

Mein Haushaltsbuch
in 2 Minuten

mein geld planen

ifs Schuldenberatung
Institut für Sozialdienste



Angebote der Schuldenberatung



Die ifs Schuldenberatung bietet Menschen mit Schuldenproblemen Rat und Hilfe. Gemeinsam mit Betroffenen und Fachleuten werden kurz- und langfristige Lösungen erarbeitet. Ziel ist eine geordnete finanzielle Zukunft.

Das Angebot
der ifs Schuldenberatung ist kostenlos, vertraulich und professionell.
Mehrerauerstraße 3, 6900 Bregenz
Telefon 05-1755-580
E-Mail schuldenberatung@ifs.at



Die Budgetberatung bietet Unterstützung bei Fragen, Sorgen und Unklarheiten rund um das eigene Budget.

Das Angebot richtet sich an nicht überschuldete Personen, deren Einkommenssituation sich gerade verändert. Mögliche Gründe hierfür

sind z. B. Arbeitslosigkeit, Scheidung, Pensionierung oder Gründung eines eigenen Hausstandes. Zudem richtet es sich an Menschen, die über ein niedriges Einkommen verfügen und ihre Haushaltsfinanzen besser in den Griff bekommen möchten.

Anmeldungen sind unter www.budgetberatung.at möglich. Hier finden Sie zudem interessante Informationen, einen Budgetrechner, Budgetbeispiele und -vorlagen.



"Fit fürs Geld" - der Vorarlberger Finanzführerschein vermittelt Kindern und Jugendlichen einen verantwortungsvollen Umgang mit Geld. Mehrere Institutionen bieten Workshops an, die nachhaltig Finanzkompetenzen fördern. Mit seinen drei Stufen S, M, L passt sich der Vorarlberger Finanzführerschein dem Alter der Teilnehmenden an. Finanziert wird das Angebot durch das Land Vorarlberg und die Partnerorganisationen. Schulen und Bildungseinrichtungen können den Finanzführerschein kostenlos unter www.fitfuersgeld.at buchen.

So funktioniert's

Wer seine Einnahmen und Ausgaben gut im Griff hat, kann auch schwierige finanzielle Situationen meistern. Voraussetzung dafür ist ein laufender und vollständiger Überblick über die eigenen Finanzen – und diesen können Sie sich mit einem guten Haushaltsbuch ganz einfach verschaffen.

Alle Einnahmen und Ausgaben finden Sie auf Ihren Kontoauszügen und Kassazetteln. Machen Sie sich bei Bedarf handschriftlich Notizen. Tragen Sie alle Einnahmen und Ausgaben täglich in Ihr Haushaltsbuch ein. Es genügt, Ihre Ausgaben auf ganze Euro-Beträge auf- bzw. abrunden. Cent-Beträge können weggelassen werden. Am Monatsende rechnen Sie alle Einnahmen und Ausgaben zusammen.

Bewahren Sie nach dem Eintragen wichtige Belege (z.B. für Umtausch oder Garantie) und alle Kontoauszüge in einem eigenen Ordner auf. Unwichtige Kassazettel können weggeworfen werden.

Tragen Sie auf der letzten Seite die gesamten monatlichen Einnahmen und Ausgaben ein, um einen Jahresüberblick zu erhalten.



Alternativ steht Ihnen eine digitale Version des Haushaltsbuchs zur Verfügung. Diese können Sie kostenlos unter www.fitfuersgeld.at/handouts herunterladen. Die Onlineversion ist an die Broschüre angelehnt. Sie können jederzeit wieder einsteigen und Ihre bisherigen Daten ganz einfach übertragen.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg!

Tag	→ Ausgaben im Monat ↓ Notizen	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
1.	Taschengeld L. & M., Miete		330	30	
2.		76			
3.	Wien-Ausflug				19
4.	Auto Leasingrate	23			
5.	Gas-Heizung, Tanken		61		
6.					
7.					
8.	MP-3 Player	53			
9.					
10.	Strom, Musik-CD	12	40		
11.					
12.	Hort	23		57	
13.					
14.	Jeans & Hemd	124			
15.					
16.	VHS Kurs	3			
17.					
18.	Tanken			13	
19.	Schulausflug Luk			27	
20.		9			
21.		12			
22.					
23.	Frisör Matthias	54			13
24.	Geburtstagsgesch.				
25.				10	
26.		2			
27.	Massage				25
28.	Laufschuhe, Fachbuch	14			22
29.					
30.					
31.					
	SUMME	405	431	137	79

Alle Beträge
auf ganze Euro
runden,
keine Cent-Beträge
eintragen!

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME	Tag
		67		50			477	1.
							76	2.
			137				156	3.
	199						222	4.
	52						113	5.
							0	6.
							0	7.
					98		151	8.
							0	9.
							52	10.
						12	12	11.
							80	12.
							0	13.
61							185	14.
				39	101		140	15.
			120			120	123	16.
							0	17.
	58						71	18.
							27	19.
							9	20.
							12	21.
							0	22.
							67	23.
						45	45	24.
							10	25.
			25				27	26.
							25	27.
30						28	94	28.
							0	29.
							0	30.
							0	31.
91	309	67	282	89	101	183	2174	

Mehrere gleichartige
Ausgaben vom
selben Tag vor
dem Eintragen
zusammenrechnen!

Tag	→ Ausgaben im Monat ↓ Notizen	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
	SUMME				

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME	Tag
								1.
								2.
								3.
								4.
								5.
								6.
								7.
								8.
								9.
								10.
								11.
								12.
								13.
								14.
								15.
								16.
								17.
								18.
								19.
								20.
								21.
								22.
								23.
								24.
								25.
								26.
								27.
								28.
								29.
								30.
								31.

Tag	→ Ausgaben im Monat ↓ Notizen	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
	SUMME				

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME	Tag
								1.
								2.
								3.
								4.
								5.
								6.
								7.
								8.
								9.
								10.
								11.
								12.
								13.
								14.
								15.
								16.
								17.
								18.
								19.
								20.
								21.
								22.
								23.
								24.
								25.
								26.
								27.
								28.
								29.
								30.
								31.

Tag	→ Ausgaben im Monat ↓ Notizen	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
	SUMME				

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME	Tag
								1.
								2.
								3.
								4.
								5.
								6.
								7.
								8.
								9.
								10.
								11.
								12.
								13.
								14.
								15.
								16.
								17.
								18.
								19.
								20.
								21.
								22.
								23.
								24.
								25.
								26.
								27.
								28.
								29.
								30.
								31.

Tag	→ Ausgaben im Monat ↓ Notizen	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
	SUMME				

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME	Tag
								1.
								2.
								3.
								4.
								5.
								6.
								7.
								8.
								9.
								10.
								11.
								12.
								13.
								14.
								15.
								16.
								17.
								18.
								19.
								20.
								21.
								22.
								23.
								24.
								25.
								26.
								27.
								28.
								29.
								30.
								31.

Tag	→ Ausgaben im Monat ↓ Notizen	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
	SUMME				

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME	Tag
								1.
								2.
								3.
								4.
								5.
								6.
								7.
								8.
								9.
								10.
								11.
								12.
								13.
								14.
								15.
								16.
								17.
								18.
								19.
								20.
								21.
								22.
								23.
								24.
								25.
								26.
								27.
								28.
								29.
								30.
								31.

Tag	→ Ausgaben im Monat ↓ Notizen	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
	SUMME				

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME	Tag
								1.
								2.
								3.
								4.
								5.
								6.
								7.
								8.
								9.
								10.
								11.
								12.
								13.
								14.
								15.
								16.
								17.
								18.
								19.
								20.
								21.
								22.
								23.
								24.
								25.
								26.
								27.
								28.
								29.
								30.
								31.

Meine / unsere Ausgaben im Jahr

	Lebens- mittel	Wohnen	Kinder	Pflege, Gesundheit
Jänner				
Februar				
März				
April				
Mai				
Juni				
Juli				
August				
September				
Oktober				
November				
Dezember				
SUMME				

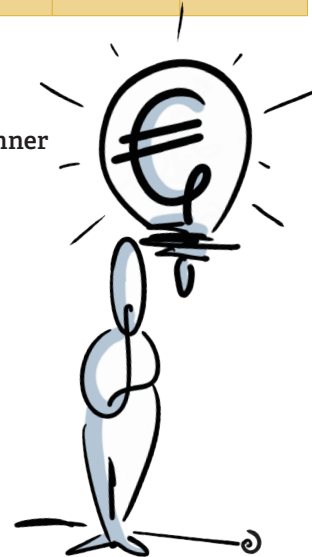
Tipps

- Für hohe, unregelmäßige Ausgaben (Reparaturen, Jahresprämien bei Versicherungen, Betriebskostenabrechnung etc.) monatlich ansparen. Werden diese Ausgaben nicht berücksichtigt, ergeben sich finanzielle Engpässe!
- Einkauf: Unnötige Ausgaben und Sonderangebote vermeiden, Preise vergleichen, Einkaufsliste schreiben
- Geld einteilen (in vier Wochen, in Kategorien)
- Ungebrauchte Dinge verkaufen
- „Auch Kleinvieh macht Mist!“
Auch kleine Sparsummen ergeben schnell einen größeren Betrag.
- Jause, Mittagessen, Getränke, Kaffee nicht immer unterwegs kaufen, sondern von zu Hause mitnehmen. Auch hier sammeln sich kleine Summen schnell zu größeren Ausgaben an.
- Tarife vergleichen – nützliche Tarifrechner im Internet unterstützen Sie dabei.

Kleidung, Schuhe	Auto, Öff. Verkehr	Telefon, Medien	Freizeit, Bildung	Sparen, Versicherung	Bank, Schulden	Sonstiges	SUMME

Hilfreiche Links

- AK Tariffrechner: www.arbeiterkammer.at/service/rechner
- Budgetrechner: www.budgetrechner.at
- Referenzbudgets: www.referenzbudgets.at
- Budgetberatung: www.budgetberatung.at
- ifs Schuldenberatung: www.ifs.at/schulden
- Vorarlberger Finanzführerschein: www.fitfuersgeld.at
- Finanzbildung: www.finanzbildungsportal.at
- Finanzbildung: www.finanznavi.gv.at





Sie erreichen uns

ifs Schuldenberatung Bregenz
Mehrerauerstraße 3
6900 Bregenz

ifs Schuldenberatung Feldkirch
Widnau 2
6800 Feldkirch

Telefon 05-1755-580
Fax 05-1755-9580
schuldenberatung@ifs.at
www.ifs.at



sozialfonds
gemeinden und land  **Vorarlberg**
unser Land

wir helfen weiter

