

Über mich

Mein Name ist Alissa Steimer, ich studiere im 5. Semester Gesundheitsförderung und Prävention und absolviere seit Mai mein Teilzeitpraktikum bei der Budget- und Schuldenberatung Kanton Aargau Solothurn im Bereich Prävention.

Im Rahmen meines Praktikums führe ich Finanzworkshops an Oberstufen durch und erlebe dabei hautnah, wie präsent und wichtig dieses Thema ist. Denn wenn man digital zahlt, ist das Geld physisch nicht mehr spürbar, wodurch man schnell den Überblick verliert. Im folgenden Artikel beleuchte ich die Risiken und den Zusammenhang mit unserer Gesundheit.



Digitale Zahlungsformen im Fokus: Risiken und Gesundheit

Dienste wie «Buy Now, Pay Later» oder die «Später bezahlen»-Funktion von TWINT sind im Online-Handel sehr beliebt. Gleichzeitig beschäftigen sich die Fachwelt mit den finanziellen Risiken solcher Angebote und deren möglichen Auswirkungen auf die Gesundheit.

Im Alltag werden kleinere Beträge oft unterschätzt: Das heisst jedoch nicht, dass sie unwichtig sind, gerade weil man sich bei vielen kleinen Käufen kaum bewusst ist, wie schnell sich die Beträge summieren, verliert man bei mehreren offenen Rechnungen rasch den Überblick.

Da Zahlungsarten wie «Buy Now, Pay Later» meist kurze Fristen haben, fallen sie oft nicht unter das strenge Konsumkreditgesetz. Zwar findet im Hintergrund meist eine automatisierte Schnellprüfung der Bonität statt, doch diese gewährt oft nur unzureichenden Schutz vor voreiligen Käufen. Kommt es zu Zahlungsverzögerungen, lassen Mahn- und Verzugsgebühren den offenen Betrag rasch ansteigen.

Warum neue Rahmenbedingungen und Prävention wichtig sind

Weil das digitale Bezahlen so einfach geworden ist, reichen klassische Tipps zur Budgetplanung oft nicht mehr aus. Fachleute fordern deshalb Anpassungen: Klare Konsumregeln sollen auch für kleine Beträge und kurze Fristen gelten, und Mahngebühren sollten gedeckelt werden.

Auch die Anbieter der Apps stehen in der Verantwortung, offene Rechnungen und Zusatzkosten transparent darzustellen. Im Bereich der Prävention wird zudem vorgeschlagen, dass Schulen den Umgang mit Geld stärker vermitteln. Gleichzeitig soll Werbung im Hinblick auf versteckte Kosten bewusster und transparenter gestaltet werden.

Der Zusammenhang zwischen Finanzlage und Gesundheit

Finanzielle Probleme haben oft auch gesundheitliche Folgen. Anhaltender Stress und Sorgen können zu psychischen Belastungen wie Ängsten oder Depressionen führen. Zudem sparen Betroffene in finanziell schwierigen Zeiten gelegentlich bei Zahnarzt- und Arztbesuchen oder Medikamenten, wodurch gesundheitliche Beschwerden verschleppt werden können.

Aus diesem Grund wird auf kantonaler Ebene angeregt, die Schuldenprävention in der Gesundheitspolitischen Gesamtplanung (GGpl) 2030 zu verankern. Wenn die Bereiche Gesundheit, Soziales und Schuldenberatung enger zusammenarbeiten, lassen sich finanzielle Krisen frühzeitig erkennen, was sowohl die finanzielle als auch die gesundheitliche Situation der Betroffenen schützt.

Die Erfahrungen in den Workshops zeigen, dass die Verknüpfung von Finanzbildung und Gesundheitsförderung ein wesentlicher Ansatzpunkt ist, um hier frühzeitig entgegenzuwirken.

Alissa Steimer, Praktikantin im Bereich Prävention