



München, 21. März 2014

Fit für den Haushalt

Am 21. März ist Welttag der Hauswirtschaft

München (bbv) – Wäschepflege, Fenster putzen, den Einkauf erledigen und sich bei allem noch gesund ernähren – für viele ist das 'bisschen Haushalt' eine mühsame Angelegenheit. Dabei ist Haushaltsführung keine Hexerei, meinen die Landfrauen im Bayerischen Bauernverband – wenn man weiß wie.

„Man kann nicht früh genug anfangen, die Grundlage und Wertschätzung für Hauswirtschaften zu legen – am besten im Kindesalter“, sagt Landesbäuerin Anneliese Göller. Früher seien die Wertschätzung für Lebensmittel, der Umgang mit Finanzen, die Erziehung von Kindern, die Pflege älterer Menschen und vieles andere mehr automatisch im Elternhaus vermittelt und von Generation zu Generation weitergetragen worden. Davon könne man heute nicht mehr ausgehen. „Der Lernort Familie hat in Bezug auf die Vermittlung von Alltagskompetenzen an Bedeutung verloren, deshalb haben wir im November 2012 die Unterschriftenaktion für die Einführung eines Unterrichtsfaches „Alltags- und Lebensökonomie“ gestartet“, sagt die Landesbäuerin. „Es ist mir eine Herzensangelegenheit, dass unsere Kinder und Jugendlichen in der Schule kompetent und praxisnah auf das Leben vorbereitet werden und in der Lage sind, dieses zu meistern.“

Um jungen Menschen Rüstzeug für den Alltag an die Hand zu geben, führen die Landfrauen immer wieder Workshops zum Thema „Fit im Haushalt“ durch. Ihre jüngsten „Schüler“ waren dabei die 70 Teilnehmerinnen und Teilnehmer des 120. Herrschinger Grundkurses. Das Programm war breit gefächert und griff alle Punkte auf, die den Alltag berühren: von der Einkaufs- und Budgetplanung im Haushalt zur gesunde Ernährung, von der Wäschepflege und Haushaltsführung zum Thema Finanzen und Versicherungen.

Die Praxis stand im Mittelpunkt des Workshops: Dorfhelferin und Hauswirtschaftsmeisterin Bernadette Schuster aus dem Landkreis Dachau erklärte den Jungbauern und Jungbäuerinnen die verschiedenen Textilfasern und zeigte passende Waschmittel dafür auf. „Die meisten Teilnehmer waren erstaunt zu erfahren, wie viele unnötigen und kostspieligen Produkte auf dem Markt sind“, sagt sie.

Dass richtige Haushaltsführung sogar die Geldbörse schonen könne, machte auch Klara Lindner aus dem Landkreis Wolfratshausen, ebenfalls Dorfhelferin und Hauswirtschaftsmeisterin, deutlich. „Schreiben Sie sich einen Einkaufszettel, das senkt die

Gefahr, unnötige Dinge zu kaufen“, riet sie den Kursteilnehmern. Auch wer mit hungrigem Magen einkaufen gehe, riskiere Mehrkäufe. Die Aktion der Landfrauen gegen Lebensmittelverschwendung „Was gehört wohin – Tipps zum richtigen Lagern“ rundete das Wissen darüber ab, wo Einkäufe am besten verstaut und gelagert werden, damit sie lange frisch bleiben.

Jutta Löbert, Diplomökotrophologin und Ernährungsfachfrau im BBV-Bildungswerk, gab Tipps für eine gesunde und ausgewogene Lebensweise. Auf Fragen zu Ernährung und Gewicht ging sie ebenso ein wie auf Bewegung und einen maßvollen Umgang mit Alkohol und Süßigkeiten. Kreisbäuerin Silvia Schlögel schließlich erarbeitete mit den jungen Menschen Ideen und Möglichkeiten ihren Speiseplan sinnvoll zu gestalten.

In einer eigenen Einheit ging Heiko Poppel von der BBV Service auf die Themen Finanzen und Versicherungen ein.

Hintergrund:

Der Internationale Verband für Hauswirtschaft (IVHW) feiert den Welthauswirtschaftstag jedes Jahr am 21. März. Heuer steht der Welthauswirtschaftstag unter dem Thema: „Individuen, Familien und Gemeinschaften stark durch Hauswirtschaft“.