aussehen legt und Freude an schöner Wäsche hat, kommt nicht darum herum, auch pflegeleichte Blusen, Hemden und Kleider zu überbügeln und der sorgfältig gefalteten Wäsche noch einen Druck mit dem Bügeleisen angedeihen zu lassen. Der Zeitaufwand dafür ist dank der modernen Fasern und Ausrüstungen, aber auch dank der handlichen, zweckmässigen Gestaltung der Bügeleisen beträchtlich zusammengeschrumpft. Und ausserdem gibt es in den meisten Haushaltungen auch noch Wäsche, die weder pflegeleicht noch bügelfrei genannt werden kann.

Auf was bei der Anschaffung eines Bügeleisens zu achten ist und wie es gebraucht wird, berichtet Ihnen **das neue SIH-Merkblatt «Bügeleisen»**.

Die Publikation kostet Fr. 3.- und kann beim SIH, Postfach, 8035 Zürich, oder Tel. 01 28 95 50, bestellt werden.



Einmal Huhn, immer Huhn

Hühnersalat Florida

1 Huhn gekocht oder
400–500 g geschnetztes Pouletfleisch,
fertig zubereitet
1 Tasse Ananaswürfel
1 Tasse Orangenscheiben
1 geschälter Apfel in Würfel geschnitten
1 Handvoll Rosinen
10 geschälte, gehackte Mandeln
1 Tasse Mayonnaise
1 Zitrone Saft und Schale
1–2 Löffel Rum
Streuwürze, Pfeffer
Kopfsalatblätter, einige gefüllte Oliven

Huhn häuten, Fleisch in Streifen schneiden. Mayonnaise mit abgeriebener Zitronenschale, Zitronensaft, Rum, Streuwürze und Pfeffer mischen. Alle Zutaten in die Mayonnaise geben. ½ Std. ziehen lassen. Auf Salatblättern anrichten und mit den Oliven garnieren.

Hühnertopf nach andalusischer Art

300 g Pouletfleisch geschnetzelt
1 gehackte Zwiebel
2 Löffel gehackte Peperoni
2 Löffel Reis
50 g Schinkenstreifen
1 Lorbeerblatt, wenig Salbei
Salz, Pfeffer, Paprika, 1 Prise Zucker
1 Beutel Tomatensuppe
1 Löffel Öl
1–1½ l Wasser
gehackte Petersilie
10 geschälte Mandeln, grob gehackt

Fleisch in Öl anbraten, Gemüse, Reis, Schinken und Gewürze mitrühren. Mit Wasser ablöschen, Beutelsuppe einstreuen. Kochzeit ca. 20 Min. Über Peterli und Mandeln anrichten.

Curry-Pouletfleisch auf Toast für 4 Personen

240 g geschnetztes Pouletfleisch
1 Essl. sehr fein gehackte Zwiebeln
1 Apfel geschält und in kleine Würfeli geschnitten
4 Scheiben Ananas in kleine Würfeli geschnitten
200 g Peperoni farbig, in Streifen
1 dl Ananassaft
3,5 dl Hühnerbouillon
1 dl Rahm
Butter, Streuwürze, Pfeffer, Currypulver
2 Essl. Mehl
1–2 Stück Toast pro Person

Butter in der Bratpfanne erhitzen. Pouletfleisch mit Streuwürze, Pfeffer und 1 Kaffeelöffel Curry würzen, rasch anbraten, herausnehmen und warmstellen. Butter in der Pfanne erhitzen, Zwiebeln, Äpfel und Ananas dazugeben und anziehen lassen. Peperoni beifügen und kurz mitdämpfen. Alles mit 1 Essl. Curry würzen und mit dem Mehl bestäuben. Ananassaft und Bouillon dazugeben und aufkochen lassen. Gebratenes Pouletfleisch beifügen, vermischen und bis zum Siedepunkt erhitzen. Abschmecken und mit Rahm verfeinern. Auf die gerösteten Brotscheiben verteilen.

Ein Mövenpick-Rezept Poulet aux prunes für 4 Personen

8 Pouletoberschenkel
Salz, Pfeffer, Majoran
2 Essl. Butter
2 Essl. fein gehackte Zwiebeln
2 Essl. Mehl
2,5 dl Weisswein
4,5 dl Hühnerbouillon
2,5 dl Vollrahm
120 g Korpflaumen entsteint, in Viertel geschnitten
1 Essl. Cognac

Die Pouletteile würzen, in Butter auf mittlerem Feuer allseitig gut anbraten, herausnehmen und warmstellen. Zwiebeln in die Pfanne geben und dünsten, mit Mehl bestäuben, mit Weisswein ablöschen. Hühnerbouillon dazugießen und gut verrühren. Die Pouletteile in die Sauce geben und 30 Min. schmoren. Pouletteile herausnehmen und die Sauce durch ein feines Sieb passieren. Die passierte Sauce unter ständigem Rühren etwas einkochen lassen. Den Vollrahm und die Korpflaumenviertel beifügen und nochmals zum Siedepunkt erhitzen. Pouletstücke beifügen, abschmecken und mit Cognac verfeinern. Butternudeln oder Trockenreis dazu servieren.

Poulet flambiert

1 ganzes Poulet oder Pouletteile
Zutaten zur Sauce:
50 g Butter
1 gehäufte Essl. französischer Senf
2 Essl. Trüffel-Leber-Pain
1 Glas Weisswein
Streuwürze, Paprika, Cayennepfeffer
wenig Curry und wenig Ketchup
1 kl. Glas Whisky
1 dl Rahm

Poulet oder Pouletteile knusprig braten und warm halten. Die Butter in einer Brat- oder Flambierpfanne schmelzen, Senf und Trüffel-Leber-Pain zugeben und gut verrühren. Mit Weisswein ablöschen, würzen. Die Pouletstücke in der Sauce gut heiss werden lassen, den Whisky darübergiessen, flambieren. Rahm zum Verfeinern der Sauce.

Trockenreis als Beilage.

Coq au Chambertin für 6–8 Personen

2 Poulets
7 dl guter Rotwein (wenn möglich Chambertin)
2 dl Weisswein
100 g Speckwürfelchen
24 kleine Perlzwiebeln
200 g Champignons
1 Rüebli
1 kleines Stück Sellerieknollen
1 Büschel Peterli
1 Lorbeerblatt
Thymian, Majoran, Salz, Pfeffer, Muskatnuss
1 Knoblauchzehe
1 dl Cognac
2 Essl. Butter
1 Prise Zucker
2 Teel. Butter
1 Essl. Mehl
Vollrahm

Poulets in kleinere Stücke teilen. Speckwürfelchen in wenig Butter anbraten, Perlzwiebeln zugeben und kurz mitdünsten. Beides aus der Pfanne nehmen, Butter nachgeben, heiss werden lassen, und die

Neu:

TAVOLAX –

Abführdragées mit Stuhlweichmacher

helfen sicher bei
Darmträgheit + Verstopfung

Keine Krampfstände!

In Apotheken und Drogerien
30 Tavolax-Dragees Fr. 4.20

Pharma-Singer, 8867 Niederurnen

Pouletstücke darin gut anbraten. Salz, Pfeffer und Cognac zugeben. Kurz warm werden lassen und flambieren. Speck, Perlzwiebeln und alle Gewürze sowie feingeschnittene Champignons, Sellerie und Rübli begeben. Mit Weisswein ablöschen, zudecken und ca. ¾ Std. schmoren lassen. Dann die Pouletstücke herausnehmen, den Bratenfond aufkratzen und mit Rotwein aufkochen. Etwa

10 Min. auf starkem Feuer eindicken lassen, dann das mit der weichen Butter verknetete Mehl zugeben. Gut rühren und etwas einkochen lassen. Die Sauce abschmecken, Rahm zugeben. Pouletstücke ganz kurz in der Sauce erwärmen.

Wichtig: Nehmen Sie für dieses Gericht unbedingt einen *guten* Rotwein, nicht irgendeinen Kochwein. Es lohnt sich!

«Gueti Suppe» aus billigen Suppenhühnern

Seit langem kommen Suppenhühner nur noch jung, zart und weissfleischig auf den Markt. Aus diesem wohl preisgünstigsten Fleisch lässt sich nicht nur ein Fleischmenü, sondern auch eine vorzügliche Suppe bereiten.

Pot au Poule

- 1 Suppenhuhn
- 1 kleiner Wirz
- 200 g Rübli
- 250 g Lauch
- 1 Sellerieknolle
- 1 besteckte, ungeschälte Zwiebel
- 1 Büschel Peterli
- 2 l kaltes Wasser

Huhn mit sämtlichen Zutaten in den Dampfkochtopf geben. Kaltes Wasser dazu. Den Topf 30 Min. unter Druck setzen. Je nach Wunsch Poulet und Bouillon (mit in Butter gerösteten Brotwürfeli) separat servieren oder als Hühner Eintopf. Zu diesem Zwecke Fleisch von Haut und Knochen lösen, zerkleinern, Bouillon darübergiessen

und gekochten Reis und Dosen-erbsen dazugeben.

Probieren Sie Suppenhühner auch angebraten und geschmort, mit Ananasscheiben und Currysauce oder als Frikassee, garniert mit Champignons. Zerkleinertes Hühnerfleisch gibt mit weisser Sauce und etwas Weisswein eine feine Pastetenfüllung, mit zerkleinerten Früchtezutaten einen pikanten Huhnsalat. Suppenhühner schaden der schlanken Linie nicht. Ihr Fleisch ist leicht verdaulich und eiweissreich.

Tiefkühl-Suppenhühner in die private Vorratshaltung

Wer das Huhn im Geschäft dick in eine Zeitung verpackt und zu Hause sofort in der Kühltruhe (mind. -18 Grad!) versorgt, kann es bis zu weiteren drei Monaten lagern. Das Auftauen erfolgt über Nacht im Kühlschrank (Hülle entfernen). Bei Zeitnot kann das Huhn in der Schutzhülle in 90 Min. in kaltem Wasser aufgetaut werden.

Fotos Titel und Seite 19: Margrit Baumann, Hinterkappelen
Illustration: Vreni Güttinger, Baden

Ihr Partner für biologische Landwirtschaft

Getreidekörner sind eine äusserst wertvolle natürliche Konserve (Notvorrat!). Mit der Verarbeitung beginnt der Abbau. Deshalb mahlen wir das Getreide erst unmittelbar vor Gebrauch. Am einfachsten und schonendsten mit der

Elsässer Getreidemühle

mit Mahlsteinen, für Hand- und Elektrobetrieb, 5 Jahre Garantie

Wir liefern ferner:

Getreide und Mehl aus biologischem Anbau, Literatur, Dünger, Hilfsmittel etc. für den biologischen Land- und Gartenbau.

Wir veranstalten:

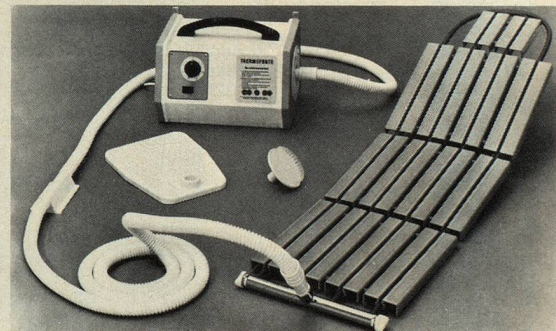
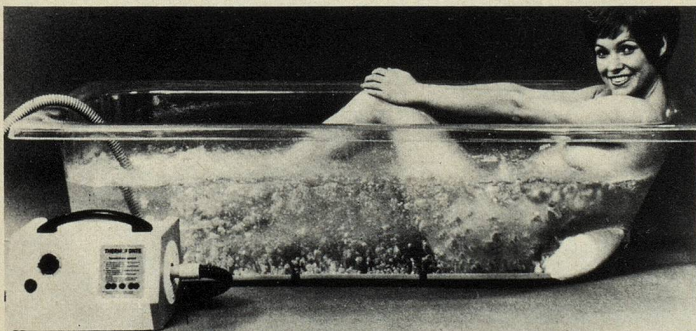
Kurse über Backen und Kochen mit Vollkorn, über biologischen Land- und Gartenbau.

Wir senden Ihnen gerne Prospekte und Programme.



4934 MADISWIL
Tel. 063/56 20 10

BIOFARM



◁ Sprudelmassage auch im Nackenbereich

Das **echte** THERMOFONTE Luftsprudelbad

WOHLBEFINDEN macht glücklich!
Stress, Anspannung und Umweltbelastungen beeinträchtigen Ihr Wohlbefinden. Den meisten Menschen fehlt Zeit und Ruhe, um den notwendigen Ausgleich zu suchen. Diesen finden Sie mit dem echten THERMOFONTE-Supermodell in Ihrem eigenen Heim!

Verkauf und Beratung: **Margareth Miller, 8032 Zürich**
Sonnenbergstrasse 92, Telefon 01/47 54 16

- * Senden Sie mir bitte kostenlos eine detaillierte Dokumentation.
- * Senden Sie mir ein THERMOFONTE-Supermodell zur Probe über 7 Tage ohne Kaufzwang.

Name: _____

Strasse/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

Redaktion:
Frau Jolanda Senn-Gartmann
Ralligweg 10, 3012 Bern
Telefon 031 23 54 75
(Manuskripte an diese Adresse)

Druck und Verlag:
Büchler+Co AG, 3084 Wabern
Tel. 031 54 11 11

Inserate:
Büchler-Inseratregie
3084 Wabern
Tel. 031 54 11 11, Telex 32697
Sachbearbeiter: Günter Froenicke
SRV-beglaubigte Auflage:
9978 Ex./10.8.76

Abonnemente:
Mitglieder Fr. 8.80
Nichtmitglieder Fr. 10.-
Bestellungen an:
Büchler+Co AG, 3084 Wabern
Tel. 031 54 11 11
PC-Konto 30-286
Sachbearbeiterin: Ida Trachsel

Die Zeitschrift erscheint monatlich. Nachdruck des Inhalts unter Quellenangabe gestattet.

Postschecknummern:
Zentralkasse des SGF:
30-1188 Bern
Adoptivkindervermittlung:
80-24270 Zürich
Gartenbauschule Niederlenz:
50-1778 Aarau
Stiftung Schweiz. Ferienheime
«Für Mutter und Kind»
80-13747 Zürich

Ihre Hotels in Zürich

alkoholfrei, freundliche Atmosphäre

Nähe Hauptbahnhof

Seidenhof, Sihlstrasse 7/9
8021 Zürich, Telefon 01 211 65 44

Rütli, Zähringerstrasse 43
8001 Zürich, Telefon 01 32 54 26

Höhenlage

Zürichberg, Orellistrasse 21
8044 Zürich, Telefon 01 34 38 48

Rigiblick, Germaniastrasse 99
8044 Zürich, Telefon 01 26 42 14

Zürcher Frauenverein für alkoholfreie Wirtschaften
Mühlebachstrasse 86, 8032 Zürich, Telefon 01 34 14 85

Die alkoholfreien Gaststätten unserer Sektionen

empfehlen sich allen Mitgliedern für gute Verpflegung in jeder Preislage und gute Unterkunft

HERZOGEN-
BUCHSEE:
LUZERN:

Alkoholf. Hotel-Restaurant Kreuz, Kirchgasse 1,
Tel. 063 61 10 18

Alkoholf. Hotel-Rest. Krone, Weinmarkt 12, Tel. 041 22 00 45

Alkoholf. Hotel-Rest. Waldstätterhof, Zentralstr. 4,
Tel. 041 22 91 66

ROMANSHORN:
SOLOTHURN:

Alkoholf. Hotel-Rest. Schloss, Tel. 071 63 10 27

Alkoholf. Café-Restaurant Hirschen, Hauptgasse 5,
Tel. 065 22 28 64

STEFFISBURG:
THUN:

Alkoholf. Hotel zur Post, Höchhausweg 4, Tel. 033 37 56 16

Alkoholf. Hotel garni, vegetarisches Restaurant bio-pic,
Bälliz 54, Tel. 033 22 99 52

Sommerbetriebe:

Alkoholf. Restaurant Schloss Schadau, Tel. 033 22 25 00
Alkoholf. Strandbad-Restaurant, Tel. 033 36 85 95



Atem- und Bewegungsschule, verbunden mit herrlichen Ferienwochen, im Parkhotel Gunten am Thunersee

Leitung
Frau Alice Portner, dipl. Atempädagogin, Brittnau
22. bis 29. April, 29. April bis 6. Mai 1978
7. bis 14. Oktober, 14. bis 21. Oktober 1978

Ausgewogenes Kursprogramm in Bewegungs- und Haltungsschulung (kreislauf- und stoffwechselfördernd).

Korrektur und Kräftigung bei Fehlhaltung, Asthma und Emphysem. Besondere Pflege der Wirbelsäule (Bandscheiben). Unterricht in kleinen Gruppen und für alle Altersstufen. Preis pro Woche (alles inbegriffen) Fr. 385.-.

Anmeldung und Prospekte sowie weitere Auskünfte durch Frau G. Ziegler, Sentebühlstrasse 25, 6045 Meggen, Telefon 041 37 24 22.

Gleiche Kurse auch in **Montana** (9. bis 16. September), **Glion** ob Montreux (8. bis 15. April, 29. Juli bis 5. August), **Schwefelbergbad** (20. bis 27. Mai), **Wildhaus** (26. August bis 2. September 1978). Anmeldung und nähere Auskunft für diese Kurse: Frau A. Portner, Altachen, 4805 Brittnau, Telefon 062 51 32 76 oder 062 51 05 47.



18.1-212051
SCHWEIZ LANDESBIBLIOTHEK

HALLWYLSTR 15
3003 BERN 3

Adressberichtigungen nach A1, Nr. 1/9 meiden

SGF Zentralblatt

AZ/PP
CH-3084 Wabern

Abonnement poste

Imprimé à taxe réduite



**Ideal
für alle Stoffe und jede Naht**