



Tipps gegen Überschuldung

1 Überblick behalten

Einnahmen und Ausgaben jeden Monat im Auge behalten. Den besten Überblick bietet das Führen eines Haushaltsbuchs – sei es auf Papier oder digital, z.B. über www.budgetrechner.at

2 Kuvert-Methode

Eine bewährte Methode für Haushalte, die besonders knapp kalkulieren müssen, ist die Kuvert-Methode: Am Monatsanfang wird der Betrag abgehoben, der für den Monat zur Verfügung steht und in vier Geldkuverts (für jede Woche eines) gegeben. – Mehr darf pro Woche nicht ausgegeben werden.

3 Bargeld verwenden

Wann immer möglich mit Bargeld zahlen, denn das stärkt das Bewusstsein für Ausgaben und der Überblick geht nicht so schnell verloren. Zum Shoppen Karten daheim lassen, nur jenen Barbetrag in der Geldtasche mitnehmen, der ausgegeben werden kann, so lassen sich auch Spontankäufe vermeiden.

4 Ausgaben überdenken

Spontane Anschaffungen vermeiden. Stattdessen sich bewusst Zeit nehmen für – v.a. größere – Ausgaben. Am besten eine Nacht darüber schlafen: Brauche ich das wirklich?

5 Über Geld reden

Geldthemen sind häufig Tabuthemen. Dabei wäre es wichtig, gerade auch in der Familie und besonders mit den Kindern, über Geld zu reden. Nur so können sie vernünftige Strategien und Verhaltensweisen lernen. Mit Taschengeld lernen Kinder schon früh den Bezug zum Geld herzustellen.

6 Kontoüberzug vermeiden

Ein überzogenes Konto ist auf jeden Fall ein Alarm-signal, dass die Balance zwischen Einnahmen und Ausgaben nicht stimmt. Spätestens jetzt sollte ein genauer Blick auf das Haushaltsbudget geworfen werden. Was viele vergessen: Ein Kontoüberzug ist nichts anderes als ein Kredit – mit (sehr hohen) Kreditzinsen.

7 Hilfe in Anspruch nehmen

... bei der Budgetberatung: Wie kann ich selbst besser den Überblick behalten? Wie kann ich den Kontoüberzug vermeiden? Wie wird sich die bevorstehende Einkommensminderung (Arbeitslosigkeit, Pensionierung, Nachwuchs, Scheidung u.ä.) auf mein Haushaltsbudget auswirken? Bei Fragen wie diesen empfiehlt es sich, professionelle und eine Überschuldung vorbeugende Hilfe in Anspruch zu nehmen. Das kann beispielsweise eine kostenlose Budgetberatung (www.budgetberatung.at) sein oder auch Service-Angebote der Arbeiterkammer.

... bei der Schuldenberatung: Wenn die Rückzahlung bestehender Schulden schwierig wird und wichtige Posten wie Miete, Strom/Gas, Heizung, Alimente nicht mehr bezahlt werden können, dann ist es höchste Zeit, einen Termin bei der Schuldenberatung zu vereinbaren! Besser früher als später. In jedem Bundesland gibt es eine kostenlose staatlich anerkannte Schuldenberatung, Kontaktdaten unter www.schuldenberatung.at