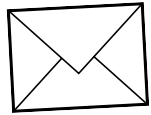
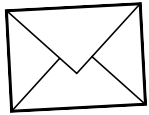


Die Finanzen gut im Griff

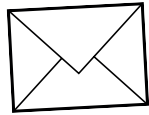
Die Kuvert-Methode hilft dir, deine Finanzen gut im Griff zu behalten.



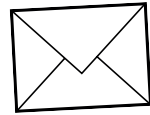
1. Woche



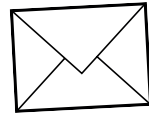
2. Woche



3. Woche



4. Woche



5. Woche

Wie hoch sind die Fixkosten?

Im ersten Schritt musst du die Fixkosten ermittelt. Zähle dazu alle Zahlungen, die du jeden Monat leisten musst, zusammen (z. B. Miete, Betriebskosten, Haushaltsversicherung). Auch die viertel- und halbjährlichen Zahlungen musst du mit dem jeweils monatlichen Betrag berücksichtigen. Hilfreich ist, sämtliche Kontoauszüge eines Jahres durchzugehen.

Was bleibt von den Einnahmen?

Ziehe nun von deinen Einnahmen die monatlichen Fixkosten ab. Dieser Betrag steht dir für Lebenshaltungskosten (z. B. Lebensmittel, Benzin, Hygieneartikel, Ausgehen) zur Verfügung.

Haushalten mit der Kuvert-Methode

Um das Haushalten zu erleichtern, teilst du diesen Betrag durch 4 und gibst die Teilbeträge in je ein Kuvert. Beschrifte die Kuverts mit 1. Woche, 2. Woche, usw. Mit jedem Kuvert musst du eine Woche lang aus-

kommen. Bezahle sämtliche Einkäufe bar – sonst funktioniert es nicht. Das zweite Kuvert darf selbstverständlich erst am Montag der zweiten Woche geöffnet werden, das dritte am Montag der dritten Woche und so weiter.

Wer sich an diese Methode gewöhnt hat, kann ein fünftes Kuvert anlegen: für die restlichen Tage bis zum nächsten Monatsanfang, als Belohnung, die man sich am Ende des Monats gönnt oder zum Sparen.

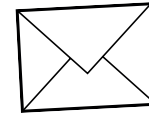


ifs Schuldenberatung Bregenz

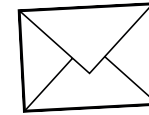
Benger Park
Mehrerauerstraße 3
6900 Bregenz
05-1755-580
schuldenberatung@ifs.at

Die Finanzen gut im Griff

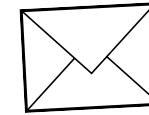
Die Kuvert-Methode hilft dir, deine Finanzen gut im Griff zu behalten.



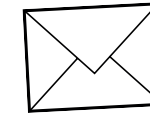
1. Woche



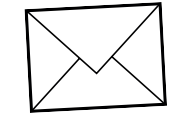
2. Woche



3. Woche



4. Woche



5. Woche

Wie hoch sind die Fixkosten?

Im ersten Schritt musst du die Fixkosten ermittelt. Zähle dazu alle Zahlungen, die du jeden Monat leisten musst, zusammen (z. B. Miete, Betriebskosten, Haushaltsversicherung). Auch die viertel- und halbjährlichen Zahlungen musst du mit dem jeweils monatlichen Betrag berücksichtigen. Hilfreich ist, sämtliche Kontoauszüge eines Jahres durchzugehen.

Was bleibt von den Einnahmen?

Ziehe nun von deinen Einnahmen die monatlichen Fixkosten ab. Dieser Betrag steht dir für Lebenshaltungskosten (z. B. Lebensmittel, Benzin, Hygieneartikel, Ausgehen) zur Verfügung.

Haushalten mit der Kuvert-Methode

Um das Haushalten zu erleichtern, teilst du diesen Betrag durch 4 und gibst die Teilbeträge in je ein Kuvert. Beschrifte die Kuverts mit 1. Woche, 2. Woche, usw. Mit jedem Kuvert musst du eine Woche lang aus-

kommen. Bezahle sämtliche Einkäufe bar – sonst funktioniert es nicht. Das zweite Kuvert darf selbstverständlich erst am Montag der zweiten Woche geöffnet werden, das dritte am Montag der dritten Woche und so weiter.

Wer sich an diese Methode gewöhnt hat, kann ein fünftes Kuvert anlegen: für die restlichen Tage bis zum nächsten Monatsanfang, als Belohnung, die man sich am Ende des Monats gönnt oder zum Sparen.



ifs Schuldenberatung Bregenz

Benger Park
Mehrerauerstraße 3
6900 Bregenz
05-1755-580
schuldenberatung@ifs.at

Kuvert-Methode

Fixkosten	Betrag
Miete bzw. Eigenheim-Darlehensrückzahlung	
Heizung, Betriebskosten	
Wasser- Kanal- Abfallgebühren	
Strom	
Haushaltsversicherung	
Unfallversicherung	
Krankenversicherung	
Rechtsschutzversicherung	
Ab- Erlebensversicherung	
Sonstige Versicherungen (z.B. Gebäudev., Hundev.)	
Sparen Bausparen	
Finanzamt (z.B. bei Grenzgängertätigkeit)	
Unterhaltszahlung, Alimente	
Kindergartenbeitrag, Schulgeld, Musikschule	
Taschengeld für Kinder	
Telefonkosten (Festnetz, Handy), Internet	
Rundfunkgebühren (GIS), Kabelfernsehen, Pay-TV	
Abonnements (Zeitung, etc.), Mitgliedsbeiträge	
Kirchenbeitrag, Moscheebeitrag	
Öffentliche Verkehrsmittel	
Auto- Rate (Kredit, Leasing)	
KFZ-Haftpflichtversicherung	
Automobilclub-Beitrag	
Aus- und Fortbildungskosten	
Haustiere	
Sonstige Rate 1 (z.B. Konsumkredit)	
Sonstige Rate 2	
Sonstige Rate 3	
Summe - Fixkosten	

Kuvert-Methode

Fixkosten	Betrag
Miete bzw. Eigenheim-Darlehensrückzahlung	
Heizung, Betriebskosten	
Wasser- Kanal- Abfallgebühren	
Strom	
Haushaltsversicherung	
Unfallversicherung	
Krankenversicherung	
Rechtsschutzversicherung	
Ab- Erlebensversicherung	
Sonstige Versicherungen (z.B. Gebäudev., Hundev.)	
Sparen Bausparen	
Finanzamt (z.B. bei Grenzgängertätigkeit)	
Unterhaltszahlung, Alimente	
Kindergartenbeitrag, Schulgeld, Musikschule	
Taschengeld für Kinder	
Telefonkosten (Festnetz, Handy), Internet	
Rundfunkgebühren (GIS), Kabelfernsehen, Pay-TV	
Abonnements (Zeitung, etc.), Mitgliedsbeiträge	
Kirchenbeitrag, Moscheebeitrag	
Öffentliche Verkehrsmittel	
Auto- Rate (Kredit, Leasing)	
KFZ-Haftpflichtversicherung	
Automobilclub-Beitrag	
Aus- und Fortbildungskosten	
Haustiere	
Sonstige Rate 1 (z.B. Konsumkredit)	
Sonstige Rate 2	
Sonstige Rate 3	
Summe - Fixkosten	