



SCHULDENBERATUNG GLARNERLAND

Tipps bei einer Lohneinbusse

Damit die Lohneinbusse nicht in einer Schuldsituation endet, empfehlen wir folgende Vorgehensweise:

1. Budgetvorlage (Excel) auf www.sblg.ch herunterladen.
2. Alle bekannten Ausgaben im Budget erfassen. Bei den Fixkosten sollte immer eine Police oder Rechnung in einem Ordner abgelegt sein. Dabei reicht das neuste bzw. aktuelle Dokument. Falls nichts vorhanden ist, Leistungs- bzw. Rechnungssteller kontaktieren und um einen Beleg für die Ablage bitten (Rechnungskopie, Police usw.).
3. Die variablen Kosten mit Hilfe der Budgetbeispielen des Dachverbandes Budgetberatung Schweiz unter www.budgetberatung.ch ergänzen. Zur Budgetkontrolle kann das App «BudgetCH» dienen. Damit kann kontrolliert werden, ob die budgetierten Beträge für beispielsweise Lebensmittel oder Kleider auch wirklich stimmen. Wenn nicht → Budget oder Ausgabeverhalten anpassen
4. Markieren welche dieser Ausgaben unregelmässig (nicht monatlich) bezahlt oder ausgegeben werden: → Für diese Budgetposten sogenannte **Rückstellungen** auf einem separaten Konto bilden. Dabei handelt es sich beispielsweise um Steuern, Strom, Hausratversicherung usw. (in der Excel Budgetvorlage blau markiert).

Dieses Geld muss **monatlich** beiseitegelegt werden, damit wenn eine dieser Rechnungen kommt, diese mit den Rückstellungen (dem Ersparten) bezahlt werden kann.

Durch das bezahlen der laufenden Fixkosten wie Miete, Krankenkasse, Handy-Abo usw., das Umbuchen der Rückstellungen auf ein separates Konto, verbleibt auf dem Lohnkonto nur noch das Geld, welches auch zum Leben im Laufe des Monats verbraucht werden darf.

5. Bei einem Budget, in dem mehr ausgegeben als eingenommen wird, unbedingt prüfen wo Anpassungen möglich sind:

Fixkosten sind oft an eine Kündigungs- oder Anpassungsfrist gebunden. Schnell aktiv werden und optimieren (kündigen, wechseln oder anpassen)

Variable Kosten können schnell angepasst werden, sollte aber eine bestimmte untere Grenze bei den Lebenserhaltungskosten nicht erreichen. Richtwerte dafür kann das tiefste Einkommen bei der passenden Lebenssituation in den Budgetbeispielen des Dachverbandes Budgetberatung Schweiz geben: www.budgetberatung.ch

Setzen Sie Ihre finanziellen Mittel konsequent für den aktuellen Lebensbedarf ein und verhindern Sie Schulden. Sollten Sie in Zahlungsschwierigkeiten geraten: Bezahlen Sie Mieten, Energie (insbesondere Strom), Krankenkassenprämien, Alimenten, Nahrungsmittel und Kommunikation (Natel) unbedingt zuerst.

Können Sie wichtige Rechnungen nicht bezahlen, vereinbaren Sie auf keinen Fall unrealistisch hohe Ratenzahlungsvereinbarungen. Schauen Sie zuerst ihr Budget an und machen Sie sich ein realistisches Bild, wie hoch die Raten für alle ihre Ausstände sein dürfen.

Wir unterstützen Sie gerne beim Erstellen des Budgets oder beantworten Ihre Fragen rund um das Thema Geld, Budget und Schulden. Nehmen Sie mit uns telefonisch oder per Mail Kontakt auf.