

# Das Haushaltsbuch



- Eintragen
- Überblick bewahren
- Sparen

Das Eintragbuch  
für sinnvolles  
Haushalten

## Das Haushaltsbuch

- Eintragen
- Überblick bewahren
- Sparen

Die veröffentlichten Ratschläge wurden mit größter Sorgfalt von Verfasser und Verlag erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Ebenso ist eine Haftung des Verfassers bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ausgeschlossen.

## Impressum

Es ist nicht gestattet, Abbildungen und Texte dieses Buches zu digitalisieren, auf digitale Medien zu speichern oder einzeln oder zusammen mit anderen Bildvorlagen/Texten zu manipulieren, es sei denn mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Copyright © 2018 by Weltbild GmbH & Co. KG,  
Werner-von-Siemens-Str. 1, 86159 Augsburg  
Text: Ulrich Grasberger, Konzeption: Dr. Alex Klubertanz  
Innenlayout: Dr. Alex Klubertanz  
Umschlaggestaltung: X-Design, München  
Umschlagmotiv: shutterstock  
Gesamtherstellung: Neografia, a.s. printing house, Martin  
Printed in the EU  
978-3-8289-5856-2

Alle Rechte vorbehalten.

Einkaufen im Internet:  
[www.weltbild.de](http://www.weltbild.de)

# Wichtige Telefonnummern

Polizei/Notruf	110
Feuerwehr/Rettungsdienst (EU-Notrufnummer)	112
Rettungsdienst Österreich, Schweiz	144
Giftnotruf (nur für die Großstadtbereiche)	Vorwahl + 19240
Kinder- und Jugendtelefon	0800 111 0333 oder 116 111
Elterntelefon	0800 111 0550
Telefonseelsorge (ev./kath.)	0800 1110-111/-222
ADAC	0180 2 222 222
ADAC über Handy (alle Netze)	22 22 22
ADAC Notruf aus dem Ausland	+49 89 22 22 22
ADAC medizinische Hilfe	+49 89 76 76 76
Rettungsdienst	19 222 oder 112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Apotheken-Bereitschaftsdienst Info	0800 00 22833 (aus dem Festnetz)

<b>Bankkartenverlust</b>	
Kreditkarten, Sparkarten und Maestro Card (Deutschland)	116 116
Kreditkarten, Sparkarten und Maestro Card (Ausland)	+49 116 116 oder +49 30 4050 4050
Zentraler Sperrannahmeservice für EC-Karten	01805 021 021

<b>Sperrnummern Kreditkarten</b>	
Kreditkarten, Sparkarten und Maestro Card (Deutschland)	116 116
Kreditkarten, Sparkarten und Maestro Card (Ausland)	+49 116 116 oder +49 30 4050 4050
Zentraler Sperrannahmeservice für EC-Karten	01805 021 021
MasterCard (Deutschland)	0800 819 1040
MasterCard (USA)	+1 800 627 8372
MasterCard (Ausland und Mobilfunknetz, R-Gespräch)	+1 636 7227 111
MasterCard Internet	www.mastercard.com
Visa (Deutschland)	0800 811 8440
Visa (Ausland, kostenloses R-Gespräch)	+1 303 967 1096
Visa Internet	www.visa.de
American Express (Deutschland)	+49 (0)69 97 97 2000 oder 116 116
American Express (Ausland)	+49 116 116
American Express Internet	www.americanexpress.de

<b>Weitere wichtige persönliche Nummern</b>	
Hausarzt	
Krankenhaus	
Polizei	
Taxi	

Vorsicht: Die Vorwahl 0049 für Deutschland bei Anrufen aus dem Ausland gilt nicht für alle Länder.

# Einleitung

## Finanzieller Überblick mit dem Haushaltsbuch

Wer es gelernt hat, mit seinem Geld gut zu haushalten, kann auch finanzielle Engpässe überstehen. Der erste Schritt dazu ist, dass Sie einen Überblick über Ihre finanziellen Möglichkeiten gewinnen. Dabei wird Ihnen dieses Haushaltsbuch gute Dienste leisten. Sie erfassen damit die Einnahmen und Ausgaben, die in der Familie anfallen. Wenn Sie dann am Ende des Monats alle Zahlen zusammenrechnen, sehen Sie sehr schnell, wo Ihr Geld geblieben ist, und können im zweiten Schritt Ihre Konsum- und Finanzgewohnheiten verändern und anpassen.

**Das Leben ist schön** Eine gute Finanzplanung ist nicht dazu da, um Ihnen das Leben zu vermiesen und Ihnen jegliche Freude zu nehmen. Sie soll Ihnen helfen, mehr finanzielle Freiheit zu erlangen. Planen Sie deshalb in jedem Monat auch einen Betrag für eine spontane Geldausgabe ein: der kleine oder auch größere Extrakick für die gute Laune. Dabei müssen Sie auch gar kein schlechtes Gewissen haben, denn Sie wissen, dass Sie Ihre Finanzen im Griff haben und Sie sich auch ein bisschen Luxus leisten können.

## Feste Ausgaben

Wenn der Monat beginnt, ist ein Teil Ihres Einkommens bereits verplant und ausgegeben. Die Miete, die Nebenkosten, Versicherungen, Abonnements, Leasingraten, Kredite und vieles mehr werden regelmäßig von Ihrem Konto abgebucht. Nehmen Sie sich deshalb die Unterlagen zur Hand und prüfen Sie, welche Einnahmen und Ausgaben während des Jahres bei Ihnen anfallen. Es ist besonders übersichtlich, wenn Sie diese Posten in der Jahresübersicht festhalten (die Tabelle finden Sie auf den Seiten 6 und 7). So können Sie leicht Ihr verfügbares monatliches Budget feststellen. Das kostet Sie kaum mehr als eine halbe Stunde, und Sie haben einen sehr guten Überblick über Ihren persönlichen Finanzrahmen.

## Ganz einfach und praktisch

Legen Sie Ihr Haushaltsbuch an einen festen Platz und warten Sie nicht zu lange mit Ihren Eintragungen. Wenn die Erinnerung noch frisch ist, geht die Arbeit leichter von der Hand. Sammeln Sie alle Quittungsbelege in einer Box (wenn Sie keinen Beleg bekommen haben, erstellen Sie sich selbst einen Eigenbeleg). Belege für die Steuererklärung legen Sie in eine zweite Box. Wenn Sie die Beträge in Ihr Buch übertragen haben, zeichnen Sie die bearbeiteten Belege mit einem Haken ab. Gewöhnen Sie sich für das Eintragen einen festen Rhythmus an: direkt nach dem Einkauf, am Abend oder jeweils am Wochenende.

Wenn Sie den veränderlichen Ausgaben in der Spalte »Bemerkungen« eine Kategorie zuordnen wollen: Auf der Seite gleich gegenüber finden Sie eine Übersicht, in welchen Bereichen Sie Ihr Geld ausgeben (Ernährung, Bekleidung, Freizeit, Gesundheit). Ergänzen Sie diese Liste nach Belieben durch weitere für Sie eventuell wichtige Kategorien oder differenzieren Sie vorhandene.

Die Summe der veränderlichen Ausgaben eines Monats tragen Sie dann in die vorletzte Zeile der Tabelle auf Seite 6/7 ein. Diese Summe, von dem Posten »Budget« abgezogen, ergibt Ihr Monatssaldo.

<b>Einnahmen</b>	<b>Feste Ausgaben</b>	<b>Veränderliche Ausgaben</b>
<b>Erwerbseinkommen</b>	<b>Wohnen</b>	<b>Ernährung</b>
▶ Nettolohn, -gehalt	▶ Miete oder Hypothekenkredit	▶ Lebensmittel
▶ Urlaubs-, Weihnachtsgeld	▶ Strom, Gas, Wasser	▶ Essen gehen
▶ Provision	▶ Nebenkosten	▶ Genussmittel
<b>Staatliche Zahlungen</b>	<b>Unterwegs</b>	<b>Bekleidung</b>
▶ Kindergeld	▶ Monatskarte	▶ Kleidung
▶ Elterngeld	▶ Kfz-Steuer	▶ Schuhe
▶ Rente/Pension	▶ Kfz-Versicherung	
▶ Arbeitslosengeld		<b>Gesundheit</b>
	<b>Kommunikation</b>	▶ Kosmetik, Körperpflege
<b>Private Einnahmen</b>	▶ Telefon-, Handyverträge	▶ Arzt und Medikamente
▶ Unterhalt	▶ Internet, Musikflat	
▶ Geldgeschenke	▶ GEZ-Gebühr, PayTV, Kabel-TV	<b>Mobilität</b>
▶ Kapitalerträge		▶ Benzin, Service
▶ Ausgezahlte Sparbeträge	<b>Haushalt und Familie</b>	▶ Reparaturen
▶ Mieteinnahmen	▶ Taschengeld	▶ Fahrkarten
	▶ Mitgliedsbeiträge	
<b>Rückerstattungen</b>	▶ Kinderbetreuung	<b>Freizeit</b>
▶ Steuern	▶ Haushaltshilfe	▶ Kino, Konzert, Theater
▶ Krankenkasse		▶ Hobbys
▶ Strom, Gas, Wasser	<b>Versicherungen</b>	▶ Unterhaltungsgeräte
	▶ Haftpflicht	▶ Bücher, CDs, DVDs, eBooks
	▶ Berufsunfähigkeit	▶ Urlaub
	▶ Risikoleben	
	▶ Private Krankenversicherung	<b>Schule und Fortbildung</b>
		▶ Gebühren
	<b>Geldanlage</b>	▶ Exkursion
	▶ Sparpläne	▶ Büromaterial
	▶ Riester-Rente	▶ Computer
	<b>Kredite</b>	<b>Sonstige Ausgaben</b>
	▶ Ratenkredite	▶ Haustiere
	▶ Leasingraten	▶ Küchengeräte, Hausrat
		▶ Feiern
	<b>Rücklage</b>	▶ Geschenke
	▶ Sparen für Anschaffungen	▶ Garten
	▶ Sparen für Unvorhersehbares	

# Jahresübersicht 2019

Einnahmen	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
<b>Einnahmen gesamt</b>						

Feste Ausgaben	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
<b>Feste Ausg. gesamt</b>						

<b>Budget</b>						
---------------	--	--	--	--	--	--

<b>Veränderliche Ausg.</b>						
----------------------------	--	--	--	--	--	--

<b>Saldo</b>						
--------------	--	--	--	--	--	--







# Januar 2019

## Guter Vorsatz für das neue Jahr: Einkaufen nur mit Liste

Sparen ohne zu verzichten ist gar nicht so schwierig. Es geht hier nicht darum, das Rauchen aufzugeben – was natürlich immer eine kluge Entscheidung ist – oder generell das letzte Glas Wein am Abend in der Flasche zu lassen. Hier geht es darum, für den Einkauf eine Einkaufsliste zu verwenden. Sie ersparen sich so Spontankäufe und vor allem überflüssige Einkäufe. Insgesamt kann das schnell zehn Prozent Ihres Einkaufsbudgets ausmachen. Legen Sie sich an einem leicht erreichbaren Ort in der Küche einen Block und einen Stift bereit. Notieren Sie Lebensmittel oder andere unentbehrliche Haushaltsgegenstände auf Ihrem Einkaufszettel, wenn diese zur Neige gehen. Sie besitzen ein Smartphone? Den guten, alten Einkaufszettel gibt es auch als App in vielerlei Varianten. Beim Einkaufen kommt dann nur das in den Wagen, was Sie wirklich wollen und brauchen. Ihre Haushaltskasse wird es Ihnen danken.

**Der Spar-Tipp:** Haben Sie sich schon mal überlegt, warum jeder kleine Laden mittlerweile Kartenzahlung anbietet? Richtig, weil es praktisch ist – und weil Sie so leichter den Bezug dazu verlieren, was Sie eigentlich bezahlen. Je weniger Sie mit dem Geld in Berührung kommen, das Sie ausgeben, umso leichtsinniger werden Sie. Und ein weiterer Tipp: Kaufen Sie auf dem Wochenmarkt oder in der Bäckerei erst kurz vor Ladenschluss ein. Der Gemüsehändler ist froh, wenn er seine verderbliche Ware nicht wieder einpacken muss. Und bei den meisten Bäckereien gibt es sogar oft ganz offiziell eine »Happy Hour« mit reduzierten Preisen.

## Der Markendetektiv beim Discounter

Sie kaufen nicht beim Discounter, weil Sie Markenware bevorzugen? Es ist eine Tatsache, dass Markenhersteller auch den Discounter beliefern, nur eben nicht unter dem bekannten Markennamen. Die Kekse von Bahlsen sind dann plötzlich von Biscotta oder Feurich, der Joghurt von Ehrmann ist mit einer Milchfrisch GmbH etikettiert, löslicher Nescafé kommt von einer scheinbar unbekanntem Alpursa GmbH.

## Widerstehen Sie der »Quengelware«!

Nein, es ist kein Zufall, dass überflüssige, süße Kleinigkeiten an der Kasse in Augenhöhe unserer Kleinen griffbereit präsentiert werden. Aber auch Erwachsene fallen gerne darauf rein und gönnen sich eine Belohnung für zwischendurch. Dabei haben sie alles schon im Korb. Also: stark sein, Augen zu und durch!

## Einkaufen im Internet

Der Einkauf am heimischen Sofa ist bequem und günstig. Wirklich immer? Mittlerweile weiß man, dass große Anbieter ihre Preise fast stündlich ändern. Wenn die meisten Heimwerker am Rechner sitzen, wird die Bohrmaschine teurer, nach Schulschluss werden es die Designerklamotten, für die sich Ihre Kids interessieren. Verbraucher-Webseiten wie [www.idealo.de](http://www.idealo.de) bieten zu Ihren gesuchten Artikeln einen Preiswecker an. Sobald der Artikel das eingeegebene Preislimit unterschreitet, bekommen Sie eine Mail, wo Sie den Artikel günstig bekommen können. Kaufen Sie aber nur von verlässlichen Shops ([www.trustedshops.de](http://www.trustedshops.de)) und bezahlen Sie niemals mit Vorkasse. Fake-Shops haben supergünstige Preise, liefern aber nicht.

# Januar 2019

Jan

1	Di	Neujahr
2	Mi	
3	Do	
4	Fr	
5	Sa	
6	So	Heilige Drei Könige
7	Mo	
8	Di	
9	Mi	
10	Do	
11	Fr	
12	Sa	
13	So	
14	Mo	
15	Di	
16	Mi	
17	Do	
18	Fr	
19	Sa	
20	So	
21	Mo	
22	Di	
23	Mi	
24	Do	
25	Fr	
26	Sa	
27	So	
28	Mo	
29	Di	
30	Mi	
31	Do	



## Einfach mal abschalten und Energiekosten sparen

Die Wohnnebenkosten stellen neben der Miete in fast jedem Haushalt mittlerweile den größten regelmäßigen Ausgabenposten dar. Seit 2004 ist je nach Art der Heizung und Wärmedämmung des Hauses sowie der Energieart ein Preisanstieg von 50 bis 100 Prozent zu verzeichnen gewesen. Bei einer bewussten und nachhaltigen Lebensweise sind hier Einsparungen ohne Komfortverzicht möglich.

**Ein wenig Psychologie:** Zu kalt oder zu warm ist meist auch eine subjektive Angelegenheit. Ein Thermometer dagegen misst exakt die Raumtemperatur. Und wer weiß, dass in der Wohnung angenehme 20 °C herrschen, der friert auch nicht so schnell. Wer sich wenig bewegt, kann sich eine warme Kuscheldecke bereitlegen. Das ist gemütlich, und das Relaxen macht so doppelten Spaß.

## Was Sie alles tun können

- ▶ Wenn es an den Fenstern zieht, helfen ganz schnell und einfach Moosgummidichtungsbänder. Diese werden zwischen Fenster und Rahmen eingeklebt und sind für kleine und mittlere Spalten gut geeignet. Besser sind natürlich neue, dicht schließende Fenster mit zwei- oder dreifacher Wärmeschutzverglasung.
- ▶ Viel Energie geht über schlecht gedämmte Außenwände verloren. Ist Ihr Hausdach gedämmt? Wenn von außen nicht gedämmt werden kann, besteht auch die Möglichkeit einer Innendämmung. Hierzu empfiehlt es sich aber, wegen der Gefahr der Schimmelbildung einen Fachmann hinzuzuziehen.
- ▶ Gerade hinter den Heizkörpern zur Außenmauer hin lohnt es sich zu prüfen, ob hier eine zusätzliche Dämmung möglich ist. Je dünner die Außenwand hinter dem Heizkörper ist, desto mehr Energie geht dort verloren. Styropor-Dämmmatten mit einer Aluminiumbeschichtung als Dampfsperre und Reflexionschicht aus dem Baumarkt helfen hier. Denken Sie auch daran, die Rollladenkästen zu dämmen.
- ▶ Prüfen Sie, ob sich der Einbau einer Warmwasseraufbereitung mit Solarkollektoren auf Ihrem Dach lohnt. Im Sommer bleibt dann die Heizung ganz aus. Geduscht wird mit Sonnenenergie!
- ▶ Passen Sie die Raumtemperatur an die Nutzung an. In wenig oder selten genutzten Räumen die Temperatur erst dann erhöhen, wenn man sich hier länger aufhält. Heizkörper sind heute standardmäßig mit Thermostatventilen ausgerüstet. Das erleichtert die Regulierung. Räume nicht überheizen! Mit jedem Grad Celsius steigen die Heizkosten um rund sechs Prozent. Jedes Grad weniger hilft Kosten sparen.
- ▶ Sind Heizkörper beispielsweise durch Möbel verdeckt, steigt der Energieverbrauch um bis zu 20 Prozent.
- ▶ Lüften mit gekipptem Fenster kostet sinnlos Energie, denn so wird über Stunden warme Luft nach außen geleitet. Machen Sie zum Lüften das Fenster einmal weit auf und schließen Sie die Fenster nach drei bis fünf Minuten wieder, wenn die Luft ausgetauscht wurde. Mit einer solchen Komplettlüftung sparen Sie bis zu 50 Prozent Energie im Vergleich zu einem ständig gekippten Fenster.
- ▶ Entspricht Ihre Heizung noch den zeitgemäßen Anforderungen? Vergleichen Sie die Preise und prüfen Sie Förderangebote für eine neue. Überregionale Heizungsbauer mit Online Marketing haben sehr gute Preise.
- ▶ Vereinbaren Sie einen Termin mit einem Energieberater z. B. von der Verbraucherzentrale.

