

DER KOMMENTAR

Keine Lust auf Mensaessen

Über Geschmack lässt sich ja bekanntlich streiten. Doch in meinem Urteil über die Qualität des Essens in der Schülermensa der Tübinger Uhlandstraße bin ich mir mit vielen Leidensgenossinnen und -genossen ganz schnell einig geworden.

Nach der Eröffnung im Jahr 2008 war die Mensa für uns etwas ganz Neues und Tolles. Wir gingen täglich hin



Von Sharon Senghas

und häufig war es einfach nur gnadenlos überfüllt. Wir probierten alles: Die Pizza, die Nudeln, den Salat und das Tagesgericht.

Doch lange hielten wir das nicht durch. Denn die Pizza hat die Konsistenz von Gummireifen und die Teigwaren sind entweder total verkocht oder wir beißen auf beinhalten Nudeln herum.

Als ich mit einer Freundin das Rührei testen wollte, verging uns endgültig die Lust auf das Mensaessen. Denn die Mitarbeiterin der Küche schlug mit ihrem Schneebesen so lange auf eine undefinierbare gelbbraune Masse ein, bis das so genannte Rührei in Fetzen in der Schüssel hing.

Zugegeben: Nicht alles, was in der Schülermensa gekocht wird, schmeckt richtig schlecht. Bei den jüngeren Schülern ist die Speisekarte sogar ziemlich beliebt. Doch die hochgelobte „Biokost“, die bis von Kassel herangekarrt wird, ist zumindest gewöhnungsbedürftig und oft auch schon optisch eine Zumutung. Denn am Ende der Woche sieht die aufgewärmte Auswahl wie eine Mischung aus dem Speiseplan der vergangenen vier Tage aus. Dass die ursprüngliche Catering-Firma pleitegegangen ist, wundert mich zumindest nicht.

Mein ganzer Respekt gilt den tapferen Schülern, die sich sogar dann in die Mensa wagen, wenn Fischbrötchen auf dem Speiseplan stehen. Der Gestank ist wirklich unbeschreiblich. Guten Appetit!

Energie aus der Spaßkasse

Cornelia Bertsch setzt in ihrer **Geldschule für Frauen** auf positive Emotionen

Über Geld spricht man nicht? Das sehen die acht Teilnehmerinnen einer Geldklasse in Kusterdingen anders. Sie treffen sich ein halbes Jahr lang regelmäßig und reden über Geld.

Kusterdingen. „In einer normalen Finanzberatung kommen Geldfragen viel zu kurz“, erklärt Cornelia Bertsch. Die selbstständige Finanzberaterin (www.frauenundfinanzen.de) bietet seit sechs Jahren eine „Geldschule für Frauen“ an. „In der Geldschule geht es nicht in erster Linie darum, Geld anzulegen oder Schulden abzubauen, sondern den Frauen Geldgefühl und Geldwissen zu vermitteln.“

Im besten Fall wäre Geld für Frauen nur ein Mittel zum Zweck. „Sie brauchen es zum Leben, aber wirklich wertschätzen können sie Geld nicht.“ Häufig brächten Frauen Geld nur negative Gefühle entgegen. Oder sie seien davon überzeugt, dass Geld ihnen nicht zustünde, dass sie ihr Geld nicht wert seien. Lange Zeit hätten die meisten Frauen kaum eigenes Geld gehabt, sondern nur das Geld ihrer Männer für die Familie verwaltet. Viele heute erwachsene Frauen kennen auch aus ihrer Kindheit keine klaren Geldverhältnisse. Da erstaunt es eigentlich nicht, wenn Frauen oft ein ambivalentes Verhältnis zum Geld haben und bestenfalls versuchen, so emotionslos wie möglich mit diesem Thema umzugehen.

Dass Geld ein Wert an sich ist und dass der Umgang mit Geld Freude bereiten kann, unabhängig davon, wie viel man davon hat, ist ein wichtiges Lernziel in der Geldschule. „Geld ist Energie“, ist Cornelia Bertsch überzeugt. „Die Frauen sollen lernen, ihr Geld wert zu schätzen, seine Fülle spüren, im Geldvertrauen leben. Wer immer nur den Mangel sieht, bringt sich selber in eine Mangelernergie und fühlt sich klein und hilflos. Wenn eine Frau ihr Geld hingegen mit guten Gefühlen umgibt, gewinnt sie auch an Selbstvertrauen und Selbstwertschätzung.“

Die wichtigste Hausaufgabe für die Geldklasse: Machen Sie sich selbst ein Geschenk! Sich selber etwas kaufen ist ein Zei-



Cornelia Bertsch ermuntert Frauen zu einem freundlichen Umgang mit ihren Euroscheinen. Bild: Bachmann

chen der eigenen Wertschätzung und fällt vielen Frauen schwer. „Es gibt Frauen, die müssen lernen, dass es in Ordnung ist, für sich selbst etwas zu kaufen, mit Freude und einem guten Gewissen.“

Eine andere Teilnehmerin berichtet von einem regelrechten Kaufrauscherlebnis, bei

„Führen Sie Ihr Geld!“

Cornelia Bertsch
Finanzberaterin

dem sie sich finanziell übernommen hat. So ein Verhalten hätte mit Fülle wenig zu tun, meint Bertsch, sondern viel eher mit der Angst davor, nicht genug zu haben. Solche „bewusstlosen“ Einkäufe funktionierten oft wie eine Selbstbestätigung: „Siehst Du, Du kannst mit Geld nicht umgehen.“ Aber dramatisch sei es auch nicht: „Lernen Sie liebevoll aus ihren eigenen Fehlern.“

Die Zauberformel für die Balance zwischen Geiz und Verschwendung, Mangel und Fülle lautet für Cornelia Bertsch: „Führen Sie Ihr Geld!“

Ein freundlicher, gefühlvoller Umgang mit Geld beginnt für die Geldschülerinnen damit, es sichtbar zu machen. Bar zahlen, ein Kassenbuch führen, Geldrituale pflegen. Ein wichtiges Instrument ist das Wochenbudget für Lebensmittel und Ähnliches. Was übrig bleibt, kommt in die „Spaßkasse“ und muss für persönliche Vergnügungen ausgegeben werden. „Stecken Sie Ihr Geld in ein Glas und stellen Sie es so hin, dass Sie es oft sehen. Freuen Sie sich daran!“

Jede Frau müsse letztlich herausfinden, was in ihr Leben passt. Aber es lohne sich, Ordnung und Klarheit im Portemonnaie zu haben. „Sich jede Woche eine Stunde bewusst um das eigene Geld zu kümmern, ist Eigenliebe.“ *Andrea Bachmann*

➤ **Info:**

Infos unter
Telefon (0 70 71) 3 30 23 oder
info@beate-reichert.de

Kapitalsicher u. erfolgreich investieren

Investment mit Eigenkonten
und überdurchschnittlicher Performance
Alpha Finance & Investment AG: 1fincon@bluewin.ch

Gold Ankauf

Zahngold, auch mit Zähnen, Münzen, Barren, Schmuck, Silber, Silberbesteck
Platin, industrielle Gold- und Silberabfälle, Granulate, Feilungen, Gekrätzte

Tübingen – Schmiedtorstr. 13

bei Takesian's Änderungsschneiderei

Kirchentellinsfurt – wannweiler Str. 77

bei Blitzservice im REAL

Rottenburg – Stadtlanggasse 7

bei Facettenreich, Donnerstag-Samstag

Wichtig! Lassen Sie sich nicht von hohen Feingoldpreisen täuschen. Erfragen Sie immer den Grammpreis der Legierung, die Sie anbieten. Beispiel: hoher Feingoldpreis, aber schlechter Legierungspreis. Bei größeren Mengen dürfen Sie gerne anrufen, Hausbesuche sind auch möglich.

750er 16,- €/g 585er 12,50 €/g 333er 7,- €/g Zahngold 12,50 €/g

G.Stetter, Brandmatt 18, 77887 Sasbachwalden, Tel.: 0174/4955585