

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	8
Budgetberatung Schweiz .....	9
Auskommen mit dem Einkommen .....	11
Wozu ein Budget? .....	12
Wer macht das Budget? .....	13
Überlegt wählen und einkaufen .....	14

## **Teil 1 – Die Budgetvorlage**

<b>verschafft den nötigen Überblick .....</b>	<b>17</b>
Einnahmen .....	19
Ausgaben .....	20
Fixkosten .....	21
Wohnen .....	21
Energie/Kommunikation .....	23
Steuern .....	24
Versicherungen .....	25
Mobilität .....	27
Verschiedenes .....	28
Variable Kosten .....	30
Haushaltgeld .....	31
Persönliche Auslagen .....	33
Rückstellungen .....	34
Was nun? .....	37
Was macht man bei einem Manko? .....	37
Sparmöglichkeiten .....	38
In die Praxis umsetzen .....	40
Vorlage zur Budgetplanung .....	41

<b>Teil 2 – Musterbudgets</b> .....	47
Junges Ehepaar ohne Kinder .....	49
Junges Ehepaar mit Kind .....	54
Kinderkosten .....	60
Single-Haushalt .....	63
Haushaltkosten – erweitertes Haushaltgeld .....	69
Arbeitslos heisst «den Gürtel enger schnallen» .....	75
Trennung, Scheidung, allein erziehend – die finanziellen Folgen .....	81
Mediations- und Scheidungsberatungsstellen .....	82
Beruflich am Ball bleiben .....	82
Kinderbetreuung hat ihren Preis .....	83
Geld verdienen erforderlich .....	83
Konkubinat – Liebe rechnet nicht .....	89
Hausarbeit ist kein Thema .....	89
Finanzen schriftlich regeln (Konkubinatsvertrag) .....	91
Lernende – Was ich verdiene, gehört mir .....	97
Was sagt das Gesetz? .....	97
Arbeiten für seine Alltagsbedürfnisse .....	98
Über das Geld reden .....	99
Mündigkeitsalter 18 Jahre .....	103
Volljährige beziehen ihre Alimente selbst .....	103
«Hotel Mama» – Kostgeld Jugendlicher und junger Erwachsener .....	106
Wie wird das Kostgeld berechnet? .....	107
Das Kostgeld für Senioren .....	111
Unverständnis der Geschwister .....	111
Klare Abmachungen treffen .....	112
Studierende und ihre Ausbildungs- und Lebenshaltungskosten .....	116
Finanzierungsmöglichkeiten .....	117

Taschengeld –	
Erste Erfahrungen mit dem eigenen Geld .....	121
Ab wann? Wie viel? Wofür? .....	121
Empfehlungen von Budgetberatung Schweiz .....	126
Konsumieren ohne Geld .....	127
Konsumkredite .....	127
Konsumkreditgesetz .....	129
Kreditkarten .....	131
Das Auto – nach wie vor ein kostbarer Luxusartikel .....	132
Autoleasing .....	134
Schulden – Was ist zu tun? .....	137
Erwerbstätige Familienfrauen .....	148
Junge Familie – beide Partner berufstätig .....	150
Wiedereinsteigerin – Mehr Einnahmen und mehr Ausgaben .....	153
Wir hätten Gelegenheit, ein Haus zu mieten (Familie mit drei Kindern) .....	158
Seniorenbudget .....	162
Frühzeitige Pensionierung – gewollt oder ungewollt .....	162
Wenn AHV-Rente und Pension nicht reichen .....	167
<b>Teil 3 – Anhang</b> .....	<b>173</b>
A1 Das Existenzminimum .....	174
Betriebsrechtliches Existenzminimum .....	174
Existenzminimum nach SKOS .....	175
A2 Spartipps – von A-uto bis Z-eitung .....	178
A3 Budgetbeispiele/Richtlinien .....	181
A4 Adressliste der Budgetberatungsstellen .....	183
A5 Weitere nützliche Adressen und Literatur .....	187