Caritas

Diözese Bozen-Brixen
Diocesi Bolzano-Bressanone
Diozeja Balsan-Porsenù

Schuldnerberatung

Mein/Unser Haushaltsbuch

Rechnen Sie mit uns!

Herausgeberin: Caritas Diözese Bozen-Brixen
Koordination: Petra Priller
Texte: Caritas Schuldnerberatung
Zeichnungen: Robert Pichler und Peter Schwienbacher
Druck und Graphik: Union Druck, Meran

Stand: Februar 2023

Zusätzlich zur gedruckten Ausgabe steht eine digitale Ausgabe des Haushaltsbuches zur Verfügung. Sie ist auf der Caritas-Webseite unter www.caritas.bz.it abrufbar.

Mein/Unser Haushaltsbuch

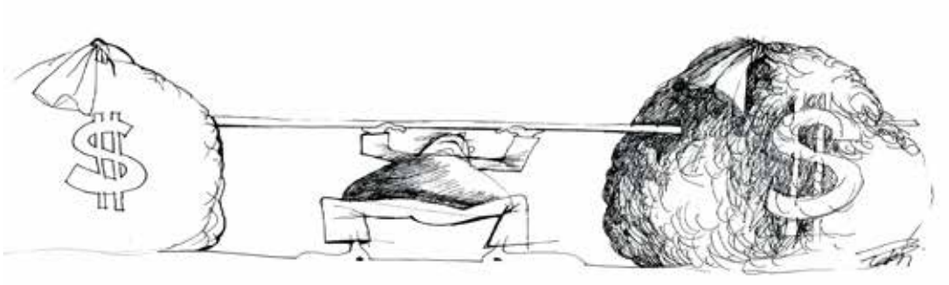
Name/Namen:

Von (Datum)

bis (Datum)

Inhalt

Vorwort 5
Das Budget ermitteln 6
Veränderliche Ausgaben 10
Besondere Ausgaben 36
Ihre Jahresfinanzen auf einen Blick 38
Budgetberatung 40
Schuldenservice 41
Die Schuldnerberatung 42
Kontaktadressen..... 43



Liebe LeserInnen, liebe Leser,

ein Haushalt ist wie ein kleines Unternehmen. Um eine Übersicht über die eigene finanzielle Situation zu haben, ist es notwendig, die Einnahmen und Ausgaben zu erfassen. Dadurch schaffen Sie sich einen Überblick über Ihre Finanzen und sehen, wann und wodurch es zu Engpässen oder Problemen kommen kann.

In der täglichen Arbeit stellen wir Schuldnerberaterinnen und Schuldnerberater immer wieder fest, dass viele Menschen den Überblick über ihre finanzielle Situation verloren haben und die eigenen Möglichkeiten oft überschätzen. Deshalb füllen wir mit den Ratsuchenden immer Haushaltslisten aus.

Immer mehr Personen und Familien verspüren aufgrund der steigenden Lebenshaltungskosten das Bedürfnis, ihre Ausgaben zu kontrollieren, um sich vor der Schuldenfalle zu schützen. Natürlich macht es etwas Mühe, ein Haushaltsbuch zu führen, aber es lohnt sich. Denn erst mit einem gewissenhaft ausgefüllten Haushaltsbuch wird klar, wohin das eigene Geld tatsächlich fließt. Außerdem können dadurch Einnahmen und Ausgaben mit gezielten Maßnahmen optimal aufeinander abgestimmt und die Finanzen vorausschauend geplant werden.

Wie das Geld konkret eingeteilt wird, kann und muss jeder und jede Einzelne selbst entscheiden; zu unterschiedlich sind die Wünsche und Ziele, aber auch die finanziellen Voraussetzungen eines jeden Haushalts. Deshalb bietet dieses Buch keine Patentrezepte an, sondern gibt Anregungen und Musterbeispiele für die Aufzeichnungen.

Wir hoffen, dass Sie das vorliegende Haushaltsbuch anspricht und motiviert, sich Klarheit über Ihre Einnahmen und Ausgaben zu verschaffen. Sie finden darin auch Informationen zu unseren verschiedenen Beratungsangeboten.

Einen guten Überblick in Geldfragen wünscht Ihnen

das Team der Caritas Schuldnerberatung

Das Budget ermitteln
So geht‘s

Die Einnahmen erfassen

Zu den Einnahmen zählen die Nettolöhne und -gehälter aller im Haushalt lebenden Personen, die staatlichen und privaten Zahlungen, sowie die Einkommen aus dem Vermögen, z.B. Zinsen, Mieteinnahmen u.ä.. Listen Sie in Ihrer Übersicht die Einnahmen möglichst im Voraus auf, mit denen Sie in den kommenden Monaten rechnen können. Mögliche Einkommensengpässe oder Einkommensüberschüsse sind damit auf einen Blick erkennbar. Das nebenstehende Muster dient Ihnen zur Orientierung.

Die festen Ausgaben ermitteln

In der Übersicht „Feste Ausgaben“ können Sie alle regelmäßigen Zahlungsverpflichtungen erfassen. Die entsprechenden Beträge werden meist zu festgesetzten Terminen vom Gehaltskonto abgebucht. Manche festen Ausgaben, z.B. Versicherungen, werden halbjährlich oder jährlich gezahlt. Bitte rechnen Sie diese Ausgaben auf einen monatlichen Durchschnittswert um. Es kann sinnvoll sein, diese Ausgabenpositionen in die monatliche Betrachtung mit einzubeziehen und die jeweiligen Beträge zurückzulegen.

Beispiel

Autoversicherung	700,00 Euro
Autosteuer	150,00 Euro
	_____
Gesamt	850,00 Euro im Jahr : 12 Monate = 70,83 Euro im Monat.

Das Budget für veränderliche Ausgaben ermitteln

Wenn Sie alle festen Ausgaben von den Einnahmen abziehen, erhalten Sie Ihr Budget für veränderliche Ausgaben.

Einnahmen
abzüglich feste Ausgaben
= Budget für veränderliche Ausgaben

Einnahmen	Januar	Februar	März	April...
Lohn/Gehalt (netto)	1.500,00	1.500,00	1.500,00	1.500,00
EhepartnerIn/LebensgefährteIn	800,00	800,00	800,00	800,00
Kind(er) gibt/geben ab	100,00	100,00	100,00	100,00
Pension/Rente				
Heim- bzw. Gelegenheitsarbeiten				
Finanzielle Sozialhilfe				
Studienbeihilfe				
Familiengeld				
Mietengeld				
Alimente/Unterhaltszahlungen				
Sonstige Einkünfte z.B. Mieteinnahmen u.ä.				
Einnahmen gesamt	2.400,00	2.400,00	2.400,00	2.400,00

Feste Ausgaben	Januar	Februar	März	April...
Miete/Kondominiumspesen	700,00	700,00	700,00	700,00
Instandhaltungskosten				
Heizung/Gas	37,50	37,50	37,50	37,50
Strom				
Müllabfuhr/Wasser				
Versicherung und Steuer/Auto, Motorrad	70,83	70,83	70,83	70,83
Versicherungen (Haftpflicht-, Lebens- u. ä.)				
Alimente/Unterhaltszahlungen	50,00	50,00	50,00	50,00
Kindergarten/ -hort				
Schule/Aus- und Weiterbildung				
Kreditrate	200,00	200,00	200,00	200,00
Mitgliedsbeiträge				
Sonstiges				
Feste Ausgaben gesamt	1.058,33	1.058,33	1.058,33	1.058,33

Budget für veränderliche Ausgaben	1.341,67	1.341,67	1.341,67	1.341,67

Muster

Budget für veränderliche Ausgaben

Einnahmen	Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	Sept.	Oktober	Nov.	Dez.	Jahressumme	Ø Monat
Einnahmen gesamt														

Feste Ausgaben	Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	Sept.	Oktober	Nov.	Dez.	Jahressumme	Ø Monat
Feste Ausgaben gesamt														

Budget für veränderl. Ausgaben	Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	Sept.	Oktober	Nov.	Dez.	Jahressumme	Ø Monat
Gesamt														

Veränderliche Ausgaben
Laufend aufschreiben

Nachdem Sie Ihr Budget für veränderliche Ausgaben errechnet haben, (siehe S. 8/9) können Sie nun Ihre veränderlichen Ausgaben aufschreiben und am Monatsende einen Saldo ermitteln.

So gehen Sie am besten vor:

1. Legen Sie Ihre Ausgabenkategorien fest. Hier eine Anregung:
   Lebensmittel, Haushaltsartikel, Bekleidung, Wohnen, Gesundheit, Telefon/Handy/Internet, Zeitungen, Kommunikation, Freizeit, Bildung, Kultur, Verkehrsmittel, Familie, Genussmittel z.B. Zigaretten, Kindergarten/Schuldbedarf, Taschengeld, Haustiere, Urlaub, Geschenke, Sonstiges. Sie können natürlich auch andere Kategorien wählen, so wie es am besten zu Ihrem Haushalt und Ihren Bedürfnissen passt.
2. Für fast jede Ausgabe, die Sie tätigen, gibt es einen Beleg, wie z.B. Kassenbons, Quittungen, Rechnungen etc. Sammeln Sie diese am besten in einem stabilen Umschlag oder einer Sammelmappe. Erfassen Sie Ihre Ausgaben in möglichst kurzen Zeitabständen, idealerweise täglich.
3. Ihr persönliches Ergebnis am Monatsende ermitteln Sie, indem Sie von Ihrem Monatsbudget für veränderliche Ausgaben alle veränderlichen Ausgaben abziehen.

Beispiel:

Einnahmen
Abzüglich Feste Ausgaben

= Budget für veränderliche Ausgaben
Abzüglich veränderliche Ausgaben

= Überschuss / Fehlbetrag

Tipp:

Außerordentliche Ausgaben, die nicht in den üblichen Rahmen passen (z.B. ein neues Auto oder ein Umzug), können Sie als „besondere Ausgaben“ erfassen. Das erleichtert Ihnen die Analyse Ihres alltäglichen Ausgabenverhaltens.

Datum	Ernährung		Bekleidung		Gesundheit		Freizeit	
	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
1.1.	Getränke	13,00						
1.1.	Obst	8,00						
1.1.	Supermarkt	23,00						
3.1.			Pulli	57,00				
6.1.	Milch	1,25			Medizin	45,00		
6.1.	Brot	0,80						
7.1.							Wandern	35,00
10.1.							Skifahren	57,00
11.1.	Supermarkt	67,00						
13.1.			Stiefel	89,99				
15.1.					Wundsalbe	5,70	Kino	10,00
16.1.	Gemüse	13,70						
17.1.							Schwimmbad	7,00
20.1.	Supermakt	35,00						
22.1.			Socken	5,60				
23.1.							Wandern	24,00
24.1.	Obst	6,60						
24.1.	Brot	10,20						
25.1.	Supermarkt	28,70						
Summe		207,25		152,59		50,70		133,00

Muster

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben   Monat ________

Datum	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben

Monat ________

Datum	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum						
	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum						
	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum						
	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben Monat ________

Datum	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€
Summe						

Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	
						Ausgaben gesamt

Die veränderlichen Ausgaben

Monat _____

Datum						
	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€

Die veränderlichen Ausgaben

Monat _____

Datum						
	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€	Ausgaben für	€

Besondere Ausgaben
Getrennt berechnen

In bestimmten Lebensphasen entstehen außerordentliche Kosten, beispielsweise um einen Besitz zu erwerben oder zu halten. Es wäre nicht ratsam, diese besonderen Ausgaben in die ständigen Ausgaben einzurechnen, da diese sonst unverhältnismäßig hoch erscheinen. Durch getrenntes Aufschreiben lässt sich jederzeit nachvollziehen, wie sich bestimmte Anlässe finanziell auswirken, z.B. ein Umzug, Familienfeste, Umbau/Renovierung, Autokauf usw. Halten Sie hier fest, was Ihnen wichtig erscheint und wie Sie es finanzieren.

Beispiel

Datum	Verwendungszweck	Betrag
15.4.	Familienfeier 50. Geburtstag	698.–
16.7.	Urlaub	2.486.–
28.9.	Autokau	18.795.–
	Summe	21.9979

Vom Gehaltskonto	Vom Sparkonto	Per Kredit	Restbetrag/Erläuterungen
698.–			
486.–	2.000.–		
1.000.–	4.795.–	9.000.–	4.000.– Geldgeschenk Oma
2.184.–	6.795.–	9.000.–	4.000.–

Muster

Meine/Unsere besonderen Ausgaben

Datum	Verwendungszweck	Betrag
	Summe	

Wie finanziert?

Vom Gehaltskonto	Vom Sparkonto	Per Kredit	Restbetrag/Erläuterungen

Ihre Jahresfinanzen
auf einen Blick

Übertragen Sie die jeweiligen Monatsabschlüsse in diese Tabelle und Sie erhalten einen Überblick über Ihre monatlichen Einnahmen und festen und variablen Ausgaben über das gesamte Jahr.

Monatsplan	Einnahmen	Feste Ausgaben	Veränderliche Ausgaben	Gesamtausgaben	Besondere Ausgaben	Überschuss oder Fehlbetrag im Monat
Jänner						
Februar						
März						
April						
Mai						
Juni						
Juli						
August						
September						
Oktober						
November						
Dezember						
Jahressumme						

Einnahmen
abzüglich Gesamtausgaben (feste und veränderliche Ausgaben)
abzüglich besondere Ausgaben

= Überschuss oder Fehlbetrag

Budgetberatung
Bei Fragen rund um Ihre persönlichen Finanzen

Sie möchten einen **besseren Überblick über Ihre persönlichen Finanzen** gewinnen und lernen, Ihr **Geld optimal einzuteilen**?

Sie möchten oder müssen **in Zukunft sparen** und wissen nicht genau, wie Sie das angehen sollen?

Sie möchten Ihre finanzielle Situation im Griff behalten, obwohl **in Ihrem Leben Veränderungen anstehen**, wie beispielsweise der Auszug aus dem Elternhaus, eine Trennung oder Scheidung, die Geburt Ihres Kindes, der Verlust Ihres Partners oder eine Einkommensverringerung?

Sie möchten etwas tun, um **finanzielle Krisen auch zukünftig möglichst zu vermeiden**?

Wir beraten Sie gerne!

Mit unserer Budgetberatung helfen wir Ihnen und Ihrer Familie, **Ihr Geld im Griff zu behalten und ein ausgeglichenes Haushaltsbudget zu planen**. Gemeinsam mit Ihnen erstellen wir einen auf Ihre Bedürfnisse und Möglichkeiten zugeschnittenen **Haushaltsplan**. Wir helfen beim Erarbeiten von Entscheidungsgrundlagen und schlagen Lösungen vor – auch bei Uneinigkeiten zwischen Paaren oder zwischen Eltern und Kindern. Wir beraten Sie kostenlos und diskret.

Interessiert? Dann melden Sie sich ganz einfach telefonisch (Bozen Tel. 0471 304 380, Meran Tel. 0473 495 630, Brixen Tel. 0472 205 927, Bruneck Tel. 0474 413 977) oder via E-Mail (sb@caritas.bz.it) bei der Budgetberatung und vereinbaren einen Termin.

Schulden Service Debiti Caritas

Schuldenservice
Schnell und diskret über WhatsApp

Falls Sie Fragen rund ums Geld haben und schnell eine Antwort brauchen, können Sie sich auch **kostenlos und diskret über WhatsApp** an die Schuldnerberatung der Caritas wenden.

Tel. 335 17 60 546

Unter dieser Nummer sind unsere Schuldnerberater und Schuldnerberaterinnen **über Whatsapp von Montag bis Donnerstag von 14 bis 16.30 aktiv**. In dieser Zeit antworten sie auf alle eingehenden Anliegen. Sie können Ihre Frage natürlich auch außerhalb dieser Zeiten abschicken. Die Antwort erfolgt dann, wenn die Beraterinnen und Berater wieder online sind.

Über den Schuldenservice können wir allgemeine Fragen beantworten, beispielsweise was passiert, wenn welche offenen Rechnungen oder Abgaben nicht bezahlt werden, ab wann man eine Gehaltspfändung riskiert oder wo man um soziale Unterstützung ansuchen kann. Und wir können Tipps für verschiedene Situationen geben, beispielweise auch bei banktechnischen oder auch juristischen Fragen.

Kostenlos und diskret

In allen Schuldnerberatungsstellen können Sie und Ihre Familie sich kostenlos beraten lassen, wenn Sie ver- oder überschuldet sind, von Überschuldung bedroht sind oder Informationen einholen möchten, bevor Sie sich verschulden (z.B. vor einem Wohnungskauf).

Während der Beratung werden wirtschaftliche, rechtliche und soziale Aspekte miteinbezogen. Alle Informationen werden mit Diskretion und Vertraulichkeit behandelt.

Informationen können Sie auch per Telefon einholen. Für ein Erstgespräch vereinbaren Sie bitte in den jeweiligen Büros telefonisch einen Termin.

Achtung: Wir beraten keine Selbstständigen!

Für private und öffentliche Institutionen, Vereine und Organisationen, sowie für Oberschulen bieten wir Workshops und Vorträge zum Thema „Clever mit Geld umgehen“ an.

Für detaillierte Informationen und Terminanfragen wenden Sie sich an unsere Beratungsstellen.

Kontakt

Schuldnerberatung

Bozen
I-39100 Bozen, Sparkassenstraße 1
Tel. 0471 304 380, sb@caritas.bz.it
Öffnungszeiten: MO - FR, 9 - 12.30 Uhr

Meran
I-39012 Meran, Galileo-Galilei-Straße 84
Tel. 0473 495 630, sbmeran@caritas.bz.it
Öffnungszeiten: MO - FR, 9 -12.30 Uhr

Beratungen auch in Schlanders, Hauptstraße 131
nach telefonischer Terminvereinbarung unter Tel. 0473 495 630

Bruneck
I-39031 Bruneck, Paul-von-Sternbach-Straße 6
Tel. 0474 413 977, sbbruneck@caritas.bz.it
Öffnungszeiten: MO - FR, 9 - 12.30 Uhr

Brixen
I-39042 Brixen, Bahnhofstraße 27/a
Tel. 0472 205 927, sbbrixen@caritas.bz.it
Öffnungszeiten: MO - DO, 9 - 12.30 Uhr

www.caritas.bz.it

Für Beratungen sind telefonische Terminvereinbarungen notwendig.