



## **GOLDENE REGEL 1: Geben Sie Ihr Geld überlegt aus.**

Sie bekommen mehr für Ihr Geld, wenn Sie dieses planvoll ausgeben. Zudem können Sie finanzielle Engpässe vermeiden.



«Früher hatte ich Mitte Monat häufig kein Geld mehr für Freizeit und Ausgang. Seit ich mein Geld bewusster ausbebe, bleibt mir dieser Stress glücklicherweise erspart.»

Marco H.

Die Kosten für Produkte und Dienstleistungen können bei gleicher Qualität ganz unterschiedlich sein. Vergleichen Sie deshalb stets die Preise und nutzen Sie Aktionen. Tauschen Sie im Familien- und Freundeskreis Einkaufstipps aus. Achten Sie auch darauf, dass die Ausgaben Ihre finanziellen Möglichkeiten nicht sprengen. Mit einem Budget lässt sich dies am besten sicherstellen. Wenn Sie eher der Typ sind, der das Geld «mit leichter Hand ausgibt», sollten Sie vor dem Shoppen oder dem Ausgang eine Ausgabenlimite festlegen. Nehmen Sie jeweils nur diesen festgelegten Betrag mit und lassen Sie alles Plastikgeld zu Hause.

### **Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.comparis.ch](http://www.comparis.ch)  
[www.goldene-regeln.ch/app](http://www.goldene-regeln.ch/app)  
(Geldtipps, Budget und Kostenkontrolle)  
[www.goldene-regeln.ch/geldtipps](http://www.goldene-regeln.ch/geldtipps)  
[www.hesnocash.ch](http://www.hesnocash.ch)  
[www.preisvergleich.ch](http://www.preisvergleich.ch)  
[www.toppreise.ch](http://www.toppreise.ch)



Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehrangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

**CARITAS**

## **GOLDENE REGEL 2: Behalten Sie Ihre Kreditkarten- Ausgaben im Griff.**

Verwenden Sie eine Prepaid-  
Kreditkarte oder Online-Services.  
Damit können Sie Ihre Kredit-  
karten-Ausgaben gut kontrollieren.

«Als ich meine Kreditkarten-Ausgaben noch nicht online überwachte, verschätzte ich mich bei deren Höhe häufig gewaltig.»

Kevin M.



Alle grossen Kreditkarten-Herausgeber bieten heute Prepaid-Kreditkarten und Online-Services für die Überwachung der Kreditkarten-Ausgaben an. Kundenkarten von grossen Fachgeschäften können häufig eingesetzt werden wie normale Kreditkarten. Daher gelten für diese Karten die gleichen Vorsichtsmassnahmen wie für Kreditkarten. Merken Sie sich: Je weniger Kredit- und Kundenkarten Sie verwenden, desto einfacher können Sie die Übersicht über die Ausgaben behalten.

### **Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.goldene-regeln.ch/kreditkarte](http://www.goldene-regeln.ch/kreditkarte)  
(Artikel des «Beobachter» zu Prepaid-Kreditkarten)



Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

# **CARITAS**

BELEG

**GOLDENE REGEL 3:  
Sparen Sie für grössere  
Ausgaben.**



Legen Sie monatlich genügend Geld zur Seite.  
So haben Sie keinen Stress bei grösseren  
Ausgaben wie für Ferien, Zahnbehandlungen  
oder Steuern.

«Ich überweise monatlich 480 Franken für Ferien,  
ÖV-Jahresabo, Autoprüfung, Arzt- und Zahnarzt-  
rechnungen auf mein Sparkonto. Die Steuern  
bezahle ich monatlich direkt an das Steueramt.»

Deborah K.

Erstellen Sie eine Liste mit allen grösseren Ausgaben, welche Sie nicht oder nur teilweise mit dem 13. Monatslohn oder mit Bonuszahlungen begleichen können. Berechnen Sie den erforderlichen Sparbetrag pro Monat und überweisen Sie diesen monatlich auf Ihr Sparkonto. Überprüfen Sie die Liste und die Berechnung regelmässig auf deren Aktualität. Bei den Steuern besteht die Möglichkeit, diese in monatlichen Raten zu bezahlen. Tun Sie das, wenn die Gefahr besteht, dass Sie das für die Steuern angesparte Geld für anderes verwenden.

**Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.goldene-regeln.ch/app](http://www.goldene-regeln.ch/app)  
(Berechnung und Überwachung der Sparziele)



Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehrangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

**CARITAS**



**GOLDENE REGEL 4:**   
**Sparen Sie für Ungeplantes.**

**Finanzielle Reserven schützen vor bösen Überraschungen – beispielsweise bei nicht vorgesehenen Ausgaben und finanziellen Einbussen.**

*«Vor zwei Jahren verlor ich völlig unerwartet meine Arbeitsstelle. Während der darauffolgenden sechsmonatigen Arbeitslosigkeit hätte ich mich ohne meine finanziellen Reserven verschuldet.»*

Yannick J.

Ungeplante finanzielle Veränderungen kommen häufiger vor, als man denkt: Man verliert die Arbeitsstelle; man muss für eine neue Stelle teure Weiterbildungskurse absolvieren; man braucht ein neues Auto. Auch eine Trennung oder eine längere Krankheit können zu Mehrausgaben oder finanziellen Einbussen führen. Legen Sie für solche Fälle genügend Geld auf die Seite. Am besten überweisen Sie jeden Monat einen bestimmten Betrag auf Ihr Sparkonto. Beginnen Sie damit in jungen Jahren, denn nach der Familiengründung fehlt häufig das Geld, um noch zusätzliche Reserven zu bilden.

**Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.goldene-regeln.ch/app](http://www.goldene-regeln.ch/app)  
(Berechnung und Überwachung der Sparziele)



**Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:**

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehrangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

**CARITAS**

«Nach der Berufslehre habe ich verschiedene Weiterbildungen besucht. Das hat mir sehr geholfen, beruflich weiterzukommen.»

Ayse C.

## **GOLDENE REGEL 5: Bilden Sie sich weiter.**



**Mit einer guten Ausbildung steigen Ihre Chancen auf einen sicheren Arbeitsplatz und auf ein gutes Einkommen.**

Betriebe leisten oft Beiträge an Aus- und Weiterbildungen in Form von Geldzahlungen und Zeitzut-schriften. Orientieren Sie sich bei Ihrer Vorgesetzten bzw. bei Ihrem Vorgesetzten oder bei der Personal-abteilung Ihres Betriebs über die Möglichkeiten. Auch die Berufsberatung gibt Auskunft bei Aus- und Weiter-bildungsfragen und informiert Sie über Ausbildungs-beiträge (Stipendien). Leben Sie am oder unter dem Existenzminimum, können Sie mit der KulturLegi der Caritas Kurse der Migros-Klubschule zum halben Preis besuchen.

### **Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.ausbildungsbeitraege.ch](http://www.ausbildungsbeitraege.ch)  
[www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)  
[www.klubschule.ch](http://www.klubschule.ch)  
[www.kulturlegi.ch](http://www.kulturlegi.ch)

**Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:**

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehrangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schulden-beratung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014



# **CARITAS**

«Als ich diese tolle Wohnung im Internet sah, zögerte ich nicht lange. Heute sitze ich auf 5000 Franken Schulden und bereue, mir zu wenig Gedanken über die Finanzierung der Wohnung gemacht zu haben.»

Sascha B.

### **GOLDENE REGEL 6: Rechnen Sie vor dem Zügeln.**



**Das Wohnen ist teuer. Prüfen Sie  
daher sorgfältig, ob Sie sich eine eigene  
oder neue Wohnung leisten können.**

Berechnen Sie vor einem Umzug die monatlichen Mehrausgaben. Überweisen Sie diesen Betrag als Test über einige Monate auf ein Sparkonto. Gelingt Ihnen das, ohne das Sparen für grössere Ausgaben und Ungeplantes zu gefährden, ist die Finanzierbarkeit der Mehrkosten gegeben. Das Geld, das Sie während der Testphase zur Seite gelegt haben, können Sie für Ausgaben wie Umzugskosten, Wohnungseinrichtung oder Mietzinsdepot verwenden.

#### **Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.goldene-regeln.ch/berechnungstabelle](http://www.goldene-regeln.ch/berechnungstabelle)  
[www.goldene-regeln.ch/app](http://www.goldene-regeln.ch/app)  
(Berechnung und Überwachung der Sparziele)



**Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:**

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehrangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

# **CARITAS**

«Ich träume von einem eigenen Auto. Nach der Berechnung aller Kosten muss ich aber feststellen, dass ich mir diesen Traum noch nicht erfüllen kann.»

Mara S.



Neben den Kosten für den Autokauf sollten Sie auch die monatlichen Betriebskosten berechnen. Überweisen Sie den für die Betriebskosten errechneten Betrag als Test über einige Monate auf ein Sparkonto. Schaffen Sie das, ohne das Sparen für grössere Ausgaben und Ungeplantes zu gefährden, sieht es gut aus für die Finanzierung der Betriebskosten. Das während der Testphase beiseitegelegte Geld können Sie für den Kauf des Autos einsetzen.

#### Adressen und Zusatzinformationen:

[www.goldene-regeln.ch/berechnungstabelle](http://www.goldene-regeln.ch/berechnungstabelle)  
[www.goldene-regeln.ch/app](http://www.goldene-regeln.ch/app)  
(Berechnung und Überwachung der Sparziele)



Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehrangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

**CARITAS**

The image shows a screenshot of a Google search result page. The search term is 'Krankenkassenverbilligung'. The results include several links: 'Krankenkassenverbilligung' (www.goldene-regeln.ch/unterstuetzung), 'Ausbildungsbeiträge' (www.goldene-regeln.ch/unterstuetzung), 'Caritas-Markt' (http://www.caritas-markt.ch), and 'Kulturlegi' (http://www.kulturlegi.ch). A quote from David L. is also visible: «Leider habe ich vergessen, die Krankenkassenprämienverbilligung zu beantragen. Dadurch sind mir 1800 Franken entgangen. Bei meinem knappen Budget schmerzt das sehr.»

## **GOLDENE REGEL 8: Prüfen Sie Ihren Anspruch auf Unterstützung.**

**Bei knappen Finanzen haben Sie womöglich Anspruch auf finanzielle Leistungen sowie auf ermässigte oder sogar kostenlose Angebote.**



[Krankenkassenverbilligung](http://www.goldene-regeln.ch/unterstuetzung)  
www.goldene-regeln.ch/unterstuetzung

[Ausbildungsbeiträge](http://www.goldene-regeln.ch/unterstuetzung)  
www.goldene-regeln.ch/unterstuetzung

[Caritas-Markt](http://www.caritas-markt.ch)  
http://www.caritas-markt.ch

[Kulturlegi](http://www.kulturlegi.ch)  
http://www.kulturlegi.ch

*«Leider habe ich vergessen, die Krankenkassenprämienverbilligung zu beantragen. Dadurch sind mir 1800 Franken entgangen. Bei meinem knappen Budget schmerzt das sehr.»*

David L.

Leistungen wie Arbeitslosenentschädigung oder Sozialhilfe werden nicht rückwirkend ausbezahlt. Informieren Sie sich deshalb frühzeitig über Ihre Ansprüche. Bei knappen Finanzen haben Sie möglicherweise Zugang zu Angeboten wie den Caritas-Märkten und der KulturLegi. Die beiden Angebote zielen darauf ab, Menschen in schwierigen finanziellen Situationen zu unterstützen und ihnen den Zugang zu Freizeit-, Kultur- und Weiterbildungsangeboten zu ermöglichen. Auch besteht die Möglichkeit von Gratis-Ferien von Sunstar für Armutsbetroffene.

### **Adressen und Zusatzinformationen:**

www.goldene-regeln.ch/unterstuetzung  
(Übersicht von Leistungen bei knappen Finanzen)  
www.goldene-regeln.ch/angebote  
(Übersicht ermässigter und kostenloser Angebote)



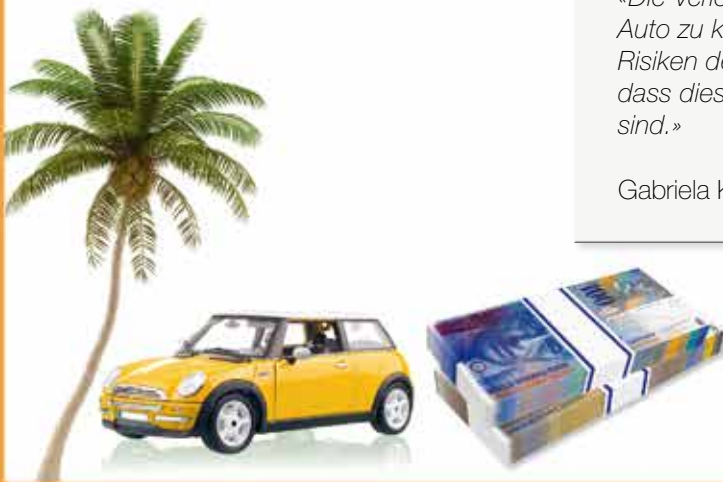


# DEINE WÜNSCHE

## **GOLDENE REGEL 9: Prüfen Sie die Risiken bei Kredit und Leasing.**



**Bei knappem Budget und finanziellen Veränderungen können Kredit- und Leasingverträge zu finanziellen Problemen führen.**



*«Die Verlockung, über ein Leasing an ein neues Auto zu kommen, war gross. Nachdem ich die Risiken des Leasings geprüft hatte, stellte ich fest, dass diese in meiner jetzigen Situation zu gross sind.»*

Gabriela K.

Kredit- oder Leasingverträge sollten Sie nicht ohne eine sorgfältige Risikoüberprüfung abschliessen. Klären Sie daher Fragen wie: Kann ich die monatliche Kredit- oder Leasingrate über die ganze Laufzeit bezahlen? Ist dies auch noch möglich bei Veränderungen wie einer neuen Wohnsituation, Aus- und Weiterbildung oder Familiengründung? Ist die Ratenzahlung auch bei unvorhergesehenen Ereignissen wie Arbeitsplatzverlust, Krankheit, Trennung oder Scheidung sichergestellt? Wenn nein: Welche Möglichkeiten habe ich in solchen Situationen? Welche Schwierigkeiten könnte es geben? Es empfiehlt sich, diese Fragen mit Unterstützung einer Beratungsstelle zu klären.

### **Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch)

(Adressen von seriösen Budgetberatungsstellen)

[www.schulden.ch/adressen](http://www.schulden.ch/adressen)

(Adressen von seriösen Schuldenberatungsstellen)



Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

# CARITAS

## **GOLDENE REGEL 10: Lassen Sie sich frühzeitig beraten.**



**Je früher Sie sich beraten lassen, desto rascher und besser können Sie schwierige Situationen im Umgang mit Geld bewältigen.**

*«Nach der Trennung von meiner Freundin musste ich plötzlich alleine für die Wohnung aufkommen. Ohne die Budgetberatung hätte ich mich in dieser schwierigen Zeit verschuldet.»*

Michael R.

**Letzte Mahnung!**

Inkassoservice XYZ, Postfach 110, 9876 Wücherstätt  
Hugo Haberichts  
Pfeifenstraße 99  
4345 Schuldenhausen

Wenden Sie sich bei schwierigen Situationen an eine Beratungsstelle. Vermeiden Sie Beteiligungen, denn Beteiligungen sind nicht nur bei der Wohnungssuche ein Problem, sie können sich auch bei der Stellensuche negativ auswirken. Meiden Sie Beratungsanbieter, die in Inseraten mit Slogans werben wie «Wir übernehmen alle Schulden!». Solche Anbieter lösen Ihre Schuldenprobleme nicht. Im Gegenteil: Sie verschlimmern Ihre Situation noch durch schlechte Beratung und hohe Honorarkosten.

### **Adressen und Zusatzinformationen:**

[www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch)  
(Adressen von seriösen Budgetberatungsstellen)  
Jugendberatungsstelle  
(Adresse bei der Wohngemeinde nachfragen)



Bei der Ausarbeitung der goldenen Regeln im Umgang mit Geld haben mitgewirkt:

Budgetberatung Schweiz / Caritas Schweiz / Caritas Zürich / Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit / iconomix.ch, Lehrangebot der SNB / Jugendsekretariat Stadt St.Gallen / OJA, Offene Jugendarbeit Zürich / Schuldenberatung Aargau – Solothurn / Schuldenprävention Stadt Zürich / triangel Schuldenberatung, Reformierte Kirche Kanton Zug.

Juni 2014

# **CARITAS**