

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