

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	8
Die Arbeitsgemeinschaft Schweizerischer Budgetberatungsstellen ASB ....	9
Auskommen mit dem Einkommen .....	11
Wozu ein Budget? .....	12
Wer macht das Budget? .....	12
Überlegt einkaufen .....	14

## **Teil 1 – Das Erhebungsblatt verschafft den nötigen Überblick**

Einkünfte .....	17
Ausgaben .....	18
Feste Verpflichtungen .....	19
Wohnkosten .....	19
Steuern .....	22
Versicherungen .....	23
Verkehrsauslagen .....	24
Verschiedenes .....	25
Variable Kosten .....	27
Haushaltungsgeld .....	28
Persönliche Auslagen .....	30
Rückstellungen .....	30
Was nun? .....	33
Was macht man bei einem Manko? .....	33
Sparmöglichkeiten .....	33
In die Praxis umsetzen .....	35
Erhebungsblatt zur Budgetplanung .....	36

## Teil 2 – Musterbudgets

Junges Ehepaar ohne Kinder .....	43
Kostbare Kinder .....	47
Kinderkosten .....	53
Single-Haushalt .....	55
Haushaltkosten – erweitertes Haushaltgeld .....	60
Arbeitslos heisst «den Gürtel enger schnallen» .....	65
Trennung – Scheidung – allein erziehend – und die finanziellen Folgen .....	70
Mediations- und Scheidungsberatungsstellen .....	71
Beruflich am Ball bleiben .....	71
Kinderbetreuung hat ihren Preis .....	72
Geld verdienen erforderlich .....	72
Konkubinat – Liebe rechnet nicht .....	77
Hausarbeit ist kein Thema .....	78
Finanzen schriftlich regeln (Konkubinatsvertrag) .....	79
Lehrling – Was ich verdiene, gehört mir .....	85
Was sagt das Gesetz? .....	85
Arbeiten für seine Alltagsbedürfnisse .....	86
Über das Geld reden .....	86
Mündigkeitsalter 18 Jahre .....	91
Volljährige beziehen ihre Alimente selbst .....	91
«Hotel Mama» – Kostgeld Jugendlicher .....	94
Wie wird das Kostgeld berechnet? .....	95
Das Kostgeld für Senioren .....	99
Unverständnis der Geschwister .....	99
Klare Abmachungen treffen .....	100
Studierende und ihre Ausbildungs- und Lebenshaltungskosten .....	103
Finanzierungsmöglichkeiten .....	103
Taschengeld – Erste Erfahrungen mit dem eigenen Geld .....	108
Ab wann? Wie viel? Für was? .....	108
Empfehlungen der ASB .....	112
Konsumieren ohne Geld – Schuldensanierung .....	113
Kreditkarten .....	113
Konsumkredite .....	113
Autoleasing .....	115

Erwerbstätige Familienfrauen .....	123
Beruf – Kinder – Haushalt – alles unter einem Hut .....	123
Wir hätten Gelegenheit, ein Haus zu mieten (Familie mit drei Kindern) .....	133
Seniorenbudget .....	137
Frühzeitige Pensionierung – gewollt oder ungewollt .....	137
Wenn AHV-Rente und Pension nicht reichen .....	142

### **Teil 3 – Anhang**

A1 Adressliste der Budgetberatungsstellen .....	148
A2 Weitere nützliche Adressen und Literatur .....	150
A3 Budgetbeispiele (Richtlinien ASB) .....	152
A4 Das Existenzminimum .....	154
Betreibungsrechtliches Existenzminimum .....	154
Existenzminimum nach SKOS .....	155
A5 Spartipps – von A-uto bis Z-eitung .....	157