



Baugenossenschaft Hof

April 2015

MAGAZIN FÜR UNS



Foto: © BGHof

Ausspracheabende 2015

Aktionstag und Ausstellung
Lebenslanges Wohnen
bei der Baugenossenschaft Hof eG

Passwörter
clever
benennen

Geocaching –
digitale
Schnitzeljagd

Alltagshilfen –
lange aktiv
bleiben

Liebe Leserinnen und Leser,

die ersten lauen Lüfte streichen um die Häuser und auch die Sonnenstrahlen bekommen wieder Kraft. Es wird auch höchste Zeit, denn nach den vielen grauen Wintertagen freuen wir uns jetzt auf jeden Frühlingsboten. Erste Blumen strecken sich zum Himmel und auch Ausflügler machen sich auf den Weg.

Frische Luft tanken und den Körper wieder in Bewegung bringen weckt die Lebensgeister. Sollten Ihnen unterwegs Menschen begegnen, die dauernd auf ihr Smartphone blicken, dann hat das vielleicht gar nichts mit Facebook zu tun. Es könnten auch Fans des Geocaching sein. Einer Schnitzeljagd, bei der man per GPS-Daten Verstecke finden muss, in denen weitere Hinweise verborgen sind. Im Vordergrund steht dabei meist nicht der Schatz, der am Ende gefunden wird, sondern die Erkundung des Wohnumfeldes. Ein verlassenes Haus, eine alte Burgruine,

ein seltsamer Straßename ... sie alle deuten auf ganz besondere Geschichten aus der Geschichte. Sie ans Tageslicht zu befördern ist ein Spaß für Jung und Alt. Das geht sicher auch prima ohne moderne Technik. Man muss nur die Neugierde in sich wecken, die Augen öffnen und los geht's.

Sollte Ihnen dabei ein Geheimnis verborgen bleiben, dann weiß vielleicht ein Nachbar mehr darüber.

Wir wünschen Ihnen einen entspannten, lauen und erfrischenden Vorfrühling! Und bleiben Sie in Bewegung.

Ihr 

WOHNEN MIT UNS

- 3 Ausspracheabende 2015
- 3 Ostergruß
- 4 Lebenslanges Wohnen bei der Baugenossenschaft Hof eG – Aktionstag
- 5 Fortsetzung des Impulsprojektes an der Johann-Weiß-Straße
- 5 Neubau-, Instandhaltungs- und Modernisierungsplan 2015

UNTER MIETER(N)

- 6 Wie wird der Sommer?
- 7 Gut geplantes Familienbudget
- 8 Alles gut geregelt
- 9 Clevere Passwörter
- 10 Woran erkennt man gutes Kinderspielzeug?
- 11 Digitale Schnitzeljagd
- 12 Lange aktiv bleiben

UNTERHALTUNG

- 14 Spiel, Spaß und Spannung mit Buchvorstellung und Wissenswertem
- 15 Musik, Literatur, Filmtipp



10

11



12

Lösung des Rätsels auf Seite 14: APRILSCHERZ

IMPRESSUM

MAGAZIN FÜR UNS

Für Mieter und Genossenschaftsmitglieder

Herausgeber und Verlag:

Haufe-Lexware GmbH & Co. KG
Standort Hamburg
Tangstedter Landstraße 83
22415 Hamburg
Telefon: 040 | 520 103 62
Fax: 040 | 520 103 14
E-Mail: thomas.zang@haufe-newtimes.de

Redaktion:

Thomas Zang (V.i.S.d.P.),
Michael Koglin (redaktionelle Leitung),
Eva Dorothee Schmid

Für Beiträge, Fotos und Anzeigen der Unternehmensseiten sind die jeweiligen Wohnungsunternehmen verantwortlich.

Layout: Stefan Vaith, Ulrich Dehmel, Hamburg

Fotos:

Titel: © cicisbeo/fotolia.com
S. 2: © mettrue/fotolia.com

© www.spielgut.de

© mik ivan/fotolia.com

© Thomashilfen

S. 6: iStockphoto.com/

©Nicolas McComber

iStockphoto.com/@dima266f

S. 7: © panthermedia.net/michaelnivelet

S. 8: © B.Piereck/fotolia.com

© Monkey Business/fotolia.com

S. 9: © Sergey Nivens/fotolia.com

© mettrue/fotolia.com

S. 10: © cicisbeo/fotolia.com

S. 11: iStockphoto.com/@ra-photos

© mik ivan/fotolia.com

S. 12-13: © Monkey Business/fotolia.com

© Thomashilfen

S. 14: © Can Stock Photo Inc./beawolf

© Carlsen

© Wikimedia Commons/

Carlos Alberto Navarro

S. 15: © Warner Music

© Sony Music

© frechverlag

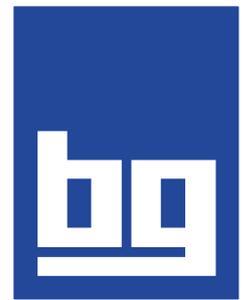
© DuMont Buchverlag

© Tobis Film

Herstellung und Druck:

Druckzentrum Neumünster GmbH

Rungestraße 4, 24537 Neumünster



Heiligengrabfeldweg 12 und
Doebereinerstraße 25, 27

Ausspracheabende 2015

Die alljährlichen Ausspracheabende mit unseren Mitgliedervertretern/-innen und Ersatzvertretern/-innen fanden in diesem Jahr in der Zeit vom 10.02. bis zum 25.02.2015 statt.

Die Themen der Abende waren die im Oktober des vergangenen Jahres eingeführte Seniorenberatung und der Nachbarschaftshilfeverein „Zusammenhalt e. V.“. Außerdem berichtete Vorstandsvorsitzende Rödel über den Beschluss des Vorstandes zum Erwerb der Mitgliedschaft bei der Baugenossenschaft Hof nach § 4 unserer Satzung. Da immer

mehr Mitglieder Genossenschaftsanteile ausschließlich zur Kapitalanlage zeichnen, werden neue Mitglieder ab dem 01.01.2015 nur noch bei Abschluss eines Mietvertrages aufgenommen.

Anschließend erläuterte Frau Rödel die für das Jahr 2015 geplanten Neubau-, Modernisierungs- und Instandhaltungsmaßnahmen und stellte die im Jahr 2014 fertiggestellten Bauprojekte vor. Die energetischen Sanierungen der Anwesen Doebereinerstraße 25, 27, Enoch-Widman-Straße 53, 55 sowie Pinzigweg 45, 47 konnten abgeschlossen werden und die

Einfamilienhäuser Dr.-Scheidung-Straße 15, 25 und 35 wurden fertig renoviert und wieder vermietet. Im Wohngebiet an der Alsenberger Straße wurden der Spielplatz und die Außenanlagen neu hergerichtet und im Sommer konnten wir ein großes Mieterfest sowie die Einweihung des Kletter-Eies feiern.

Im Anschluss an den Bericht des Vorstandes brachten die Mitglieder ihre Wünsche und Anliegen vor. Soweit möglich, werden diese gerne berücksichtigt und umgesetzt.



Enoch-Widman-Straße 53, 55



Pinzigweg 45, 47



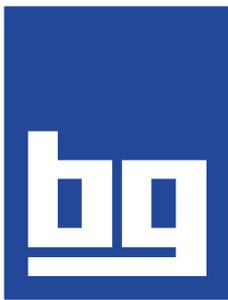
Wir wünschen allen unseren
Mitgliedern und Mietern
ein frohes Osterfest
und schöne Frühlingstage!

Ihre Baugenossenschaft Hof eG

Redaktion und verantwortlich:

Baugenossenschaft Hof eG
An der Michaelisbrücke 1
95028 Hof

☎ 09281 7353-0
www.bg-hof.de
kontakt@bg-hof.de



Herr Rietsch und Herr Wunderlich beraten Sie gerne zur individuellen Wohnungsanpassung



Lebenslanges Wohnen bei der Baugenossenschaft Hof eG

Aktionstag mit Vorträgen und einer Ausstellung zum Jubiläum

Bereits seit 10 Jahren baut die Baugenossenschaft Hof eG je nach Bedarf und Möglichkeit Wohnungen um, damit ältere Mieter, aber auch Familien mit Kindern möglichst barrierearm, sicher und ohne Anstrengung in ihrem gewohnten Umfeld leben können. Schon etlichen Mietern konnten wir in den vergangenen 10 Jahren professionelle Beratung bieten und helfen. Dies ist für uns ein Grund zu feiern, um dieses lange Engagement entsprechend zu würdigen.

Individuelle Wohnungsanpassung bedeutet nicht nur das Entfernen von Trittschwellen oder das Anbringen von Haltegriffen. Zahlreiche Unterstützungen und intelligente Assistenzmöglichkeiten können helfen, so lange wie möglich in gewohnter und liebgegener Umgebung zu bleiben. Zu diesem Thema findet am Donnerstag, den 7. Mai 2015 ein Aktionstag mit Vorträgen und einer Ausstellung in unseren Räumen statt, an dem wir Ihnen die unterschiedlichsten Möglichkeiten näherbringen wollen. Das Wohnumfeld an die besonderen Belange von Senioren anzupassen wird in Zukunft eine große Herausforderung sein. Bei unserer individuellen Wohnungsanpassung gehen wir auf die veränderten Fähigkeiten und Wohnwünsche unserer Mieter ein, wobei wir natürlich immer die baulichen Gegebenheiten mit den finanziellen Aspekten abwägen und vereinbaren müssen. Studien haben festgestellt, dass ältere Menschen rund vier Fünftel ihrer täglichen Zeit in der eigenen Wohnung verbringen. Mit diesem Hintergrund des demografischen Wandels betrachtet, wird

unser Motto: „Lebenslanges Wohnen bei der Baugenossenschaft Hof eG“ ein zentrales Thema der nächsten Jahre sein.

An unserem Aktionstag bieten wir Ihnen Vorträge zu den unterschiedlichsten Themen an. Birgit Seiler von der Gesundheitskasse AOK wird über Möglichkeiten der Mithilfe einer Pflegekasse referieren. „Bis ins hohe Alter zu Hause leben – wie geht das?“

Florian Hudetz von der gleichnamigen Unternehmensgruppe stellt unterstützende Leistungen im Alter vor. Diese gehen vom Hausnotruf „SOPHIA“ über Essen auf Rädern bis hin zu den unterschiedlichsten Hilfsmitteln.

Den neu gegründeten Nachbarschaftsverein „Zusammenhalt e. V.“ wird die Vorstandsvorsitzende Elke Spindler von der Diakonie Hochfranken erläutern. Ziel dieses Vereins ist der Zusammenschluss von Menschen jeden Alters, um sich im Alltag gegenseitig unter die Arme zu greifen und zu helfen.

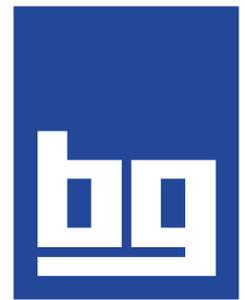
Innovative Sicherheitsassistenzsysteme, beginnend bei der Kontrolle der Vitalwerte über die Einbindung von Alarmpelldern bis hin zu sehr flexiblen Lösungen für die Lichtschaltung in der Nacht, eine Herdabschaltung und vielem mehr, wird der Vortrag von Anton Zahneisen von der SOPHIA living network GmbH zum Inhalt haben.

Aktionstag am 07.05.2015

Programm:

09:00 Uhr	Ausstellungsbeginn
09:30 Uhr	Eröffnung und Begrüßung
10:00 Uhr	Bis ins hohe Alter zu Hause leben – wie geht das? <i>Birgit Seiler / AOK, Hof</i>
11:00 Uhr	Kaffeepause
11:15 Uhr	Unterstützende Leistungen im Alter <i>Florian Hudetz / Unternehmensgruppe Hudetz, Hof</i>
Mittagspause	
14:00 Uhr	Zusammenhalt e. V. – Der neue Verein stellt sich vor <i>Elke Spindler / Vorstandsvorsitzende</i>
15:00 Uhr	Kaffeepause
15:15 Uhr	Assistenzsysteme für selbstständiges Wohnen in vertrauter Umgebung <i>Anton Zahneisen / SOPHIA living network GmbH, Bamberg</i>

Gegen 16:30 Uhr ist das Ende der Veranstaltung geplant.



Am Veranstaltungstag wird nach den Vorträgen auch die Möglichkeit bestehen, den Spezialisten Fragen zu stellen und Meinungen auszutauschen.

Darüber hinaus bieten wir Informationsstände weiterer Firmen und Unternehmen ergänzend an. Diese können auch noch 2 Wochen nach dem Eröffnungstag am 07.05.2015 im Foyer unseres Verwaltungsgebäudes, An der Michaelisbrücke 1, zu den bekannten Öffnungszeiten besichtigt werden. Zu sehen sein wird auch eine Schauwand mit verschiedenen Kleinum-

bauteilen der Wohnungsanpassung, die bereits durch uns eingebaut und ausgeführt wurden. Außerdem werden Mieter vor Ort sein, deren Wohnung bereits entsprechend rollstuhlgerecht umgebaut wurde und Ihnen ganz konkret Auskunft geben können.

Für die Planung der Vorträge am Aktionstag bitten wir Sie, sich bei Interesse unter der Telefonnummer 09281 7353-38 anzumelden. Vielen Dank.

Fortsetzung des Impulsprojektes

„Integriertes innenstadtnahes Wohnen an der Johann-Weiß-Straße“

Die ersten Maßnahmen im Rahmen des Städtebauförderungsprogrammes „Stadtumbau West“ in unserem Wohngebiet an der Johann-Weiß-Straße wurden bereits abgeschlossen. In den Jahren 2011



Abbruch der Johann-Weiß-Straße 14, 16, 18

und 2012 wurden die Neubaumaßnahmen Johann-Weiß-Straße 5 und 7 sowie 9 und 11 fertiggestellt und bezogen. Anschließend wurden die Innenräume der Wohnungen in der Johann-Weiß-Straße 2, 4 und 6 generalmodernisiert. Mit dem Einbau einer Zentralheizung, neuen Bädern und modernen Grundrissen sind die Wohnungen jetzt wieder zeitgemäß.

Nach intensiven Gesprächen mit der Stadt Hof und der Regierung von Oberfranken kann das Stadtentwicklungsprojekt in diesem Jahr fortgesetzt werden. Geplant ist zunächst der Abbruch von insgesamt 38 Wohnungen. Es sollen „Freiräume für Wohn(t)räume“ entstehen. Unsere Neubauplanung für das Jahr 2015 sieht

Planungskosten für den Ersatzneubau der Johann-Weiß-Straße 14, 16 und 18 vor. In den folgenden fünf Jahren möchten wir dann im Stadtumbaugebiet insgesamt 30 moderne Neubauwohnungen errichten. Davon sollen 10 Wohnungen barrierefrei gestaltet werden. Außerdem sind laut Planungskonzept insgesamt 60 Stellplätze in der dazugehörigen Quartiersgarage vorgesehen. Mit Hilfe der großzügigen Förderung der Regierung von Oberfranken und der Unterstützung des Projektes durch die Stadt Hof kann so das gesamte Wohngebiet weiter deutlich aufgewertet werden. Auch die heimische Wirtschaft wird von den voraussichtlichen Investitionen in Höhe von rund 9 Millionen Euro profitieren.

Neubauplan 2015

Anwesen	Neubau
Ziegelackerstraße 1, 3	Neubau
Johann-Weiß-Straße 14, 16, 18	Planungskosten

Instandhaltungsplan 2015

Anwesen	geplante Reparaturen
Dr.-Ebert-Straße 1, 3	Fassadenanstrich
Johann-Weiß-Straße 1, 3	Abbruch von 12 Wohnungen
Johann-Weiß-Straße 14, 16, 18	Abbruch von 16 Wohnungen
Wirthstraße 1, 3	Abbruch von 10 Wohnungen
Layritzstraße 26 „Freie Scholle“	Modernisierung Gaststätte Instandsetzungsanteil
Dr.-Scheidung-Straße 13 - 23 ungerade	Fassadenanstrich
Wunsiedler Straße 61, 63, 65	Dacheindeckung erneuern
Dr.-Enders-Straße 38, 40	Instandsetzung von 4 Balkonen

Modernisierungsplan 2015

Anwesen	geplante Modernisierungen
Heiligengrabfeldweg 12, Doebereinerstraße 25, 27	Modernisierung KfW-Effizienzhaus 70 – 2. Bauabschnitt
Heiligengrabfeldweg 14	Modernisierung KfW-Effizienzhaus 70
Doebereinerstraße 12a, 14a	Modernisierung KfW-Effizienzhaus 70
Layritzstraße 26 „Freie Scholle“	Außenanlagen Barrierefreier Zugang
Enoch-Widman-Straße 53, 55	Modernisierung Restarbeiten
Gartenstraße 19	Modernisierung Einfamilienhaus
Gartenstraße 24	Modernisierung Einfamilienhaus
Ziegelackerstraße 2	Modernisierung der Wohnungen
Ernst-Reuter-Straße 70, 72	Modernisierung KfW-Effizienzhaus 70



Wie wird der Sommer?

Nach Bauernregeln wurde jahrhundertlang gesät, gepflanzt und das Heu eingebracht. Nestbauende Vögel, knospende Bäume, dichter Fellwuchs und schlafende Murmeltiere geben ihre Hinweise.

Seit Jahrhunderten versuchen sich Bauern einen Reim auf das Wetter zu machen, denn: Das Timing entscheidet über den Ernteerfolg. Wann also aussäen, die Ernte einbringen und die Kühe von der Alm treiben? Längst versuchen wir, diese Weisheiten auch für unsere Freizeitgestaltung zu nutzen. Was planen fürs Wochenende und wann lohnt sich doch die Reise ans Mittelmeer?

Alles nur Aberglaube?

Andererseits: Wer will schon im malorquinischen Regen sitzen, während daheim die Völkerwanderung zu den Badeseen oder an die Nord- und Ostsee einsetzt? Bauernregeln sind Aberglaube und das Wetter ein einziges Chaos, behaupten die Kritiker. Gibt es also nichts, woran man sich halten kann?

„Regnet es am Siebenschläfertag, der Regen sieben Wochen nicht weichen

mag.“ Diese Prognose erweist sich als echter Hinweis. Ende Juni pegelt sich der sogenannte Jetstream ein. Das ist ein Wind, der in 5-10 Kilometern Höhe entscheidet, ob wir es mit vielen Tiefausläufern (Islandtiefs) oder den Azorenhochs zu tun bekommen. Für Berlin haben Wissenschaftler eine Trefferquote von weit über 60 Prozent, für München gar 80 Prozent errechnet. Dagegen hat die Bauernregel für Hamburg keine Aussagekraft.

„Hat St.Peter (27. April) das Wetter schön, kannst du Kohl und Erbsen säen“, verspricht eine andere Weisheit. Wer sich mit dieser Voraussage nicht abfinden mag, wartet auf den 30. April: „Regen auf Walpurgisnacht hat stets ein gutes Jahr gebracht.“ Frieren darf es allerdings nicht, denn: „Walburgisfrost ist schlechte Kost.“

Meteorologen winken meist ab, wenn es um langfristige Vorhersagen geht. Für sie haben Klimaerwärmung und damit verbundene Extremwetter vielerorts für neue Bedingungen gesorgt. So verändert sich neben dem Jetstream über unseren Köpfen auch leicht der Golfstrom, der bei uns

für die Meereserwärmung und damit für mildes Klima sorgt. Mal abgesehen von den abtauenden Gletschern in der Arktis, die für mehr Feuchtigkeit und häufiger vorkommende Hochwasserlagen sorgen. Alles Einflüsse, die erst allmählich in die Bauernregeln einfließen. Bis dahin hilft eine norddeutsche Weisheit: „Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur falsche Kleidung.“

Halt, stopp! Das führt doch wieder zurück auf die Felldicke von Katzen, Schafen oder Kaninchen. Wissen die etwas, was uns verborgen bleibt?

Solange wir hier im Dunkeln tappen, gibt es nur einen schwachen Trost: Reisen in sonnige Gefilde kann man auch Last Minute buchen.

„Kräht der Hahn auf dem Mist...“





Gut geplantes Familienbudget

Was bleibt am Monatsende? Bei welchen Ausgaben muss man achtgeben und was kann noch warten? Haushaltsbücher helfen, den Überblick zu behalten.

Gut geplant durch den Monat kommen ist einfacher, als man denkt. Sich dabei allerdings auf das Bauchgefühl zu verlassen, hilft wenig.

Regelmäßige Einnahmen und Ausgaben, zu bedienende Ratenkredite, Sonderposten, Rücklagen für unliebsame Überraschungen – Haushalte sind heute so etwas wie kleine Familienunternehmen. Ein schneller Überblick muss her und den verschafft ein Haushaltsbuch.

Ob nun in Papierform oder als Computerprogramm: Es funktioniert nur, wenn es regelmäßig aktualisiert wird. Das gilt besonders dann, wenn ein veranschlagtes Budget überzogen wird oder eine unerwartete Ausgabe ins Haus schneit. Auch Rücklagen für den Urlaub, die neuen Schuhe oder unerwartete Reparaturkosten gehören mit hinein. Ebenso wie das erwartete Urlaubsgeld oder die Steuernachzahlung.

Pfiffig sind digitale Haushalts-Apps, weil dort feste Einnahmen und Aus-

gaben nur einmal eingegeben werden müssen.

Außerdem zaubern sie per Knopfdruck jederzeit einen Überblick auf das Display.

Viele dieser Programme sind kostenlos. Werden besondere Leistungen erwartet (Statistiken, Warnhinweise), verlangen die Softwareschmieden auch schon mal einen kleinen Obolus. Dafür bekommt man zusätzlich Hinweise auf versteckte Kosten und individuell zugeschnittene Tipps.

Empfehlenswert ist „Mein Haushaltsbuch“ (2,99 Euro), das wöchentliche, monatliche und jährliche Statistiken auflistet. Ebenfalls sehr übersichtlich ist „Haushaltsbuch MoneyControl“ (in der Basisversion kostenlos). Das Programm überzeugt durch seine einfache Bedienung. Auch hier wird man schnell fündig, wenn man sich fragt, wo all das Geld am Monatsende geblieben ist. „Andromoney Buchhaltung“ (gratis bei privater Nutzung) erlaubt blitzschnelles Eingeben

von Einnahmen und Ausgaben. Verwaltet werden beliebig viele EC- und Kreditkarten. Die Daten kann man exportieren und in einer Tabellenkalkulation weiterverarbeiten. Der „VHS Haushaltsplaner/Taschengeldplaner“ (gratis) synchronisiert – wie fast alle Programme – automatisch zwischen Smartphone und PC.

Zu finden sind die nützlichen Apps in den Stores für iPhones und Android-handys.

Sorgen wegen komplizierter Eingaben muss man nicht haben. Die Bedienung der cleveren Programme ist kinderleicht. Und sie wird sofort belohnt: mit dem guten Gefühl, die Finanzen sicher im Griff zu haben.

Bei finanziellen Problemen und Überschuldung sollte man keinesfalls abwarten und den Kopf in den Sand stecken. In dieser Situation helfen:

Bundesarbeitsgemeinschaft
Schuldnerberatung
www.meine-schulden.de



Mein letzter Wille

Alles gut geregelt

Richtig vererben – wer auf Nummer sicher gehen will, muss einiges bedenken. Und das beizeiten. Schließlich soll das Erbe ganz nach den eigenen Wünschen verteilt werden, doch völlig frei ist man dabei nicht.

Rechtzeitig seinen Nachlass regeln, kann sehr beruhigend sein und vermeidet Streit. Wir beantworten die wichtigsten Fragen.

Reicht ein handgeschriebenes Testament?

Ja. Allerdings muss es komplett durchgeschrieben, mit Datum versehen und unterschrieben sein. So kann später die Echtheit überprüft werden. Sicherer ist der Besuch bei einem Notar.

Darf jeder ein Testament machen?

Laut Gesetz muss man in der Lage sein, die Willenserklärung „einzusehen und nach dieser Einsicht zu handeln“. Wer das wegen einer geistigen Beeinträchtigung nicht kann, ist davon ausgeschlossen.

Wo aufbewahren?

Am besten gegen eine Gebühr von 15 Euro beim Amtsgericht hinterlegen. Stirbt jemand, wird automatisch überprüft, ob es ein Testament gibt.

Wem darf man sein Geld vererben?

Nur natürlichen oder juristischen Personen, womit Tiere ausgeschlossen sind. Allerdings kann man einem anderen Erben zur Auflage machen, sich um das Haustier zu kümmern.

Pflegekräfte in Senioren- oder Pflegeheimen dürfen nicht bedacht werden. Bei Mitarbeitern ambulanter Pflegedienste muss dazu eine Genehmigung des Arbeitgebers vorliegen.

Kann man Nachkommen komplett enterben?

Nein. Zwar können Geschwister ausgeschlossen werden, doch Kinder und Ehegatten haben ein Recht auf einen Pflichtteil (die Hälfte des gesetzlich vorgesehenen Erbteils).

Nur bei schweren Verbrechen, besonders wenn sie sich gegen den Erblasser gerichtet haben, ist ein Ausschluss möglich.

Werden geschiedene Partner bedacht?

Bei einer Scheidung ist das gemeinsame Testament unwirksam. Gemeinsame Kinder allerdings haben einen Anspruch auf das Pflichtteil.

Stirbt ein Begünstigter, bevor er das Erbe antreten kann, steht der Nachlass seinen Kindern zu.





Cleverere Passwörter

Finsterlinge aus dem Internet probieren es zunächst mit Vor- und Tiernamen, um an die begehrten Daten zu kommen. Sicherer sind komplizierte Passwörter mit Sonderzeichen. Doch wer soll sich die merken? Keine Sorge: Mit cleveren Ideen und Eselsbrücken trickst man selbst die Hacker aus.

Wir bezahlen Rechnungen über den Computer, bestellen Waren, chatten mit Freunden oder suchen einen Partner. Dabei hinterlassen wir jede Menge sensible Daten im Internet, die auf keinen Fall in fremde Hände gelangen dürfen. Wer möchte schon, dass verbrecherische Hacker mit unseren Kontodaten einkaufen oder das Geld abräumen?

Für jeden Zugang ein eigenes Passwort

Ein sicheres Passwort muss her. Und zwar für jeden Zugang ein anderes. Sichere Passwörter sollten mindestens zwölf Zeichen lang sein. Ist der Account besonders sensibel (Onlinebanking, Zahlssysteme, E-Mail) dürfen es gern auch mal 20 sein.

Enthalten sein sollten Sonderzeichen, Groß- und Kleinbuchstaben und Ziffern. Bezüge zu Namen, Geburtsdaten oder gar Zeichenfolgen auf der Tastatur sollten ebenso vermieden werden wie Namen aus dem Wörterbuch oder Lexikon. Die machen das Knacken zum Kinderspiel.

Doch wie soll man sich das merken? Hilfreich ist es, sich einen Merksatz zu bilden. Etwa „Carlos ich bin am Montag um 9 Uhr zurück“. Als Passwort wird aus den ersten Buchstaben: CibaMu9Uz.

Vorsicht beim Abspeichern

Eine andere Methode besteht darin, sich Passwörter aus zwei Teilen zusammenzustellen: Teil A (bleibt immer gleich) und Teil B = Passwort.

Zunächst einen ersten Teil, den man sich gut merken kann. Er wird zu einem vorangestellten Bestandteil aller Passwörter, die man für die einzelnen Zugänge zu den Seiten (Amazon, Ebay etc.) braucht. Dieser erste Teil sollte Groß- und Kleinschreibung sowie Ziffer und Sonderzeichen enthalten. Beispielsweise: Rt5&

Gut merken und im Kopf behalten. Dann notiert man sich nur die einzelnen Zusätze für die jeweiligen Seiten auf einem Stück Papier. Für den Amazonzugang beispielsweise: Amazon*9*+ oder für ebay: Ebay*10*+ (bitte nicht benutzen). Die kompletten Passwörter, die man sich einrichtet und die man später eingeben muss, würden dann lauten: Rt5&Amazon*9*+ oder für ebay: RT5&Ebay*10*+. Also: Der erste Teil des Passwortes bleibt und man

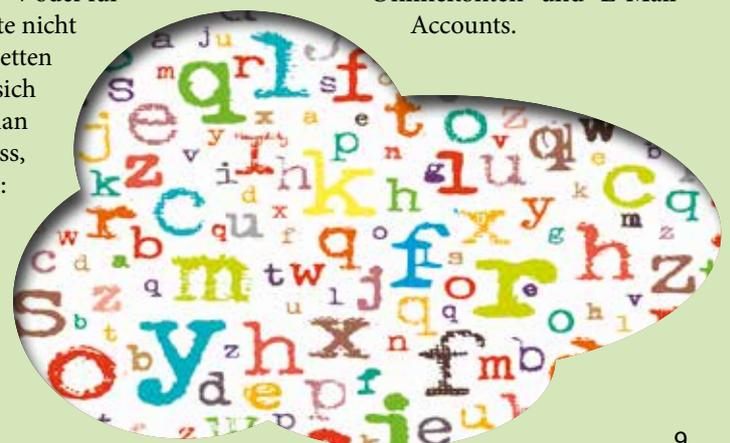
behält ihn im Kopf. Den zweiten Teil notiert man, um ihn nachsehen zu können.

Wer ganz sichergehen will, sollte die Passwörter regelmäßig wechseln.

Auch bei der oft angebotenen Sicherheitsfrage, mit der ein Passwort umgangen werden kann, sollte man ein wenig Fantasie aufwenden. Der Name der Mutter, der Geburtsort oder Ähnliches ist viel zu simpel. Mit Zusätzen wird das Knacken erheblich schwieriger.

Passwörter sollten nie im Computer oder der Cloud gespeichert werden. Haben sich Hacker Zugang verschafft, führt das zum vollständigen Identitätsdiebstahl.

Besonders wichtig ist der Schutz von Onlinekonten und E-Mail-Accounts.





Gutes Kinderspielzeug erkennen

Spielen ist wichtig für die Entwicklung des Kindes und alles andere als ein unnützer Zeitvertreib. Es lohnt sich also, über gutes Spielzeug nachzudenken.

Gutes Spielzeug für Kinder zu finden, das Sinn und Spaß macht, ist nicht einfach. Das Angebot an unsinnigen Spielsachen wird immer größer und vieles, was in den Regalen der Spielzeugläden liegt, birgt Verletzungsgefahren oder ist stark mit Schadstoffen belastet, wie Tests leider immer wieder zeigen. Es gibt aber ein paar Dinge, an denen man sich beim Spielzeugkauf orientieren kann.

Die Qualität von Kinderspielzeug lässt sich in zwei Kategorien gliedern: Zum einen ist die tatsächliche Qualität des Produktes wichtig, die sich in der Beschaffenheit der Materialien und der Art der Verarbeitung ebenso messen lässt wie in der Bruchfestigkeit, Haltbarkeit und damit verbundenen Kindersicherheit. Hier helfen verschiedene Prüfsiegel wie das GS-Zeichen weiter. Wichtig ist auch, dass keine für Kinder gefährlichen Schadstoffe enthalten sind, denn vor allem Babys nehmen noch alles in den Mund. Viele Eltern denken, dass Holz automatisch besser ist als Plastikspielzeug. Tests haben allerdings ergeben, dass dem nicht so ist. In den Lacken oder in Sperrholz stecken oft problematische

re Inhaltsstoffe als in Plastik, wobei Hartplastik unproblematischer ist als Spielzeug aus weichen Kunststoffen. Riecht das Spielzeug unangenehm oder färbt es auf der Haut ab, kann das ein Hinweis auf Schadstoffbelastung sein und man sollte es dann lieber im Regal stehen lassen.

Vor allem bei Kleinkindern sollte man darauf achten, dass sie kein Spielzeug in die Hand bekommen, an dem sich verschluckbare Kleinteile lösen können – sie könnten daran ersticken. Spielzeug, das wegen solcher Kleinteile nicht für Kinder unter drei Jahren geeignet ist, ist mit einem Warnhinweis gekennzeichnet.

Zum anderen sollte man sich die Frage nach der pädagogischen Qualität des Spielzeugs stellen: Bietet das Spielzeug verschiedene Lern- und Spielmöglichkeiten? Ist es über einen längeren Zeitraum hinweg für das Kind interessant und kann das Kind sich damit intellektuell beschäftigen? Ein gutes Spielzeug soll die Fantasie anregen und muss dem Alter angemessen sein. Eine Orientierung bietet das „spiel gut“-Siegel.



Das GS-Zeichen steht für „Geprüfte Sicherheit“ und bescheinigt, dass das Spielzeug von einem staatlich zugelassenen Institut auf seine Sicherheit überprüft wurde. Das GS-Zeichen bedeutet, dass die Sicherheits- und Gesundheitsstandards deutscher Gesetze erfüllt werden.



Mit dem Siegel TÜV Proof garantiert der TÜV Rheinland die Einhaltung gesetzlicher Normen. Zusätzlich werden umfangreiche Schadstoffprüfungen je nach Spielzeugart durchgeführt. Das Prüfzeichen wird durch jährliche Nachprüfungen überwacht.



Das LGA tested Quality-Zeichen bekommen qualitativ höherwertige Produkte, die ihrem Verwendungszweck wirklich entsprechen. Dabei werden unter anderem die Gebrauchsanweisung, Gebrauchseigenschaften und Sicherheit im Hinblick auf die umfassende und dauerhafte Qualität des Produktes geprüft.



Bei dem Gütesiegel „spiel gut“, das vom gemeinnützigen Arbeitsausschuss Kinderspiel und Spielzeug e.V. vergeben wird, steht der Spielwert im Vordergrund, den rund 40 Experten nach pädagogischen Kriterien beurteilen. Design, Sicherheit und Haltbarkeit sowie Material und Umweltverträglichkeit werden getestet. Gesundheitsgefährdende Stoffe wie PVC sind verboten. Eine Liste aller ausgezeichneten Spielsachen findet sich auf der Internetseite des Vereins: www.spielgut.de



Digitale Schnitzeljagd

Mit Handy und GPS-Gerät auf Schatzsuche gehen und dabei auf ganz neuen Wegen das Wohnumfeld erkunden

Georg Tanner kontrolliert mit einer App die GPS-Daten auf seinem Smartphone und sieht sich verwundert um.

„Irgendwo hier muss der Hinweis sein“, sagt er und beginnt, Steine umzudrehen. Als er schließlich einen Ast hebt, wird er fündig und zieht ein halb vergrabenes Marmeladenglas hervor. Darin ist eine Liste, die ihm verrät, dass eine Konkurrentin schneller war und er sich sputen muss.

Geocaching nennt sich der Outdoor-Spaß, für den sich mittlerweile beileibe nicht nur junge Leute begeistern. Per GPS-Daten werden die Mitspieler zu bestimmten Orten gelotst, an denen sie Rätsel lösen müssen und so Hinweise auf das nächste Versteck finden. Wer zum Schluss den „Schatz“ hebt, gewinnt das Spiel.

Oft sind die zu beantwortenden Fragen ganz schön knifflig. Dazu gehören kleine Rechen- und Denksportaufgaben oder Wissensfragen. Besonders, wenn die Spieler im Team unterwegs sind und sich austauschen können, steigert das den Spaß bei der Schatzsuche gewaltig.

Hunderttausende beteiligen sich inzwischen an diesem ganz besonderen Hobby, das über alle Grenzen hinweg betrieben wird.

„Es gibt verschiedene Schwierigkeitsgrade und bestimmte Verstecke können nur mit einer bestimmten Ausrüstung erreicht werden“, sagt Georg Tanner. Für ihn ist das Wichtigste der Spaß am Unterwegssein und die Herumknochelei an den Aufgaben. „Man trainiert das Hirn und lernt die Gegend kennen.“

Auch wenn sich oft Freundeskreise zur Jagd verabreden, kann man die Suche auch über das Internet (geocaching.de) für einen großen Kreis öffnen.

Inzwischen machen sich selbst Familien auf die gemeinsame Suche. Georg Tanner: „Man lernt Orte kennen, die man noch nicht gesehen hat, benutzt Fahrräder oder Wanderwege und Kindern bringt es natürlich auch jede Menge Spaß, mal ‚Indianer Jones‘ zu spielen.“

Das alles funktioniert allerdings nur, wenn sich die Initiatoren einer Suche spannende Touren ausgedacht haben. Meist wird auch der Schwierigkeitsgrad angegeben, damit niemand wegen unliebsamer Überraschungen abrechnen muss. Georg Tanner: „Da wird niemand in Sandalen ins Hochgebirge geschickt.“

Doch dann muss er weiter, um seine Konkurrentin einzuholen. Warum ihm das heute besonders wichtig ist? „Na, das ist meine Frau und da geht's natürlich um die Ehre.“



Lange aktiv bleiben

Nein, es lässt sich nicht leugnen: Im Alter knirscht es schon mal im „Gebälk“. Damit der Alltag nicht zur Last wird, gibt es allerlei Tricks und clevere Helferlein.



Probleme beim Schuhe anziehen, Schnürsenkel binden oder Strümpfe überstreifen gehören zum Älterwerden dazu. Der Rücken ist nicht mehr so biegsam und die Griffsicherheit der Finger hat bei dem einen oder anderen unter Rheuma oder Arthrose gelitten.

An den Herausforderungen des Alltags muss dennoch niemand verzweifeln.

Zahlreiche clevere Helfer erleichtern den Alltag in den eigenen vier Wänden und sorgen damit für ein selbstbestimmtes Leben.

Zu finden sind Schuh- und Strumpfanzieher oder auch Knöpffhilfen nicht nur im Sanitärfachhandel, sondern auch direkt bei der Firma Thomashilfen (www.thomashilfen.de). Erhältlich ist ein umfangreiches Sortiment aus den Bereichen Antirutsch, Anziehhilfen, Bestecke, Bettzubehör, Freizeit/Hobby, Greifhilfen, Hygiene, Körperpflege, Küchenhilfen, Rampen, Sitzhilfen und Trink-/Esshilfen.

Ideen für den Alltag

Kostenlos sind Tricks, mit denen man sich selbst behelfen kann. Hier nur ein

paar Beispiele, die das „Klappt nicht“ in ein „Geht doch!“ verwandeln.

So müssen Schwierigkeiten bei der „Fummelei“ mit dem Reißverschluss nicht sein. Einfach einen Schlüsselring an der meist vorhandenen Öse des Verschlusses befestigen, um besser zugreifen zu können.

Schwergängige Reißverschlüsse bekommt man flott, indem man mit einem Bleistift darübereibt.

Eine Herausforderung ist auch das Öffnen von Flaschenverschlüssen. Hier

hilft die Hebelwirkung von Nussknackern. Am besten in einer konischen Form. Mit ihnen lassen sich auch feststehende Sektkorken prima herausdrehen.

Bestecke hingegen sind besser zu greifen, wenn man die Stiele von Löffel, Gabel oder Messer mit einem Gummischlauch ummantelt. Selbst feststehenden Deckeln von Konservendosen ist beizukommen. Einfach mit der stumpfen Seite eines Messers an verschiedenen Stellen gegen den Deckelrand klopfen.

Kräftezehrend ist auch das Ausquetschen von Zahnpasta- oder Cremetuben. Hier hilft es, das aufgerollte Ende mit einer schlichten Papierklemme oder einer Wäscheklammer zu fixieren.

Wer einen Nagel einschlagen muss, kann ihn mit einer Wäscheklammer fixieren. Daumen und Zeigefinger sind durch diese Verlängerung aus der Gefahrenzone.

Auch Kokosnüsse lassen sich kinderleicht knacken: Einfach 20 Minuten in den heißen Backofen legen, dann platzt die Schale von allein.

Trotz Brillen fällt es im Alter vielen Senioren schwer, Bücher zu lesen. Zu klein sind die Buchstaben und oft sind die Schmöcker zu schwer für arthrosegeplagte Hände. Barrierefreien Lesespaß



Ergo-Schreibhilfe

Stifte richtig zu fassen zu bekommen ist so eine Sache. Gerade bei einer Greifschwäche wird dies zu einer Herausforderung. An diesem ergonomischen Ball kann man den Stift einfach befestigen. Mit ein wenig Übung sieht man der Handschrift nicht an, dass ein Hilfsmittel benutzt wurde.



Helfende Hände

Bücken fällt im Alter schwerer. Warum dann nicht einfach die Arme verlängern? Mit dieser stabilen Greifhilfe lässt sich alles bequem vom Boden aufheben. Ein integrierter Magnet sorgt dafür, dass auch der heruntergefallene Schlüssel hängen bleibt.

bieten E-Books. Wer sich die Nutzung einmal hat zeigen lassen, kann die vielen Vorteile genießen. Mit ca. 160 Gramm lässt es sich bequem mitnehmen, es belastet nicht mehr das Handgelenk, bietet Platz für Tausende Bücher und die angenehmste Buchstabengröße stellt man mit nur einem Klick ein.

Und will etwas im Haushalt so gar nicht klappen, dann helfen sicher die Nachbarn gern. Fragen kostet nichts und Verständnis haben sie sicher auch. Schließlich kommen wir alle mal in die Jahre. Und die will man schließlich nicht mit kleinen Handicaps verträdeln.

Weitere Infos unter:

- www.thomashilfen.de
- <http://rehashop.de/alltag/alltags-und-haushaltshilfen/>



Dosenöffner

Dose öffne dich! Mit diesem Haushaltsutensil lassen sich Dosen mit Ringlasche kinderleicht öffnen: Das hintere Ende der Lasche nach oben drücken und mit geringem Kraftaufwand den Öffner nach hinten ziehen – fertig! Besonders geeignet ist das Gerät bei Greifschwäche durch Arthrose.



Ein-/Aussteighilfe für PKW

Fest im Griff hat man das Aussteigen aus dem Auto mit diesem Helferlein. Bei Bedarf im Türschloss der Karosserie befestigt, gibt es sicheren Halt beim Ein- und Aussteigen. Im Notfall lässt sich mit dem Gerät auch der Sicherheitsgurt durchschneiden und die Seitenfenster einschlagen.



Drehsitz

Einfache Idee, große Wirkung: Dieser mit Schafsfell bezogene Schaumstoffsitz lässt sich mit dem Körper bis zu 90 Grad drehen. Ermöglicht wird dies durch ein Kugelgelenk im Inneren. Schwierigkeiten beim Aussteigen aus dem Wagen gehören damit der Vergangenheit an. Der Bezug kann mühelos gereinigt werden.



Stehkehrgarnitur

Schnell ein paar Krümel oder Flusen beseitigen, kann mühevoll sein. Mit diesem Gerät wird die Arbeit bequem im Stehen erledigt. Setzt man die Schaufel auf den Boden, öffnet sie sich. Beim Hochheben wird sie automatisch geschlossen. Ein eingebauter Besenreiniger sorgt dafür, dass nichts daneben geht.

Wie funktioniert ein Reißverschluss?

Zwei Seitenteile mit Krampen werden mithilfe eines Schiebers passgenau ineinander verhakt und wieder gelöst. Damit es stabil bleibt, gibt es kleine Einsparungen. So greifen die Haken fest ineinander und verschließen Hose, Kleid oder Strickjacke.

Meist bestehen diese Zähne aus Metall oder Kunststoff. Eigentlich ein simples Prinzip, doch die Erfindung ließ auf sich warten. Knöpfe, Bänder und Fibeln hielten bis ins 19. Jahrhundert die Kleidung zusammen. Oft fegte der Wind hindurch und unpraktisch war es auch. Ab 1851 entwickelten gleich mehrere Erfinder den „automatischen, ununterbrochenen

Kleiderverschluss“, doch erst 1917 feierte das Patent erste Erfolge. Die US-Navy setzte ihn schließlich bei den wetterfesten Anzügen der Lotsen ein. Seit 1925 war sein Siegeszug auch bei der Alltagskleidung nicht mehr aufzuhalten.

Allein in Deutschland werden jährlich um die 70 Millionen laufende Meter an Reißverschlüssen produziert.

Pflegen kann man sie übrigens, indem man sie von Sand und Schmutz reinigt und anschließend mit Silikon-spray behandelt. So werden sie leichtgängig und weisen Feuchtigkeit ab.



Was ist mit dem 1. April verbunden? Findet das Lösungswort mithilfe der nummerierten Buchstaben.

1 P 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

Lösung: Seite 2

LIEBLINGSBÜCHER

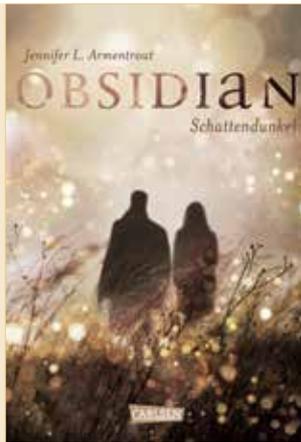
Jennifer L. Armentrout

Obsidian: Schattendunkel

Carlsen, 18,90 Euro

Die siebzehnjährige Katy muss mit ihrer Familie vom sonnigen Kalifornien ins graue Virginia ziehen. Nicht nur das ist ziemlich übel. In dem Kaff kommt sie noch nicht einmal ins Internet. Eine Katastrophe für die leidenschaftliche Bloggerin. Und überhaupt: Mit wem kann man sich hier schon anfreunden? Als sie bei den Nachbarn klingelt, lernt sie den arroganten Daemon Black kennen. Obwohl sie versucht, ihm aus dem Weg zu gehen, hat er bereits auf geheimnisvolle Weise ihr Schicksal verändert.

Hinter dieser Hassliebe verbirgt sich ein dunkler Abgrund, denn Daemon umgibt ein großes Geheimnis. Erst allmählich schleichen sich die finsternen Abgründe in ihr Leben und schon bald weiß sie überhaupt nicht mehr, wem sie denn nun eigentlich noch vertrauen kann. Eine spannende Mischung aus Fantasy und Liebesgeschichte, gut gewürzt mit einer Prise Grauen.



Wolfgang Graf Berghe von Trips?

Der in Köln geborene Rennfahrer startete ab dem Jahr 1957 in der Formel 1 für das Ferrari Werksteam.

Seine Fahrkünste galten unter seinen Kollegen als so riskant, dass man ihm wegen seiner häufigen Unfälle zunächst den Spitznamen „Count Crash“ verpasste. Auch ihm ist es zu verdanken, dass der Autorensport im Nachkriegsdeutschland eine neue Blüte erlebte. Nach seinem Unfalltod 1961 im italienischen Monza erklärte man Berghe von Trips (er wurde nur 33 Jahre alt) posthum zum Vizeweltmeister.



Durch die Decke ...

ging der Song „Walk“ von Kwabs. Allein Youtube verzeichnete knapp 25 Millionen Downloads und bei iTunes eroberte er mühelos Platz 1. Mit einer Mischung aus R'n'B, Elektro und Rap-Elementen schaffte es der ehemalige Leadsänger des National Youth Jazz Orchestra auf Anhieb, eine weltweite Fangemeinde zu begeistern. Das Lied „Walk“ geht tatsächlich ... und zwar direkt ins Ohr. Nicht zuletzt liegt das an seiner einzigartigen Stimme und den ungewöhnlich eingängigen Rhythmen. Absolut unverwechselbar. Sehnsüchtig wird von den Fans das Debutalbum „Love+War“ erwartet, das am 15. Mai erscheinen wird.

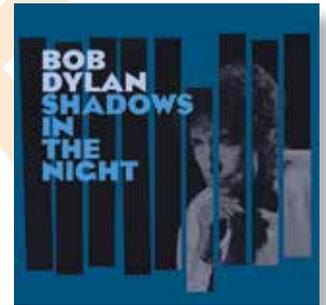
Kwabs: Love + War, Atlantic Records UK/Warner Music

Shadows in the Night

Eine Stimme aus „Sand und Leim“ bescheinigte niemand Geringeres als David Bowie seinem Kollegen Bob Dylan. In genau dieser Stimmfarbe hat der Meister des Folk nun Songbook-Perlen von Frank Sinatra eingesungen. Zunächst herrschte Verwunderung in der Fangemeinde, denn außer den blauen Augen (Ol' Blue Eyes) scheinen die beiden Legenden wenig gemein zu haben. Doch die gefühlvollen Balladen aus den fünfziger und sechziger Jahren singt Dylan mit einer – ausnahmsweise – ganz klaren Stimme. Fast zärtlich schmiegen sich die Songs in die Ohren der Fans.

Ein Geniestreich, der einmal mehr beweist, dass His Bobness Dylan sich nicht vereinnahmen lässt.

Bob Dylan: Shadows in the Night, Smi Col (Sony Music), 11, 99 Euro



Unterwerfung

Im Pariser Élysée-Palast übernimmt ein islamischer Präsident das Zepter. Kein Problem für den Literaturwissenschaftler Francois. Ganz im Gegenteil. Er sieht durchaus neue Berufschancen und beginnt, sich zu arrangieren. Ebenso wie ein Großteil der französischen Bevölkerung, die fatalistisch die Einführung der Schariajustiz, das Ende der allgemeinen Schulbildung ab 12 Jahren oder die zunehmende Verschleierung der Frauen hinnimmt.



Ein provokantes und verstörendes Gedankenexperiment, in dem die Alpträume einer liberalen, aber auch zynischen und gelangweilten Gesellschaft wahr werden.

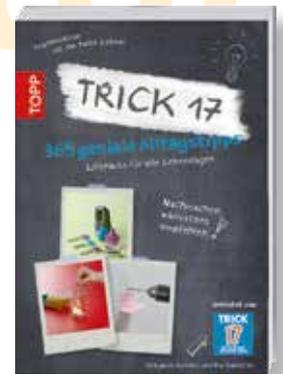
Michel Houellebecq: Unterwerfung, DuMont Buchverlag, 22,99 Euro.

TRICK 17 – 365 GENIALE ALLTAGSTIPPS

Stauprobleme, Kabelgewirr, schiefe Bohrlöcher, Enge im Kleider- und Schuhschrank – das Leben steckt voller Tücken und Herausforderungen. Dabei braucht es manchmal nur eine clevere Idee, um des Durcheinanders Herr zu werden.

Benjamin Behnke und Kai Daniel Du haben in ihrem Ratgeber erstaunliche Tricks zusammengetragen, die uns das Leben tatsächlich erleichtern. Von der Aufmachung und den enthaltenen Problemlösungen her schlägt dieses gewitzte Buch herkömmliche Kniffe-Ratgeber aus der Ramschkiste um Längen. Eingearbeitet sind auch Hintergrundinformationen und hilfreiche Fotos.

Kai Daniel Du, Benjamin Behnke: Trick 17 – 365 geniale Alltagstipps, frechverlag, 17,00 Euro.



Kinotipp

Die Gärtnerin von Versailles

Sabine De Barra (Kate Winslet) ist vollkommen aus dem Häuschen, als sie von Monsieur Le Notre (Matthias Schoenarts) erfährt, dass sie die Gärten von Versailles gestalten soll. Eine gewaltige Aufgabe, denn der Sonnenkönig Ludwig XIV. (Alan Rickman) hat sehr spezielle Vorstellungen. Verspielt sollen sie sein, barock, extravagant, kurz: einzigartig. Die kantige Witwe verheddert sich zunächst im Gestrüpp höfischer Intrigen, doch dann ist selbst der Sonnenkönig begeistert. Dem Regisseur Alan Rickman ist ein verzaubernder Film über die große Gartenbaukunst gelungen.

Filmstart: 30. April 2015, TOBIS Film GmbH





MEIN ERBE IST DAS OKAVANGO-DELTA TESTAMENTE FÜR DIE NATUR

**Helfen Sie dem WWF mit Ihrem Testament,
die Naturschätze unserer Erde auch für die
kommenden Generationen zu bewahren.**

Eine Testamentspende für den WWF ist eine besonders großzügige Hilfe für bedrohte Tierarten und ihre Lebensräume. Weltweit setzen wir uns dafür ein, die biologische Vielfalt zu erhalten. **Sie können dazu einen bleibenden Beitrag leisten.** Ihre Spende ist von der Erbschaftsteuer befreit und kommt somit der Natur in vollem Umfang zugute.

WWF Deutschland | Gaby Groeneveld
Reinhardtstraße 18 | 10117 Berlin
gaby.groeneveld@wwf.de | wwf.de/testamente
Telefon 030 311 777-730

Unser kostenfreier Ratgeber beantwortet Ihnen Fragen zum Thema „Testament und Patientenverfügung“

