

Alles rund ums Budget



**Budget- und
Schuldenberatung**
Aargau - Solothurn



Inhalt

Allgemeine Infos zum Budget

Seite 3

Spartipps:

> Wohnen	Seite 6
> Haushalt	Seite 8
> Strom, TV, Internet, Mobile	Seite 11
> Krankenkasse, Gesundheit	Seite 15
> Persönliche Ausgaben	Seite 17
> Mobilität (ÖV, Velo, Auto)	Seite 18

Steuern	Seite 21
---------	----------

Beratungsstellen Aargau und Solothurn	Seite 26
---------------------------------------	----------

Online-Version dieser Broschüre	Seite 27
---------------------------------	----------



Allgemeine Infos zum Budget

Wann ein Budget machen?

Grundsätzlich immer, denn das aktuelle Budget zeigt den Ist-Zustand. So können Sie überprüfen, ob Sie mit Ihrem Einkommen Ihre Ausgaben zahlen können.

Bei Veränderung der Lebenssituation wie Scheidung, Trennung, Geburt eines Kindes, Arbeitslosigkeit, Ausbildung, Umschulung oder Weiterbildung, Pensionierung, Auszug von zu Hause, Zusammenzug mit Partner:in, weniger Lohn, Verzug bei Bezahlung von Rechnungen etc.

Wieso?

Sparen: Nur wenn Sie wissen, wofür Sie Geld ausgeben, können Sie sinnvolle Sparmassnahmen ergreifen und Ihre persönlichen Prioritäten setzen.

Einen Überblick über die Finanzen zu bekommen, ist Voraussetzung für die Planung.

Hinschauen und sich mit der finanziellen Situation auseinandersetzen.

Überschuldung vorbeugen: Offene Rechnungen sind auch schon Schulden. Damit es nicht schlimmer kommt, kann ein Budget helfen.

Wie?

Budgetvorlage: es gibt verschiedene Vorlagen von Budgets. Ein Muster finden Sie auf budgetberatung.ch. Dort finden Sie auch einen **Budgetrechner**. Wenn Sie keinen Drucker haben, können Sie uns anrufen, damit wir Ihnen die Vorlage per Post zustellen können.

Merkblätter: Insbesondere bei den variablen Kosten (Essen, Trinken, Kleider, Ausgang etc.) ist es manchmal schwierig eine Schätzung zu machen, wie viel man pro Monat ausgibt. Hier können Empfehlungen / Budgetbeispiele helfen. Solche finden Sie auf budgetberatung.ch.



Wie ist ein Budget aufgebaut?

Einkommen: Wird am Anfang vom Budget aufgeschrieben.

- 13. Monatslohn nicht auf Monat runterbrechen
- bei unregelmässigem Einkommen Durchschnittslohn nehmen
- Spesen nur, wenn fixer Bestandteil vom Lohn

Ausgaben: Bei den Ausgaben werden sämtliche fixen und auch variablen Ausgaben aufgeschrieben. Sie werden wie folgt unterschieden:

	Geldfluss	zu beachten	Beispiele
Regelmässige monatliche Zahlungen	Dauerauftrag (DA), eBill oder Lastschriftverfahren (LSV)	DA: wenn nicht genügend Geld auf dem Konto, wird Zahlung nicht ausgelöst. eBill: Rechnungen werden ins E-Banking geladen, können kontrolliert und freigegeben werden. LSV: Überblick behalten	Miete, Krankenkassenprämie, Handyrechnung, Kreditkarte
Unregelmässige Ausgaben	Geld jeden Monat auf ein separates Konto überweisen ➔ Siehe unter Stolpersteine «Rückstellungen/Rücklagen/Reserve»	Disziplin haben und jeden Monat Betrag auch auf separates Konto überweisen	Versicherungsprämien, Franchise, Selbstbehalt, Reparaturen, Fitnessabo, Anschaffungen, Kleider, Geschenke, Zahnarzt, Steuer, Unvorhergesehenes etc.
Barausgaben	Bar Twint Karten	Bei Kartenzahlung verliert man eher den Überblick. Oft ist das Geld schneller ausgegeben, als man es sich vorgenommen hat.	Lebensmittel, Coiffeur, Tanken, Zigaretten, Ausgang, Taschengeld, auswärts Essen, Parkgebühren etc.
Sparen	Auf Sparkonto		





Stolpersteine beim Budget erstellen:

Seien Sie ehrlich beim Ausfüllen: Es bringt nichts die Beträge zu tief zu halten, bleiben Sie realistisch, auch wenn dadurch das Budget schlechter ausfällt.

Rückstellungen / Rücklagen / Reserve: Es gibt viele Bezeichnungen, dabei geht es immer darum, Geld auf die Seite zu legen für zukünftige Rechnungen. Wir empfehlen hierfür ein separates Konto zu führen.

Sparen: Weniger ist mehr. Auch hier gilt es realistisch zu bleiben. Bleibt nach Abzug aller Ausgaben etwas übrig, kann dieser Betrag gespart werden.



Danach?

Überprüfung: Viele Ausgaben müssen geschätzt werden, weil Sie nicht genau wissen, wie hoch die Kosten z. B. für Kleider und Freizeit sind. Daher macht es Sinn, die Ausgaben eine Zeit lang aufzuschreiben oder in einer App zu erfassen. Wie beispielsweise **BudgetCH** der Budgetberatung Schweiz. Danach prüfen Sie, ob die Zahlen realistisch sind. Das kann aufwendig sein, aber es lohnt sich!

Onlinebanking nutzen: So haben Sie immer die Kontrolle über Ihre Ausgaben und den Kontostand.

Dauerauftrag, eBill oder Lastschriftverfahren: Bei regelmässigen Zahlungen (Miete, Strom, Handy, Krankenkassenprämie) bei Ihrer Bank / Post einrichten. So werden die Zahlungen pünktlich ausgelöst und Sie sparen unnötige Mahnspesen.

Bar- statt Kartenzahlung: Hört sich altmodisch an, ist jedoch die beste Variante, um einen guten Überblick über die Finanzen zu behalten. Probieren Sie es aus!

Vorsicht mit Kreditkarten und Bezahl-Optionen «später zahlen»: Bestimmt schon oft gehört oder gelesen. Es ist jedoch Tatsache, dass Kredite schnell zu einer Überschuldung führen können. Ausserdem werden die Zinsbelastung und Mahnspesen stark unterschätzt.

Rückstellungen / Rücklagen / Reserve: Ein separates Konto führen und Geld darauf überweisen.

Budget ist im Minus: Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, gemeinsam können wir die weiteren Schritte besprechen. Auf keinen Fall ein Kredit aufnehmen! Auch wenn Ihnen eine Kreditgesellschaft verlockende Angebote macht! Die Offerten wirken verlockend und attraktiv, aber das täuscht.

Spartipps Wohnen

Bei bestehendem Mietverhältnis: Prüfen Sie, ob Sie einen Anspruch auf eine Mietzinssenkung haben. Basiert Ihr Referenzzinssatz (auf dem Mietvertrag festgehalten) auf einem höheren als dem aktuellen, steht Ihnen eine Senkung des Nettomietzinses zu. Verlangen Sie von der Vermieterschaft schriftlich eine Mietzinsreduktion.



[mieterverband.ch/mietrecht/waehrend-der-miete/
mietzinssenkung/](http://mieterverband.ch/mietrecht/waehrend-der-miete/mietzinssenkung/)



Heiz- und Nebenkosten

Nicht ausschalten: Während der Heizperiode auch bei längerer Abwesenheit die Heizung nicht ganz ausschalten; kalte Räume wieder aufzuheizen benötigt mehr Energie als die Heizung eingeschaltet zu lassen.

Nicht zu stark heizen – Schlafräume schwach heizen.

Schlussabrechnung: Prüfen, ob richtig abgerechnet wurde. Macht eine Erhöhung der Akontozahlung Sinn, damit die Schlussabrechnung nicht so hoch ausfällt?

Stosslüften statt Kippfenster verhindert, dass viel Heizwärme verloren geht.





Wohnungssuche / Umzug

Vor dem Auszug ein realistisches Budget machen, die Wohnkosten sollten 1/4 bis max. 1/3 vom Einkommen ausmachen. Dieser Ausgabeposten kann nicht so schnell geändert werden, daher sollte ein Umzug gut überlegt sein.

Planung: Holen Sie verschiedene Offerten ein, wenn Sie eine Profi-Umzugsfirma beauftragen möchten: umzug.ch

Falle Nebenkosten: Manche Vermieter verlangen zwar eine tiefe monatliche Akontozahlung, dafür ist die Schlussabrechnung sehr hoch. Bei Wohnungssuche die Vermieterin oder den Vormieter fragen, wie hoch die Schlussabrechnung ungefähr ausfällt.

Mietkaution: Wenn kein Geld für die Kaution vorliegt, eine Kautionsversicherung abschliessen. Die Versicherung ist jedoch teuer. Ist allenfalls ein zinsloses Darlehen von Bekannten möglich?



Einwohner und Einwohnerinnen in der Nordwestschweiz können sich für die Finanzierung von Mietzinsdepots an die Edith Maryon-Stiftung wenden:

maryon.ch/wohnhilfen/mietkautionen



Günstig Wohnen

Wohngemeinschaft: Wohnen in einer Wohngemeinschaft senkt die Ausgaben bei Miete und Haushalt. Eine Wohngemeinschaft suchen oder selbst gründen.

→ WG-Zimmer.ch, Flatfox.ch, weegee.ch

Genossenschaft: Versuchen Sie, bei einer Wohnbaugenossenschaft eine günstige Wohnung zu bekommen. Beachten Sie jedoch, dass zu Beginn oft eine Genossenschaftsbeteiligung notwendig ist. Bei fehlendem Geld, bei Pensionskasse nach einem Vorbezug nachfragen.

wbg-schweiz.ch/information/wohnbaugenossenschaften_schweiz/regionaverbaende

Untermiete: Bei längerer Abwesenheit (z. B. Auslandaufenthalt) Wohnung untervermieten – beachten Sie, dass der Vermieter einverstanden sein muss und Sie weiterhin für die Wohnung haften!

Spartipps Haushalt



Einkaufen allgemein

Wieso alles neu? Fast alles für den täglichen Gebrauch gibt es auch Occasion; Brockenhäuser, Secondhand-Läden, div. Online-Plattformen, Kleinanzeigen etc.

Mutig sein: Bei Unzufriedenheit grundsätzlich reklamieren. Das lohnt sich, denn gute Geschäfte wollen zufriedene Kundenschaft.

Darüber schlafen: Spontankauf vermeiden. Brauchen Sie wirklich, was Sie kaufen wollen?

Online-Shopping: Mindestbestellmengen und Rabatte verleiten dazu, mehr zu kaufen als gewollt. Beim Einkauf im Ausland, fallen oft zusätzliche Gebühren an. Prüfen Sie zudem, ob Rücksendungen möglich und kostenlos sind. Vorsicht vor betrügerischen Webseiten.

Kredit- und / oder Kundenkarten: Können verführerisch sein. Wägen Sie finanzielle Entscheide sorgfältig ab. Prepaid-Kreditkarten unterstützen die Ausgabenkontrolle.

Antizyklisch einkaufen: Saisonkleider bei Saison-Ende im Ausverkauf kaufen.

Restposten / Fabrikläden: Viele grössere Geschäfte führen solche Läden.
→ klugnet.ch

Warentests und Kundenrezensionen berücksichtigen: Zum Beispiel Ktipp, besonders bei grösseren Anschaffungen sinnvoll.

Vergünstigung durch Arbeitgeber: Haben Sie durch Ihren Arbeitgeber Vergünstigungen?

Alle Jahre wieder: Geschenke für Weihnachten, Muttertag, Geburtstage während der Ausverkaufszeit einkaufen.





Lebensmittel einkaufen

Sich informieren: Machen Sie Aktionen in Zeitungen, Zeitschriften und im Internet ausfindig. Hilfreiche Webseiten sind [aktionis.ch](#) und [profital.ch](#).

No-Name Produkte oder Eigenmarken bevorzugen (hinter manchem No-Name-Produkt steht eine grosse Firma).

Food Save-Angebote in Läden und Organisationen nutzen wie [madamefrigo.ch](#), [restessbar.ch](#), [secend.ch](#) und [toogoodtogo.ch](#).

Einkaufszettel erstellen: So vermeiden Sie Spontaneinkäufe.

Nicht mit leerem Magen einkaufen.

Saisongerecht einkaufen.

Bio-Produkte sind beim Bauer günstiger als im Laden.

Einkäufe am Kiosk, der Tankstelle oder an der Take-away-Theke vermeiden.

Verwenden Sie wenn immer möglich **Nachfüll-Packungen**.

Verpackung: Vergleichen Sie immer die Grundpreisangaben pro kg, pro 100 g oder pro Liter.

Grosspackungen: Bei lang haltbaren Produkten grosse Packungen kaufen.

Täuschung Einkaufswagen: Grosse Wagen verführen dazu, mehr einzukaufen als gewollt.

Augen auf! Teure Produkte stehen auf Augenhöhe! In den unteren Regalen gibt's die Schnäppchen. Ersparnis: bis 30 %.

Ablaufdaten nicht allzu ernst nehmen. Sogar Lebensmittel wie Honig, Essig und Zucker, die gemäss Lebensmittelverordnung gar nicht mit einem Ablaufdatum versehen werden müssen, werden datiert.



Geld sparen beim Haushalt führen

Planung: Wochenmenüplan erstellen und dabei Sparmenüs einplanen und Reste verwerten.

Leitungswasser statt gekauftes Wasser. Getränke wie Tee, Sirup, Schoggidrink selbst herstellen.

Nicht jeden Tag Fleisch essen.

Verpflegung von zu Hause an Arbeitsplatz / Schule mitnehmen.

Vorrat: Muss gut organisiert sein, damit die Ware nicht kaputt geht. Am geeigneten Ort lagern.

Abfall trennen, recyceln und Küchenabfälle kompostieren.

Duschen statt baden.

Produkte **sparsam dosieren** – meist reicht viel weniger als gedacht.

Nicht gleich wegwerfen: Fast leere Tuben und Flaschen aufschneiden – da bleibt oft noch viel drin.

Hausmittel gebrauchen, es muss nicht immer das Spezialprodukt sein. Sei es Waschmittel, Putzmittel oder medizinische Versorgung, im Internet finden Sie viele Alternativen.

Mehrweg statt Einweg (z. B. Lappen statt Küchenrolle, Einkaufstaschen mitnehmen).

Reparieren: Lohnt sich eventuell eine Reparatur? → repair-cafe.ch

Tauschen, Verkaufen: Tauschbörsen anstatt wegwerfen (zum Beispiel Kleider, Spielsachen). Verkauf über Internet, dabei schauen wie viel vom Erlös an den Anbieter geht.

Kontoführung: Kontogebühren z. B. unter moneyland.ch vergleichen.



Spartipps Strom, TV, Internet, Mobile

Fragen Sie bei Ihrem Stromanbieter nach einer kostenlosen **Energieberatung**. Viele Elektrizitätswerke vermieten Messgeräte, mit denen Stromfresser gefunden werden können.

Zu den grossen **Stromfressern** gehören die Beleuchtung, Tumbler, Waschmaschine und Kühlschrank. Man kann grosse Mengen an Strom sparen, wenn man energieeffiziente Geräte verwendet. Doch auch ein energiebewusstes Nutzungsverhalten bewirkt Grosses.

Beim Strom lässt sich Geld sparen. Nachfolgend einige wenige Beispiele, wie Sie schnell und unkompliziert Strom und auch Geld sparen können.



Elektronische Geräte

Kochen & Backen: Hier ist das Sparpotenzial sehr gross. Einsparungen erreicht man mittels Kochen mit Deckel, Dampfkochtopf, nicht vorwärmen, Ausnutzung von Restwärme, Verwendung von Spezialgeräten statt Herd (z. B. Wasserkocher). Ausschalten des Gerätes nach dem Gebrauch, besonders bei Kaffeemaschinen.

Geschirrspüler: Gerät ganz füllen und Sparprogramm wählen.

Kühlschrank: Tür nicht lange offenlassen, keine aufgeheizten Dinge hineinstellen. Nicht draussen auf dem Balkon aufstellen.

Beleuchtung: Konsequentes Lichtausschalten beim Verlassen des Zimmers.

Unterhaltungselektronik & Heimbüro: Gerät ganz ausschalten statt Standby-Modus verwenden. Nutzen Sie dafür eine Steckdosenleiste mit Netzschalter.

Waschmaschine: Die Maschine gut füllen und tiefere Waschtemperaturen wählen. Bei leicht verschmutzter Wäsche Kurzwaschgang anwenden.

Wäschetrocknen: Flusensieb nach jedem Trocknen reinigen. Sparsame Nutzung (Wäsche öfters an der Luft trocknen).

Alte Elektrogeräte: Sparen Sie Strom, in dem Sie bei elektronischen Geräten und Sanitärprodukten auf niedrigen Energieverbrauch achten. Alle elektronischen Geräte und Sanitärprodukte haben eine Energieetikette, die den Energieverbrauch mit Buchstaben (A bis G, bzw. A+++ bis D) und Farben (grün bis rot) anzeigt. Je niedriger der Energieverbrauch, desto weniger Strom- und Wassergebühren müssen Sie zahlen.

Spartarifzeiten: Wenn möglich Geräte bei Niedertarifzeiten verwenden.

Anschaffung: Gebrauchte Geräte kaufen z. B. unter revendo.ch.



Links

energie-umwelt.ch

energieeffizienz.ch

energybox.ch





Festnetz, Internet, TV

Prüfen Sie, ob eine Grundgebühr für Kabelanschluss über die Vermieterschaft läuft.

Serafe kann in Raten bezahlt werden. → [serafe.ch](#)

Anstatt ein Abo kann via Internet gratis TV geschaut werden auf **Zattoo, Glotzdirekt, yallo.tv, SRF**. Diese Angebote sind gratis, haben allerdings zum Teil viel Werbung.

Wenn Sie sich für Serien und Filme interessieren, dann prüfen Sie die Angebote der Streaming-Dienste unter [Comparis.ch](#).

Klären Sie ob Streaming-Abonnemente wie Netflix, Spotify etc. mit Familienmitgliedern / Mitbewohnenden geteilt werden können.



Mobile

Telefon- und Internetverträge regelmäßig überprüfen kann sich lohnen

Haben Sie Ihre Internet- und Telefonverträge längere Zeit nicht geändert, bezahlen Sie möglicherweise zu viel. Neuere Verträge bieten oft mehr und sind zudem günstiger. Aber Achtung beim Kündigen: Wenn eine vertraglich vereinbarte Laufzeit besteht, kann Ihnen der Anbieter hohe Kosten wegen «vorzeitig aufgelösten Vertrags» in Rechnung stellen.



Beim Abo-Abschluss sich folgende Frage stellen:

Was ist günstiger: Prepaid oder Abo?

Ist ein Festnetz vorhanden?

Welches Abo ist das richtige für mich?

Was brauche ich wirklich?

Wie sehr kann ich auf WLAN ausweichen?

In der Regel lohnt es sich, sich innerhalb der Familie oder im Freundeskreis auf einen Anbieter zu konzentrieren.

Vergleichen Sie die Preise der verschiedenen Telefonanbieter bevor Sie sich für einen Kauf entscheiden.



[alao.ch](#)

[comparis.ch/telecom](#)

[dschungelkompass.ch/mobile](#)



Datennutzung

Die Datennutzung ist schwierig zu kontrollieren, daher ist bei der Nutzung des Mobiltelefons – vor allem auch im Ausland – Vorsicht geboten.

Falls Sie ein Flatrate-Abo haben, nutzen Sie Ihr Smartphone als WLAN-Hotspot für weitere Geräte.

Bei keinen oder limitierten Datenmengen Mobiles Netz / Datenroaming ausschalten, WiFi nutzen.

Öffentliches WLAN nutzen; etwa in Bibliotheken oder Cafés. Vorsicht mit sensiblen Daten: öffentliche WLAN-Hotspots sind oft unverschlüsselt oder nur schwach gesichert.

Einstellungen Ihres Smartphones prüfen: Apps und andere Software versuchen oft, sich selbstständig zu aktualisieren. Das Gerät verbindet sich dann automatisch mit dem Internet und lädt Aktualisierungen ungefragt herunter. Updates ausschliesslich über das WLAN herunterladen und Datenroaming deaktivieren. Im Ausland mobile Daten ausschalten oder Datenpakete für das entsprechende Land kaufen. Prüfen Sie zudem eSIM-Angebote.

Telefonie im Ausland: Auch ankommende Gespräche kosten. Messenger-Apps für Sprach- oder Videoanrufe über WiFi nutzen (WhatsApp, Signal, FaceTime ...). Mailbox ausschalten, denn nicht angenommene Gespräche landen auf der Mailbox und verursachen Kosten.

Anrufe auf eine Nummer, die mit 0900, 0901 oder 0906 beginnt, können bis zu mehreren Franken pro Anruf und Minute kosten. Lassen Sie deshalb 090er-Nummern am besten sperren.



Spartipps Krankenkasse, Gesundheit

Krankenkassen-Wechsel (KVG)

Kein Wechsel, wenn Schulden: Wenn Sie offene Rechnungen bei der obligatorischen Krankenkasse haben, können Sie nicht zu einer anderen Kasse wechseln! Auch dann nicht, wenn eine andere Versicherung Sie aufnehmen will – die alte entlässt Sie nicht aus dem Vertrag! Sonst sind Sie doppelt versichert.

Sparmodell: Die Krankenkassen bieten verschiedene Sparmodelle an (HMO, Telmed, Flexcare, Hausarztmodell). Je nach Modell, ändert sich die Prämie.

Die **Franchise** kann von Fr. 300 bis Fr. 2'500 gewählt werden. Wir empfehlen grundsätzlich die niedrigste Franchise. Eine höhere Franchise sollten Sie nur wählen, wenn Sie den Betrag (in der Höhe der Franchise) bereits zusammen gespart haben.

Zusatzversicherung: Prüfen, ob Sie die Leistungen effektiv brauchen und wie lange die Laufzeit ist.

Unfallversicherung: Abklären, ob Sie über den Arbeitgeber schon eine Unfallversicherung haben. Dies ist der Fall, wenn Sie mehr als acht Stunden pro Woche beim selben Arbeitgeber arbeiten. Falls ja, können Sie die Unfallversicherung bei der Krankenkasse rausnehmen.



Prämien vergleichen

priminfo.ch

konsumentenschutz.ch



Administration rund um die Krankenkasse

Bitten Sie den Arzt / Apotheker, direkt mit der Krankenkasse abzurechnen. Dies vereinfacht Ihren Administrationsaufwand.



Onlinekauf: Beziehen Sie rezeptfreie Medikamente bei seriösen Internet-Apotheken. Dort sind diese oft billiger erhältlich. Achten Sie beim Kauf darauf, dass Sie Medikamente nur bei Apotheken beziehen, welche mit Schweizer Krankenkassen zusammenarbeiten.

→ mediservice.ch

Generika: Oft wird ein erhöhter Selbstbehalt von 40 % statt 20 % auf Originalmedikamente verlangt. Fragen Sie in der Apotheke gezielt, ob es auch Generika (Nachahmerprodukte) gibt und machen Sie auch bei diesen einen Preisvergleich. → med.mymedi.ch

Hausmittel: Es muss nicht immer etwas aus der Apotheke sein, manchmal tut es auch ein Hausmittel oder Sie haben das Medikament bereits zu Hause in der Hausapotheke.

Verfallsdatum: Fragen Sie bei einer Apotheke oder einer Arztpraxis nach, ob Medikamente noch über das aufgedruckte Verfalldatum weiter benutzt werden dürfen, bevor sie diese entsorgen und neue kaufen.

Notfallbehandlungen bei Bagatellen vermeiden, das gibt nur unnötige Zusatzkosten.

Zusatzversicherung (VVG): Belege sammeln und regelmässig einreichen. Versicherte Leistungen kennen (z. B. Fitness, Brillen, Komplementärmedizin etc.)



Prämienverbilligung

Prüfen Sie, ob Sie Anspruch auf eine Prämienverbilligung haben. Ein Anspruch kann auch bestehen, wenn sich die persönlichen Verhältnisse verändern (z. B. Heirat, Trennung, Geburt). Fragen Sie bei Ihrer Gemeinde nach, bei welcher Stelle Sie den Antrag auf Prämienverbilligung einreichen können. Vorsicht, falls Sie eine Verbilligung haben, müssen Sie grössere Einkommensveränderung mitteilen. Sie haben eine Meldepflicht.



Spartipps persönliche Ausgaben



Freizeit, Ferien, Familie

Tauschen statt kaufen: Tauschen Sie Spiele, Bücher, DVDs oder Kleider, statt diese bei sich zu horten.

Ausleihen statt kaufen: Bücher, Spiele und DVDs können Sie auch einfach ausleihen, statt sie zu kaufen (z. B. Bibliothek, Ludothek).

Coiffeur: Mit gewaschenen Haaren hingehen, «cut and go» – Haar nicht föhnen lassen. Termin bei Auszubildenden vereinbaren.

Verein statt Fitnesscenter: Vereine sind günstiger als Fitnesscenter und fördern das Sozialleben.

Ausflüge: Erkunden Sie die Umgebung mit dem Velo, anstatt mit dem Auto. Entdecken Sie die Natur.

Ferien: Frühzeitig buchen. Beim Bauer, auf dem Campingplatz oder in Jugendherbergen übernachten. Ferienwohnungen anstatt Hotels. Für Kinder gibt es Ferienpässe.

Zeitungen / Zeitschriften: Sich online informieren, ohne Abo.

Ausgang: Im Ausgang nur so viel Geld mitnehmen, wie Sie ausgeben wollen und Kredit- oder EC-Karte zu Hause lassen.

Freizeit: Anspruch auf Caritas KulturLegi prüfen. → kulturlegi.ch

Geschenke: Do it yourself, Zeit schenken statt etwas Materielles (einmal kochen, Fenster putzen, zusammen an den See etc.). Gegenseitige Absprache treffen, um sich weniger zu schenken. Wichteln anstatt alle zu beschenken. Geschenke nicht vor Weihnachten bzw. Geburtstag kaufen, sondern während des Jahres die Augen offenhalten und kaufen.

Spartipps Mobilität (ÖV, Velo, Auto)



Öffentlicher Verkehr

Halbtax (Swiss Pass): Lohnt sich bereits ab wenigen Fahrten.

Das Abo verlängert sich automatisch nach Ablauf um ein weiteres Jahr. Verpassen Sie den Kündigungstermin nicht, falls Sie das Halbtax nicht mehr benötigen.

Juniorkarte: Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre fahren für eine einmalige Gebühr pro Jahr in Begleitung eines Elternteils gratis.

GA-Night: Hiermit fahren bis 25-Jährige von 19 bis 5 Uhr gratis.

Sparbillette: Kauf nur über Internet (App) möglich, einzelne Fahrten werden günstig angeboten (vor allem ausserhalb Stosszeiten). Termine danach richten.

Ausflugsangebote und Sparbillette auf der SBB-Website prüfen.

9 Uhr Abo: Bei der A-Welle verfügbar; lohnt sich, wenn Sie nicht vor 9 Uhr Zug fahren.

Ein **Jahres-Abonnement** ist günstiger als Monatsabonnemente oder Einzelbillette.

Spartageskarte Gemeinde: Einige Gemeinden verkaufen vergünstigte Tageskarten. Damit fährt man einen Tag lang in der ganzen Schweiz gratis. Informieren Sie sich bei Ihrer Wohngemeinde über die aktuellen Angebote und Preise. ➔ spartageskarte-gemeinde.ch



Velo

Eine günstige Art, Velos zu kaufen, sind Velobörsen. → pro-velo.ch

Gut pflegen und putzen, insbesondere die Kette. Viele Tipps dazu und auch, wie man bei Schäden selbst Hand anlegen kann, gibt es bei → Fahrradreparatur.net.

Haftpflichtversicherung: Zwingend notwendig, damit Schäden gedeckt sind.

Auto, Motorrad

Beim Auto lässt sich viel Geld sparen, daher genau hinterfragen, ob man wirklich eines braucht.

Ist eine günstigere Variante wie Roller, E-Bike, E-Scooter oder Motorrad eine Alternative?

Alternativen zum eigenen Auto: → Mobility.ch, HitchHike.ch



Autoversicherung (Haftpflicht, Kasko)

	Haftpflicht	Teilkasko	Vollkasko
Welches Fahrzeug?	Obligatorisch	Freiwillig	Freiwillig
Was ist versichert?	Schaden, den Sie mit Ihrem Auto anrichten an anderen Fahrzeugen, Gebäuden, Personen.	Diebstahl, Glasbruch, Wildschaden und Brand. Sie sind nicht schuld am Schaden.	Schaden, den Sie selbst verschuldet haben und gegen Vandalismus.

Nur Einjahresverträge abschliessen und für das folgende Jahr eine Ermässigung verlangen oder die Versicherung wechseln.

Wer eine langjährige Versicherung abschliesst, verzichtet auf den Altersrabatt. Verhandeln ist immer möglich.

Klären Sie ab, ob eine separate Pannenversicherung (zum Beispiel vom TCS) nötig ist. Häufig ist diese in der Haftpflichtversicherung bereits integriert.



Sparpotenzial

Auto stehen lassen: Kurze Strecken zu Fuss oder mit dem Velo machen.

Benzin: Nicht an Autobahn tanken, Dachgepäckträger und Dachboxen weglassen, Luftdruck prüfen, ökologisch fahren, Klimaanlage ausschalten, wenn nicht nötig, Tempomat einschalten, Motor abstellen beim Halten.

Garage / Parkplatz: Parkhäuser sind teuer. Günstiger ist das Parkieren mit (Halb-)Tageskarten für die blaue Zone.

Zu Hause: Aussenparkplatz anstatt Garage mieten oder öffentlicher Parkplatz mit Zonenkarte für Anwohnende?

Service, Reparaturen: Geben Sie das Auto regelmässig in den Service. Das beugt teuren Reparaturen vor.

Busen vermeiden.

Klein aber fein: Entscheiden Sie sich für ein kleineres Auto.

Dieses ist billiger im Unterhalt und es fallen weniger Versicherungsprämien und Verkehrsabgaben an.

Occasion anstatt geleasten Neuwagen: Die Amortisation bei Autos ist in den ersten Jahren enorm, das bedeutet das Auto verliert schnell an Wert. Daher ist es sinnvoll, ein gebrauchtes Auto zu kaufen.

Leasing: Vorsicht beim Autoleasing! Dieses ist teurer als man glaubt. Lassen Sie sich von den kleinen Raten nicht blenden. Die effektiven Kosten sind sehr viel höher. Bei einer vorzeitigen Vertragsauflösung entstehen zudem enorme Folgekosten. Es gilt: Kaufen ist besser und günstiger als leasen. Prüfen Sie zudem Mietangebote.

Vollkostenberechnung vornehmen: Versicherungen, Unterhalt, Service, Amortisation, Benzin, Verkehrssteuern, Leasing und Restwert etc. berücksichtigen vor der Anschaffung eines Autos.



Steuern

↓= Wie ist der Ablauf?

1. Ausfüllen der Steuererklärung und beim Steueramt einreichen. ► **31. März**
2. Zuerst zahlen Sie jeweils die provisorische Steuer / den Vorbezug (Akonto-Zahlung).
3. Das Steueramt / die Veranlagungsbehörd prüft die Steuererklärung und macht eine sogenannte «definitive Veranlagung».
4. Die Veranlagung erhalten Sie per Post. Sie haben 30 Tage Zeit, um Einspruch zu erheben.
5. Wenn die 30 Tage abgelaufen sind, müssen Sie möglicherweise Nachsteuer zahlen (falls die provisorische Steuer zu tief war) oder Sie erhalten Geld zurück (falls die provisorische Steuer zu hoch war).



Wann muss ich die Steuern zahlen?

Kanton Aargau:

	Bundessteuer	Kantons- und Gemeindesteuer
Provisorische Steuer zahlen bis ...	31. März	31. Oktober
Welches Steuerjahr?	Vorjahr	aktuelles Jahr
Beispiel	Ende Februar 2026 erhalten Sie die provisorische Rechnung 2026, welche Sie bis 31. März 2026 zahlen müssen.	Anfang 2026 erhalten Sie eine provisorische Rechnung 2026, welche Sie bis 31. Oktober 2026 zahlen müssen.



Kanton Solothurn:

	Bundessteuer	Staatssteuer (Kanton)	Gemeindesteuer
Provisorische Steuer zahlen bis ...	31. März	31. Juli oder in 3 Raten	je nach Gemeinde
Welches Steuerjahr?	Vorjahr	aktuelles Jahr	aktuelles Jahr
Beispiel	Ende Februar 2026 erhalten Sie die provisorische Rechnung 2026, welche Sie bis 31. März 2026 zahlen müssen.	Anfang 2026 erhalten Sie eine provisorische Rechnung 2026 (genannt Vorbezug), welche Sie bis 31. Juli 2026 zahlen müssen. Sie erhalten einen Einzahlungsschein mit dem Gesamtbetrag und drei Einzahlungsscheine für 1/3-Raten.	Die Fälligkeit kann von der Gemeinde bestimmt werden. Z.B. Stadt Solothurn: 31. August. Anfang 2026 erhalten Sie eine provisorische Rechnung 2026, welche Sie bis 31. August 2026 zahlen müssen (Gesamtbetrag oder Raten).

Die definitive Steuer zahlen Sie nach Erhalt der Veranlagung.

Wann Sie die Veranlagung erhalten, lässt sich nicht sagen, denn das variiert je nach Wohnort. Es kommt drauf an, wann die Steuererklärung eingereicht wird und wie schnell das Steueramt Ihre Steuererklärung prüfen kann.





Was bedeutet eine Steuerveranlagung?

Wenn Sie die Steuererklärung abgegeben haben, wird diese vom Steueramt geprüft und Sie bekommen die sogenannte Veranlagung (das kann unter Umständen Monate dauern). Auf dieser Veranlagung sehen Sie, welche Korrekturen das Steueramt gemacht hat (Abzüge abgeändert oder nicht anerkannt). Es handelt sich um eine Verfügung und ist die definitive Steuererklärung.



Ich bin mit der Steuerveranlagung nicht einverstanden, was kann ich tun?

Nach Erhalt der Veranlagung haben Sie 30 Tage Zeit, um einen Einspruch zu erheben. Am besten machen Sie das schriftlich. Wichtig! Nach Ablauf dieser Frist können Sie kein Einspruch mehr erheben!



Die provisorische Steuerrechnung ist viel zu hoch, was kann ich machen?

Das Steuerinkasso hinkt den tatsächlichen finanziellen Verhältnissen immer hinterher, das heisst, Sie zahlen Steuern für das Einkommen, das Sie im vergangenen Jahr verdient haben. Hat sich Ihr Einkommen im Vergleich zum Vorjahr stark verändert, können Sie mit dem Steueramt Kontakt aufnehmen und eine *Anpassung der provisorischen Rechnungen* beantragen.



Steuererklärung ausfüllen

Reichen Sie die Steuererklärung rechtzeitig ein.

► 31. März

Falls Sie den Termin nicht einhalten können: → **Fristerstreckung** beantragen.

Am Computer die Steuererklärung ausfüllen geht schnell und Sie müssen so die Daten nicht jedes Jahr neu erfassen.

Steuererklärung und Unterlagen einreichen:

- Lohnausweis
- Kontoauszüge der Bank oder Post (Kapital- und Zinsausweis)
- Belege zu den Wertschriften
- Belege der Beiträge in die Säule 3a (freiwillige Vorsorge)
- Belege besonderer Einzahlungen in die 2. Säule (Pensionskasse BVG; die ordentlichen Beiträge sind auf dem Lohnausweis ausgewiesen)
- Zusammenzug der Krankheitskosten
- Zusammenstellung der Berufskosten
- Belege zu Weiterbildungen
- Spendenbelege
- Wohneigentümer: alle Unterlagen zu Liegenschaftssteuer, Schuldzinsen, Rechnungen für Unterhalts- und Renovationsarbeiten, Betriebs- und Verwaltungskosten usw.

Diese Aufzählung ist nicht abschliessend!



Wieso ist es wichtig, dass ich die Steuererklärung ausfülle?

Bei Nichteinreichen der Steuererklärung bekommen Sie eine Busse.

Wenn Sie die Steuererklärung nicht ausfüllen, werden Sie vom Steueramt «eingeschätzt». Das heisst, das Steueramt schätzt Ihr Einkommen und Vermögen ein und das ist meist höher und entspricht nicht der Wahrheit. Das führt dazu, dass Sie zu viel Steuer bezahlen müssen.





Kann ich einen Steuererlass beantragen?

Dazu gibt es viele Missverständnisse. Die wichtigsten Fakten:

Damit ein Steuererlass gewährt wird, darf es keine anderen Schulden geben (auch nicht, wenn die anderen Schulden ebenfalls nicht bezahlt werden).

Die Situation muss so sein, dass Ihr Einkommen über längere Zeit nur gerade so viel wie das betreibungsrechtliche Existenzminimum beträgt.

Die Steuerschulden müssen zwar definitiv, dürfen aber noch nicht in Betreibung sein. Weitere Infos dazu gibt es bei der Steuerverwaltung.



Ich kann die Rechnung nicht auf einmal zahlen ...

Nehmen Sie mit der Finanzverwaltung Ihrer Gemeinde Kontakt auf und machen Sie einen Vorschlag für eine Ratenzahlung.



Fristerstreckung

Gesuche können online gestellt werden.

Im Kanton Aargau unter folgendem Link:

ag.ch/de/themen/steuern-finanzen/steuern/steuererklaerung-einreichen/frist-verlaengern



Im Kanton Solothurn hier:

so.ch/verwaltung/finanzdepartement/steueramt/privatpersonen-und-selbstaendig-erwerbende/fristverlaengerungen



Beratungsstellen

Kanton Aargau

Budget

Budgetberatung Aargau

Aarau: 062 822 84 34

info@budgetberatung-aargau.ch

budgetberatung-aargau.ch

Schulden

Budget- und Schuldenberatung

Aargau-Solothurn

Aarau: 062 822 82 11

info@schulden-ag-so.ch

schulden-ag-so.ch

Caritas Aargau

Aarau: 062 822 90 10

box@caritas-aargau.ch

caritas-aargau.ch

Eltern und Jugendliche

Jugend-, Ehe- und Familienberatung

(Baden, Bremgarten, Brugg, Laufenburg, Lenzburg, Muri, Rheinfelden, Zofingen, Zurzach)

jefb.ch

Pro Juventute

Elternberatung: 058 261 61 61

projuv.ch/elternberatung

Beratung für Kinder und

Jugendliche: 147.ch

Kanton Solothurn

Budget und Schulden

Budget- und Schuldenberatung

Aargau-Solothurn

Grenchen: 032 653 09 15

Solothurn: 062 822 84 34

info@budgetberatung-so.ch

schulden-ag-so.ch

Bezirk Thierstein:

Plusminus Budget- und Schuldenberatung

Basel: 061 695 88 22

info@plusminus.ch

plusminus.ch

Bezirk Dorneck:

Fachstelle für Schuldenfragen BL

Liestal: 061 462 03 73

info@schuldenberatung-bl.ch

schuldenberatung-bl.ch

Caritas Solothurn

Solothurn: 032 623 08 91 (Sozialberatung)

info@caritas-solothurn.ch

caritas-solothurn.ch

Eltern und Jugendliche

Familienberatung Bucheggberg Wasseramt

Solothurn: 032 628 20 60

familienberatung-bw.ch

Pro Juventute

Elternberatung: 058 261 61 61

projuv.ch/elternberatung

Beratung für Kinder und

Jugendliche: 147.ch



Online-PDF



schulden-ag-so.ch/toolbox-budget



Impressum

3. Ausgabe 2026

Diese Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.
Jegliche Haftung wird ausgeschlossen.

Inhalt: Budgetberatung Aargau–Solothurn
Gestaltung: filmreif.ch, Seon

Klimaneutral gedruckt auf FSC-Papier





Budget- und Schuldenberatung

Aargau – Solothurn



Budget- und Schuldenberatung Aargau-Solothurn

Effingerweg 12
5000 Aarau

2540 Grenchen
032 653 09 15

062 822 82 11
info@schulden-ag-so.ch
schulden-ag-so.ch

4500 Solothurn
062 822 84 34
info@budgetberatung-so.ch