

CLEVER SPAREN

Bevor die Bahn die Preise erhöht

Schnell handeln ist jetzt angesagt: Denn ab dem 14. Dezember 2014 erhöht die Bahn wieder mal die Preise. Wer jetzt noch bucht, fährt auch nach dem Termin zum alten Preis! Schon gewusst? Sparpreistickets konnte man früher nur mindestens drei Tage im Voraus buchen, nun kann man sie auch am Vorabend der Reise erwerben! Tipp: Suchen Sie gezielt nach Sparpreisen in der ersten Klasse. Oft sind diese kaum teurer als in der zweiten Klasse.

PRAKTISCH



Tasche nie mehr umpacken

Delieta entwirft Taschen, die man nicht mehr umpacken muss! Sie besitzen nur noch eine Grundtasche (ab 39,90 Euro) und bringen mit Druckverschlüssen verschiedene Designs an. Innen sind die Taschen liebevoll ausgestaltet und bieten viel Platz. Die Grundtaschen sind meist aus hochwertigem Kunstleder und stehen in klassischer Trapezform in groß und klein (Delieta elegance und Delieta mini) sowie in einer sportlicheren soften Variante (Delieta soft) zur Verfügung. Mehr Infos: shop.delieta.de.



Im Nu verwandelt: Die Innentasche bekommt ein neues Kleid

Fotos: Fotolia, Getty Images, PR (2)

Zirka 14% der Familien sind Patchworkfamilien – Tendenz steigend!

Welche Rechte haben eigentlich Stiefmütter?

Du hast mir gar nichts zu sagen, bist ja nicht meine echte Mama“, schreit die 11-jährige Meike die neue Frau ihres Papas an. Diese ist entsetzt und eins wird ihr klar: Stiefmütter haben innerhalb einer Patchworkfamilie eine **schwierige Rolle**: Sie kümmern sich zwar um die Kinder ihres Partners, aber formale Rechte haben sie oft so gut wie keine. Viele „Bonusmamas“ wissen auch gar nicht, wie weit sie gehen dürfen. Da es aber immer mehr zusammengewürfelte Familien in Deutschland gibt, es sind mittlerweile um die 14 Prozent, ist es gut, wenn man seine Rechte kennt!

**Die bittere Wahrheit** ist, dass Stiefmütter, die nicht mit dem neuen Partner verheiratet sind, quasi den Status einer bezahlten Betreu-

ungsperson haben. Also ohne Mitspracherecht in Erziehungsfragen sind. Doch im Alltag sieht das anders aus. Oft lebt man unter einem Dach zusammen. Da muss die Stiefmutter mitreden. **Die Krux**: Sie kann jedoch nur eingebunden werden, wenn die Partner verheiratet sind oder in einer eingetragenen Lebensgemeinschaft leben. Dann besteht die Möglichkeit, dass der Lebenspartner nach Paragraph 1687b des Bürgerlichen Gesetzbuches ein **„kleines Sorgerecht“** überträgt.

Diese Vollmacht regelt u.a. den **Schulalltag**, die medizinische Versorgung, die Freizeitgestaltung, den **TV-Konsum** sowie die Zahlung von Taschengeld. Nicht entscheiden darf man über die Anmeldung in Schule und



Zoff gibt es oft um banale Dinge wie der Kleidung

Kindergarten, bei Operationen und Impfungen. Das obliegt nur den leiblichen Eltern. Not-situationen, z.B. nach einem **Unfall**, stellen natürlich eine Ausnahme dar. Da darf man entscheiden, auch ohne erst den Sorgeberechtigten zu benachrichti-

gen. Denn es geht um **das Wohl des Kindes!** Aufgepasst: Außerdem besteht die Möglichkeit, gegenüber dem Kind mündlich eine „Erziehungsbe-fugnis“ auszusprechen. Das gilt übrigens für Patchworkfamilien mit und ohne Trauschein.

Woran erkenne ich frischen Fisch?

Achten Sie besonders auf klare Augen, glänzende Haut und leuchtende Kiemen



Fragen Sie nach, wann die Fische gefangen wurden

**F**rischer Fisch ist ein Genuss und versorgt den Körper mit gesundheitsfördernden Nährstoffen wie Omega 3-Fettsäuren, Vitaminen (insbesondere A, B und D), Mineralstoffen und hochwertigen Eiweißen.

Zum Schutz der Meeresbewohner sollte **Fisch als Delikatesse** betrachtet und in Maßen verspeist werden. Zudem lohnt ein Blick auf den Fischkalender, der für jede **Saison** drei passende Fischarten empfiehlt. So ist zum Beispiel der Winter-

kabeljau im **Frühling** besonders köstlich, die Scholle im Frühsommer. Zander, Dorade sowie Schellfisch im **Herbst**. Ferner Lachs, Wolfsbarsch und Heering im **Winter**.

Doch woran erkennt man frischen Fisch? Wir haben Christa Krüger, **Fischerfrau aus Niendorf** an der Lübecker Bucht, dazu befragt. „Zunächst am Geruch. Die Tiere dürfen selbstverständlich nach Fisch und etwas Meerwasser riechen, aber nicht unangenehm stinken. Bei

frischen Fischen leuchten die Kiemen rot und die Augen glänzen. Mit zunehmender Lagerung werden die Augen aber trüb und sinken ein.“ Wie sieht es bei **Filets** aus? Sie sollten ebenso glänzen und eine glatte Schnittfläche haben. Ist die Farbe blass, ist das Stück alt – Finger weg!

Welche Regeln gelten bei der **Zubereitung**? Säubern Sie den Fisch mit Wasser, hinterher mit einem Papiertuch trocken tupfen. Salzen Sie nur, wenn der Fisch sofort gegart wird.