

# verbraucherblick

Erfolgsrezepte & Spartricks

SPARALARM

## SCHNÄPPCHEN GEMACHT?



### Kostspielige Schnäppchen

Wenn aus billig teuer wird

### Sparen bis der Arzt kommt

Kosten am Minimum

### 70 Prozent Rabatt und mehr

Interview: Tipps vom Extreme-Couponer

### Mir reicht!

Mit 40 nicht mehr arbeiten

### ICH GLAUB, ICH STEH IM WALD

Das müssen Waldbesucher wissen

### BIS ZUM ENDE

Betreuung für Sterbende und Angehörige

### WHATSAPP & CO

Alternativen zum Marktführer

### PIROGGEN, PELMENI, CHINKALI

Liebesgrüße aus Russlands Küche



## kurz & bündig

- 4 **Nachrichten + Spartipp**

## schwerpunkt

- 6 **Kostspielige Schnäppchen** Wenn aus billig teuer wird
- 11 **Sparen bis der Arzt** kommt Kosten am Minimum
- 15 **70 Prozent Rabatt und mehr** Interview: Tipps vom Extreme-Couponer
- 19 **Mir reicht!** Mit 40 nicht mehr arbeiten

## besser leben

- 25 **Ich glaub, ich steh im Wald** Das müssen Waldbesucher wissen

## erfolgreich im alltag

- 32 **Sprechstunde** So gelingt das Arztgespräch
- 38 **Bis zum Ende** Betreuung für Sterbende und Angehörige

## geld sparen

- 43 **Style mit Qualität?** Teuer oder billig: Kapuzenpullis

## ihr gutes recht

- 48 **Mitgefangen, mitgehangen** Kosten im Gemeinschaftseigentum

## technik im giff

- 54 **WhatsApp & Co** Alternativen zum Marktführer

## unterwegs

- 58 **Piroggen, Pelmeni, Chinkali** Alternativen zum Marktführer

## kolumne

- 63 **Anwalt versus Legal-Tech-Portal** Im Zweifel menschliche Beratung

## vorschau

- 64 **verbraucherblick 10/2019**

## bildnachweis

- 65 **Urheber**



### Ihre Meinung zu verbraucherblick

Ihre Meinung ist uns wichtig. Haben Sie Themenvorschläge, Lob, Kritik oder Anregungen, dann schreiben Sie der Redaktion. Wir freuen uns auf Ihr Feedback. [redaktion@verbraucherblick.de](mailto:redaktion@verbraucherblick.de)

## Geiz ist geil?

Immer preiswerter, immer billiger – immer schrottiger! Sparen um jedem Preis zahlt sich nicht immer aus. Oft zahlt man vielmehr drauf, weil das **vermeintliche Schnäppchen** gar keines ist oder das gute Stück schon nach kurzem Gebrauch kaputt ist und durch ein neues ersetzt werden muss – dieses Mal hoffentlich von höherer Qualität. Geiz ist also nicht immer geil. Aber mit **Coupons** lassen sich in der Tat ein paar Euro sparen – vor allem, wenn man sie geschickt kombiniert. Manch einer setzt sich sogar zum Ziel, so viel anzusparen und anzulegen, dass er schon früh im Leben nicht länger arbeiten gehen muss. **Mit 40 in Rente** ist das Ziel. Manch anderer Ansatz zum **Extremsparen** ist schon so überzogen, dass man immerhin noch darüber schmunzeln kann: Leben in der Bahn, Übernachten auf dem Flughafen, Couchsurfing und Wohnungssitting oder nur noch kalt duschen, die Heizung einfach mal ganz runterdrehen und dicke Pullis und Mütze an, daheim, im Wohnzimmer. Das ein oder andere haben besonders Experimentierfreudige, oder Geizige, tatsächlich schon ausprobiert.

Sparen bis der Arzt kommt? So weit treiben es hoffentlich nur die wenigsten, denn an der Gesundheit sollte man besser nicht sparen. Besonders wichtig: die **Kommunikation mit dem Arzt**. Dabei darf man nicht aus falscher Zurückhaltung zu sparsam mit seinen Fragen sein. Vielmehr ist wichtig, so lange nachzufragen, bis man alles verstanden hat. Schließlich geht es um die eigene Gesundheit. Am Lebensende hilft fragen leider nur bedingt. Dennoch stehen **Palliativmediziner** Sterbenden und Angehörigen zur Seite, um für die letzte Zeit eine möglichst hohe Lebensqualität zu geben.

Für Entspannung und gegen trübsinnige Gedanken kann ein Besuch im **Wald** genau das Richtige sein. Das geht mit der Familie, dem Hund, alleine oder auch bei einem Waldbadenkurs mit anderen Naturhungrigen und einem Profi in Sachen Erholung im Wald. Angebote oder mindestens einen Wald gibt es oft gleich vor Haustüre oder in wenigen Kilometern Entfernung. Wen es etwas weiter wegzieht, der kann ja vielleicht über eine Reise in den Osten nachdenken: Auch wenn die Einreise nach Russland nicht ganz unkompliziert ist, **Moskau und St. Petersburg** sind nicht nur kulturell, sondern auch kulinarisch spannend.

Nehmen Sie sich jetzt erstmal ein wenig Zeit zum Lesen – wir wünschen Ihnen viel Freude am neuen verbraucherblick.

Ihre Cornelia Dick-Pfaff,  
Redaktion verbraucherblick

## Lappen statt Einwegschwämme

Putzen muss sein. Ob Bad, Esstisch oder Arbeitsfläche – vieles muss regelmäßig abgewischt und von Staub oder Keimen befreit werden. Gerne werden dafür Einwegschwämme eingesetzt. Die kleinen Helfer sind günstig, saugfähig und kommen fast überall hin. Und wenn sie nicht mehr ansehnlich sind, kann man sie leicht ersetzen. Langfristig gehen die Putz- und Spülschwämme aber doch ins Geld, da sie nur eine kurze Lebensdauer haben und man sie in der Regel nicht waschen kann. Deutlich günstiger und ebenso praktisch sind waschbare Lappen, etwa aus Mikrofaser. Sie kosten zwar etwas mehr in der Anschaffung, lassen sich aber jahrelang immer wieder verwenden, wenn sie zwischendurch bei 60°C in der Maschine gewaschen werden. Die Saugfähigkeit ist meist sogar besser als bei Schwämmen.

Für die folgende Beispielrechnung wird davon ausgegangen, dass immer drei Lappen oder Schwämme parallel im Gebrauch sind: Je einer in der Küche, einer im Bad und einer für die Toilette. Nach zwei Wochen werden die Schwämme erneuert beziehungsweise die Lappen gewaschen. Man braucht parallel also immer drei Schwämme beziehungsweise sechs Lappen – je drei in Benutzung und drei in der Wäsche oder auf Lager.

Putz- und Spülschwämme	Waschbare Putzlappen
6er Sparpaket: 1,65 € Kosten für 3 Schwämme: 82,5 Cent	8er Sparpaket (derselben Marke): 4,85 € Nicht alle Lappen werden gebraucht.
26 x 3 Schwämme im Jahr. Kosten pro Jahr: 26 x 82,5 Cent = <b>21,45 €</b>	Zusätzliche Waschkosten bei 14-tägiger 60°C -Maschinenwäsche pro Jahr: 60 Cent Kosten pro Jahr: 4,85 € + 0,60 € = <b>5,45 €</b>
<b>Im Jahr gespart:</b>	<b>16,00 €</b>
Die Lappen lassen sich mehrere Jahre lang nutzen. Ab dem 2. Jahr gespart:	20,85 €

Ein angenehmer Nebeneffekt besteht darin, dass man deutlich weniger Müll produziert und auch nur alle paar Jahre eine Packung Putzlappen nachkaufen muss. Die zwei Lappen, die aus der Packung noch übrig sind, können außerdem sehr gut trocken als Staubtücher verwendet werden. Wer aus Umweltschutzgründen auf Mikrofasern verzichten möchte, da diese beim Waschen winzige Mengen an Mikroplastik absondern, kann auf Lappen aus reiner Baumwolle oder Leinen zurückgreifen. Diese sind nicht ganz so saugfähig, aber ebenfalls langlebig und am Ende ihres Lebens sogar kompostierbar.

**Tipp:** Sollten die Mikrofaserunterlagen nach einer Weile anfangen zu müffeln, kann etwas Natron oder Soda Abhilfe schaffen. Einfach 1 EL reines Natron- oder Sodapulver in einem Liter warmem Wasser auflösen und das Tuch für etwa 15 Minuten darin einweichen. Anschließend wie gewohnt waschen und nichts müffelt mehr.

## Entschädigung bei verspätetem Weiterflug

### EuGH stärkt Reiserechte

Flugreisende haben auch dann Anspruch auf Entschädigung, wenn ihr Anschlussflug in einem Nicht-EU-Drittstaat sich verspätet und Teil einer Gesamtbuchung war. Dies hat der Europäische Gerichtshof (EuGH) entschieden (C-502/18). Luftfahrtunternehmen sind beim sogenannten Codesharing somit auch für den Teil des Linienfluges verantwortlich und regresspflichtig, den eine andere Airline mit Abflug- und Zielort außerhalb der Europäischen Union ausgeführt hat. Die Richter gaben einem tschechischen Fluggast recht, der auf seiner Reise von Prag nach Bangkok beim Zwischenstopp in Abu Dhabi sieben Stunden auf seinen Anschlussflug warten musste.

+ + +

## Mangel bei Sperrgut?

### Sperrige Ware muss der Käufer nicht zurücksenden

Weist eine per Internet oder Telefon gekaufte sperrige beziehungsweise schwer zu transportierende Ware Mängel auf, ist der Käufer nicht verpflichtet, diese zur Mängelbehebung zurückzusenden. Vielmehr steht der Verkäufer in der Pflicht, den Mangel zu beseitigen. Im Zweifelsfall, wenn etwa der Transport der Ware „an den Geschäftssitz des Verkäufers [...] eine erhebliche Unannehmlichkeit darstellen könnte“, kann dies sogar bedeuten, dass der Verkäufer die Ware abholen oder zum Verbraucher fahren muss. So urteilte der Europäische Gerichtshof ([AZ C-52/18](#)). Würden jedoch keine angemessenen Maßnahmen ergriffen, habe der Käufer das Recht, mangels Abhilfe binnen einer angemessenen Frist die Vertragsauflösung zu verlangen. Im vorliegenden Fall hatte ein Kunde ein Partyzelt im Internet erworben und nach Erhalt der Ware Mängel festgestellt.

+ + +

## Zahlungsarten müssen kostenfrei sein

### vzbv gewinnt gegen Reiseveranstalter

Das Landgericht Berlin gab dem Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv) in einem Urteil gegen den Reiseveranstalter Opodo recht. Bei der Buchung eines Fluges verteuerte sich der Flugpreis um 40 Euro, wenn der Kunde nicht mit einer der beiden seltenen Kreditkarten „Viabuy Prepaid Mastercard“ oder „Visa Entropay“ zahlte. Die Berliner Richter stellten aber nun klar, dass Zahlung per Sofortüberweisung, Giropay oder Kreditkarte ebenso kostenlos sein müsse. Die Europäische Zahlungsdiensterichtlinie (PSD2) verbietet Gebühren für Zahlungen per SEPA-Überweisung, SEPA-Lastschrift oder mit Kredit- oder Girokarte. Dass Opodo nur Rabatt auf seltene Zahlungsmöglichkeiten gab, wertete man als Umgehung der PSD2-Regel. Kunden rechneten schließlich nicht damit, dass ein angezeigter Flugpreis von einer seltenen Zahlungskarte abhängt ([AZ 52 O243/18](#)).



## **Kostspielige Schnäppchen**

Wenn aus billig teuer wird



# Kostspielige Schnäppchen

## Wenn aus billig teuer wird

Einkaufen kann so schön sein. Einer Umfrage des Datenanalyse-Unternehmens Nielsen zufolge schauen 63 Prozent der Deutschen beim Lebensmitteleinkauf gern nach Angeboten. Beim sogenannten Black Friday, der aus den USA stammt, verzichteten drei von vier Kunden auf den Einkauf, wenn das gewünschte Produkt nicht um mindestens 30 Prozent reduziert ist. Das hat eine Onlinebefragung des Beratungsunternehmens Oliver Wyman ergeben. Ist das Produkt aber günstig genug und wird gekauft, erfolgt dennoch häufig die Ernüchterung: schlechte Qualität, teure Versandkosten, Fantasiepreise. Warum billig am Ende oft viel teurer wird.

Preisalarm! Kaufen Sie jetzt! 40 Prozent reduziert! Wenn es darum geht, beim Einkauf Geld sparen zu können, schaltet sich bei vielen Menschen der Verstand aus: erstmal zuschlagen, dann überlegen, ob der Kauf wirklich notwendig war. Wissenschaftlich gesehen ist dieses Verhalten völlig logisch. „Das haben wir in der Natur gelernt“, erklärt der Konsumpsychologe Hans-Georg Häusel. „Wenn Sie früher durch den Wald als Jäger oder Jägerin marschiert sind und da kam ein Reh vorbei, da war es immer gut, nicht lange nachzudenken, sondern gleich mal zu schießen und erst hinterher zu fragen: Habe ich eigentlich Hunger? Denn wenn ich es andersrum mache, ist das Reh weg und wenn ich Hunger hätte, hätte ich ein Problem.“ Doch diese Zeiten sind vorbei. Heutzutage ist es häufig günstiger, nicht gleich zuzugreifen, sondern so manches Sonderangebot einfach mal links liegen zu lassen.

### Finger weg von Gratis-Angeboten

Opal-Halskette für ehemals 139,99 Euro – jetzt gratis! Die personalisierte Handyhülle im Wert von 49,99 Euro – für null Euro! Bei solchen Angeboten scheint sich der Schlussverkauf besonders zu lohnen. Das **Marktwächter-Team der Verbraucherzentrale Brandenburg** hat sich Onlineshops wie [lieblings-mensch.com](#), [deintierschmuck.de](#) und [deinschmuckladen.com](#) genauer angeschaut, die mit Gratis-Angeboten werben. Fazit: Verschenkt wird nichts!

### Teure Versandkosten

9,95 Euro müssen Kunden für Versand und Logistik hinblättern, zusätzlich kostet jedes weitere ausgewählte Produkt fünf Euro.

### Minderwertige Ware

Bei Testkäufen stellten die Marktwächter fest: Uhren, die laut Shop ursprünglich 89,99 Euro gekostet haben sollen, wurden von anderen Anbietern für wenige Euro verkauft – bei Versandkosten, die weit unter denen der Gratis-Shops lagen.

### Lange Lieferzeiten

Ein Blick in die Versandinformationen verrät: Kunden müssen bei Bestellungen mit Lieferzeiten von bis zu 60 Tagen rechnen, das sind knapp zwei Monate.

### Mahngebühren trotz Stornierung

Bei den Verbraucherzentralen haben sich bereits viele Kunden beschwert, die trotz Stornierung und Widerruf



**Sparen bis der Arzt kommt**  
Kosten am Minimum



# Sparen bis der Arzt kommt

## Kosten am Minimum

Manchmal muss man über den Tellerrand schauen und alles ganz anders machen. Wer viel Geld sparen will, sollte sich überlegen, was neben den althergebrachten Methoden sonst noch möglich ist. Denn üblicherweise gilt: Wer sparen will, muss Kosten reduzieren. Und wofür gibt man nicht alles unnötig Geld aus? Für Lebensmittel beispielsweise, für Strom, warmes Wasser oder auf Reisen. Warum also nicht mal kreative Wege finden, um dieses Geld auf dem Konto zu halten. Ein nicht ganz ernstgemeinter Einblick – der dennoch inspirieren soll.

Es gibt Menschen, die aus Geiz sparen oder weil sie mit 40 in Rente gehen wollen – und es gibt solche, die einfach mal schauen möchten, was abseits der bekannten Pfade noch so möglich ist. Manche drehen die Sicherung raus, wenn sie nicht zu Hause sind, damit ihre Elektrogeräte im Standby-Modus keinen Strom fressen. Andere duschen nur noch kalt – ist doch auch besser für den Kreislauf und den Teint. Die Grenze zwischen Wahnsinn und Vernunft ist dabei fließend, je nachdem, was man selbst will und wie sehr man sich traut, aus dem Rahmen zu fallen. Zum Beispiel, indem man einfach im Zug wohnt.

### Bahncard 100 statt Miete

Die Bahncard 100 ermöglicht das Bahnfahren innerhalb Deutschlands ohne Ticketkauf. Aktuell kostet sie für ein Jahr in der zweiten Klasse 4395 Euro, für die erste Klasse 7435 Euro. Nehmen wir an, man reist in der zweiten Klasse, dann zahlt man monatlich 366,25 Euro. Für eine Monatsmiete eigentlich ganz erschwinglich, oder? In den Medien liest man gelegentlich von derlei Extremsparern. Manche sammeln nebenbei noch Pfandflaschen. Andere sind einfach so viel zwischen der Fernbeziehung, dem Arbeitsort, Freunden und der Familie unterwegs, die verteilt in ganz Deutschland leben, dass sie einfach ständig pendeln.

### verbrauchertipp

Überlegen Sie gut, wie viel Zeit und Energie Sie investieren, um etwas zu sparen. Manchmal lohnt es sich nicht, für kleine Beträge große Anstrengungen in Kauf zu nehmen.

Was braucht man dafür? Eine ordentliche Portion Mut und ein gutes Deo sind zu empfehlen. Wenig Besitz oder einen Ort, um denselben einzulagern. Und verständnisvolle Freunde und Familie, bei denen man hin und wieder unterkommen und duschen kann. Eventuell einen Laptop und Noise-Cancelling-Kopfhörer, um im Zug arbeiten und schlafen zu können; hierfür bietet sich auch ein Nackenkopfkissen an. Und einen Job, der flexibel ist, sowie einen angemeldeten Wohnsitz – auch dabei sind wieder Freunde und Familie hilfreich. Wer richtig smart ist, schreibt nebenher noch einen Blog über sein digitales Nomadentum – in der Hoffnung, noch etwas dazuverdienen.



## **Mir reicht**

Mit 40 nicht mehr arbeiten

# Mir reicht!

## Mit 40 nicht mehr arbeiten

Mit 40 Jahren in Rente gehen und die finanzielle Freiheit genießen – wer kann sich das schon leisten? Wer kann so viel arbeiten? Wer kann so viel sparen? Die kurze Antwort: im Grunde wahrscheinlich jeder. Denn es geht vor allem darum, weniger Geld auszugeben, auf übermäßigen Konsum zu verzichten und zu sparen, zu sparen, zu sparen. Doch funktioniert das überhaupt – und falls ja, wie? Klar ist: Jeder muss für sich schauen, wie weit er oder sie dabei gehen will.

Eigentlich ist es so einfach: Weniger ausgeben, als man einnimmt. Zack. Schon fließen jeden Monat ein paar Euro in eine Geldanlage. Und wer früh genug damit anfängt, profitiert von den Zinseszinsen, spart nebenher immer mehr Geld an, das sich dann brav von selbst vermehrt – und irgendwann kann man den Job an den Nagel hängen und nur noch vom passiven Einkommen leben. Kein Chef mehr, der einen herumkommandiert. Keine erdrückende Schuldenlast mehr, die einen zwingt, jeden Montag zu einem Job zu dackeln, den man nicht machen möchte. Dafür muss man allerdings Einschränkungen in Kauf nehmen. Zum Beispiel: Selten bis gar nicht Essen gehen, kostengünstige statt teure Hobbys pflegen, sich bei jedem Euro, den man spontan ausgeben will, fragen: Was brächte mir der in zehn Jahren, wenn ich ihn jetzt anlegen statt ausgeben würde? Muss ich mir etwa jeden Morgen einen Kaffee im Pappbecher zum Mitnehmen kaufen? Muss es wirklich ein Neuwagen sein? Tut es nicht auch ein Gebraucher? Oder sogar nur ein Fahrrad stattdessen?

### FIRE und Mr. Money Moustache

Wer es schafft, konsequent zu sparen, trotzdem noch sein Leben zu genießen, und das Geld sinnvoll anzulegen, könnte mit 40 in den Ruhestand gehen – zwar nicht in Saus und Braus leben, aber immerhin, ohne dafür einer Lohnarbeit nachgehen zu müssen. Wenn man will, kann man weiterarbeiten oder nur ab und zu jobben, muss es aber nicht. Oder was ganz anderes machen, denn man ist frei von dem Zwang, jeden Monat genug Geld zu verdienen, um sich ein Zuhause, genügend Nahrung, Mobilität und vielleicht auch noch ein paar Annehmlichkeiten leisten zu können. Das ist die Grundidee der Rente mit 40, oder auch derjenigen, die FI (Financial Independence) predigen, also finanzielle Unabhängigkeit. Als die Speerspitze der Bewegung im Netz gilt der amerikanische **Blogger Mr. Money Moustache**. Bei ihm und anderen, und auch in den Medien ist allerdings der Begriff FIRE geläufiger – Financial Independence and Retire Early, also Finanzielle Unabhängigkeit und früh in Rente gehen.

### Passives Einkommen

Ein Einkommen beziehen, ohne dafür arbeiten zu müssen. Dieses Einkommen generiert sich in der Regel aus einem Vermögen, das wiederum in verschiedene Anlageformen investiert wurde, und jetzt und zukünftig soviel Geld bringt, dass man davon leben kann. Es besteht also aus dem, was das eigene Vermögen an Zinsen, Dividenden und Renditen abwirft.

Ist das wirklich so einfach? Und falls ja, warum machen das dann so wenige, und warum traben so viele stattdessen im Hamsterrad aus Karriere, Kreditschulden und Konsum auf der Stelle? Was kann

besser leben

## **Ich glaub, ich steh im Wald**

Das müssen Waldbesucher wissen

# Ich glaub, ich steh im Wald

## Das müssen Waldbesucher wissen

Räuber, Wegelagerer und ähnliches zwielichtiges Gesindel wird man im Wald heutzutage wohl kaum noch finden. Diese Zeiten sind glücklicherweise vorbei. Man kann sorglos im Wald spazieren gehen. Dennoch gibt es einige Regeln, die jeder Waldbesucher zu beachten hat, damit die Vegetation erhalten bleibt und das Wild nicht gestört wird. Regeln sind wichtig, denn der Wald hat zahlreiche Besucher. Nicht zuletzt der aus Japan stammende Trend des Waldbadens lockt wieder verstärkt hinaus ins Grüne.

Waldbaden ist in. Kein Wunder, schließlich tut eine kleine Auszeit in der Natur gut – das weiß wohl jeder. In Japan hat man schon vor Jahrzehnten erkannt, dass der Aufenthalt im Wald der Gesundheit zuträglich ist, und erforscht die positiven Auswirkungen seit den frühen 1980er Jahren systematisch. Mittlerweile gelten verschiedene gesundheitsfördernde Effekte des Waldbadens als wissenschaftlich erwiesen, darunter Blutdrucksenkung, Stressreduktion, Regulation des Stoffwechsels und Stärkung des Immunsystems. Weltweit wird zu dem Thema geforscht und längst ist der Trend auch hierzulande angekommen. „Vor allem aber geht es darum, alles langsam auszuführen. Kein festgelegtes Ziel zu verfolgen“, beschreibt Peter Wohlleben, Förster und Autor, in der ersten Ausgabe seines GEO-Magazins „Wohllebens Welt“ einen zentralen Aspekt des Waldbadens. „Das klingt banal, aber manchmal sind ja die banalen Dinge die schwierigsten und wirkungsvollsten.“

### Shinrin Yoku

„Shinrin Yoku“ kommt aus dem Japanischen und bedeutet so viel wie „Waldbaden“ oder „Baden im Wald“, wobei die Silbe „Shin“ mit „großer Wald“, die Silbe „rin“ mit „kleiner Wald“ und „Yoku“ mit „baden“ zu übersetzen sind. Der Begriff stammt vom Japanischen Ministerium für Landwirtschaft, Forsten und Fischerei, welches ihn 1982 prägte. Seitdem ist die positive Wirkung des Waldes Gegenstand zahlreicher Forschungsarbeiten und 2007 wurde sogar die Gesellschaft für Wald-Medizin gegründet. Einer der führenden japanischen Forscher auf dem Gebiet und Vorsitzender der Gesellschaft für Wald-Medizin ist Qing Li, Professor an der Nippon School in Tokio. Seit mehr als 30 Jahren ergründet er die heilsame Kraft des Waldes und hat die Shinrin-Yoku-Methode entwickelt, bei der praktische Übungen im Wald helfen sollen, alle fünf Sinne anzuregen und Körper und Geist in Einklang zu bringen.

### Warum es gesund ist

Forscher gehen davon aus, dass unter anderem bestimmte botanische Duftstoffe verantwortlich sind für die erholsamen Effekte des Waldes. So lassen verschiedene Studien an Zellkulturen sowie Tierversuche etwa vermuten, dass vor allem sogenannte Terpenoide wirksam gegen Krebs sein könnten. Denn unter dem Einfluss dieser leicht flüchtigen Substanzen, von denen Bäume ein ganzes Potpourri verströmen und damit vermutlich untereinander kommunizieren, bilden sich Tumore zurück. Und direkt beim Menschen lassen sich zum Beispiel messbare Effekte auf das Immunsystem beobachten: Wer einen Tag im Wald verbringt, bei dem sind eine ganze Woche lang beinahe 40 Prozent mehr Killerzellen, die von Krankheitserregern oder Krebs befallene Körperzellen bekämpfen, im Blut zu finden als sonst. Bei zwei Tagen am Stück sind es sogar um die 100 Prozent für rund einen Monat. Ein

erfolgreich im alltag

A middle-aged man with grey hair and a beard, wearing black-rimmed glasses and a white lab coat over a light blue shirt. He has a blue stethoscope around his neck and is smiling warmly while looking towards the right. He is holding a silver pen over an open notebook on a desk. The background is a blurred clinical setting.

## **Sprechstunde**

So gelingt das Arztgespräch

# Sprechstunde

## So gelingt das Arztgespräch

Im Gespräch mit Medizinern ist oft nur wenig Zeit. Doch gerade bei Fragen zur eigenen Gesundheit ist es wichtig zu verstehen, wie die Lage ist, ob etwa die Vorsorge sinnvoll oder die Behandlung erfolgsversprechend ist. Gute Ärzte und Therapeuten versuchen ihr Möglichstes, um das zu gewährleisten. Zu einer gelingenden Kommunikation können und sollten aber auch Patientinnen und Patienten beitragen. verbraucherblick gibt Tipps, wie das gelingt und wann es besser sein kann, die Praxis zu wechseln.

„Das Röntgenbild ist unauffällig. Ihre Rückenschmerzen können also nichts Ernstes sein. Ich verschreibe Ihnen ein paar Schmerztabletten.“ – „Wenn Sie meinen, dass Sie die Pränataldiagnostik nicht brauchen, müssen Sie die nicht machen. Ist ja Ihr heranwachsendes Baby.“ – „Sie brauchen keine Angst vor dem Kernspin zu haben. Wir schneiden Sie einfach in ganz kleine Scheiben.“ Solche und ähnliche Sätze fallen zuhauf in deutschen Arztpraxen. Nicht selten sind die Behandler sich sicher, dass sie ihre Aufklärungspflicht erfüllt und der Person vor Ihrem Schreibtisch einen guten Rat oder eine wertvolle Erklärung gegeben haben. Die Patienten hingegen fühlen sich regelmäßig unverstanden, zurückgewiesen, schlecht beraten oder bekommen noch mehr Angst – passende Entgegnungen oder Rückfragen fallen ihnen oft erst nach dem Gespräch mit dem Arzt ein.

Das kann ungünstig sein. Längst ist bewiesen, dass Krankheiten später erkannt werden und Therapien schlechter wirken, wenn Behandler und Patienten einander missverstehen oder misstrauen. Der Ursprung liegt häufig an schlechter Kommunikation. Damit diese besser gelingt, wird in der Ausbildung von Ärzten, Therapeuten und anderen Behandlern langsam mehr auf das Erlernen guter Kommunikationsstrategien gesetzt. Entsprechende Fortbildungsangebote sind aber meist freiwillig. Daher ist es wichtig, dass auch Patientinnen und Patienten ihren Teil beitragen, damit sie und die Mediziner einander besser verstehen.

### Status quo

Für ein besseres Verständnis ist Gesundheitswissen hilfreich. In Zeiten des Internets kommt es immer häufiger vor, dass Menschen mit Vorkenntnissen in eine Praxis kommen. Manche Mediziner begrüßen das. Sie fragen nach der Herkunft des Wissens, können Internetquellen einschätzen, ordnen das Wissen ein, erklären Details und bauen darauf auf. Die Kommunikation klappt besser. Knapp die Hälfte von mehr als 800 befragten Medizinern in einer [Studie der Bertelsmann-Stiftung](#) ist hingegen der Ansicht, dass die eigenmächtige Internetrecherche von Patienten unangemessene Erwartungen schüre und die Arbeit in den Praxen nur belaste. Ein weiteres Drittel bestätigt diese Aussagen zumindest zum Teil. Das sind insgesamt etwa 80 Prozent. Außerdem gaben mehr als 60 Prozent der befragten Mediziner an, keine oder nur teilweise Zeit dafür zu haben, auf die selbst recherchierten Informationen einzugehen. Sind Behandler dieser Ansicht, wird die Kommunikation jedoch erschwert.

erfolgreich im alltag



**Bis zum Ende** Betreuung für  
sterbende Angehörige



# Bis zum Ende

## Betreuung für Sterbende und Angehörige

Wenn eine Krankheit nicht heilbar ist und unaufhaltsam fortschreitet, ist das für den Patienten schlimm – aber auch für seine Angehörigen. Palliativmedizinische Betreuung kann dann ein Weg sein, die Situation besser zu ertragen. Beim Kranken selbst werden so Schmerzen gelindert, er bekommt Medikamente gegen Angst und Atemnot. Die Angehörigen können unter Umständen psychologische Unterstützung bekommen, aber auch wichtige Informationen für diese Lebensphase.

„Palliativmedizinische Betreuung bekommen Menschen, bei denen nicht mehr die Heilung einer lebensbedrohlichen Erkrankung im Vordergrund steht, sondern die Linderung von Symptomen und der Erhalt einer bestmöglichen Lebensqualität“, erläutert Heiner Melching, Geschäftsführer der **Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP)**. „Das kann jemand sein, dessen Demenz schon weit fortgeschritten ist, ein Patient mit neurologischen Krankheiten in einem späten Stadium oder ein Krebskranker, dessen Grunderkrankung nicht mehr als heilbar gilt.“ Weil niemand weiß, wann genau der Tod eintreten wird, kann sich diese Phase auch über Wochen oder Monate ziehen. „Kommen Kinder sehr krank zur Welt, kann eine palliativmedizinische Betreuung auch mehrere Jahre dauern“, so Melching.

Ist klar, dass es sich nur noch um wenige Monate, Wochen oder gar Tage bis zum Tod handelt, kann der Kranke auch in einem Hospiz aufgenommen werden. „Das ist in der Regel die letzte Station“, sagt Heiner Melching. „Im Hospiz leben die Betroffenen im Schnitt noch ein bis zwei Monate.“ Ins Hospiz zieht, wer rund um die Uhr versorgt werden muss, und wer im Pflegeheim oder zu Hause nicht mehr ausreichend Hilfe bekommen kann.

### Unterschied: Hospiz und Palliativmedizin

Für ein stationäres Hospiz regeln das Sozialgesetzbuch V und eine entsprechende Rahmenvereinbarung die Ausstattung, die Personaldecke, die Größe und die Finanzierung. „Hospize werden von den Pflege- und Krankenkassen getragen und müssen einen Teil der Finanzierung als Spenden aufbringen“, sagt Melching von der DGP. Palliativstationen sind kleine Abteilungen in Krankenhäusern, in denen versucht wird, Patienten wieder so zu stabilisieren, dass diese nach Hause, in eine Pflegeeinrichtung oder ein Hospiz verlegt werden können. Etwa 50 Prozent der Patienten auf einer Palliativstation versterben dort unter qualifizierter palliativmedizinischer, pflegerischer und psychosozialer Betreuung.

Die sogenannte spezialisierte ambulante Palliativversorgung, kurz SAPV, kann Patienten in ihrer häuslichen Umgebung oder im Pflegeheim so versorgen, dass Krankenhauseinweisungen in den allermeisten Fällen nicht nötig werden. „Diese multiprofessionellen Teams aus Ärzten, Pflegekräften und teilweise auch Sozialarbeitern, Psychologen und Seelsorgern sind 24 Stunden am Tag verfügbar und eng vernetzt“, so Melching. Seit 2007 besteht für alle Palliativpatienten, die diese Versorgung benötigen, ein Rechtsanspruch. Die Kosten werden komplett von den Krankenkassen übernommen. Ab 2020 soll die SAPV, die bisher in den Bundesländern unterschiedlich geregelt ist, bundesweit einheitlich geregelt werden.

geld sparen



## **Style mit Qualität?**

Teuer oder billig: Kapuzenpullis

# Style mit Qualität?

## Teuer oder billig: Kapuzenpullis

Ob jung oder alt – er wird von vielen gern getragen: der Kapuzenpulli, oder auch Hoodie genannt. Gemütlich, zeitlos und stylisch, der Hoodie gehört in jeden Kleiderschrank. Gibt es Unterschiede in Qualität und möglicher Schadstoffbelastung zwischen teuren und günstigen Produkten? Das ZDF-Verbrauchermagazin WISO hat sechs Kapuzenpullis unter die Lupe genommen.

Hoodies gibt es in allen Farben. Unverzichtbar jedoch bei allen: die Kapuze, die Kängurutasche und das Band zum Zuziehen. Besonders junge Leute setzen meist auf Markenprodukte - für viel Geld. Aber hat der Preis etwas mit der Qualität zu tun? Textil-Expertin Marie-Theres Ottemann-Dobbrunz vom Eurofins-Textillabor erklärt, was einen guten Kapuzenpulli ausmacht: Wichtig sind Form- und Farbstabilität. Der Pulli sollte nach dem Waschen seine Form nicht verändern und nicht ausbleichen. Auch die Textiloberfläche spielt eine Rolle. Wenn die Fasern schnell aufrauen, bilden sich kleine, unschöne Faserknötchen, sogenannte Pills.

Handelspreise	
Teuer	Preis
Carhartt	65,00 €
FILA	64,95 €
Converse	54,99 €
Billig	Preis
UNIQLO	24,90 €
H&M	14,99 €
NEW YORKER	14,95 €

### Form und Farbe im Textillabor

Im Labor wird die Qualität der Testprodukte auf den Prüfstand gestellt. In speziellen, genormten Waschmaschinen werden die Kapuzenpullis zehnmal gewaschen, geschleudert und getrocknet; alles genau nach Herstelleranleitung. Das Ergebnis: Keiner der Hoodies bleicht stark aus. Aber die Produkte von Carhartt und NEW YORKER weisen schon nach wenigen Waschgängen Pills auf. UNIQLO und FILA schneiden dagegen am besten ab. „Wobei ein Kapuzenpulli extrem herausstach, der nach der zehnten Wäsche noch super im Ergebnis lag. Und das war der von UNIQLO“, fasst die Expertin das Ergebnis des Tests zusammen.

ihr gutes recht



## **Mitgefangen, mitgehungen** Kosten im Gemeinschaftseigentum



# Mitgefangen, mitgehungen

## Kosten im Gemeinschaftseigentum

Wer eine Wohnung in einer größeren Anlage kauft, sollte sich gut anschauen, mit wem man zukünftig im selben Haus wohnt. Denn üblicherweise werden alle Kosten fürs Gemeinschaftseigentum aufgeteilt. Das kann manchmal ziemlich unfair sein. Die Kostenverteilung zu ändern, ist jedoch ein ziemlicher bürokratischer Akt. Dafür können sich Eigentümergeinschaft aber Anschaffungen leisten, die einzelne Eigentümer nicht hätten schultern können – wie zum Beispiel eine Pelletheizung, kleine Windkraft- oder Photovoltaikanlagen. Und bei Schäden springen häufig Versicherungen ein.

Eine Eigentumswohnung hat man nie für sich alleine. Zwar darf man im sogenannten Sondereigentum, also dem Teil des Hauses, den man mit niemandem teilen muss, im Prinzip machen, was man möchte – solange man beispielsweise baurechtliche Bestimmungen beachtet. Allerdings gibt es auch noch das Gemeinschaftseigentum, das allen Eigentümern gehört. Das sind beispielsweise Wege, Flure, Treppenhäuser, Fenster, Dach, Aufzüge oder auch tragende Wände in einer Wohnung. Wer also auf die Idee kommt, in seiner eigenen Wohnung einen Durchbruch in einer tragenden Wand machen zu lassen, wird im Zweifel Probleme mit seinen Miteigentümern bekommen.

Das gilt auch, wenn man lieber weiße Holzfenster statt brauner Kunststofffenster möchte oder eine blaue Markise statt der vorgeschriebenen roten anbringen lässt. Denn nicht nur, dass man als Eigentümer dem Gemeinschaftseigentum, etwa einer tragenden Wand, keinen Schaden zufügen darf, oft soll auch alles, was man von außen sehen kann, einigermaßen einheitlich aussehen. Dazu gehören zum Beispiel Fenster, Balkone, die Klingelanlage oder Briefkästen. Wurde ein einheitliches Erscheinungsbild von der Eigentümergeinschaft festgelegt, benötigt der Eigentümer, der daran etwas ändern will, die Erlaubnis von allen anderen.

## Aufteilung der Kosten

Wenn alle für das Gemeinschaftseigentum verantwortlich sind, dann bedeutet das aber auch, dass die Kosten für Instandhaltung und Reparaturen von allen getragen werden müssen. „Das ist das Prinzip einer Wohnungseigentümergeinschaft“, erklärt Julia Wagner, Referentin Recht bei **Haus & Grund** Deutschland in Berlin. Die gesetzliche Grundlage dafür findet man in **Paragraf 16 des Wohnungseigentumsgesetzes (WEG)**. Der Bundesgerichtshof hat das unter anderem 2014 bestätigt: In seinem Urteil (**AZ V ZR 9/14**) stellte er klar, dass ein Schaden am Gemeinschaftseigentum auch dann von den Eigentümern getragen werden muss, wenn das zu finanziellen Schwierigkeiten bei Einzelnen führt, beispielsweise aufgrund ihres hohen Alters.

## Kostenverteilung im Wohnungseigentum

Grundsätzlich werden Kosten nach dem sogenannten Miteigentumsanteil aufgeteilt. Er berechnet sich prozentual pro Eigentümer am gesamten Gemeinschaftseigentum. Dieser Wert wird in der Teilungserklärung festgehalten und notariell beglaubigt. „Man kann die Berechnung der Kosten auch anders berechnen“, sagt Julia

technik im griff



## WhatsApp & Co

Alternativen zum Marktführer

# WhatsApp & Co

## Alternativen zum Marktführer

Kommunikation ist immer noch die Hauptfunktion des Internets. Und Soziale Netzwerke sind zwar gut und schön, vor allem auf dem Smartphone aber halten viele Menschen lieber mithilfe von Messengerdiensten Kontakt. Die bieten direkte Kommunikation mit einzelnen Empfängern sowie Gruppen. Es besteht Klarheit darüber, wer die Nachrichten zu Gesicht bekommt. Im Gegensatz dazu bleibt bei Sozialen Netzwerken wie Facebook unklar, wer alles die persönlichen Nachrichten lesen kann. Marktführer unter den Messengerdiensten ist WhatsApp, ebenfalls aus dem Hause Facebook. Vielleicht ein Grund, sich nach Alternativen umzuschauen.

Angesichts von angekündigten Veränderungen könnten manche einen Wechsel von WhatsApp in Erwägung ziehen. Denn das Versprechen, dass WhatsApp ohne Werbung betrieben wird, verfiel am 1. Februar 2019. Als Facebook den Dienst im Jahr 2014 kaufte, verpflichtete sich das Unternehmen, keinen finanziellen Profit aus Werbung zu ziehen. Ursprünglich kostete WhatsApp im Jahresabo Geld, und zwar knapp einen Euro. Nach der Übernahme wurde der Dienst komplett kostenlos – aber nach fünf Jahren kann WhatsApp jetzt anfangen, für seine Konzernmutter Geld zu verdienen.

Weltweit nutzen rund 1,5 Milliarden Menschen den Dienst, etwa genauso viele verwenden den Facebook-Messenger. Auf Platz drei mit ebenfalls mehr als einer Milliarde Nutzern findet sich der chinesische Dienst WeChat. In Deutschland ist die Position von WhatsApp unangefochten: Nach einer Umfrage des Digitalverbandes **Bitkom** haben neun von zehn Internetnutzern einen Messenger in Gebrauch. Bei den 14- bis 29-Jährigen sind es 98 Prozent. Von diesen nutzen 81 Prozent WhatsApp, 46 Prozent den Facebook-Messenger, 25 Prozent Skype und 15 Prozent Snapchat. Noch im relevanten Bereich sind iMessage von Apple mit 10 Prozent und der Dienst Telegram mit 7 Prozent. Threema und Google Hangouts sind bei jeweils 4 Prozent in Betrieb.

### Was Nutzer wollen

Bei der Auswahl des Messengers spielt die Verwendung im Freundes- und Familienkreis die größte Rolle, so die Umfrage von Bitkom. An Funktionen legen 90 Prozent der Nutzer Wert auf einfache Bedienbarkeit. Zwei Drittel suchen Zusatzfunktionen wie etwa Videotelefonie, 60 Prozent erwarten vom Messengerdienst, dass er sich auch via Web auf dem PC im Browser nutzen lässt.

### Kein Weg vorbei an WhatsApp

WhatsApp hat jeder, nutzt jeder. Das Gefühl, dass an dem Messenger kaum ein Weg vorbeiführt, ist also berechtigt. Das verführerische an WhatsApp ist nicht nur die Verbreitung, sondern auch die einfache Installation. Der Messenger ist mit der Rufnummer des mobilen Endgerätes verbunden, ein Umzug von einem Smartphone auf ein anderes daher einfach: Backup von WhatsApp im Menü erstellen, dann einfach die SIM-Karte ins neue Gerät einstecken, per SMS wird die Rufnummer authentifiziert, und nach dem Wiederherstellen des Backups geht es einfach weiter. Bei den anderen



**Piroggen, Pelmeni, Chinkali**  
Liebesgrüße aus Russlands Küche



# Piroggen, Pelmeni, Chinkali

## Liebesgrüße aus Russlands Küche

Russland zählt nicht unbedingt zu den typischen Reisezielen für Mitteleuropäer. Trotzdem lohnt sich ein Besuch in den Metropolen Moskau und Sankt Petersburg auch in Eigenregie – allein schon, um die Moskauer Metro zu bewundern und die russische Küche zu entdecken. In den vielen Cafés und Restaurants lässt sich das hektische Großstadtleben bestens ausblenden. Vor allem die klassischen Gerichte Pelmeni, Chinkali und Piroggen sollte man einmal probiert haben.

Eine Russlandreise ist kein Kinderspiel. Es besteht Visumpflicht, Englisch wird nicht überall gesprochen und im Winter herrschen eisige Minustemperaturen. Trotzdem lohnt sich eine Reise nach Moskau und Sankt Petersburg. Für umgerechnet 50 Cent kann man alle Metrostationen der Moskauer Innenstadt abfahren und diese unterirdischen Paläste bewundern, die unter dem politischen Führer der Sowjetunion Josef Stalin erbaut wurden und zu den prächtigsten U-Bahn-Stationen der Welt zählen. Zumeist im sozialistischen Realismus gehalten verfügt doch jede Station über einen eigenen Stil – von prachtvoller Deckenverzierung und Kronleuchtern bis hin zu futuristischen Motiven. Man fühlt sich wie in einem Museum – wäre da nicht der hektische Alltag. Die Rolltreppen bewegen sich mit 0,9 Metern pro Sekunde deutlich schneller als in jeder deutschen Großstadt, die Züge fahren alle 90 Sekunden, rund 2,5 Milliarden Fahrgäste benutzen die Moskauer Metro jährlich. Erholung von dem hektischen Großstadtleben bieten gemütliche Restaurants und Cafés. Und von diesen gibt es viele in Moskau und Sankt Petersburg.

### Das Kreuz mit der Einreise

Einen Urlaub in Russland zu planen, ist einigermaßen mühselig. Deutsche Staatsbürger brauchen einen Reisepass und ein Visum. Das Visum kann man entweder bei der russischen Botschaft in Berlin, einem russischen Konsulat in einer der größeren Städte Deutschlands oder über eine russische Reiseagentur beantragt werden. Bei der **russischen Botschaft** kostet ein Touristenvisum 35 Euro, die Bearbeitungszeit dauert in der Regel 10 Tage. Reiseagenturen sind teurer. Der Visumsantrag muss zuvor **online** vorbereitet werden.

### Das muss dem Visumsantrag beigefügt werden

- Passbild vom Format 3,5 x 4,5 cm.
- Krankenversicherungsnachweis von einem in Russland anerkannten deutschen Versicherungsunternehmen. Der Nachweis muss eine **Reihe von Informationen** enthalten. Die Versicherungen halten in der Regel ein Standardformular bereit.
- Garantie der Rückkehrwilligkeit, beispielsweise in Form eines Einkommensnachweises.
- Eine Einladung/Reisebestätigung eines russischen Reiseveranstalters. Wer seine Reise selbst organisiert und keinen Reiseveranstalter gebucht hat, muss sich auch selbst um eine Einladung kümmern. Diese wird von russischen Reiseagenturen für eine Gebühr von 15 Euro aufwärts ausgestellt.

# Anwalt versus Legal-Tech-Portal

## Im Zweifel menschliche Beratung

Klicks am heimischen PC ersetzen einen Anruf oder persönlichen Termin – diese Gleichung hat in vielen Bereichen Einzug gehalten. Das gilt auch für die Rechtsberatung. Online-Portale bieten Verbrauchern an, ihre rechtlichen Ansprüche für Sie durchzusetzen. Sie werben mit einfacher Abwicklung und Kostensicherheit, da nur im Erfolgsfall ein Honorar fällig wird. Diese Angebote zählen zur sogenannten Legal Tech, einem Trend, der die Rechtsberatung verändern wird.

Legal Tech bedeutet vereinfacht gesagt: Software oder Algorithmen erledigen Aufgaben automatisch, die sonst von Menschen übernommen werden. Darunter fällt beispielsweise Kanzleisoftware für Anwälte. Oder ein Algorithmus, der den Sachverhalt erfasst und ermittelt, mit welcher Wahrscheinlichkeit ein Kläger vor Gericht gewinnt. Letzteres nutzen einige der genannten Online-Portale. Wurde einem Urlauber etwa der Flug gestrichen, kann er auf dem Portal die Flugdaten eingeben. Dann wird ihm angezeigt, ob ihm eine Entschädigung zusteht. Falls ja, kann er das Portal beauftragen, diese für ihn durchzusetzen.

### Legal Tech ersetzt anwaltliche Beratung nicht

Das mag verlockend klingen – und wenn es um kleine Summen geht, können Online-Portale ein guter erster Ansprechpartner sein. Sobald es komplizierter wird, brauchen Ratsuchende aber eine individuelle Beratung von einem Fachmann, der alle Aspekte des Problems erfasst und einschätzen kann. Die Krux: Juristische Laien können oft nicht einschätzen, wie kompliziert ihr Anliegen ist. Oftmals ist unbekannt, welche Ansprüche zusätzlich bestehen. So kann es angenehm sein, nach einer Kündigung eine – unerwartete – Abfindung von ein- oder zweitausend Euro zu bekommen. Vielleicht hätte der Arbeitnehmer aber zusätzlich Anspruch auf Urlaubsabgeltung oder ein gutes Arbeitszeugnis.

Wenn der Urlaubsflug viel später landet als geplant, haben Reisende womöglich nicht nur dafür Anspruch auf Entschädigung. Haben Sie das Kreuzfahrtschiff, die erste Station einer Rundreise oder die erste Übernachtung in der teuren Safari-Lodge verpasst, können Sie sich vielleicht auch die Kosten dafür erstatten lassen. In manchen Fällen ist auch Schadensersatz für entgangene Urlaubsfreuden drin.

Zudem lassen sich Onlineportale ihre juristische Hilfe gut bezahlen. Der Mandant erhält eben nur keine Rechnung. Flugrechtsportale behalten teilweise 30 Prozent als Erfolgshonorar ein. Manche Anbieter im Bereich Mietrecht berechnen ein Mehrfaches der erzielten monatlichen Ersparnis. Wer auf regulärem Weg vor Gericht gewinnt, bekommt hingegen die komplette Entschädigung ausgezahlt und in der Regel die Rechtsanwaltskosten erstattet. Die Gleichung Klicks = Anruf oder

Termin muss also um mehrere Faktoren erweitert werden: in erster Linie um die tatsächlichen Kosten der vermeintlich einfachen Lösung. |



Rechtsanwalt **Swen Walentowski** ist Redaktionsleiter und Sprecher von [anwaltauskunft.de](http://anwaltauskunft.de), das Rechtsportal des Deutschen Anwaltvereins. Das Portal richtet sich an Verbraucher und bietet Informationen und Tipps zu rechtlichen Alltagsfragen.

| vorschau

## Lesen Sie in der Oktober-Ausgabe von verbraucherblick

### Gut vorgesorgt mit den Themen:

Patientenverfügung  
Vorsorgevollmacht  
Betreuungsverfügung  
Pflegezusatzversicherung  
Notfalldose

### Weitere Themen:

Hinter Gitter – Zahnsperre: Was sinnvoll ist  
Alltagsplanung für Senioren – Besser über die Runden kommen  
Runter vom Schuldenberg – Regeln der Privatinsolvenz  
Durch die Dolomiten – Hüttentour für Einsteiger

| index

## Übersicht vergangener verbraucherblick Beiträge

Auf unserer Internetseite finden Sie eine **Übersicht** vergangener verbraucherblick Ausgaben. Sie sind nach Schlagwörtern sortiert. Interessieren Sie sich für ein bestimmtes Thema? Dann können Sie sich die entsprechende Ausgabe direkt im Onlineshop bestellen unter: [www.buhl.de/verbraucherblick/archiv/](http://www.buhl.de/verbraucherblick/archiv/)

Alle Bilder von Shutterstock: 1378206671 Stokkete, 1037382250 giebchikwar e,556668115 yana shypova, 345950657 G-Stock Studio, 560273278 Grisha Bruev, 741583993 goodluz, 1292534131 Photographee.eu, 1018794847 All kind of people, 1414780292 Max Bauerfeind, 257180668 G-Stock Studio, 664487923 Fascinadora, 1432078250 Maria Sbytova, 321229514 Anna Om

## **verbraucherblick**

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

5,00 €

ISSN 2567-4013

### **Herausgeber (im Selbstverlag)**

#### **Anbieter (i.S.d. §§ 5 TMG, 55 RStV)**

Buhl Data Service GmbH, Am Siebertsweiher 3/5, 57290 Neunkirchen

Geschäftsführer: Martin Buhl & Peter Glowick

Handelsregister: AG Siegen HRB Nr. 3015

USt.ID: DE126576356

### **Verantwortlicher im Sinne des Presserechts / § 55 Abs. 2 RStV / auch für den Anzeigenteil**

Peter Glowick, Buhl Data Service GmbH, Am Siebertsweiher 3/5, 57290 Neunkirchen

### **Kundenbetreuung**

Telefon: 02735 90 96 99, Fax: 02735 90 96 564, E-Mail: [kundenbetreuung@buhl.de](mailto:kundenbetreuung@buhl.de)

### **Redaktion**

E-Mail: [redaktion@verbraucherblick.de](mailto:redaktion@verbraucherblick.de)

# :buhl

Redaktion, Produktion und Vertrieb: © **Buhl Data Service GmbH** 2019

- Alle Rechte vorbehalten -