

PRESSE

## Das Oma-Prinzip Frankenallee 71-81 60327 Frankfurt am Main Tel (069) 75 01 45 45 Fax (069) 75 01 45 11 E-Mail presse@societaets-verlag.de www.societaets-verlag.de

## Tipps, Tricks & Lifehacks für Küche, Haus und Garten

Wussten Sie, dass die Blätter und Strünke zahlreicher Nutzpflanzen oft ebenso lecker schmecken wie das eigentliche Gemüse? Und haben Sie schon mal mit Reis-Kochwasser Ihre Seidenwäsche auf Hochglanz gebracht oder mit Walnusskernen Kratzer in Möbeln oder Parkett beseitigt? Nachhaltig haushalten, ressourcenschonend kochen oder Lebensmittel haltbar machen, kleine Wehwehchen mit bewährten Hausmitteln kurieren und reparieren statt wegwerfen – diese Themen sind heute aktueller denn je. Ganz neu sind sie allerdings nicht. In "Das Oma-Prinzip" verrät Ingrid Schick altbewährte und neu entdeckte Tipps und Tricks, die schon ihre Großmutter Charlotte kannte.

Aus den von ihr geerbten Koch- und Haushaltsbüchern hat die Autorin zahlreiche originelle Lifehacks für einen nachhaltigen Haushalt ohne Chemie zusammengetragen, die über zwei Generationen von Frauen ihrer Familie erprobt, getestet und ergänzt worden sind. So ist ein wahrer Wissensschatz, teils noch in Sütterlin verfasst, entstanden, den Ingrid Schick mit viel Liebe zum Detail nach dem "Oma-Prinzip" an ihr Leserpublikum weitergibt. In insgesamt fünf Kapiteln finden sich zahlreiche wertvolle und vor allem bewährte Ratschläge, die Handlungsempfehlungen im Sinne der ökologischen und ökonomischen Nachhaltigkeit für alle Bereiche des Haushaltes bieten: Im Kapitel "Küche & Keller" geht es beispielsweise darum, wie sich Lebensmittelverschwendung vorbeugen lässt und Tiere - von den Knochen bis zu den Innereien - vollständig verwertet werden können. Ein im Alltag selten gewordenes Wissen, das fast nur noch in der professionellen gehobenen Gastronomie vermittelt und angewendet wird. Im Kapitel "Waschen & Putzen" stehen



Das Cover schicken wir Ihnen auf Wunsch gerne in elektronischer Form zu. Übrigens finden Sie die Dateien auch unter der Rubrik "Presse" auf unserer Website.

dagegen kleine Wundermittel und Hausputz-Helfer für den täglichen Gebrauch im Vordergrund, die entweder schon immer in jedem Haushalt griffbereit, bislang als solche jedoch unerkannt zur Seite liegen, oder sich – wie zum Beispiel Allzweckreiniger – mithilfe einer einfachen Anleitung schnell selbst herstellen lassen. Ergänzt um die Kapitel "Pflegen & Reparieren", "Gesundheit & Wohlbefinden" und "Garten & Zimmerpflanzen" finden sich hier auch für alle übrigen Lebensbereiche in den

eigenen vier Wänden hilfreiche Tipps und Tricks aus Ingrid Schicks gesammeltem Mehrgeneratio-

nenwissen, um den eigenen Alltag wieder nachhaltiger zu gestalten.

"Das Oma-Prinzip" ist ein zeitgemäß überarbeiteter, liebevoll gestalteter DIY-Ratgeber, der – ein-

fach anzuwenden und um tolle Rezepte und Fotos ergänzt – auch eine wunderbare Geschenkidee für

alle ist, die altes Wissen für sich wiederentdecken möchten oder sich für umweltfreundliches, nach-

haltiges Haushalten interessieren.

"Das Oma-Prinzip" erscheint im Klappenbroschur-Format (14,6 x 21,7 cm) und kostet 16,00 Euro.

Ingrid Schick. Entdecke und schmecke, wo du lebst! Das ist das Motto von Ingrid Schick. Seit mehr

als 25 Jahren geht sie in ihrer hessischen Heimat, die so voller landschaftlicher, kultureller und

kulinarischer Überraschungen steckt, auf Entdeckungstour. Sie schreibt mit Herzblut Bücher über

regionale Spezialitäten, Besonderheiten und Sehenswürdigkeiten. Ingrid Schick ist aber auch zertifi-

zierte Homöopathin und NABU-Naturguide. Der nachhaltige und achtsame Umgang mit Mensch und

Natur, besonders der vor der eigenen Haustür, sind ihr ein Anliegen.

Ingrid Schick

Das Oma-Prinzip

Altbewährtes neu entdeckt!

Tipps, Tricks & Lifehacks für Küche, Haus und Garten

1. Auflage

Societäts-Verlag, Oktober 2021

192 Seiten, Klappenbroschur

€ 16,00

ISBN: 978-3-95542-412-1