

# HEVINFO

**02/2019**  
Die Zeitung der Freiburger  
Hauseigentümer

## MEINE FRAGE AN DEN HEV

**Bei der Wohnungsabnahme einer meiner Mietwohnungen bemerkte ich, dass meine Mieterin einige Wände farbig gestrichen hatte. Sie weigert sich, die Wiederherstellung des früheren Zustands zu bezahlen, da sie die Wohnung während 10 Jahren gemietet habe und die Lebensdauer der ursprünglichen weissen Farbe abgeschrieben sei. Was hat es damit auf sich?**



**ME JACQUES PILLER**  
Vize-Präsident APF/HEV Fribourg

Nach den üblichen Regeln "hat der Mieter die Sache am Ende des Mietverhältnisses in dem Zustand zurückzugeben, der sich aus dem vertragsgemässen Gebrauch ergibt" (Art. 267 Abs. 1 OR). Der Mieter haftet daher nur dann, wenn er den Mietgegenstand unsachgemäss genutzt hat. Die Grenze zwischen bestimmungsgemässen und übermässigem Gebrauch ist nicht immer einfach zu ziehen. Was unter normaler Abnutzung zu verstehen ist, hängt von der Zweckbestimmung der Mietsache ab. Grundsätzlich haftet der Mieter für Mängel, die über die normale Abnutzung hinausgehen. Die Entschädigung, die der Mieter dem Vermieter diesbezüglich schuldet, entspricht jedoch nicht dem ganzen Neuwert, sondern dem Zustandswert der beschädigten Einrichtungen oder Sachen. Die Entschädigung muss daher dem Alter der bestehenden Anlage und der üblichen Lebensdauer solcher Anlagen Rechnung tragen. Die Lebensdauer einer Wandfarbe beträgt in der Regel 8 Jahre. In unserem Fall ist diese Dauer

überschritten. Daher ist Ihre Mieterin nicht verpflichtet, den Schaden zu beheben.

Andererseits entsprechen das Streichen einer Wand und das Übermalen der ursprünglichen mit einer anderen Farbe allerdings einer Veränderung des Mietgegenstandes. Angenommen, der Vermieter habe eine solche Änderung nicht genehmigt, so kann er verlangen, dass das Objekt im Originalzustand zurückgegeben wird.

Im vorliegenden Fall ist Ihre Mieterin also verpflichtet, zumindest die Kosten für das Material und den benötigten Arbeitsaufwand zur Entfernung der Farbschicht zu tragen, umso mehr, wenn diese dunkel ist.

Anders wäre es gewesen, wenn Ihre Mieterin Sie zuvor um die Erlaubnis zur Durchführung dieser Änderung gebeten und Sie ausdrücklich Ihre Zustimmung gegeben hätten.

Ein solcher, in Art. 260 Abs. 1 OR geregelter Fall sieht vor, dass die Zustim-

mung aus Gründen der Rechtssicherheit schriftlich erfolgen muss. Der Vermieter kann daher am Ende des Mietverhältnisses keine Wiederherstellung mehr verlangen, ausser, wenn dies ausdrücklich schriftlich festgehalten wurde. (Art. 260 Abs. 2 OR). ✓

WERBUNG

## INHALTSVERZEICHNIS

MEINE FRAGE AN DEN HEV .....	1
DAS EDITORIAL .....	2
REZEPT .....	2
<b>SICHERHEIT</b> Einbruchschutz erhöhen – effizient und einfach .....	3
<b>LEBENSRAUM</b> Crash-Kurs: Nachhaltige Terrassenböden .....	4
<b>FINANZ</b> Nutzniessung oder Wohnrecht? .....	4
<b>SICHERHEIT</b> Das Recht auf Datenschutz, eine Illusion ? .....	5
<b>LEBENSRAUM</b> Der Kombi-Steamer und die Gesundheit .....	6
<b>LANDSCHAFT</b> Kurze Kreisläufe zur Energieeinsparung .....	6
<b>GESUNDHEIT</b> Kümmel, Hilfe gegen Bauchbrummen .....	7
<b>MITGLIEDER VORTEILE</b> .....	8
<b>KURZMITTEILUNG</b> .....	8
<b>KONTAKT</b> .....	8

**Protekta**  
*Rechtsschutz*

Rechtsschutzversicherer  
für Privatpersonen und Firmen.



### RUDOLF VONLANTHEN

Grossrat, Präsident APF/HEV Fribourg

Liebe Hauseigentümerin,  
Lieber Hauseigentümer,

Die grüne Welle überrollt auch die Schweiz. Schülerinnen und Schüler schwänzen die Schule um zu demonstrieren und dabei meinen sie, das Klima retten zu können. Eine solche Hysterie brauchen wir nicht. Der Klimaschutz liegt uns allen am Herzen.

Die Schweizer Politik hat auch schon vieles unternommen. Gemäss den pulzierten Zahlen des Bundesamtes für Umwelt konnte der Co2-Ausstoss von 26.5 Prozent gegenüber 1990 reduziert werden. Gleichzeitig betrug das Bevölkerungswachstum seit 1990 knapp 25 Prozent und die Wohngebäude nahmen um 33 Prozent zu. Den Hauseigentümern sei Dank!

Bei der Umsetzung der Energiestrategie 2050 ist der Zielwert für den Energiebedarf pro Kopf für 2020 bereits erreicht. Das Klima geht uns alle an. Daher darf es nicht sein, dass nur der Gebäudebereich weiterhin hart angepackt wird. Knapp vier Jahre nach der Verabschiedung der MuKEn befinden sich mittlerweile die Mehrzahl der Kantone in der Phase der Umsetzung in die kantonalen Vorschriften. Die Kantone Waadt, beide Basel, Obwalden haben die MuKEn bis Ende 2018 umgesetzt. Der Kanton Waadt hat die Regelung zum Einsatz erneuerbarer Energie beim Heizkesselerersatz nicht eingeführt. Auch im Kanton Baselland wurden die MuKEn abgeschwächt. In den Kantonen Solothurn, Luzern und Bern wurde eine Volksabstimmung nötig. Solothurn und Luzern nahmen die Richtlinien an, während Bern am 10.2.2019 das geänderte Gesetz ablehnte. In den Kantonen Graubünden, Appenzell, Aargau, Neuenburg, Zürich, St. Gallen, Thurgau und Freiburg ist die Vernehmlassung am Laufen. Es zeichnet sich ab, dass in den Kantonen Thurgau und Zürich nur wenige Elemente der MuKEn umgesetzt werden sollen. Obwohl sich die Kantonalen Energiedirektoren um Harmonisierung bemühen, zeichnet sich eine flächendeckende Umsetzung der MuKEn definitiv nicht ab. Während einige Kantone weitergehen wollen als die MuKEn, stehen andere Kantone auf die Bremse beim Einführen neuer Regelungen.

Und wie sieht es in unserem Kanton aus? Ich kenne die Ergebnisse der Vernehmlassung noch nicht. Ich bin auf jeden Fall gespannt auf den Gesetzesvorschlag, welcher der Staatsrat dem Grossen Rat in den nächsten Monaten präsentieren wird. So oder so muss der Hauseigentümerversand den Spielraum ausnützen, unsere Vorstellungen einzubringen, damit wir die Regulierungswut im Zaum halten können.

Wie wir wissen, richtet die Schweiz die Engeriepolitik neu aus. Das tangiert vor allem die Gebäude. Die Hauseigentümer wägen Vor- und Nachteile unterschiedlicher Energiesysteme sorgfältig ab. Der Hauseigentümerversand unterstützt sie dabei. Werben Sie für Neumitglieder, damit vermehrt Hauseigentümer in den Genuss der APF/HEV Vorteile kommen.

Wie schon mehrmals angetönt, findet unsere Generalversammlung am Donnerstag, 6. Juni 2019 in der Auberge Lavapesson in Granges-Paccot statt. Es würde mich sehr freuen, Sie an unserer GV zahlreich begrüßen zu können. ✓

### Morchelrisotto



#### MAXIME GENOUD (15 JAHRE ALT)

Sohn von Alexandra Hermann Taner,  
Geschäftsführerin der Buvette  
du Petit Train in Freiburg

Für 4 Personen

#### Risotto

- 250 g Risottoreis
- 1 Zwiebel
- 2 l Gemüsebouillon
- 1 dl Weisswein (nach Belieben)
- 80 g geriebener Parmesan
- Kochbutter
- Salz und Pfeffer

Die geschälte und fein geschnittene Zwiebel in etwas Butter goldbraun anbraten - Den Reis dazugeben und ca. 3 Minuten dünsten, bis er glasig wird - Die Bouillon nach und nach dazugießen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat. Nochmals 2-3 Minuten köcheln lassen - Den Parmesankäse dazugeben und gut umrühren. Noch einige Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.

#### Morchelsauce

- 1 EL Butter
- 150-200g abgospülte, abgetropfte, halbierte Morcheln
- 2 dl 25% Rahm
- 1 Würfel Rindsbouillon in 2 dl Wasser aufgelöst

Butter schmelzen - Die Morcheln unter Rühren einige Minuten lang andünsten - Rindsbouillon zugeben und 15 Minuten köcheln lassen. (Morcheln müssen genügend lang gekocht sein.) - Kurz vor dem Servieren den Rahm hinzufügen.

Beim Andünsten ist es möglich, eine Schalotte oder Zwiebel hinzuzufügen

#### Anrichten

Risotto nach Belieben anrichten (auch in einem Suppenteller möglich). Die Morchelsauce sorgfältig darüber giesen.

Sie können erneut Parmesankäse hinzufügen und sofort mit einem Salat servieren.

**Einen guten Appetit!**

#### WERBUNG



**IHR GEBÄUDE OHNE ASBEST**  
Erneuerung - Sanierung - Abriss

Desamtech SA - Rte André Piller 7 - 1762 Givisiez  
Tel. / Fax 026 411 23 04 - info@desamtech.ch  
[www.desamtech.ch](http://www.desamtech.ch)



**BD GÉRANCE**  
Gestion - PPE - Courtage - Fiduciaire

Nos agences  
**BULLE - FRIBOURG - ROMONT - BIENNE**

[www.bdgerance.ch](http://www.bdgerance.ch)

# Einbruchschutz erhöhen – effizient und einfach

**Immobilien sind immer so individuell wie deren Besitzer, und so sind auch deren Vorstellungen, was den Einbruchschutz angeht. Aber schlussendlich wollen wir doch alle das Gleiche, und zwar keine Einbrecher im Haus.**



**BERNARD VONLANTHEN**  
Adjunkt Kommunikation + Prävention  
Kantonspolizei Freiburg

Ein Einbrecher braucht im Schnitt zirka zwei Minuten für seine Arbeit. Das heisst einbrechen, Räumlichkeiten durchsuchen und wieder verschwinden. Die Täter suchen sich die Immobilien nicht gezielt aus, sondern ganz zufällig. Eine Bande kann so in einer Nacht auch gleich mehrere Quartiere oder gar Ortschaften aufsuchen.

Dank intensiver Präventionsarbeit und dementsprechenden Massnahmen sind die Einbruch- und Einschleichdiebstähle in den letzten Jahren stark zurückgegangen. Allerdings verzeichnen wir in der Schweiz nach wie vor noch über 20'000 Fälle pro Jahr. Im Kanton Freiburg waren es im Jahre 2018 über 1000 Fälle. Das zeigt doch, dass Türen aufbrechen und Häuser durchsuchen in der Schweiz immer noch lohnenswert ist.

Gerade in der dunklen Jahreszeit nimmt die Zahl der Einbrüche stark zu. Die frühen Abendstunden, wo noch viele ausser Haus sind, werden am häufigsten genutzt, um so genannte Dämmerungseinbrüche zu verüben. Diese werden meist mit primitiven Mitteln vollzogen, wie beispielsweise mit einem Schraubenzieher oder einem Brecheisen.

Vielfach werden Türen, Fenster oder Terrassentüren aufgewuchtet. Fehlt ein Schutzbeschlag bei der Eingangstüre, wird auch gerne mal ein Schliesszylinder abgebrochen. Eher selten wird Glas eingeschlagen oder auf Balkone geklettert.

## ERSCHWEREN WIR DEN TÄTERN DOCH DIE ARBEIT

In erster Linie wollen die Einbrecher nicht gesehen werden, also suchen sie sich diejenige Fassadenseite aus, an welcher sie ungestört arbeiten können. Weiter wollen sie keine Spuren von sich am Tatort zurücklassen, oder sich sogar dabei verletzen. Als Drittes kommt hinzu, wenn ein Einbruchdiebstahl total zirka zwei Minuten dauert, dann darf alleine für das Aufbrechen einer Türe oder eines Fensters nicht mehr als 20-30 Sekunden aufgewendet werden. In der Sommerzeit muss dafür sogar vielfach überhaupt keine Zeit aufgewendet werden, da Türen und Fenster zum Teil einfach offen stehen. Auch Kippfenster sind quasi offene Fenster. Eine hundertprozentige Sicherheit gibt es nicht, doch können bereits einfache Massnahmen einen effizienten Schutz Ihrer Wohnräume bieten. Versetzen Sie

sich in die Situation des Einbrechers. Diese wollen in erster Linie nicht gesehen werden und auch niemandem begegnen. Sie scheuen Aufwand, Komplikationen und Licht.

## FANGEN SIE BEI DER NACHBARSCHAFTSHILFE AN



Einige wirkungsvolle Massnahmen können Sie ohne Handwerker, gratis und sofort umsetzen. Zum Beispiel die Pflege einer guten Nachbarschaft, welche ein wachsames Auge auf die Umgebung wirft. Scheuen Sie sich nicht, bei einem verdächtigen Verhalten, einem verdächtigen Fahrzeug oder ungewöhnlichem Lärm in ihrem Quartier sofort die Polizei (Tel. 117) zu verständigen. Vielleicht ist ja sogar eine Patrouille in der Nähe und Sie helfen so, eine Täterschaft auf frischer Tat zu ertappen.

Wir sind für jeden Hinweis aus der Bevölkerung dankbar.

Dann gibt es auch kostengünstige, technische Hilfsmittel wie Zeitschaltuhren oder Licht-Bewegungsmelder, welche die Anwesenheit der Bewohner vortäuschen. Wer allerdings bereit ist, in die Einbruchhemmung etwas mehr zu investieren, der findet mechanische oder elektronische Sicherheitseinrichtungen in allen Preis- und Schutzklassen.

## LASSEN SIE SICH BERATEN

Soll ich eine Alarmanlage oder vielleicht sogar eine Videoüberwachung installieren? Heute gibt es technisch hervorragende Anlagen, die je nach Objekt auch Sinn machen. Elektronische Massnahmen dürfen aber nicht überschätzt werden, denn sie bedürfen einer regelmässigen Wartung und müssen immer auf dem neusten Stand sein. Heute werden viele solcher Anlagen sogar via App gesteuert. Türen, Storen, Licht, Kameras etc., alles kann ich heute mit dem Smartphone von einem x-beliebigen Ort auf der Welt steuern. Aber Achtung, die Gegenseite kann das auch! Zudem müssen auch gewisse Datenschutzbestimmungen eingehalten werden. Lassen Sie sich doch einfach von einer Fachperson beraten. Die Kantonspolizei Freiburg bietet kostenlos und unverbindlich solche Schwachstellenanalysen an. Nach jedem Besuch wird ein auf Sie zugeschnittenes Massnahme-protokoll erstellt.

Kontakt unter:  
[www.fr.ch/de/datei/praevention](http://www.fr.ch/de/datei/praevention)

WERBUNG

**JFD MAÇONNERIE Sàrl**  
L'artisan maçon à votre mesure

Route de la Scie 1  
1753 Matran  
Nat. 079 218 28 89

[www.jfdm.ch](http://www.jfdm.ch)  
[info@jfdm.ch](mailto:info@jfdm.ch)  
Tél. 026 401 32 58 Fax 026 401 32 59

trane-auto

**Kanalreinigung**  
**Curage des canalisations**  
**Muldenservice**  
**Service multi-bennes**

it's clean...

**WC-Kabinen**  
**Cabines WC**



**026 494 11 57**

## Crash-Kurs: Nachhaltige Terrassenböden

### TATJANA KRÜTTLI-BRÜGGER

Marketing Verantwortliche,  
HKM SA, Givisiez

Die Terrasse ist der Ort der Ruhe und Erholung schlechthin und, gemütlich eingerichtet, ideal für schöne Sommertage. In den letzten Jahren sind ökologische und nachhaltige Gesichtspunkte bei der Wahl der Terrassenböden zu wesentlichen Faktoren geworden. Aus diesem Grund haben sich derzeit Holz und Verbundwerkstoffe von anderen Materialien ab.

### HOLZTERRASSEN

Holzterrassen sind auf dem Vormarsch und dies nicht umsonst. Die natürliche und gemütliche Atmosphäre, die von diesem Material ausgeht, steht Kunststoffterrassen in nichts nach. Holz ist seiner Qualität und vor allem seiner Dauerhaftigkeit wegen sehr vorteilhaft. Darüber hinaus ist es bei sachgemässer Pflege unverwundlich und strapazierfähig. Es ist die ästhetischste und echtste Lösung. Ausserdem ermöglicht die grosse Auswahl an Farben und Leistentypen eine nahezu grenzenlose Umsetzung Ihrer kreativen Ideen. Auf den ersten Blick besticht dieses natürliche Material durch seine Haltbarkeit, es kann aber trotzdem ein ökologisches Problem aufwerfen. Tropenholz ist sehr gefragt und der illegale Handel damit boomt, was eine Vielzahl von Umweltproblemen nach sich zieht. Um solche illegalen Machenschaften zu umgehen, ist es absolut notwendig, sich für eine Holzart mit dem FSC - Label (Forest Stewardship Council) zu entscheiden, das verantwortungsvoll bewirtschaftete Plantagen zertifiziert. Die andere Möglichkeit besteht darin, sich für europäisches Holz zu entscheiden. Mehrere Produkte sind dem Tropenholz qualitativ ebenbürtig, zudem optimal bezüglich Haltbarkeit und Ökologie. So produziert beispielsweise das norwegische Unternehmen Kebony ein Spitzenprodukt, das neben all diesen Vorteilen als Pflege nur einer einfachen Reinigung bedarf.

### TERRASSEN AUS VERBUNDWERKSTOFFEN

Eine noch umweltfreundlichere Alternative ist das Verbundholz. Aber was ist Verbundholz? Es wird aus mehreren Elementen wie Holzfasern und Polyethylen-Pulver hergestellt. Da es widerstandsfähig, lange haltbar und kostengünstig ist, liegt es immer mehr im Trend. Tatsächlich hebt sich der Verbundwerkstoff von Konkurrenzprodukten ab, weil er besonders robust ist. Er trotz allen klimatischen Bedingungen und natürlichen Gästen oder Parasiten wie Pilzen, Moosen und sogar Termiten. Da der Baustoff nicht direkt aus Holz gefertigt ist, werden die Leisten nicht aufreissen, also keine Holzsplitter in den Füßen! Der Hauptunterschied zwischen der Terrasse aus Holz und derjenigen aus Verbundstoff liegt im Unterhalt. Tatsächlich erfordern die meisten Holzplatten eine regelmässige und sorgfältige Behandlung, Verbundwerkstoff-Terrassen jedoch nur eine gelegentliche, kostengünstige Reinigung.

Vom ökologischen Standpunkt aus punktet dieses Material, weil sein Hauptbestandteil aus Fallholz und Rohholzabfällen besteht. Natürlich ist es immer unbedingt notwendig, ein recyceltes Material aus zertifizierten und nachhaltigen Betrieben zu wählen. Das manchmal zu plastische und eher unechte Aussehen des Verbundwerkstoffs ist sein grösster Nachteil. Um dem entgegenzuwirken, ist es notwendig, darauf zu achten, dass die im Verbund enthaltene Holzmenge 50% erreicht.

Der einfache Unterhalt, der Preis, die Qualität und die ökologischen Faktoren der beiden Materialien ermöglichen den Bau einladender Terrassen und fördern so das Bewohnen des Aussenbereichs. Mit all den Möglichkeiten sollte es Ihnen durchaus gelingen, das Passende zu finden und die schöne Jahreszeit in vollen Zügen zu geniessen. ✓

## Nutzniessung oder Wohnrecht?

### PATRICE DUPONT

Prokurist, verantwortlich für  
die Finanzplanung,  
Freiburger Kantonalbank

Wenn ein Ehegatte stirbt, kommt es oft vor, dass der überlebende Partner wegen des sinkenden Einkommens und des Erbanteils der Kinder den Besitzstand am Wohneigentum nicht wahren kann. Statistisch gesehen stirbt der Ehemann zuerst. Der Güterstand wird beim Tod eines Ehegatten aufgelöst, und 50% der während der Ehe erwirtschafteten Ersparnisse stehen (im Falle der Errungenschaftsbeteiligung) dem verbleibenden Ehepartner zu. Dieser ist bis zur Hälfte an der Verteilung der restlichen Erbmasse beteiligt, der Rest steht den Kindern zu. Grosso modo kann man sagen, dass der überlebende Ehepartner ein Viertel des Familienvermögens verliert.

Damit der überlebende Ehepartner in seinen vier Wänden verbleiben kann, hätten beide Ehepartner einen vom Gesetz erlaubten Zusatz zum Ehevertrag unterschreiben können. Ein solches Dokument hätte festgelegt, dass die gesamte Errungenschaft, also ohne das eigene Vermögen, dem überlebenden Ehegatten zukommen würde.

Aber eine solche Vereinbarung reicht vielleicht nicht aus, damit der überlebende Ehepartner seine finanziellen Lasten tragen kann. In diesem Fall hätte das Paar mit seinen Kindern einen Nutzniessungsvertrag abschliessen können. In einem solchen Vertrag überträgt das Paar (der Nutzniesser) sein Eigentum auf seine Kinder als eigentliche Besitzer, ohne Nutzniessungsrecht. Diese Vereinbarung ermöglicht es dem überlebenden Ehepartner, die Wohnung zu bewohnen oder zu vermieten. Diese Lösung ist jedoch nicht immer praktikabel, da der

Nutzniesser in der Lage sein muss, alle Kosten des Hauses und vor allem die Kosten im Zusammenhang mit der Hypothekarschuld zu übernehmen, jedoch ohne Amortisation. Er muss auch die mit dem Gebäude verbundenen Steuern zahlen, ganz zu schweigen vom Eigenmietwert oder den Einnahmen aus einer möglichen Vermietung.

Die Familie könnte sich für das Wohnrecht entscheiden. Diese Regelung ermöglicht es, das Eigentum auf die Kinder zu übertragen und dem überlebenden Ehepartner bis zu seinem Tod ein persönliches und nicht übertragbares Recht auf Aufenthalt in der Wohnung zu garantieren, das diesen von allen Eigentümerlasten (mit Ausnahme der Besteuerung des Eigenmietwertes), insbesondere von Hypothekarkosten, befreit. Diese Kosten werden auf die Schultern der Besitzer abgewälzt. Die Frage ist nur, ob diese in der Lage sein werden, sie zu begleichen.

Im Fall eines Eintritts in ein Pflegeheim, dessen Kosten oft Ergänzungsleistungen und/oder kantonale Beiträge für Betreuungskosten erfordern, wird das Wohnrecht beendet. Wird dem Nutzniesser jedoch ein Mietwert in Rechnung gestellt, könnte sich dadurch der Betrag der ihm zustehenden Leistungen verringern. ✓



### WERBUNG




**www.hkm.ch**

Bodenbeläge · Parkett · Terrassen  
Insektenschutzgitter · Sonnenschutz  
Vorhänge · Doppelböden · Falt- und Schiebewände

Rte André Piller 7  
1762 Givisiez  
T. 026 347 20 00  
F. 026 347 20 09

Ch. de Longemaraz 6  
1023 Crissier  
T. 021 510 20 20  
F. 021 510 20 29

Ch. des Aulx 5  
1228 Plan-Les-Ouates  
T. 022 552 34 34  
F. 022 552 34 39



Was machst du so? Beulen!

**Die KGV rät:**  
Hagelkörner beschädigen die Storen. Ziehen Sie sie hoch! Die Fensterscheiben sind robuster.

www.publifidee.ch



www.ecab.ch

# Das Recht auf Datenschutz, eine Illusion ?

**Artikel 13 der Bundesverfassung garantiert jeder Person den Anspruch auf Schutz vor Missbrauch ihrer persönlichen Daten. Ist dieses Recht auf informationelle Selbstbestimmung oder Kontrolle über die uns betreffenden Daten angesichts der aktuellen technologischen Entwicklungen nicht eine Illusion?**

**JEAN-PHILIPPE WALTER**

Unabhängiger Experte,  
Datenschutzbeauftragter  
des Europarates

Der Leitartikel in Le Temps vom 11. Januar 2019 begann mit folgender Feststellung: "Wir haben den Kampf um die Kontrolle über unsere Personendaten verloren. Heute besteht die Herausforderung darin, den Kampf zu gewinnen, der auf die Regulierung ihrer Nutzung abzielt." Sind wir also wirklich jeder Macht oder Kontrolle über unsere Personendaten und darüber hinaus über unser eigenes Privatleben beraubt? Und wenn wir diesem Leitartikel zustimmen, ist es dann nicht schon zu spät? "Der Kunde hat schon lange keine Geheimnisse mehr." Jede einzelne Person wäre demnach kein Verbraucher oder gar ein Konsumakteur, sondern ein Produkt oder ein Sklave der Netz-Giganten! Aber was hat es damit wirklich auf sich?

Die neue Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) der Europäischen Union ist seit dem 25. Mai 2018 in Kraft. Sie stärkt die Rechte der betroffenen Einzelpersonen, erlegt den Bearbeitungsverantwortlichen neue Verpflichtungen auf und verleiht den Datenschutzbehörden mehr Befugnisse und Kompetenzen, insbesondere bei Missbrauch, harte Sanktionen zu erteilen. Der Europarat hat auch die Datenschutzkonvention 108 aktualisiert und ihr Änderungsprotokoll am 18. Mai 2018 angenommen. In der Schweiz ist die im Parlament diskutierte Revision des Bundesgesetzes ins Stocken geraten und dürfte in der laufenden Legislaturperiode wohl nicht



verabschiedet werden. Es bleibt jedoch wenig Zeit, um den Herausforderungen der digitalen Gesellschaft zu begegnen und die Rechte des Einzelnen zu gewährleisten sowie sicherzustellen, dass das für unsere Wirtschaft erforderliche, angemessene Datenschutzniveau gegenüber der Europäischen Union aufrechterhalten bleibt, da sonst der freie Informationsfluss ernsthaft behindert werden könnte.

Eine strenge Gesetzgebung ist sicherlich unerlässlich, sie reicht jedoch nicht aus, damit der Bürger und Konsument tatsächlich zu einem Bürger und Konsumakteur wird und die volle Kontrolle über die ihn betreffenden Daten und die Verwaltung seines Privatlebens wiedererlangt. Mehr denn je muss das Recht auf Datenschutz verteidigt werden, denn jeder Mensch braucht zum Leben seine eigene Privatsphäre, in der er seine Persönlichkeit entwickeln und frei handeln kann. Ohne diese Freiräume

sind auch Gesellschaft und Demokratie bedroht. Die Informations- und Kommunikationstechnologien bieten uns im täglichen Leben zwar viele Vorteile, bergen jedoch auch Schattenseiten, die unsere Rechte und Freiheiten bedrohen.

Der Einsatz künstlicher Intelligenz und die individuelle Profilierung durch die Nutzung von Megadaten, die auf mehr oder weniger zuverlässige Algorithmen zurückgreifen und in automatisierten Entscheidungen münden, können verheerende Folgen haben, wenn sie nicht ausreichend kontrolliert werden. Eine Gesellschaft, die von Algorithmen beherrscht wird, die den Menschen von seiner Verantwortung entbinden und versklaven oder ihm Technologien aufzwingen, die jeden Morgen seinen Tag und seine Lebensweise bestimmen, ist eine ernsthafte Bedrohung, die es um jeden Preis zu bekämpfen gilt, wenn wir freie Frauen und Männer bleiben wollen.... Wie beim Klima besteht ein

dringender Handlungsbedarf und zwar jetzt, sonst ist es zu spät... Jede einzelne Person muss sich betroffen fühlen. Als Nutzer müssen wir daher der digitalen Welt, in der wir uns bewegen, kritisch gegenüberstehen. Seien wir nicht naiv! Denn alle Daten, so harmlos sie auch scheinen mögen, bieten deren Besitzern eine Vielzahl an Informationen über uns. Es ist wichtig, sich der Einfachheit und Bequemlichkeit zu verwehren und kritisch zu hinterfragen, was die von uns genutzten Anwendungen von uns verlangen.

Warum geolokalisiert werden, um ein Rezept nachzulesen? Es gibt in der Tat keine kostenlose Anwendung. Unsere Daten sind es, die sie finanzieren. Wenn uns unsere Privatsphäre lieb ist, können wir uns – sicher zumindest noch teilweise - von der Diktatur der GAFAMs (Google-Apple-Facebook-Amazon) befreien, indem wir Anwendungen benutzen, für die wir zwar bezahlen müssen, die aber unsere Rechte und unsere Privatsphäre respektieren. So kann beispielsweise WhatsApp problemlos durch Threema, ein unabhängiges Schweizer Produkt, ersetzt werden. Es besteht also dringender Handlungsbedarf, die Kontrolle über unsere Daten - einem integralen Bestandteil unserer Person - ohne Aufschub wieder an uns zu nehmen. Ansonsten werden wir hoffnungslos "einer Macht unterworfen, die uns aus ihrem immer allwissenderen Wissen zum Handeln auffordert". Ohne es zu merken, werden wir Sklaven der digitalen Technologien sein, die wir täglich benutzen. Orwells "1984" "Big Brother" würde vor Neid erblassen! 

WERBUNG

 **Clément Peinture**

Crimimax  
Clément Peinture SA  
Karrweg 8  
1700 Fribourg

T 026 469 05 35  
F 026 469 05 37  
info@clementpeinture.ch

 **Riveiro**  
Feuer ist unsere Leidenschaft...

... verfügt über ein qualifiziertes Team, das sich täglich für eine gute Beratung und massgeschneiderte Lösungen einsetzt, für die Lieferung und Installation von...

-  Stückholz- Pellets und Wasserführende Öfen
-  Cheminée-Anlagen und Einsätze
-  Effektfeuer
-  Kachel- und Speicheröfen
-  Gartencheminées, Grills und Pizzaöfen
-  Kaminzüge und Kaminsanierungen
-  Reparaturen Unterhalt

**300 m<sup>2</sup> AUSSTELLUNGS-FLÄCHE**  
PERMANENT ÜBER 50 ÖFEN UND CHEMINÉES

**www.riveiro.ch**  
AVENCHES | Ch. des Artisans 5  
026 675 40 15

## Der Kombi-Steamer und die Gesundheit



### EMMANUEL ROSSIER

Verantwortlicher  
SARINA ELECTROMENAGER SA

Neue Technologien haben die Entwicklung von Kochgeräten vorangetrieben, und es gibt heute viele verschiedene Möglichkeiten, Speisen zu kochen und zuzubereiten. Waren diese Techniken früher den Grossküchen vorbehalten, sind sie heute für jedermann zugänglich und immer häufiger in unseren Küchen eingebaut. Ist es jedoch möglich, die Qualität und den Geschmack der Lebensmittel während des Kochens zu erhalten?

Es gibt viele Methoden, Speisen zuzubereiten, sei es durch Grillieren, Erhitzen in einem herkömmlichen Ofen oder Aufwärmen in der Mikrowelle. Ein Gerät scheint alle diese Techniken auf sich zu vereinen, zudem schon es die Lebensmittel und liefert durch den Verbleib der Nährstoffe im Gargut einen nicht zu verachtenden Mehrwert. Es handelt sich um den Kombi-Steamer, der nach dem gleichen Prinzip wie ein Dampfgarer funktioniert. Er ermöglicht, Lebensmittel (Gemüse, Fisch, Fleisch...) im Wasserdampf zu kochen. Ein Wasserbehälter, der aus-

serhalb oder innerhalb des Hohlraums angebracht ist, erzeugt nach dem Erhitzen Dampf im Tank. Das Kochen der Lebensmittel erfolgt bei niedriger Temperatur, wodurch Mineralsalze und Vitamine erhalten bleiben.

Die wirklichen Vorteile bestehen darin, dass die Nahrungsmittel auch ohne Fettzugabe im Gegensatz zum Kochen im normalen Ofen nicht austrocknen! Problemlos können sogar unterschiedliche Speisen gleichzeitig zubereitet werden. Die individuelle Garzeit der Gerichte ist gewährleistet und jede Speise behält ihren eigenen Geschmack bei.

### UND WAS HAT DIES MIT DER GESUNDHEIT ZU TUN?

Kurz gesagt: Das Dampfgaren ermöglicht es, sich mit Vitaminen und Mineralien vollzutanken und wieder den wahren Geschmack von Gemüse zu entdecken. Das Kochen im Kombi-Steamer ist besonders geschmackvoll, aber auch gesund. Es ermöglicht, Fette und Öle wegzulassen und garantiert gleichzeitig eine weiche und schmelzende Textur Ihrer Speisen. Dampfgearbete Gerichte sind leicht verdaulich und perfekt, Figur und Gesundheit zu erhalten! ✓

WERBUNG

Conseil  
Vente  
Installation

**SARINA**  
Electroménager

[www.sarina-electromenager.ch](http://www.sarina-electromenager.ch)

## Kurze Kreisläufe zur Energieeinsparung

### CÉDRIC PROGIN

Landschaftsarchitekt  
dessine-moi un jardin GmbH, Givisiez

In seinem 2007 erschienenen Buch "La face cachée du pétrole" führt Eric Laurent verschiedene europäische Studien an, die verrückte Zahlen ins Feld führen. So werden beispielsweise 97 Kalorien benötigt, um eine Kalorie Spargel von Chile nach England zu transportieren, 52 benötigte Transport-schritte wurden gezählt, bis die in Italien geernteten Tomaten in Schweden als Ketchup im Supermarktregal landeten. Ausserdem ergab eine 1996 vorgelegte Studie, dass die jährliche Einfuhr von Lebensmitteln nach England (einschliesslich aller Transportmittel) 4,1 Millionen Tonnen CO2 verursacht. Haben wir vielleicht vergessen, dass einer der Hauptgründe, warum wir essen, darin besteht, unserem Körper Energie zu liefern?

### ¾ der europäischen Bevölkerung leben in Städten

Die urbane Landwirtschaft kann und muss dazu beitragen, diese Zahlen zu senken, denn fast ¾ der europäischen Bevölkerung leben in Städten und die Möglichkeiten sind vielfältig:

- Bepflanzte Wände und Dächer im Aeroponik-System (Pflanze mit Luftwurzeln), als Hors-Sol-Kulturen (wurzelnackte Pflanzen im Wasser), in Aquaponik (Gemüseanbau und Fischzucht im geschlossenen Kreislauf),
- Tierhaltung von wenigen Ziegen oder Schafen, Hauskaninchen, Geflügel oder sogar Insekten, urbane Imkerei,
- Anbau von Pilzen oder Algen.

Der Anbau kann als Gemeinschaftsgarten um Gebäude herum, als Bildungsgarten in der Nähe öffentlicher Gebäude oder als echte, gemeinschaftliche oder private städtische Bauernhöfe betrieben werden.

Unter den herausragendsten verwirklichten Projekten muss sicher Brooklyn Grange mit zwei grossen Farmen in Brooklyn und Long Island genannt werden. Zusammen produzieren sie auf einer Fläche von gut 30.000 m2 (nur 3 Hektaren) mehr als 22 Tonnen Gemüse pro Jahr ohne bodenverbessernde Zugaben und chemische Pestizide. Die Betriebe beherbergen Bienenstöcke, Legehennen und spielen eine wichtige soziale Rolle in den lokalen städtischen Gemeinschaften.

Andere, konkretere Beispiele aus der näheren Umgebung finden Sie in der nächsten Ausgabe. ✓



Dachgärten in New York

Freiburg, Waadt, Wallis



Ihr Spezialist für Feuerschäden, Wasserschäden, private  
und industrielle Reinigung  
Intervention 24/24

**0800 240 002**

Rue de Vevey 202, 1630 Bulle / Verrerie 5A, 1870 Monthey / Rue Etraz 4, 1002 Lausanne

# Kümmel, Hilfe gegen Bauchbrummen

**Der Wiesenkümmel, eine einheimische Sorte, macht Sauerkrautgerichte bekömmlicher und fördert die Verdauung. Eine unscheinbare Pflanze mit weiss bis hellrosa blühenden Dolden.**

## EMANUEL ROGGEN

Diplomierter Drogist  
Geschäftsführer der Roggen GmbH,  
Domdidier - Estavayer-le-Lac - Romont

In der Phytotherapie wie auch in der Küche werden vor allem die Samen des Kümmels, auch Wiesenkümmel oder Gemeiner Kümmel genannt, verwendet. Es dauert zwei Jahre, bis die Samen reif sind. Die intensive Nutzung des Bodens, auf dem die Pflanze gedeiht, gefährdet das Ausreifen des Samens so sehr, dass sie in der Ebene praktisch verschwunden ist.

Der Kümmel ähnelt der wilden Möhre, diese hat jedoch behaarte Blätter. Er zeichnet sich durch seinen typischen Duft aus. Es gibt regional verschiedene Namen für Kümmel (Gemeiner Kümmel, Wiesenkümmel) und tatsächlich

auch verschiedene Sorten. In Indien wird die Sorte Ajmud (*Carum roxburgianum*) Currys und Chutneys, die Sorte Ajowan (*Carum copticum*) jedoch Backwaren und einigen Getränken beige-mengt. Beide Pflanzen wachsen nicht in unseren Breitengraden. Schwarzkümmel, im Iran als Gewürz geschätzt, ist kleiner und ebenholzfarben: Er wird aus der blauen Blumenkrone des Schwarzkümmels geerntet.

In Deutschland ist Kümmel sehr beliebt. Man findet ihn in bestimmten Digestifs wie dem *Kümmel* oder in *Pumpernickel*, einem Schwarzbrot aus Roggenmehl. Die Blätter können roh oder frittiert einem Salat oder einer Suppe beige-fügt oder als Dekoration verwendet werden, währenddem sich die zucker- und stärkehaltige Wurzel als Gemüse eignet. In Ungarn wird Kümmel zum Würzen von Gulasch, in Tune-

sien zur Herstellung der Harissa-Würze verwendet.

Sollte es vorkommen, dass sich der Wind in Ihrem Bauch mehr oder weniger diskret, duftend oder donnernd Luft verschafft, dann denken Sie an Kümmel! Sogar bei Wiederkäuern wird Bläh-sucht mit Kümmel behandelt. So ist er denn auch in einem tiermedizinischem Pulver gegen Durchfall enthalten, das in den Drogerien Roggen erhältlich ist.

Kümmeltee ist nicht nur als Aperitif (zur Anregung von Speichelfluss und Appetit), sondern auch als Digestif (nach einem reichhaltigen Essen) ideal. Zu dessen Zubereitung zerkleinern Sie einen Teelöffel Kümmel in einem Mörser, übergiessen ihn mit kochendem Wasser, lassen den Tee abgedeckt maximal 10 Minuten stehen, sieben und trinken ihn in kleinen Schlücken. ✓



© Julia Sudnitskaya / Fotolia

## Datenblatt

### CARVUM CARVI

#### GESCHICHTE

Spuren von Kümmel wurden in Ägypten bei Ausgrabungen von Pfahlbauten aus der Jungsteinzeit, die sich auf 1500 v. Chr. zurückdatieren lassen, gefunden. Im 12. Jahrhundert erscheint er unter dem Namen Cumich in deutschen Medizinbüchern sowie Ende des 14. Jahrhunderts in englischen Kochhandschriften.

#### VOLKSTÜMLICHE NAMEN

Der lateinische Name, *Carum*, stammt von der Herkunft der Pflanze, der Region Karien in Kleinasien. Kümmel kommt aus dem Arabischen und bedeutet "Zuckerwurzel". Er wird auch Echter oder Wiesenkümmel, Gemeiner Kümmel, Kreuzkümmel, Schwarzkümmel, Meridianfenchel, Anis der Vogesen oder persischer Kümmel genannt.

#### BOTANIK

Kümmel gehört zur Familie der Apiaceae (Doldenblütler) und hat fein gefiederte, in einer Spitze endende Blätter. Der Stängel ist hellgrün und gerippt. Die weissen Blüten sind in zusammengesetzten Dolden mit unregelmässigen Spitzen angeordnet. Ende des Sommers sind die grünlichen Früchte – Samen genannt – im Reifezustand leicht bananenförmig und verfärben sich beim Trocknen braun.

#### HEILWIRKUNG

Kümmelsamen helfen, Gase im Darm aufzulösen, sie regen die Verdauung an und bekämpfen Blähungen und Flatulenzen. Das Trio Fenchel, Kümmel und Anis fördern die Milchbildung. Als Zutat machen diese Gewürze Gerichte wie Sauerkraut, Käse, Wurstwaren und Vollkornbrot leichter verdaulich.

## WERBUNG

COURANT FORT

RÉSEAUX INFORMATIQUES

TÉLÉCOM

**ÉLECTRICITÉ  
PROGIN SA**

Route du Pâqui 4 - 1720 Corminboeuf  
TEL : 026 466 18 66 - FAX : 026 466 18 67  
www.proginelectricite.ch

Seit

# 80 Jahren

an Ihrer Seite!  
Danke für Ihre Treue.

**Robert Mauron SA**

Sanitäre Anlagen

Wasserversorgung

Spenglerei

Bedachungen

Unterhalt

**robert-mauron.ch**

Rue du Progrès 3 • CP 1031 • CH-1701 Fribourg  
Tel. +41 (0)26 424 28 54 • office@robert-mauron.ch

### SARINA SA Haushaltsgeräte in Prez-vers-Noréaz



Zwei Jahre sind es nun schon her, dass die SARINA Haushaltsgeräte SA ihre Pforten neben der grossen Schwester, der SARINA Küchen SA, in den Räumlichkeiten in Prez-vers-Noréaz eröffnet hat!

Als kleines Unternehmen, das bestehende Dienst- und Serviceleistungen ergänzt und weiterentwickelt, ist Sarina Haushaltsgeräte SA Ihr neuer Partner für die Beratung, den Verkauf und die Installation von Haushaltsgeräten.

Ob in Ihrer privaten Küche oder Ihrer Immobilie, wir ersetzen alte Geräte fachmännisch und bieten Ihnen eine grosse Auswahl an Geräten für alle Ihre neuen Projekte. SARINA Haushaltsgeräte SA bietet Ihnen Lösungen,

die auf Ihre Bedürfnisse und Ihr Budget zugeschnitten sind!

**Sarina Électroménager SA**  
Rte de Fribourg 80  
1746 Prez-vers-Noreaz  
T. 026 401 20 83

HAUSHALTSGERÄTE

**SARINA SA**  
Electroménager

HEV-Fribourg Mitglieder erhalten gegen Vorlage ihrer Karte einen **Sonderrabatt von 50% auf alle freistehenden Geräte: Gefrierschränke, Kühlschränke, Waschmaschinen usw. der Marke Electrolux! (ohne Installation).**

## KURZMITTEILUNG

Unsere nächste Generalversammlung wurde auf den 6. Juni 2019 festgelegt. Die Einladung ist dieser Zeitung beigelegt. Danke im voraus für Ihre Teilnahme! **Anmeldungen bis 30. Mai 2019.**

Wir weisen Sie bezüglich des Rechtsschutzes darauf hin, dass der Beitragspreis von CHF 80.- den Ort des Basisrisikos, also Ihre Adresse, einschliesst. Wenn Sie eine oder weitere Wohnungen an einer zweiten Adresse besitzen, ist es unerlässlich, dass Sie den / die Ort(e) schriftlich anmelden, damit diese versichert und in Ihrem Jahresabonnement enthalten sind. Die Prämie wird entsprechend angepasst werden. Die Jahresgebühr für: 1 Objekt: CHF 80.-; 2 bis 5 Objekte: CHF 105.-; 6 Objekte und mehr: CHF 130.-; Jahresprämie der Verlängerung des Rechtsschutzes bei der Protakta pro Mietobjekt und pro Jahr: CHF 40.-.

## KONTAKT



### Geschäftsstelle

Av. de Beauregard 30 // 1700 Freiburg  
T. 026 347 11 40 // F. 026 347 11 45  
info@apf-hev-fr.ch // www.apf-hev-fr.ch

### Hotline Stunden

Jeden Tag von 8.30 Uhr bis 11.00 Uhr

### IMPRESSUM

Herausgeber: APF-HEV Freiburg  
Design: Piment Graphic Design, Givisiez  
Illustrationen: Joël Meyer, Freiburg  
Druck: media f sa, Freiburg  
Auflage 02/2019: 2450 Exemplare (1750 auf Deutsch, 700 auf Französisch)  
© www.apf-hev-fr.ch - Mai 2019

## WERBUNG

**WIEVIEL KOSTET DIE  
SANIERUNG IHRER  
ÖLHEIZUNG?**

Fragen Sie uns.  
Wir haben die Richtpreise.

Kostenlose Beratung  
**0800 84 80 84**

**HEIZEN MIT ÖL**  
Die raffinierte Energie

**Renovations-  
HYPOTHEK  
FKB**

**RABATT  
BIS ZU  
0,5%**  
AUF DEM VEREINBARTEN  
5 JAHRES ZINSSATZ



Für Renovationen, Umbau oder  
Vergrösserung einer Liegenschaft

**Freiburger  
Kantonalbank**

www.fkb.ch

einfach offener