



**Arbeitsgemeinschaft Evangelischer  
Haushaltsführerkräfte**  
des Deutschen Evangelischen Frauenbundes e.V.  
Förderkreis in Bayern

# Informationen

Nummer 78 (Dezember 2009)

## **Liebe AEH-Frauen,**

vertraut sind uns allen die Worte der Weihnachtsgeschichte: „Es begab sich aber zu der Zeit“. Ein in die Zeit hineingeschriebenes und doch zeitloses Wort. Alt und doch modern, zeitgemäß also.

Diese Geschichte beschreibt ein Wunder, das zweitausend Jahre lang die Menschen zu allen Zeiten bewegt, in Bewegung gesetzt und in Bewegung gehalten hat: Gott wird Mensch.

Er, den wir den Höchsten nennen, wurde einer von uns. Geboren an einem unwürdigen, fast unwirklichen Ort als Kind einfacher Leute.

Nichts Pompöses, Feierliches, Festliches ist hier erkennbar. Dein Heiland kommt in niedren Hüllen. Selbst die Kleidung war ärmlich.

Maria hat wie fast alle Mütter zu allen Zeiten versucht etwas Wärme und Licht für ihr Neugeborenes zu bekommen und Josef wie fast alle Väter zu allen Zeiten versucht die größten Probleme für dieses Kind zu meistern. Aber sonderlich komfortabel war es wohl nicht.

Dazu passen die ersten Gratulanten:

Hirten, niederer Volk also – Umherziehende - und damit gering geachtete Menschen zu ihrer Zeit.

In diesen Verhältnissen fängt Gott an, neu an mit seinem Volk, mit den Menschen auf dieser Welt. Dieser Weg, der bis heute kein Ende hat, beginnt in einem Stall für Vieh in Bethlehem.

Und darin liegt eines der Geheimnisse dieser Weihnachtsgeschichte. Gott stellt sich an die Seite der Unterdrückten und Rechtlosen, der Armen und Unglücklichen. Wenn Jesus Christus später in seinem Leben Barmherzigkeit für die geringsten unter seinen und unseren Brüdern und Schwestern einfordert, dann beginnt diese Bitte, diese göttliche Aufforderung schon Jahrzehnte vorher an der Weihnachtskrippe. Was uns dieser bescheidene Anfang sagen kann ist dies: Wappnet euch vor Hochmut, lasst nicht zu, dass die äußeren Annehmlichkeiten des Lebens euer Herz besitzen. Entwickelt Widerstandskraft gegen die Verführungen der Welt, nehmt um euch den anderen Menschen in seiner Not und seiner Verzweiflung wahr und stellt euch an seine Seite. Wie der Liedersänger Wolf Biermann in einem bekannten Lied schrieb:

***„Du, lass dich nicht verhärten in dieser harten Zeit. Die allzu hart sind, brechen die allzu spitz sind, stechen und brechen ab sogleich. Du, lass dich nicht verbittern in dieser bitt'ren Zeit. Die Herrschenden erzittern – sitzt du erst hinter Gittern – doch nicht vor deinem Leid. Du, lass dich nicht erschrecken in dieser Schreckenszeit. Das woll'n sie doch bezwecken, dass wir die Waffen strecken schon vor dem großen Streit. Du, lass dich nicht verbrauchen - gebrauchte deine Zeit. Du***

***kannst nicht untertauchen - du brauchst uns, und wir brauchen grad deine Heiterkeit. Wir woll'n es nicht verschweigen in dieser Schweigezeit. Das Grün bricht aus den Zweigen - wir woll'n das allen zeigen, dann wissen sie Bescheid."***



So wünsche ich uns allen eine hoffnungsvolle und friedliche Zeit mit viel gegenseitiger Aufmerksamkeit unter Gottes weitem Himmel.

*Ihre*

*Gertraud Gräbel*

*AEH-Vorstandsmitglied*

### ***Liebe AEH-Frauen,***

von Herzen wünsche ich, auch im Namen unseres Vorstandes, Ihnen und Ihren Familien ein frohes und reich gesegnetes Weihnachtsfest sowie ein gesundes neues Jahr 2010. Herzlichen Dank für das entgegengebrachte Vertrauen, Ihre Treue zu unserem Verband und Ihrer Teilnahme bei unseren Veranstaltungen.

*Ihre*

*Lydia Klein*

*Vorsitzende AEH-Förderkreis Bayern*

### ***Surimi – mehr Schein als Sein***

#### ***Praktische Tipps zum Einkauf von Seafood***

Mit dem Erfolg von Seafood wie Krebsfleisch oder Sushi hat sich auch Surimi in deutschen Küchen

etabliert. Ähnlich wie beim Analogkäse handelt es sich hierbei um ein Lebensmittelimitat.

Surimi ist eine Masse aus zerkleinertem Fischmuskeleiweiß, die sich zu Krebsfleisch – oder Garnelenimitaten formen lässt. Vielen Verbrauchern ist nicht bewusst, welchen Qualitätsverlust sie bei billigem Surimi anstelle echter Garnelen hinnehmen müssen. Surimizubereitungen erhalten Form und Geschmack nur durch massiven Einsatz von Bindemitteln, Aromen, Geschmacksverstärkern, Farbstoffen, Konservierungsmitteln und anderen Zusatzstoffen. Insbesondere Allergiker sollten bei Surimi vorsichtig sein.

Achten Sie deshalb beim Einkauf von Seafood auf Qualität. Empfehlenswert sind Garnelen aus nachhaltiger Fischerei, erkennbar am blauen MSC-Siegel. Schließlich treibt der gedankenlose Genuss exotischer Meerestiere die Überfischung der Ozeane weiter voran. Auch Garnelenzucht in Aquakultur ist problematisch. Der hohe Medikamenteneinsatz in den Zuchtbecken führt immer wieder zu Belastungen mit Antibiotikarückständen. Zuchtgarnelen sind nur zu empfehlen, wenn sie aus einer Bio-Aquakultur stammen.

*Auszug aus einer Pressinformation vom 20.10.2009 der VZ Bayern*

### ***Bei Überweisungen besonders gut aufpassen***

#### ***Zahlendreher können sich in Zukunft nachteilig auswirken***

Im Zahlungsverkehr traten Ende Oktober eine Reihe neuer gesetzlichen Regelungen in Kraft.

Derzeit informieren die Banken ihre Kunden über die neuen Geschäftsbedingungen. Neben den positiven Neuerungen wie die Beschleunigung der Zahlungen und die verbesserte Entgelttransparenz gibt es auch negative Änderungen.

Besonders sorgfältig müssen die Verbraucher künftig mit Überweisungen umgehen. Überweisungsaufträge werden künftig bereits mit dem Zugang bei der Bank oder Sparkasse unwiderruflich wirksam. Auch ein sofort entdeckter Fehler kann dann grundsätzlich

nicht mehr korrigiert werden. Hintergrund ist, dass für Überweisungen nur noch die richtige Kontonummer und Bankleitzahl maßgeblich sein werden. Bisher hatte die Bank den Empfängernamen zumindest bei beleghaften Überweisungen mit der Kontonummer abzugleichen. Da für die richtigen Angaben nun die Verbraucher haften, können Zahlendreher oder Verwechslungen bei den langen Zahlenreihen für Sie in Zukunft finanzielle Nachteile bedeuten.

Problematisch ist auch die neue, generell verschuldensunabhängige Mithaftung, wenn Zahlungskarten abhanden kommen. Seit 31. Oktober 2009 muss der Bankkunde bei einem Kartendiebstahl mit anschließendem Kartenmissbrauch immer damit rechnen, dass er 150 Euro des Schadens selbst zu übernehmen hat. Bei grob fahrlässigem Verhalten, etwa im Umgang mit der PIN-Nummer, geht der eventuell höhere finanzielle Schaden auf seine Rechnung.

*Auszug aus einer Presseinformation vom 1.10.2009 der VZ Bayern*

### ***Fachbegriffe unter die Lupe genommen***

- **„Greenwashing“** bedeutet, dass Unternehmen sich und ihren Produkten durch Werbung ein grünes und umweltfreundliches Image verleihen. Die Hersteller werben mit Umsatz steigernden Prädikaten wie „klimafreundlich“ oder „klimaneutral“ für ihre Produkte.
- **Feature** (englisch „feature“ = Merkmal, Charakteristik oder „o feature“ = profilieren, plastisch darstellen) ist eine journalistische Textgattung, die sich durch dramaturgische Gestaltung, technische Kunstfertigkeit und eine große Vielfalt sprachlichen Ausdrucks auszeichnet. Feature enthalten sowohl Merkmale einer Reportage als auch einer Dokumentation und sollen für den Leser bzw. Hörer/Seher Geschehenes nachfühlbar und nachspürbar machen und dem Publikum das Gefühl vermitteln, dabei gewesen zu sein.

- **Podcasts** sind Radio- oder Fernsehsendungen, die sich unabhängig von Sendezeiten konsumieren lassen. Sie sind in aller Regel kostenlos. Podcasting bezeichnet das Produzieren und anbieten von Mediendateien über das Internet. Ein einzelner Podcast (deutsch: Hörstück, genauer Hördatei oder Bewegtbilddatei) ist somit eine Serie von Medienbeiträgen (Episoden), die über diesen Sender (Feed) automatisch bezogen werden können.

*Lydia Klein*

### ***Wald, Pilze und mehr***

#### ***AEH-Seminar in Pappenheim vom 26. bis 28.***

#### ***Oktober 2009***

Mit einem Vortrag und einem Rollenspiel nahm uns der Pappenheimer Förster aktiv mit in die Auseinandersetzungen in der Kommunalpolitik. Immer häufiger wird der Wald seiner Funktionen enthoben und für Straßen-, Industrie- und Wohnbebauung abgeholzt. Der Wald ist bedingt durch den Klimawandel von Schädlingen bedroht, viele Bäume, die jahrhundertlang in bestimmten Regionen heimisch waren, werden dort nicht mehr die richtigen Bedingungen vorfinden. Ein bunter Mischwald wird Monokulturen vorgezogen.

Das Märchen „Hans mein Igel“ erzählt und interpretiert von Frau Joppin, verdeutlichte uns die Dunkelheit des Waldes in unserem Leben. Trotz aller Irrwege und Ängste sollten wir das Gute im Leben umsetzen und das Ziel nicht aus den Augen verlieren, so dass wir am Ende wieder Licht am Horizont erkennen. Eindrucksvolle Bilder heimischer Pilze, aufgenommen von Frau Hirschmann (Pilzberaterin) und ihrem Mann, verdeutlichten Merkmale essbarer und ungenießbarer Pilzarten. Viele Pilze, die lange Zeit als ungiftig galten, sind nach ihrer Kenntnis inzwischen nicht mehr verträglich. Bei Unsicherheiten lieber die Pilze am Standort stehen lassen, so ihr Rat. Pilze sollten so frisch wie möglich gegart und verzehrt werden. Bei einem nachmittäglichen Spaziergang haben wir die Stationen des

ökologischen Naturlehrpfades erkundet und nähere Informationen darüber erfahren.

Zecken, Wespen, Fuchsbandwurm, Tollwut und andere Gefahren für Menschen und Tiere lauern in den Wäldern. Wir sind aufgefordert, wachsam mit diesen Gefahren umzugehen, keine Hysterie zu erzeugen und ggf. fachmännischen Rat der Gesundheitsvorsorge anzunehmen, so klärte uns der Leiter des Gesundheitsamtes in Weißenburg auf.

Aus Materialien des Waldes konnten kleine Dekorationen angefertigt werden, der Abend wurde von Hannelore Täufer kreativ gestaltet.

Mit Forstdirektor Kinzler hatten wir einen Experten, der uns die Wichtigkeit guter Hege nahe brachte, damit im Wald ein Gleichgewicht entsteht, das ein Zusammenleben von Wild und Wald, einen ungehinderten Aufwuchs der Pflanzen ermöglicht.

Eine Andacht bei sonnigem, kühlem Herbstwetter in der Weidenkirche rundete dieses Seminar ab.

*Lydia Klein*

## ***Gemeinsam für den Klimaschutz – Ältere übernehmen Verantwortung***

Klimaschutz ist eine generationenübergreifende Aufgabe. Deshalb beteiligt sich die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) mit einem eigenen Projekt an der Kampagne „für dich. für mich. fürs klima.“ In bundesweiten Schulungen, die sich an Multiplikatoren in der Seniorenarbeit richten, werden die Themen „Mobilität“, „Wohnen“ und „Essen und Haushalten“ behandelt. Ziel des Projektes ist es, ältere Menschen über den Klimawandel und Klimaschutz zu informieren und sie zu klimafreundlichen Konsumentscheidungen und zu einem klimaschonenden Verhaltensverhalten zu motivieren. Als Mitglied der BAGSO wurde für den DEF und die AEH solch eine Schulung am 20. November 2009 für die Multiplikatorinnen in der Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte und für die Vorsitzenden der DEF-Ortsverbände durchgeführt.

Klar wurde, auf welche einfache Weise „mit Messer und Gabel“ zum Klimaschutz beigetragen werden kann:

- Bevorzugung pflanzlicher Lebensmittel
- Ökologisch erzeugte Lebensmittel
- Regionale und saisonale Erzeugnisse
- Bevorzugung gering verarbeiteter Lebensmittel – reichlich Frischkost
- Umweltverträglich verpackte Produkte
- Fair gehandelte Lebensmittel

Im zweiten Schwerpunkte dieser Fortbildung wurde deutlich, wie auch ältere Menschen ihren Beitrag zur klimafreundlichen Mobilität leisten können:

- Verkehr vermeiden
- Verkehr effizienter machen
- Verkehr verlagern

**Klimaschutz** ist eine generationenübergreifende Aufgabe – die oben genannten Erkenntnisse sind daher für jede Generation wichtig. Die geschulten Referentinnen kommen gern in Seniorengruppen.

Weitere Infos unter [info@def-bayern.de](mailto:info@def-bayern.de) oder [klimaschutz@bagso.de](mailto:klimaschutz@bagso.de)

*Kathrin Geiger*

### ***Veranstaltungshinweis***

#### ***AEH-Seminar in Pappenheim:***

#### ***„Klimaschutz geht uns alle an“***

**17. bis 19. März 2010**

AEH-Seminar in der Evangelischen Landvolkshochschule Pappenheim.

*Die Einladung erfolgt im nächsten Rundbrief*

#### ***Impressum:***

##### **Hrsg.:**

Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte des Deutschen Evangelischen Frauenbundes e.V., Förderkreis in Bayern  
Kufsteiner Platz 1, 81679 München, Telefon 089/98 105 788,  
Fax. 089/98 105 789, E-Mail [info@def-bayern.de](mailto:info@def-bayern.de)  
Homepage [www.evangelischer-frauenbund.de](http://www.evangelischer-frauenbund.de)

##### **Bankverbindung**

Evangelische Kreditgenossenschaft eG  
Konto 3 508 0 56, BLZ 520 604 10

##### **Redaktion**

Lydia Klein (verantw.), Renate Jachmann, Kathrin Geiger  
Redaktionsadresse siehe oben

**Redaktionsschluss: 1. Februar 2010**