Frau&Finanzen

Frauen und Finanzen:
praktische Hilfe
für Frauen im
Kanton Aargau

Wie gut jonglierst Du mit deinen Finanzen?
Wir helfen weiter.
Bitte umblättern.



Budget- und Schuldenberatung Aargau – Solothurn

Aargauischen Evangelischen Frauenhilfe (AEF)

SWISSLOS Kanton Aargau

Dachverband Budgetberatung Schweiz

Budget- und Schuldenberatung Aargau-Solothurn
in Zusammenarbeit mit dem
Dachverband Budgetberatung Schweiz.
Finanziert durch die
Aargauische Evangelische Frauenhilfe und
den Swisslos-Fonds Aargau.



Aller Anfang ist schwer.
Eins nach dem anderen.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort / Kurzinfo		4
1	Geldplanung für den Alltag	5
2	Finanzielle Gewalt	10
3	Trennung / Scheidung / Verwitwung: Finanzielle Fragen	12
4	Alles rund um die Altersvorsorge	16
5	Erste Schritte bei Geldproblemen	22
6	Umgang mit Schulden	23
7	Schweizer Sozialversicherungen – Kurzübersicht	28
8	Ergänzungsleistungen, Prämienverbilligung, Sozialhilfe & weitere kantonale Unterstützungsleistungen	32
9	Rechte und rechtliche Basis	39
10	Kantonale und schweizweite Anlaufstellen	41
11	Weiterführende Informationen & Links	43

Vorwort / Kurzinfo

«Wir Frauen überlassen unsere Finanzangelegenheiten nicht anderen, sondern übernehmen auch hier die Verantwortung, mit Kompetenz und in Eigenständigkeit.»

Ursa Dietiker,
Präsidentin der Frauenhilfe Aargau



Diese Broschüre richtet sich an Frauen, die sich in einer finanziell schwierigen Situation befinden:

- nach einer Trennung, Scheidung oder Verwitwung
- als Alleinerziehende
- mit geringem Einkommen oder bei Arbeitslosigkeit
- oder wenn das Geld einfach nicht mehr reicht

Hier finden Frauen einfache, konkrete Informationen über finanzielle Unterstützung, Sozialversicherungen, Rechte und Möglichkeiten im Kanton Aargau – klar, verständlich und in einfacher Sprache.

Ziele der Broschüre

- Tipps für den Alltag mit kleinem Budget
- Hinschauen statt wegsehen
- Erste Hilfe bei Geldsorgen
- Orientierung zu kantonalen und schweizweiten Unterstützungsangeboten

1 Geldplanung für den Alltag

Finanzielle Selbstbestimmung für Frauen

Finanzielle Sicherheit ist entscheidend für ein selbstbestimmtes Leben. In der Schweiz haben Frauen im Alter im Durchschnitt 37 Prozent weniger Geld als Männer, oft bedingt durch unbezahlte Care-Arbeit und Teilzeitarbeit. Wissen über Finanzen stärkt die Handlungsfähigkeit, besonders in Umbruchphasen wie Trennungen oder beim Wiedereinstieg ins Berufsleben. Vorausschauende Geldplanung ist somit wichtig für persönliche Freiheit und finanzielle Stabilität.

Grundlagen der Budgeterstellung

Ein Budget ist eine Darstellung des Ist-Zustands der Finanzen. Es dient dazu, Einnahmen und Ausgaben in Einklang zu bringen und eine Übersicht zu erhalten, wofür das Geld tatsächlich ausgegeben wird.

Aufbau des Budgets:

- **Einnahmen erfassen:** Sämtliche monatlichen Einkünfte (Lohn, Renten, Alimente, Kinderzulagen) werden aufgelistet. Ein 13. Monatslohn wird dabei nicht auf die Monate verteilt, sondern als Rückstellung für Sonderausgaben oder unregelmässige Rechnungen reserviert.
- **Fixkosten bestimmen:** Das sind regelmässige Ausgaben wie Miete, Krankenkassenprämien, Versicherungen und Abonnemente. Es wird empfohlen, dass die Wohnkosten ein Viertel bis maximal ein Drittel des Nettoeinkommens ausmachen.
- **Variable Kosten schätzen:** Beträge für den täglichen Bedarf (Lebensmittel, Hygiene, Kleidung, Freizeit) werden festgesetzt. Da diese oft schwer zu schätzen sind, hilft die Orientierung an den Richtwerten des Dachverbandes Budgetberatung Schweiz, budgetberatung.ch.
- **Rückstellungen bilden:** Für unregelmässige oder jährliche Kosten (Steuern, Zahnarzt, Jahresfranchise und Selbstbehalte etc.) wird monatlich ein fester Betrag zur Seite gelegt.
- **Abgleich und Saldo:** Einnahmen und Ausgaben werden gegenübergestellt. Ein Überschuss dient dem Aufbau eines Notpolsters (ideal sind drei bis sechs Monatseinkommen).

Ehrlichkeit und Realismus sind beim Ausfüllen des Budgets entscheidend. Zu tief angesetzte Beträge führen zu einer verzerrten Planung und gefährden die finanzielle Stabilität. Zur Überprüfung der Schätzwerte empfiehlt es sich, die Ausgaben über einen Zeitraum von drei Monaten detailliert aufzuschreiben (z. B. Haushaltsbuch) oder mithilfe einer App (z. B. BudgetCH) zu erfassen.

Prioritätenliste: Was zuerst bezahlt werden muss

In finanziell engen Situationen oder bei drohender Überschuldung ist es notwendig, die Ausgaben nach ihrer Dringlichkeit zu priorisieren. Bestehen offene Rechnungen sollten die knappen Mittel konsequent in dieser Reihenfolge eingesetzt werden:

- **Lebensbedarf:** Ausgaben für Nahrung und alkoholfreie Getränke zur Sicherung der Existenz.
- **Wohnungsmiete:** Zur Vermeidung von Obdachlosigkeit hat die pünktliche Mietzahlung oberste Priorität.
- **Energie (Strom/Gas):** Die Begleichung dieser Rechnungen sichert die Grundversorgung im Haushalt.
- **Krankenkassenprämien (Grundversicherung):** Der Versicherungsschutz muss zwingend aufrechterhalten werden. Ansonsten drohen Leistungssperren (Liste der säumigen Prämienzahler im Kanton Aargau)
- **Bussen:** Bei ausbleibender Zahlung droht im schlimmsten Fall eine Freiheitsstrafe.
- **Alimente:** Gesetzliche Unterhaltsverpflichtungen sind vorrangig.

Steuern und andere Versicherungen rücken bei extremer Knappheit an das Ende der Liste, wobei hier frühzeitig das Gespräch mit den Rechnungsstellern (z. B. für Ratenzahlungen oder Stundungen) gesucht werden sollte. Kredite oder Leasingraten sollten niemals auf Kosten der oben genannten Grundbedürfnisse bezahlt werden.

Spartipps für den Alltag

Kleine Veränderungen im Konsumverhalten können in der Summe eine grosse Entlastung bewirken.

Wohnen und Energie

- **Mietzinssenkung:** Bei sinkendem Referenzzinssatz kann schriftlich eine Mietzinsreduktion bei der Vermieterin verlangt werden.
- **Heizkosten:** Stosslüften statt Kippfenster verhindert massiven Wärmeverlust. Während der Heizperiode sollten Räume moderat geheizt und die Heizung auch bei Abwesenheit nie ganz ausgeschaltet werden, da das Wiederaufheizen mehr Energie verbraucht.
- **Stromfresser:** Geräte ganz ausschalten, statt den Standby-Modus zu verwenden. Dafür kann eine Steckdosenleiste mit Netzschalter genutzt werden.
- **Günstigere Wohnformen:** Das Wohnen in einer Wohngemeinschaft oder bei einer Baugenossenschaft kann die Miet- und Nebenkosten deutlich reduzieren.

Haushalt und Ernährung: Clever konsumieren

Im Bereich Haushalt lassen sich durch Planung und gezielte Wahl der Produkte hohe Summen einsparen:

- **Planung ist alles:** Ein wöchentlicher Menüplan und ein darauf basierender Einkaufszettel verhindern teure Spontankäufe und Lebensmittelverschwendung.
- **Eigenmarken und No-Name:** Produkte ohne Markennamen sind oft qualitativ gleichwertig, aber bis zu 30 Prozent günstiger. Schnäppchen finden sich häufig in den unteren Regalen der Supermärkte.
- **Food Save nutzen:** Angebote wie «Too Good To Go», «Secend» oder lokale Initiativen wie «Madame Frigo» ermöglichen den Bezug von Lebensmitteln zu einem Bruchteil des Originalpreises.
- **Getränke:** Leitungswasser oder Tee ist die günstigste und ökologischste Alternative zu gekauften Getränken.
- **Gebrauchtes bevorzugen:** Möbel, Kleidung und Haushaltsgeräte müssen nicht neu sein. Brockenhäuser, Secondhand-Läden und Online-Plattformen bieten hochwertige Alternativen.



Das Zusammenspiel zählt.
Aber keine Sorge:
Wir fangen langsam an.

Gesundheit: Schutz ohne unnötige Kosten

- **Prämienverbilligung (IPV):** Im Kanton Aargau besteht bei bescheidenen finanziellen Verhältnissen Anspruch auf Unterstützung (siehe Kapitel 8)
- **Prämien vergleichen:** Die verschiedenen Krankenkassenanbieter können jährlich einfach unter priminfo.ch verglichen werden.
- **Wahl der Franchise:** Für Personen ohne grosse Ersparnisse ist die tiefste Franchise (CHF 300.–) meist die sicherste Wahl, um im Krankheitsfall nicht von hohen Kosten überrascht zu werden.
- **Sparmodelle:** Modelle wie HMO, Telmed oder das Hausarztmodell reduzieren die monatliche Prämie erheblich.
- **Generika und Hausmittel:** Bei Medikamenten sollte gezielt nach günstigeren Nachahmerprodukten (Generika) gefragt werden.

Mobilität und Freizeit: Günstig unterwegs sein

- **Auto, Motorrad:** Beim Auto lässt sich viel Geld sparen, daher genau hinterfragen, ob man wirklich eines braucht.
- **Öffentlicher Verkehr:** Ein Halbtax-Abo amortisiert sich meist schon nach wenigen Fahrten. Im Aargau lohnt sich für Pendler*innen oft das «9 Uhr Abo» der A-Welle. Auch das Halbtax Plus kann sich bei genügend finanziellen Mitteln lohnen. Dabei wird ein frei wählbares Guthaben einbezahlt, das für den Kauf von ÖV-Billetten genutzt werden kann.
  Je nach gewähltem Betrag erhält man zusätzlich einen Bonus, wodurch sich Einsparungen ergeben können. Wird das Guthaben innerhalb eines Jahres nicht vollständig genutzt, wird der einbezahlte Restbetrag zurückerstattet.
- **KulturLegi Aargau:** Personen mit geringem Einkommen erhalten durch die Caritas KulturLegi Rabatte von 30 bis 100 % auf Angebote in den Bereichen Kultur, Sport und Bildung.
- **Ausleihen statt Kaufen:** Bibliotheken und Ludotheken bieten kostengünstigen Zugang zu Büchern, Spielen und Medien.





Kommunikation und Technik: Verträge prüfen

- **Abo-Check:** Viele Handy- und Internetverträge sind zu teuer. Ein regelmässiger Vergleich neuer Angebote kann die Fixkosten senken.
- **Streaming-Dienste:** Das Teilen von Abonnements innerhalb des Haushalts oder der Verzicht auf nicht genutzte Dienste schafft sofortige Liquidität.
- **WLAN nutzen:** Konsequentes Nutzen von WiFi und das Deaktivieren von Datenroaming (besonders im Ausland) verhindert unerwartete Kostenfallen.

Unterstützung bei der Budgetplanung – und Umsetzung

Diese Broschüre vermittelt grundlegende Tipps zur Budgetplanung und dient als erste Orientierung im Umgang mit den eigenen Finanzen. Für die Erstellung eines individuellen und konkreten Budgets sowie Hilfe in der Budgetumsetzung empfiehlt es sich, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Dabei bietet z. B. die Budgetberatung Aargau gezielte und kostenlose Beratung und Begleitung an.

2 Finanzielle Gewalt

Finanzielle Gewalt: Machtmissbrauch durch ökonomische Kontrolle

Finanzielle beziehungsweise ökonomische Gewalt ist eine oft unsichtbare, aber tiefgreifende Form von Machtmissbrauch. Sie zeigt sich dort, wo Frauen der Zugang zu Geld, Einkommen oder finanziellen Entscheidungen bewusst eingeschränkt oder entzogen wird. Dahinter steht das Ziel, Abhängigkeit zu schaffen und Selbstbestimmung zu verhindern.

Diese Form der Gewalt ist kein individuelles Versagen, sondern Ausdruck von Ungleichheiten und Machtverhältnissen. Wenn finanzielle Mittel fehlen, wird es erschwert, eigene Wege zu gehen, Grenzen zu setzen oder ein selbstbestimmtes Leben aufzubauen. Genau darin liegt die Gefahr dieses Mechanismus: Er bindet, ohne sofort sichtbar zu sein.

Umso wichtiger ist es, finanzielle Gewalt als das zu benennen, was sie ist – eine klare Grenzverletzung. Wissen darüber schafft Bewusstsein, und dies ist ein erster Schritt hin zu mehr Selbstbestimmung, Solidarität und Stärke.

Erscheinungsformen und Warnsignale

Finanzielle Gewalt kann verschiedene Ausprägungen annehmen, die oft schleichend beginnen:

- **Kontrolle über Ressourcen:** Der Zugriff auf gemeinsame Konten oder sogar auf das eigene Erwerbseinkommen wird verweigert.
- **Verbot von Erwerbsarbeit:** Die Aufnahme einer Arbeit oder der Abschluss einer Ausbildung wird aktiv verhindert, um die wirtschaftliche Selbständigkeit zu vermeiden.
- **Finanzieller Missbrauch:** Es kommt zum Entwenden von Geld oder Kreditkarten sowie zum Aufbau von Schulden auf den Namen der betroffenen Person ohne deren Einverständnis.
- **Erzwungene Abhängigkeit:** Die betroffene Person wird genötigt, für jede Anschaffung um Erlaubnis zu fragen, was eigenständige Entscheidungen unmöglich macht.

Anzeichen von finanzieller Gewalt – Erkennungsmerkmale

Ökonomische Kontrolle beginnt oft schleichend und tarnt sich häufig als vermeintliche Fürsorge. Nachfolgende Anzeichen können als Warnsignale erkannt werden:

- **Überwachung der Ausgaben:** Die Partnerperson verlangt lückenlose Rechenschaft über sämtliche Einkäufe oder kontrolliert penibel alle Belege.
- **Informationsmonopol:** Der Zugang zu Informationen über das Familieneinkommen, Versicherungen oder Ersparnisse wird systematisch verweigert.
- **Manipulation:** Es werden Schuldgefühle für normale, alltägliche Ausgaben erzeugt oder finanzielle Entscheidungen werden grundsätzlich einseitig getroffen.
- **Ausschluss:** Die betroffene Person wird von allen längerfristigen Finanzplanungen oder Investitionsentscheidungen ausgeschlossen.

Strategien gegen finanzielle Gewalt und präventiver Schutz

Die Sicherung der eigenen wirtschaftlichen Basis ist der stärkste Schutzfaktor gegen ökonomische Übergriffe:

- **Erhalt der wirtschaftlichen Eigenständigkeit:** Das Anstreben eines eigenen Einkommens und der Verbleib im Erwerbsleben – auch bei Care-Arbeit – stärken die Unabhängigkeit.
- **Separate Kontoführung:** Neben einem gemeinsamen Haushaltskonto sollte stets ein eigenes Bankkonto beibehalten werden, um die Möglichkeit für persönliche Ersparnisse zu sichern. Auch wichtig bei Todesfall der Partnerperson.
- **Wissen ist Macht:** Der Aufbau von Finanzwissen über Budgetierung, Vorsorge und rechtliche Ansprüche ermöglicht es, informierte Entscheidungen zu treffen.
- **Dokumentensicherheit:** Wichtige Unterlagen wie Lohnabrechnungen, Versicherungspolicen und Bankdokumente sollten an einem sicheren Ort aufbewahrt werden, zu dem nur die betroffene Person Zugang hat.
- **Soziale Vernetzung:** Der Kontakt zu einem vertrauenswürdigen Netzwerk aus Familie und Freundinnen bietet emotionale und praktische Stütze in Krisenzeiten.

Rechtliche Absicherung aktiv gestalten

- **Rechtslage kennen:** Es ist für Frauen in einer Ehe oder Lebensgemeinschaft unerlässlich, sich frühzeitig über die geltenden Gesetze zu informieren. Nur so lässt sich Klarheit darüber gewinnen, welche finanziellen Ansprüche im Falle einer Trennung, Scheidung oder Verwitwung auf das gemeinsame Vermögen bestehen.
- **Schriftliche Vereinbarungen:** Bei weitreichenden finanziellen Entscheidungen oder dem Teilen von Vermögenswerten, wie etwa bei einem Hauskauf, sollten alle Absprachen zwingend schriftlich in Verträgen festgehalten werden. Dies stellt sicher, dass die Verteilung von Besitz im Ernstfall rechtlich eindeutig und für beide Parteien abgesichert ist.
- **Persönliches Dokumentenarchiv:** Legen Sie Wert auf die sichere Aufbewahrung Ihrer eigenen Unterlagen, einschliesslich Lohnabrechnungen, Bankbelegen und Versicherungspolicen. Diese Dokumente sollten an einem geschützten Ort verwahrt werden, der Ihre Privatsphäre wahrt und zu dem im Idealfall nur Sie selbst Zugang haben.

Unterstützungsangebote bei finanzieller Gewalt im Kanton Aargau

Bei Anzeichen von finanzieller Kontrolle oder Gewalt stehen spezialisierte Fachstellen beratend zur Seite:

- **Frauenzentrale Aargau:** Bietet fachliche Unterstützung und Rechtsberatung in schwierigen Lebenslagen an.
- **Opferhilfe Schweiz:** Stellt umfassende Beratungsangebote für Personen bereit, die von Gewalt betroffen sind.
- **Rechtsberatung (z. B. über Rechtsschutzversicherung):** Fachanwältinnen unterstützen bei der Klärung rechtlicher Ansprüche und der Einleitung von Schutzmassnahmen.

3 Trennung / Scheidung / Verwitwung: Finanzielle Fragen

Eine Trennung ist oft ein schmerzhafter Prozess, der viel Mut und Kraft erfordert. In einer solchen emotionalen Ausnahmesituation ist es gut nachvollziehbar, wenn sich Betroffene überfordert fühlen. Gleichzeitig ist es gerade in dieser Phase wichtig, die Weichen für die finanzielle Zukunft zu stellen.

Die faktische Trennung: Der erste Schritt

Der Prozess beginnt meist mit dem Getrenntleben, also der Auflösung des gemeinsamen Haushalts durch den Auszug einer Person.

- **Trennungsvereinbarung:** Es wird dringend empfohlen, eine schriftliche Vereinbarung zu erstellen. Darin werden das Datum der Trennung, die Nutzung der Wohnung, die Aufteilung des Hausrats und erste Unterhaltszahlungen festgehalten.
- **Finanzielle Trennung:** Dieser Moment eignet sich ideal, um die eigenen Finanzen unabhängig zu organisieren. Mit einem persönlichen Budget und verschiedenen Konten lassen sich mehr Struktur und Übersicht im Alltag schaffen. Detaillierte Informationen zur Geldplanung finden sich im Kapitel 1.
- **Steuern:** Ab dem Jahr der Trennung werden die beiden Parteien in der Regel separat veranlagt. Das Steueramt sollte frühzeitig über das Getrenntleben informiert werden, um böse Überraschungen bei der Schlussrechnung zu vermeiden.

Eheschutz: Hilfe bei Uneinigkeit

Können sich Ehepaare nicht gütlich einigen, bietet das Eheschutzverfahren (Art. 172 ff. ZGB) eine schnelle rechtliche Lösung.

- **Ziel:** Das Gericht regelt vorläufig die wichtigsten Punkte des Getrenntlebens, um die Existenz beider Haushalte zu sichern.
- **Inhalt:** Das Gericht entscheidet über die Zuteilung der Wohnung, die Obhut der Kinder und die Höhe der Unterhaltsbeiträge.
- **Wichtig:** Eheschutzmassnahmen sind meist provisorisch bis zur Scheidung, können aber bei veränderten Verhältnissen angepasst werden.



Abbildung 1: Verfahren Trennung

Das Scheidungsverfahren: Die rechtliche Auflösung

Eine Scheidung ist die endgültige Auflösung der Ehe durch ein Gericht.

Zwei Wege:

1. **Gemeinsames Begehren:** Wenn beide einverstanden sind. Dies ist der schnellste und kostengünstigste Weg.
2. **Klage:** Wenn nur eine Person die Scheidung will. Dies ist erst nach zwei Jahren Getrenntleben möglich.

Kosten: Die Gebühren variieren je nach Einkommen und Komplexität. Im Kanton Aargau können bei knappen Mitteln unentgeltliche Rechtspflege oder ein Prozesskostenvorschuss beantragt werden.
Detaillierte Informationen zur unentgeltlichen Rechtspflege finden sich in Kapitel 8.



Abbildung 2: Verfahren Scheidung

Die finanziellen Folgen in der Ehe im Detail

Die güterrechtliche Auseinandersetzung (Art. 204 ff. ZGB)

Hier wird das Vermögen aufgeteilt. Im ordentlichen Güterstand der Errungenschaftsbeteiligung behält jede Person ihr Eigengut (z. B. Erbschaften), während die in der Ehe erwirtschafteten Ersparnisse halbiert werden.

Vorsorgeausgleich nach der Scheidung (Altersvorsorge)

- **1. Säule (AHV):** Das während der Ehe erzielte Einkommen wird geteilt (Splitting). Dies muss nach der Scheidung aktiv bei der AHV-Ausgleichskasse angemeldet werden.
- **2. Säule (BV):** Das während der Ehe angesparte Guthaben in der Pensionskasse wird grundsätzlich hälftig geteilt, um Vorsorgelücken durch Kinderpausen auszugleichen.
- **3. Säule (Private Vorsorge):** Das während der Ehejahre in Säule 3a angesparte Guthaben wird bei einer Scheidung im Rahmen der güterrechtlichen Auseinandersetzung grundsätzlich halbiert.

Unterhaltsansprüche

- **Kindesunterhalt:** Er stellt sicher, dass die finanziellen Bedürfnisse von Kindern gedeckt sind und umfasst neben den direkten Lebenskosten (Barunterhalt) auch den sogenannten Betreuungsunterhalt, der die Betreuungsarbeit wirtschaftlich absichert. Diese Zahlungen haben gesetzlich oberste Priorität vor allen anderen Unterhaltsansprüchen, um die Zukunft der Kinder stabil zu gestalten.
- **Nachehelicher Unterhalt (Art. 125 ZGB):** Er kann beansprucht werden, wenn eine Frau ihren Lebensunterhalt aufgrund der Rollenteilung in der Ehe nicht selbst bestreiten kann (z. B. bei langer Ehedauer oder Kinderbetreuung). Ein Anspruch besteht in der Regel dann, wenn die Ehe lebensprägend war. Davon wird rechtlich meist ausgegangen, wenn die Ehe länger als zehn Jahre dauerte oder gemeinsame Kinder betreut werden.

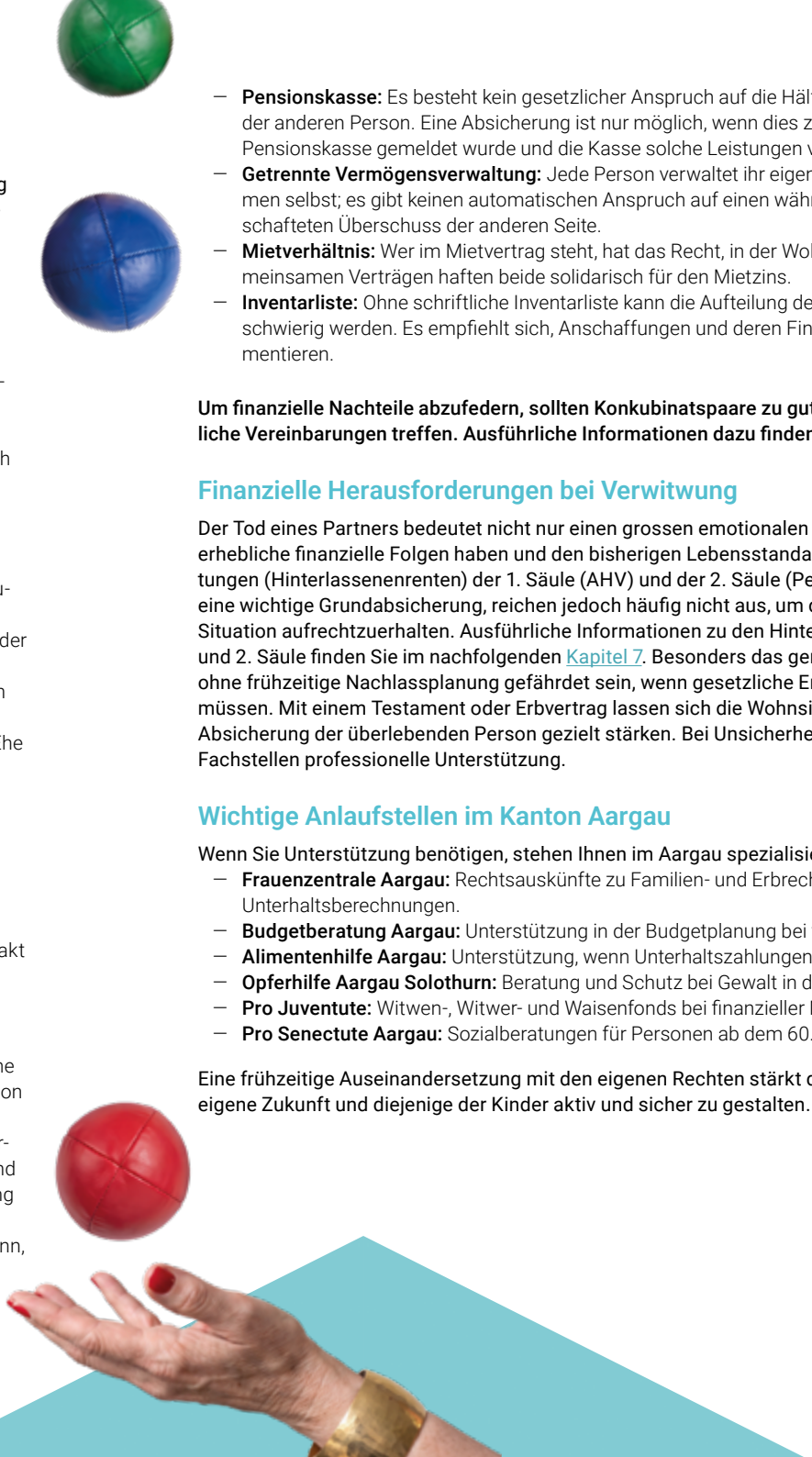
Kinder: Sorge und Betreuung

Das Kindswohl ist die oberste Richtschnur:

- **Elterliche Sorge:** Die gemeinsame Sorge ist heute der gesetzliche Regelfall.
- **Obhut:** Bestimmt, bei wem das Kind wohnt. Das Besuchs- und Ferienrecht sichert den Kontakt zum anderen Elternteil.

Finanzielle Folgen der Trennung und Scheidung bei einem Konkubinat

- **Keine gegenseitigen Ansprüche:** Im Konkubinat entstehen durch das Zusammenleben keine durchsetzbaren Rechtsansprüche auf persönlichen Unterhalt nach der Trennung. Jede Person ist grundsätzlich für die eigene Existenzsicherung verantwortlich.
- **Kindesunterhalt:** Bestehen gemeinsame Kinder, haben diese denselben Anspruch auf Unterhalt wie Kinder verheirateter Eltern. Dies umfasst den Barunterhalt für die direkten Kosten und den Betreuungsunterhalt, falls ein Elternteil die Erwerbsarbeit zugunsten der Kinderbetreuung einschränkt.
- **Kein gerichtliches Verfahren:** Für die Trennung selbst ist kein Gericht erforderlich, es sei denn, die Belange der Kinder oder gemeinsame Vermögenswerte sind strittig.
- **Kein AHV-Splitting:** Bei einer Trennung findet keine Teilung der während der Beziehung erzielten Einkommen (Splitting) statt. Dies kann zu erheblichen Rentenlücken führen, wenn eine Frau ihre Erwerbsarbeit für Care-Arbeit reduziert hat.



- **Pensionskasse:** Es besteht kein gesetzlicher Anspruch auf die Hälfte des Vorsorgeguthabens der anderen Person. Eine Absicherung ist nur möglich, wenn dies zu Lebzeiten aktiv bei der Pensionskasse gemeldet wurde und die Kasse solche Leistungen vorsieht.
- **Getrennte Vermögensverwaltung:** Jede Person verwaltet ihr eigenes Vermögen und Einkommen selbst; es gibt keinen automatischen Anspruch auf einen während der Beziehung erwirtschafteten Überschuss der anderen Seite.
- **Mietverhältnis:** Wer im Mietvertrag steht, hat das Recht, in der Wohnung zu bleiben. Bei gemeinsamen Verträgen haften beide solidarisch für den Mietzins.
- **Inventarliste:** Ohne schriftliche Inventarliste kann die Aufteilung des Hausrats bei Uneinigkeit schwierig werden. Es empfiehlt sich, Anschaffungen und deren Finanzierung stets zu dokumentieren.

Um finanzielle Nachteile abzufedern, sollten Konkubinatspaare zu guten Zeiten bereits schriftliche Vereinbarungen treffen. Ausführliche Informationen dazu finden sich im Kapitel 4.

Finanzielle Herausforderungen bei Verwitwung

Der Tod eines Partners bedeutet nicht nur einen grossen emotionalen Verlust, sondern kann auch erhebliche finanzielle Folgen haben und den bisherigen Lebensstandard reduzieren. Die Leistungen (Hinterlassenenrenten) der 1. Säule (AHV) und der 2. Säule (Pensionskasse) bieten zwar eine wichtige Grundabsicherung, reichen jedoch häufig nicht aus, um die gewohnte finanzielle Situation aufrechtzuerhalten. Ausführliche Informationen zu den Hinterlassenenleistungen der 1. und 2. Säule finden Sie im nachfolgenden Kapitel 7. Besonders das gemeinsame Eigenheim kann ohne frühzeitige Nachlassplanung gefährdet sein, wenn gesetzliche Erbansprüche erfüllt werden müssen. Mit einem Testament oder Erbvertrag lassen sich die Wohnsituation und die finanzielle Absicherung der überlebenden Person gezielt stärken. Bei Unsicherheiten bieten untenstehende Fachstellen professionelle Unterstützung.

Wichtige Anlaufstellen im Kanton Aargau

Wenn Sie Unterstützung benötigen, stehen Ihnen im Aargau spezialisierte Stellen zur Seite:

- **Frauenzentrale Aargau:** Rechtsauskünfte zu Familien- und Erbrecht sowie Erstellung von Unterhaltsberechnungen.
- **Budgetberatung Aargau:** Unterstützung in der Budgetplanung bei veränderten Lebenslagen.
- **Alimentenhilfe Aargau:** Unterstützung, wenn Unterhaltszahlungen ausbleiben.
- **Opferhilfe Aargau Solothurn:** Beratung und Schutz bei Gewalt in der Beziehung.
- **Pro Juventute:** Witwen-, Witwer- und Waisenfonds bei finanzieller Notlage.
- **Pro Senectute Aargau:** Sozialberatungen für Personen ab dem 60. Lebensjahr.

Eine frühzeitige Auseinandersetzung mit den eigenen Rechten stärkt die Grundlage, um die eigene Zukunft und diejenige der Kinder aktiv und sicher zu gestalten.

4 Alles rund um die **Altersvorsorge**

Drei Säulen-Prinzip der Schweizer Altersvorsorge

Das Schweizer Vorsorgesystem basiert auf drei Säulen, die gemeinsam die finanzielle Absicherung im Alter gewährleisten sollen.

1. Säule (AHV)

Die Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV) ist obligatorisch für alle Personen mit Wohnsitz in der Schweiz oder mit Erwerbstätigkeit in der Schweiz.

Die Höhe der AHV-Rente bemisst sich in erster Linie nach der Beitragsdauer sowie dem durchschnittlichen Jahreseinkommen. Eine Vollrente setzt eine lückenlose Beitragsdauer von 44 Jahren voraus (für Frauen und Männer ab Jahrgang 1964). Wie hoch die Rente sein wird, kann die Ausgleichskasse des Wohnkantons mitteilen. Dafür muss man eine Rentenvorausberechnung verlangen. Weitere Informationen dazu finden sich in Kapitel 7.

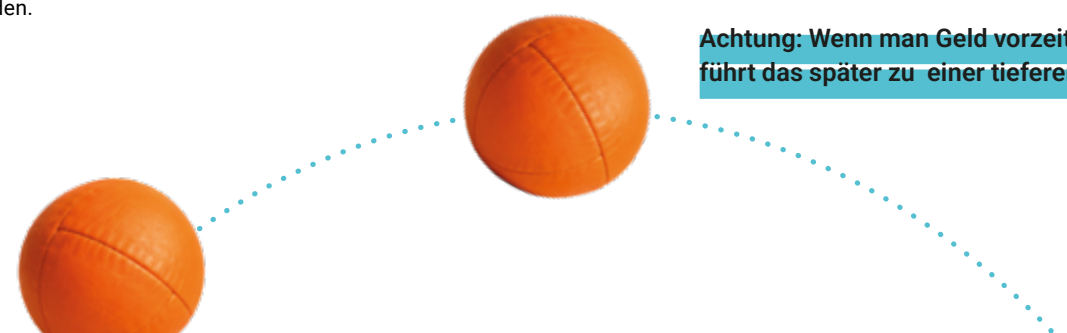
2. Säule (BV)

Die berufliche Vorsorge (BV) ist obligatorisch für Arbeitnehmende, welche die gesetzliche Eintrittsschwelle erreichen.

Die Altersrente aus der Pensionskasse kann man berechnen, indem man das angesparte Altersguthaben zum Zeitpunkt der Pensionierung mit dem geltenden Umwandlungssatz multipliziert. Das Altersguthaben setzt sich zusammen aus:

- jährlichen Altersgutschriften
- gutgeschriebenen Zinsen
- freiwilligen Einkäufen
- eingebrachten Freizügigkeitsleistungen früherer Pensionskassen

Eine verlässliche Prognose liefert der persönliche Vorsorgeausweis, der jährlich von der Pensionskasse zugestellt wird. Darin berücksichtigt sind das aktuelle Guthaben, der Zinssatz sowie die Lohnentwicklung.
Freizügigkeitsleistungen werden bei einem Stellenwechsel oder bei Aufgabe beziehungsweise Unterbrechung der Erwerbstätigkeit frei. Diese müssen entweder in die neue Pensionskasse oder auf ein Freizügigkeitskonto übertragen werden.



Auskunfts- und Kontaktstellen:

- Der Verein BVG-Auskünfte bietet kostenlose Informationen rund um Fragen zur beruflichen Vorsorge: bvgauskuenfte.ch
- Die Zentralstelle 2. Säule unterstützt bei der Suche nach Guthaben aus der beruflichen Vorsorge: sfbvg.ch/aufgaben/suche-nach-guthaben
- Die Stiftung Auffangeinrichtung BVG versichert im Auftrag des Bundes alle anschlusswilligen Personen und Unternehmen ohne Anschluss an eine andere Pensionskasse und verwaltet kontaktlose Freizügigkeitskonten: aeis.ch

3. Säule (gebundene Vorsorge 3a)

Die gebundene Vorsorge 3a ist freiwillig und setzt ein AHV-pflichtiges Erwerbs- oder Ersatzeinkommen (z. B. Taggelder) voraus.
Private Vorsorge sollte dann aufgebaut werden, wenn die finanzielle Situation dies erlaubt. Vorrangig ist stets die Deckung der laufenden Lebenshaltungskosten. Wenn dann noch Geld übrig bleibt, kann dies z. B. auf ein 3a-Konto einbezahlt werden.
Empfehlung: Einzahlungen auf ein 3a-Konto sind häufig flexibler als vertraglich gebundene Versicherungslösungen. Versicherungsprodukte sind verbindlich und bei vorzeitiger Auflösung oftmals mit hohen Kosten verbunden.

Kapitalauszahlungen

Einzahlungen in die Pensionskasse sowie in die gebundene Vorsorge 3a können vom steuerbaren Einkommen abgezogen werden. Die Gelder bleiben jedoch gebunden und dürfen nur in bestimmten Fällen bezogen werden:

- **Pensionierung:** Kapitalbezug frühestens fünf Jahre vor und spätestens fünf Jahre nach Erreichen des Referenzalters
- **Wohneigentumsförderung:** Finanzierung oder Amortisation von selbstgenutztem Wohneigentum
- **Aufnahme einer selbstständigen Erwerbstätigkeit:** innerhalb eines Jahres nach Geschäftsaufnahme (Einzelfirma/Kollektivgesellschaft)
- **Auswanderung:** bei Wegzug in ein Nicht-EU/EFTA-Land
- **Invalidität:** bei Bezug einer ganzen IV-Rente

Achtung: Wenn man Geld vorzeitig aus der Altersvorsorge nimmt, führt das später zu einer tieferen Rente.

Einfluss des Zivilstands auf die Vorsorge

Wenn man in einer Partnerschaft lebt, hat das Auswirkungen auf die Altersvorsorge. Hier sind die wichtigsten Informationen:

Verheiratet

Einzahlungen in AHV und Pensionskasse während der Ehe werden geteilt, was beide absichert. Eine garantierte Altersvorsorge für einen Partner gibt es aber nicht. Bei Scheidung (über 40 Prozent der Ehen) werden Rentenansprüche aufgeteilt (Splitting). Kontakte von Fachleuten dazu finden sich im Kapitel 10. Nach dem Tod eines Partners besteht unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Witwenrente.

Konkubinat

Es gibt keinen automatischen Vermögens- oder Vorsorgeausgleich; solche Regelungen müssen im Konkubinatsvertrag festgehalten werden. Ohne Testament bestehen keine gesetzlichen Erbschaftsansprüche und in vielen Kantonen fallen Erbschaftssteuern an. Anspruch auf Witwenrente gibt es nicht, Pensionskassen können nur über eine rechtzeitig gemeldete Begünstigtenerklärung abgesichert werden.

Alleinstehend (ledig, geschieden, verwitwet)

Alle Ausgaben müssen selbst getragen werden, daher ist eine aktive Vorsorge besonders wichtig für die finanzielle Sicherheit.

Frauenspezifische Vorsorgelücken

- Die AHV ist heute in vielen Fällen nicht mehr existenzsichernd. Das heisst, dass man mit der Rente aus der AHV kaum noch den Alltag finanzieren kann.
- Die Leistungen der beruflichen Vorsorge gewährleisten häufig keinen vollständigen Erhalt des bisherigen Lebensstandards.
- Der Aufbau einer dritten Säule (gebundene Vorsorge 3a) erfordert genügend finanzielle Mittel sowie entsprechendes Wissen.
- Sämtliche Vorsorgeleistungen sind an Erwerbstätigkeit gebunden; Rentenberechnungen basieren auf Beitragsjahren, Durchschnittseinkommen und Beitragshöhe.

Teilzeitbeschäftigung, längere Erwerbsunterbrüche (z. B. infolge Betreuung von Kindern) und tiefere Löhne wirken sich besonders bei nicht verheirateten Frauen negativ aus. Je länger der Erwerbsausfall und je geringer das Arbeitspensum, desto grösser fällt die Vorsorgelücke aus.

Familiengründung und Teilzeitarbeit als Vorsorgefalle

1. Säule (AHV)

Mutterschaftsentschädigung und reduzierte Erwerbstätigkeit führen zu tieferen AHV-Beiträgen.

2. Säule (BV)

Das Unterschreiten der Eintrittsschwelle oder längere Familienpausen können Vorsorgelücken verursachen.

3. Säule (gebundene Vorsorge 3a)

Einzahlungen setzen Erwerbstätigkeit voraus.

- Mit BVG-Anschluss gilt ein jährlicher Maximalbetrag.
- Ohne BVG-Anschluss können 20 Prozent des Jahreseinkommens einbezahlt werden (in der Regel weniger als der Maximalbetrag für Angestellte).
- Da AHV, Pensionskasse und Säule 3a direkt vom Erwerbsumfang abhängen, kann zum Schliessen von Vorsorgelücken insbesondere die freie Vorsorge beitragen (Säule 3b, z. B. Sparkonto oder Sparfonds).

Warum Frauenpower in Vorsorgefragen wichtig ist

1
Unser Vorsorgesystem basiert auf lückenloser Vollzeitbeschäftigung!
Die weibliche Erwerbsbiographie weist oft Brüche auf
Frauen arbeiten häufig Teilzeit

2
Gesetzgebung geht vom klassischen Familienbild (=Ehe) aus!
Konkubinat und Patchworkfamilie sind gesetzlich nicht geregelt

3
Altersvorsorge als Lebensvorsorge!
Jede Lebenslage hat Auswirkungen auf die Altersvorsorge



Möglichkeiten zum Aufbau der Altersvorsorge von Frauen

Staatliche Vorsorge
1. Säule
(AHV, IV, EL, EO)

- Regelung der Erziehungsgutschriften im Konkubinat (z. B. vollständige Anrechnung für die hauptbetreuende Person)
- Regelmässige Überprüfung des individuellen Kontos (IK-Auszug), empfohlen etwa alle fünf Jahre

Existenzsicherung

Berufliche Vorsorge
2. Säule
(BV, Pensionskasse, UVG)

- Sorgfältige Prüfung des persönlichen Vorsorgeausweises
- Beachtung der BVG-Eintrittsschwelle
- Prüfung einer Anpassung des Koordinationsabzugs in Abstimmung mit Arbeitgeber und Pensionskasse
- Meldung des Partners bei Konkubinat
- Nutzung von Einkaufsmöglichkeiten, sofern finanziell tragbar

Gewohnte Lebenshaltung

Private Vorsorge
3. Säule
3a (geb. Vorsorge),
3b (freie Vorsorge)

- Regelmässige Einzahlungen in die gebundene Vorsorge 3a, sofern möglich
  - 3a: steuerlich abzugsfähig bis zum Maximalbetrag, setzt AHV-pflichtiges Einkommen voraus
  - 3b: keine Steuerabzugsfähigkeit, offen für alle Personen, kein Maximalbetrag
- Der unbezahlte Anteil an Familien- und Hausarbeit kann im Rahmen der freien Vorsorge durch den Partner mit höherem Erwerbseinkommen kompensiert werden.
- Eine fachliche Beratung kann helfen, die geeignete Form des privaten Sparens zu bestimmen.

Zusätzliche Bedürfnisse



Frühzeitige Planung der Pensionierung

Seit der AHV-Reform 2021 gilt für Frauen ab Jahrgang 1964 ein Referenzalter von 65 Jahren. Ein flexibler Vorbezug oder Aufschub der AHV- und BV-Rente beziehungsweise einer Teilrente ist möglich.
Ein Vorbezug führt zu lebenslangen Rentenkürzungen. Ein Aufschub hingegen bewirkt Zuschläge und kann die Rente erhöhen.
Zur Klärung der zu erwartenden Rentenhöhe kann bei der zuständigen Ausgleichskasse sowie bei der Pensionskasse eine kostenlose Rentenvorausberechnung beantragt werden.

Regelungen im Konkubinat

Das Konkubinat ist in der Schweiz gesetzlich nicht geregelt. Partner bleiben rechtlich weitgehend unabhängig und haben grundsätzlich keinen Anspruch auf Unterhalt, Erbansprüche oder Rentensplitting.
Konkubinatspaare können ihr Zusammenleben mit verschiedenen Dokumenten regeln. So sind sie finanziell und rechtlich besser abgesichert – z. B. bei Krankheit, Unfall, Tod oder Trennung.
Wichtige Regelungen sind:

- Konkubinatsvertrag (inkl. Vereinbarungen für den Trennungsfall)
- Vorsorgeauftrag (für Entscheidungen bei Urteilsunfähigkeit)
- Vollmacht (für Vertretung in verschiedenen Bereichen)
- Patientenverfügung (für medizinische Entscheidungen)
- Testament (für den Todesfall)
- Begünstigung in der Pensionskasse
- Todesfall-Risikoversicherung

Eigenverantwortung

Eine zentrale Vorsorgemassnahme besteht darin, bereits während der Berufstätigkeit ein angemessenes Einkommen zu erzielen und dieses aktiv zu verhandeln. Frauen verdienen im Durchschnitt weniger als Männer. Ursachen liegen teilweise in der Berufswahl und Teilzeitarbeit. Ein erheblicher Anteil der Lohnunterschiede bleibt jedoch unerklärt.

Geringere Einkommen führen langfristig zu tieferen Rentenansprüchen. Daher ist eine frühzeitige Auseinandersetzung mit Finanzthemen entscheidend für die finanzielle Unabhängigkeit im Alter. Eine aktive Mitwirkung bei finanziellen Entscheidungen im Haushalt stärkt die eigene Position. Dies betrifft sowohl den täglichen Umgang mit Geld als auch langfristige Planungen wie Sparziele und Vorsorgestrategien.

Die Übernahme von Verantwortung für die eigenen Finanzen, der Aufbau von Basiswissen z. B. durch Fachliteratur, Studien oder spezialisierte Informationsangebote sowie bei Bedarf eine professionelle Beratung tragen wesentlich zu einer stabilen Altersvorsorge bei.

5 Erste Schritte bei Geldproblemen

Eine unvorhergesehene Rechnung kann dazu führen, dass kurzfristig zu wenig finanzielle Mittel zur Verfügung stehen. Solche Situationen entstehen beispielsweise durch eine teure Autoreparatur oder eine umfangreiche Zahnbehandlung.

In dieser Phase ist rasches Handeln entscheidend, um Mahngebühren oder im schlimmsten Fall eine Betreibung zu vermeiden. Die folgende Checkliste unterstützt dabei, sich einen Überblick zu verschaffen und Prioritäten richtig zu setzen.

1. Überblick schaffen

Wenn Rechnungen liegen bleiben, ist der erste und wichtigste Schritt: hinschauen statt wegsehen. Ein Überblick über die aktuelle Lage ist die Voraussetzung für jede Planung. Hier ist eine Anleitung, wie ein Budget erstellt wird:

- Sämtliche Unterlagen zusammentragen: Lohnabrechnungen, Kontoauszüge, Mietvertrag, Versicherungsunterlagen, Krankenkassenpolice. Hilfreich ist auch ein Auszug aus dem E-Banking. Dort findet man fast alle Ausgaben.
- Einnahmen und Ausgaben schriftlich in einem Budget festhalten (Vorlagen unter budgetberatung.ch).
- Prüfen, wie viel Geld zur Bezahlung der offenen Forderungen nach der Budgetierung bleibt.
- Prüfen, welche Rechnungen bereits überfällig sind und zuerst bezahlt werden müssen.

Wichtig: Um überfällige Rechnungen zu begleichen sollten auf keinen Fall Kredite aufgenommen werden – dies macht die Situation meist schlimmer.

2. Wichtiges zuerst bezahlen

- Miete und Krankenkassenprämie priorisieren.
- Frühzeitig Kontakt mit dem Rechnungssteller aufnehmen; häufig ist eine Ratenzahlung oder eine Stundung (Aufschub der Zahlung) möglich.
- Abklären, ob noch Erspartes vorliegt oder ein zinsloses Privatdarlehen (z. B. von Eltern, Freunden) möglich ist
- Abklären, ob rechtliche Ansprüche geltend gemacht werden können (z. B. Prämienverbilligung, Sozialhilfe) oder ob eine Institution / Stiftung finanzielle Hilfe leisten kann.

3. Wenn das Geld regelmässig knapp ist: Hilfe holen

Wiederkehrende Schwierigkeiten bei der Begleichung von Rechnungen deuten meist auf strukturelle Probleme im Budget hin. In solchen Fällen ist es sinnvoll, frühzeitig professionelle Beratung in Anspruch zu nehmen, bevor sich die Situation verschärft. Für Personen im Kanton Aargau steht die Budgetberatung Aargau zur Verfügung. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.

6 Umgang mit Schulden

Betreibung verstehen und richtig reagieren

Ein Zahlungsbefehl im Briefkasten löst oft grosse Verunsicherung aus. Es ist jedoch wichtig zu wissen, dass eine Betreibung ein staatlich geregeltes Verfahren ist, bei dem die betroffene Person über gesetzlich verankerte Rechte verfügt. In der Schweiz verläuft das Betreibungsverfahren für Privatpersonen stets nach einem festen Schema.



Der Betreibungsablauf im Überblick

Die folgende Tabelle fasst die wichtigsten Etappen des ordentlichen Betreibungsverfahrens zusammen:

Phase	Aktion	Fristen & Wichtige Hinweise
1. Einleitung der Betreibung	Die Gläubiger (Person, welche das Geld einfordert) stellen ein Betreibungsbegehren, um eine Schuld einzufordern.	Zuständig ist das Betreibungsamt der Wohngemeinde der verschuldeten Person.
2. Zahlungsbefehl	Das Betreibungsamt stellt den Zahlungsbefehl zu. Dies ist die Aufforderung, die Schuld samt Zinsen und Kosten zu begleichen.	Die Zahlung muss innerhalb von 20 Tagen erfolgen.
3. Rechtsvorschlag	Bei einer unberechtigten Forderung oder ungerechtfertigten Gebühren (z. B. hohe Inkassokosten) kann frau sich wehren. Dazu muss ein (Teil) Rechtsvorschlag beim Betreibungsamt erhoben werden.	Der Rechtsvorschlag muss innerhalb von zehn Tagen nach Zustellung des Zahlungsbefehls erfolgen.
4. Rechtsöffnung	Will der Gläubiger das Verfahren weiterziehen, muss der Rechtsvorschlag über ein Gericht beseitigt werden.	Hierfür ist ein Schuldtitel (z. B. ein Vertrag oder ein Gerichtsurteil) notwendig.
5. Fortsetzungsbegehren	Die Gläubiger verlangen die Weiterführung der Betreibung.	Frühestens 20 Tage (spätestens ein Jahr) nach Zustellung des Zahlungsbefehls möglich.
6. Pfändung	Das Betreibungsamt kündigt die Pfändung an und beschlagnahmt Vermögen oder Einkommen.	Es wird eine Einkommenspfändung durchgeführt. Das Betreibungsamt darf nicht alles nehmen. Das betreibungsrechtliche Existenzminimum muss gewährt werden, damit der Lebensunterhalt gesichert ist.

Rechte kennen, richtig handeln: Optionen im Betreibungsverfahren

Der Rechtsvorschlag als Sperre

Durch das Erheben eines (Teil-)Rechtsvorschlags wird das Betreibungsverfahren sofort blockiert. Dies ist besonders wichtig, wenn Inkassogebühren unrechtmässig aufgeschlagen wurden oder die Forderung bereits beglichen ist. Ein Teilrechtsvorschlag ist sinnvoll, wenn nur ein Teil des Betrags (z. B. unrechtmässige Gebühren) bestritten wird. Ein Rechtsvorschlag wird erhoben, wenn die Gesamtforderung an sich nicht stimmt.

Der Eintrag im Betreibungsregister

Jede Betreibung – auch eine ungerechtfertigte – wird im Betreibungsregister vermerkt. Dieser Eintrag bleibt grundsätzlich für fünf Jahre sichtbar. Bei unrechtmässigen Betreibungen besteht die Möglichkeit, unter bestimmten Voraussetzungen ein Gesuch um Nichtbekanntgabe der Betreibung an Dritte zu stellen.

Schutz des Existenzminimums

Kommt es zu einer Lohnpfändung, darf das Betreibungsamt nur den Teil des Einkommens beschlagnahmen, der über dem sogenannten betreibungsrechtlichen Existenzminimum liegt. Dieses Minimum dient der Sicherung des Lebensbedarfs (Nahrung, Miete, Krankenkasse). Der Kanton Aargau verfügt über spezifische Richtlinien zur Berechnung des betreibungsrechtlichen Existenzminimums (Notbedarf) nach Art. 93 SchKG (Fassung vom 21. Oktober 2009).

Spielräume bei Lohnpfändung nutzen

Auch während einer laufenden Pfändung können bestimmte unvorhergesehene Kosten geltend gemacht werden, um den pfändbaren Betrag zu reduzieren. Dazu gehören beispielsweise notwendige Arztkosten, Fahrkosten zum Arbeitsplatz oder Auslagen für das Besuchsrecht der Kinder. Es wird empfohlen, solche Belege direkt beim Betreibungsamt einzureichen.
Für eine detaillierte Überprüfung der persönlichen Situation und zur Abwehr unberechtigter Forderungen bietet die Schuldenberatung Aargau-Solothurn fachliche Unterstützung an.

Der Weg aus den Schulden

Der Weg aus der Verschuldung erfordert eine sorgfältige Analyse der finanziellen und persönlichen Situation, um die Handlungsfähigkeit langfristig zurückzugewinnen. Je nach Stabilität des Einkommens und der Lebenssituation sowie der Höhe der Schulden stehen verschiedene Wege offen.

Lösungen bei vorhandenem Budgetüberschuss

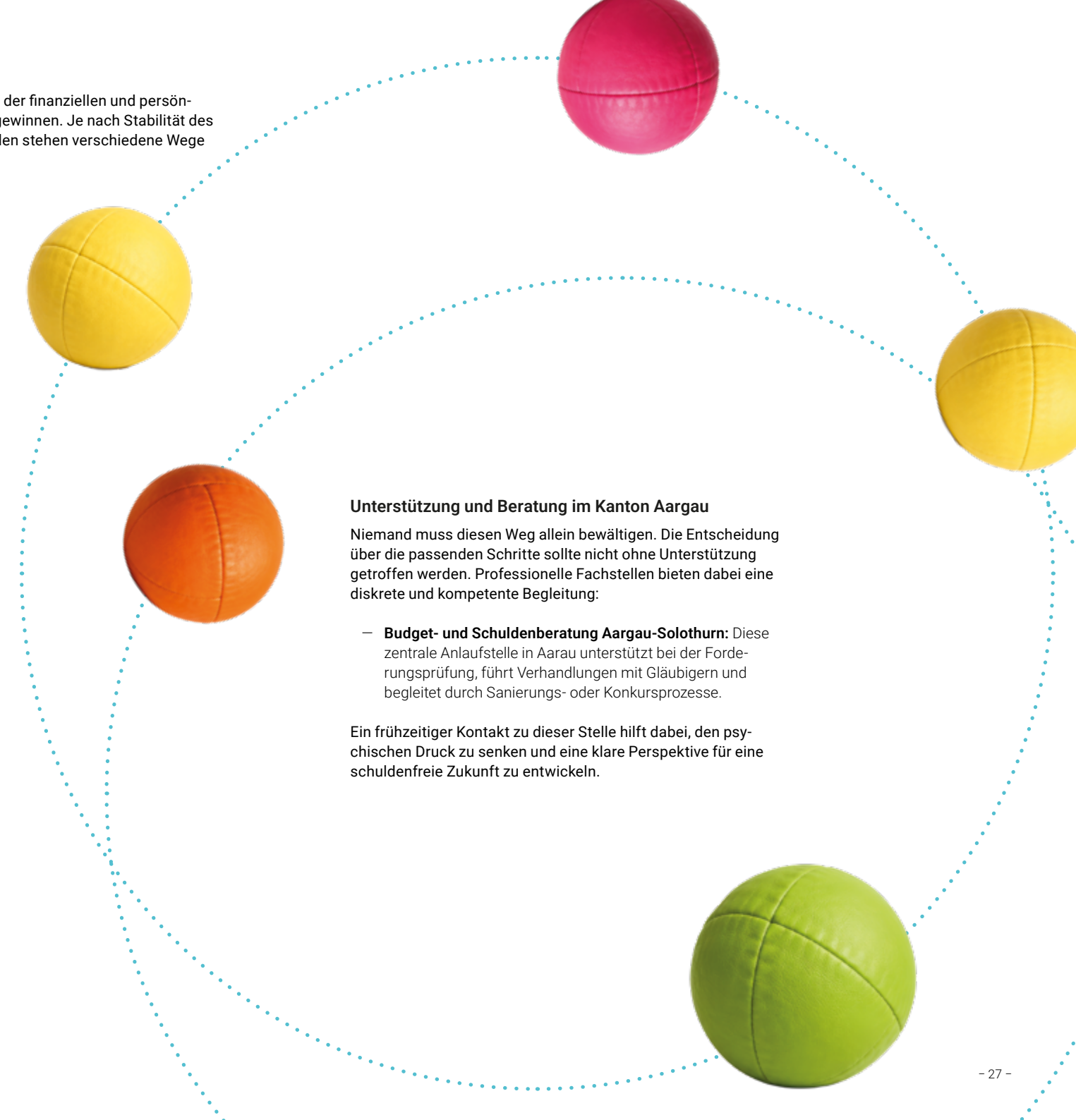
Wenn nach Abzug aller Lebenshaltungskosten ein monatlicher Betrag für die Schuldentilgung übrig bleibt, können nachfolgende Lösungswege geprüft werden:

- **Aussergerichtliche Schuldensanierung:** Dieser Weg setzt voraus, dass ein stabiles Einkommen vorhanden und keine Lohnpfändung verfügt worden ist. Ziel ist eine vollständige Rückzahlung in Raten oder eine Teilzahlung (Dividende) innerhalb von meist drei Jahren. Es müssen zwingend alle Gläubiger dem Vorschlag zustimmen.
- **Einvernehmliche private Schuldenbereinigung (Art. 333 ff. SchKG):** Dieses gerichtliche Verfahren führt nach der Bewilligung durch das Gericht zur Sistierung der Lohnpfändung. Wer über eine stabile Situation sowohl beim Einkommen als auch bei den Ausgaben verfügt, hat diese Möglichkeit. Für das Zustandekommen der Schuldenbereinigung ist die Zustimmung aller Gläubiger nötig.
- **Gerichtlicher Nachlassvertrag (Art. 293 ff. SchKG):** Dieses Verfahren ist mit Gerichts- und Publikationskosten verbunden. Es ist dann sinnvoll, wenn die Mehrheit der Gläubiger zustimmt, weil der Vertrag nach gerichtlicher Bestätigung auch für die ablehnende Minderheit verbindlich ist.

Lösungen bei Zahlungsunfähigkeit

Falls keine Aussicht auf eine Sanierung durch Ratenzahlungen besteht, bietet das Gesetz andere Möglichkeiten.

- **Privatkonkurs (Insolvenzerklärung):** Wenn die Einkünfte zwar die laufenden Ausgaben decken, aber keine Schuldenbereinigung möglich ist, kann der Konkurs beim Gericht beantragt werden. Dies führt zu einem sofortigen Zinsstopp und beendet laufende Lohnpfändungen. Die Schulden bleiben jedoch in Form von Verlustscheinen bestehen, und das Verfahren kostet im Kanton Aargau für Einzelpersonen ca. 4'000 Franken.
- **Leben mit Schulden:** Ist kein Überschuss möglich und das Existenzminimum bereits erreicht, liegt der Fokus allein auf der Sicherung der laufenden Existenz. Oberste Priorität haben die pünktliche Zahlung von Miete und Krankenkassenprämien, um weitere schwerwiegende Probleme zu vermeiden. Es sollten in dieser Phase keine neuen Schulden gemacht werden, um alte Löcher zu stopfen.



Unterstützung und Beratung im Kanton Aargau

Niemand muss diesen Weg allein bewältigen. Die Entscheidung über die passenden Schritte sollte nicht ohne Unterstützung getroffen werden. Professionelle Fachstellen bieten dabei eine diskrete und kompetente Begleitung:

- **Budget- und Schuldenberatung Aargau-Solothurn:** Diese zentrale Anlaufstelle in Aarau unterstützt bei der Forderungsprüfung, führt Verhandlungen mit Gläubigern und begleitet durch Sanierungs- oder Konkursprozesse.

Ein frühzeitiger Kontakt zu dieser Stelle hilft dabei, den psychischen Druck zu senken und eine klare Perspektive für eine schuldenfreie Zukunft zu entwickeln.

7 Schweizer Sozialversicherungen – Kurzübersicht

Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV)

Versichert: Alle Personen mit Wohnsitz oder Erwerbstätigkeit in der Schweiz (obligatorisch).
Anspruchsbedingungen: Vollrente bei lückenloser Beitragsdauer von 44 Jahren. Rentenalter 65 Jahre. Vorbezug ab 63 Jahren, Aufschub bis 70 Jahre möglich.
Leistungen: Altersrente, Alters-Kinderrenten, Hinterlassenenrenten für Witwen, Witwer und Waisen, Hilflosenentschädigung. Ab Dezember 2026 erstmals 13. Altersrente.
Pflichten: Beitragspflicht ab Erwerbseintritt, spätestens nach dem 21. Geburtstag. Beitragslücken können fünf Jahre rückwirkend geschlossen werden. Anmeldung für Altersrente mindestens sechs Monate vor gewünschtem Rentenbeginn.

Invalidenversicherung (IV)

Versichert: Gleicher Versichertenkreis wie in der AHV.
Anspruchsbedingungen: Mindestens drei Beitragsjahre nötig. Wartejahr: durchschnittliche Erwerbsunfähigkeit von mindestens 40 Prozent während eines Jahres. Grundsatz: berufliche Eingliederung vor Rente.
Leistungen: Eingliederungsmassnahmen, Finanzierung von Hilfsmitteln, Taggeld als Lohnersatz während der Eingliederung, Rente, Kinderrente, Hilflosenentschädigung.
Pflichten: Frühzeitige Anmeldung (Rentenanspruch frühestens sechs Monate ab Anmeldung). Aktive Mitwirkung bei Eingliederungsmassnahmen.

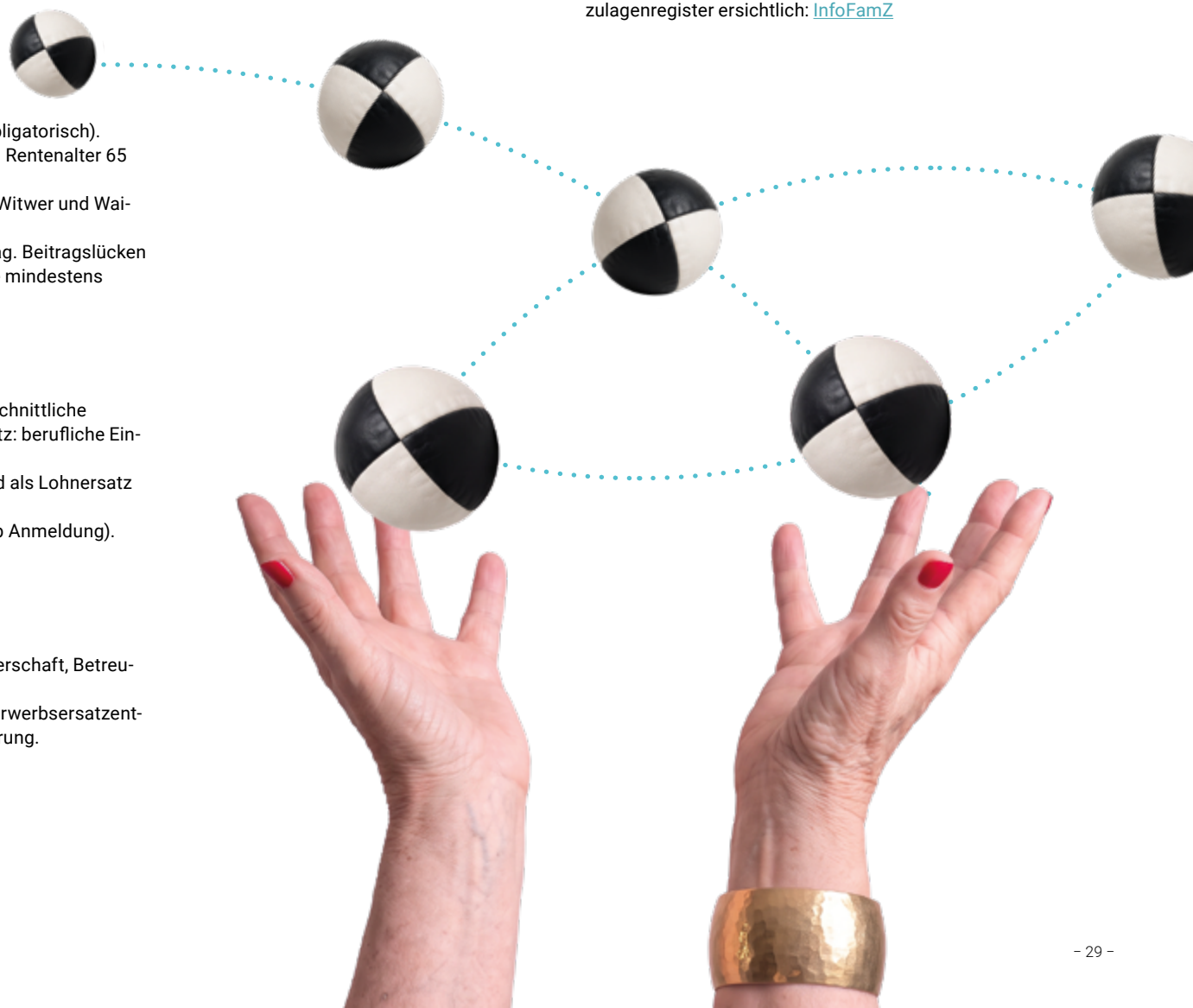
Erwerbsersatzordnung (EO)

Versichert: Gleicher Kreis wie AHV/ IV, also auch Selbständige.
Anspruchsbedingungen: Militär-, Zivil- oder Zivilschutzdienst, Mutterschaft, Vaterschaft, Betreuungsurlaub bei schwer beeinträchtigtem Kind sowie Adoption.
Leistungen: Entschädigung von 80 Prozent des versicherten Einkommens. Die Erwerbsersatzentschädigung hat Vorrang vor Taggeldern der Arbeitslosen- und Invalidenversicherung.
Pflichten: Anmeldung beim Arbeitgeber oder direkt bei der Ausgleichskasse.

Familienzulagen (FamZ)

Versichert: Arbeitnehmende, Selbstständigerwerbende und Nichterwerbstätige mit geringem Einkommen.

Anspruchsbedingungen: Kinderzulage ab Geburtsmonat bis 16 Jahre, Ausbildungszulage bis maximal 25 Jahre.
Leistungen: Monatliche Kinder- und Ausbildungszulagen. In einzelnen Kantonen zusätzlich Geburts- oder Adoptionszulagen (nicht im Kanton Aargau).
Pflichten: Anmeldung beim Arbeitgeber oder bei der kantonalen Ausgleichskasse. Nur ein Elternteil darf die Zulagen beziehen. Ob und wer die Zulage bezieht, ist im schweizerischen Familienzulagenregister ersichtlich: InfoFamZ



Berufliche Vorsorge (BV)

Versichert: Obligatorisch für alle Arbeitnehmenden ab Erreichen der Eintrittsschwelle. Die Eintrittsschwelle entspricht ¾ der maximalen AHV-Altersrente. Freiwillig für Selbständige und Arbeitnehmende mit einem Lohn unterhalb der Eintrittsschwelle.
Anspruchsbedingungen: Altersleistung ab Referenzalter 65, frühestens ab 60 Jahren. Invalidenrente entsprechend dem Invaliditätsgrad. Todesfallleistungen bei Tod während der Versicherungsdeckung oder im Rentenbezug.
Leistungen: Altersrente oder Kapitalbezug, Invalidenrente, Ehegattenrente, Waisenrente, Kinderrente.
Pflichten: Freizügigkeitsleistung bei Stellenwechsel in die neue Pensionskasse überführen. Kapitalbezug muss separat versteuert werden und reduziert die späteren Rentenleistungen.

Arbeitslosenversicherung (ALV)

Versichert: Obligatorisch für alle Arbeitnehmenden in der Schweiz. Nicht versichert sind Selbständige sowie Gesellschafter und Mitglieder der Geschäftsleitung.
Anspruchsbedingungen: Innerhalb der zweijährigen Rahmenfrist ab Anmeldung zum Taggeldbezug müssen mindestens zwölf Monate Beiträge in die ALV bezahlt worden sein. Vermittlungsfähigkeit und Einhaltung der Kontrollvorschriften beim regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV).
Leistungen: Taggeld von 80 Prozent des versicherten Verdienstes bei Unterhaltspflicht gegenüber Kindern, sonst 70 Prozent. Anzahl Taggelder abhängig von Beitragsdauer und Alter.
Pflichten: Persönliche Arbeitsbemühungen regelmässig nachweisen. Zumutbare Arbeit annehmen. Bei Pflichtverletzung drohen Einstelltage, bei selbstverschuldeter Kündigung bis zu 60 Tage.

Unfallversicherung (UV)

Versichert: Alle Arbeitnehmenden in der Schweiz sind obligatorisch gegen Berufsunfälle versichert. Gegen Nichtberufsunfälle versichert ist, wer mindestens acht Stunden pro Woche beim gleichen Arbeitgeber arbeitet. Selbständige müssen sich freiwillig versichern. Nichterwerbstätige schliessen den Unfallschutz bei der Krankenkasse ein.
Anspruchsbedingungen: Unfall ist eine plötzliche, nicht beabsichtigte schädigende Einwirkung eines ungewöhnlichen äusseren Faktors auf den menschlichen Körper. Die Unfallversicherung prüft, ob es sich um einen Unfall oder eine Krankheit handelt. Nachdeckungsfrist von 31 Tagen nach Ende des Arbeitsverhältnisses.
Leistungen: Heilbehandlungen, Taggeld ab dem dritten Tag (80 Prozent des versicherten Verdienstes), Invalidenrente, Integritätsentschädigung, Hilflosenentschädigung, Hinterlassenenrenten.
Pflichten: Unfall unverzüglich dem Arbeitgeber oder direkt der Unfallversicherung melden.

Krankenversicherung (KV)

Versichert: Obligatorisch für alle Personen mit Wohnsitz in der Schweiz. Anmeldung innert drei Monaten nach Geburt oder Zuzug in die Schweiz.
Anspruchsbedingungen: Leistungen bei Krankheit, Unfall (wenn kein Unfallversicherungsschutz besteht), Mutterschaft und Geburtsgebrechen. Franchise und Selbstbehalt gehen zu Lasten der Versicherten.
Leistungen: Ausschliesslich Sachleistungen wie Heilbehandlungen, Medikamente und Spitalaufenthalt (allgemein). Mutterschaftsleistungen ohne Selbstbehalt. Kein Taggeld im Grundversicherungsbereich – eine Krankentaggeldversicherung ist freiwillig und separat abzuschliessen.
Pflichten: Prämie pünktlich bezahlen. Bei niedrigem Einkommen kann eine Prämienverbilligung bei der SVA Aargau beantragt werden (mehr unter Kapitel 8.).

Überbrückungsleistungen (ÜL)

Versichert: Personen, die nach dem 60. Geburtstag von der Arbeitslosenversicherung ausgesteuert werden und in bescheidenen wirtschaftlichen Verhältnissen leben.
Anspruchsbedingungen: Wohnsitz in der Schweiz, mindestens 20 Beitragsjahre in der AHV (davon fünf Jahre nach dem 50. Altersjahr), Reinvermögen unterhalb der gesetzlichen Grenze.
Leistungen: Bedarfsleistungen, die monatlich bis zum Zeitpunkt der Pensionierung ausbezahlt werden sowie Vergütung von Krankheits- und Behinderungskosten. Berechnung ähnlich wie bei Ergänzungsleistungen.

Pflichten: Anmeldung bei der kantonalen Ausgleichskasse (SVA Aargau). Arbeitsbemühungen müssen weiterhin bei den regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) eingereicht werden.

Grundsatz für alle Sozialversicherungen: Keine Leistung ohne Anmeldung – frühzeitig und aktiv handeln.



8 Ergänzungsleistungen, Prämienverbilligung, Sozialhilfe & weitere kantonale Unterstützungsleistungen

Ergänzungsleistungen (EL)

Ergänzungsleistungen sichern das Existenzminimum von Personen, deren Leistungen der AHV und IV die minimalen Lebenskosten nicht decken. Es handelt sich nicht um Sozialhilfeleistungen, sondern um einen sozialversicherungsrechtlichen Anspruch.
Die EL unterscheidet zwischen monatlich ausbezahlten Leistungen zur Deckung des Grundbedarfs sowie der Vergütung von Krankheits- und Behinderungskosten, die von keiner anderen Versicherung übernommen werden (z. B. Zahnarzt, Franchise, Selbstbehalt, Hilfsmittel, Spitex).

Anspruchsbedingungen: Anspruch haben Personen, die gleichzeitig folgende Bedingungen erfüllen

- **Wohnsitz** und gewöhnlicher Aufenthalt in der Schweiz
- **Leistungen der AHV/IV**: Bezug einer eigenen Rente der AHV/IV, einer Hilflosenentschädigung oder eines Taggeldes der Invalidenversicherung von mindestens sechs Monaten. Auch wer die Mindestbeitragsdauer der IV nicht erfüllt hat und deshalb keine Rente erhält, kann unter Umständen EL beziehen.
- **Vermögensgrenze:** Das Reinvermögen darf die Vermögensschwellen gemäss Art. 9a des Bundesgesetzes über Ergänzungsleistungen zur AHV/IV (ELG) nicht überschreiten. Selbstbewohntes Wohneigentum zählt nicht zum Reinvermögen.
- **Ausgaben übersteigen Einnahmen:** Die anerkannten Ausgaben (Grundbedarf, Miete innerhalb der Mietzinslimiten, Krankenkassenprämie) müssen die anrechenbaren Einnahmen (Renten, Vermögenserträge, Erwerbseinkommen abzüglich Freibetrag) übersteigen. Vermögensverzehr und Vermögensverzicht werden als Einnahmen angerechnet.

Antragstellung: Die EL werden nicht automatisch ausgerichtet – eine Anmeldung ist zwingend erforderlich. Zuständig ist die Ausgleichskasse im Wohnkanton (SVA Aargau).
Für die Berechnung empfiehlt sich der Online-Rechner von Pro Senectute (prosenectute.ch) oder der Rechner auf der Website der Alters- und Hinterlassenenversicherung (ahv-iv.ch).

Die Leistungen werden monatlich ausbezahlt. Krankheits- und Behinderungskosten müssen separat geltend gemacht werden – der Antrag muss innerhalb von 15 Monaten nach Rechnungsstellung eingereicht werden. Diese Kosten können auch vergütet werden, wenn kein laufender Ergänzungsleistungsanspruch besteht, die Kosten aber den allfälligen Einnahmeüberschuss übersteigen.



Prämienverbilligung (IPV)

Der Kanton Aargau gewährt Personen in bescheidenen wirtschaftlichen Verhältnissen Verbilligungsbeiträge für die obligatorische Krankenkassenprämie.

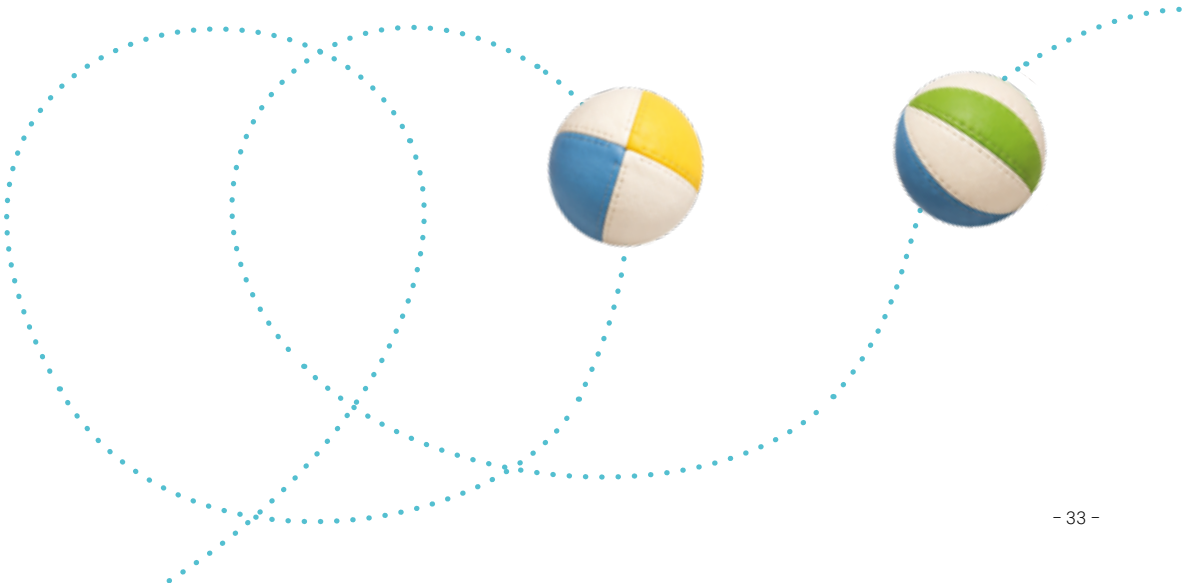
Anspruchsbedingungen: Alle Personen mit Wohnsitz im Kanton Aargau in bescheidenen wirtschaftlichen Verhältnissen.

Antragstellung: Die SVA Aargau verschickt im September einen Registrierungscode an alle Personen, die gemäss Steuerveranlagung Anspruch auf Prämienverbilligung haben könnten. Damit registriert man sich bis Ende Dezember auf sva-ag.ch/pv. Wer keinen Code erhält, kann diesen ab Oktober direkt online bei der SVA Aargau bestellen. Die Registrierung muss jedes Jahr neu erfolgen (ausser bei Anspruch auf EL oder Sozialhilfe). Die IPV wird direkt an die Krankenkasse ausbezahlt und reduziert die monatliche Grundprämie.

Meldepflichten: Bei einer Einkommensverbesserung von mindestens 20 Prozent ist eine Meldung bei der SVA Pflicht. Einkommensverschlechterungen von 20 Prozent oder mehr können gemeldet werden (z.B. bei Arbeitslosigkeit, Wegfall von Sozialhilfe). Auch persönliche Veränderungen wie Heirat, Geburt, Scheidung oder Wohnsitzwechsel sind zu melden.

Meldung online: sva-ag.ch/aenderungsantrag oder direkt an die SVA Aargau.

Wichtig: Die Prämienverbilligung wird anhand der letzten definitiven Steuerveranlagung berechnet, welche oft zwei Jahre zurückliegt. Es ist deshalb wichtig, Änderungen rechtzeitig der SVA mitzuteilen. Zu viel bezogene IPV müssen zurückerstattet werden und können zu hohen Rückforderungen der Krankenkasse führen.





Wirtschaftliche Sozialhilfe (WSH)

Die Sozialhilfe sichert das soziale Existenzminimum für Personen, die ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenen Mitteln decken können.

Anspruchsbedingungen: Anspruch auf Sozialhilfe besteht, sofern die eigenen finanziellen Mittel nicht genügen und andere Hilfeleistungen (z. B. Sozialversicherungsansprüche) nicht rechtzeitig erhältlich sind oder nicht ausreichen. Zum Bezug von Sozialhilfe sind alle Personen mit Wohnsitz in der Schweiz berechtigt, für welche nicht spezielle Unterstützungsvorschriften gelten (z. B. Asylsuchende, vorläufig Aufgenommene).

Antragstellung: Das Unterstützungsgesuch wird schriftlich bei der Gemeindeverwaltung beziehungsweise beim Gemeindesozialdienst am Wohnsitz eingereicht. Nach der Sachverhaltsabklärung und Prüfung der Bedürftigkeit fällt der Sozialdienst einen schriftlichen Entscheid.

Leistungen: Sozialhilfeleistungen werden in der Regel als Geldleistungen oder Kostengutsprachen ausgerichtet.

Die Leistungen der Sozialhilfe umfassen den Grundbedarf (nach SKOS-Richtlinien), die Wohnungskosten sowie die medizinische Grundversorgung (Krankenkassenprämien, Franchise und Selbstbehalt, Zahnarztkosten). Dazu kommen situationsbedingte Leistungen, z. B. für Erwerbsunkosten, familienergänzende Kinderbetreuung oder krankheitsbedingte Spezialauslagen.
Bei den Wohnungskosten gilt zu beachten, dass die Sozialhilfe nur Wohnungskosten innerhalb der von der Gemeinde definierten Mietzinsrichtlinie übernimmt. Die Höhe der Mietzinslimite kann beim Sozialdienst angefragt werden. Überhöhte Wohnungskosten werden nach Ablauf einer angesetzten Frist zur Wohnungssuche herabgesetzt.

Weitere gebundene Ausgaben wie die obligatorische Krankenkassenprämie werden nicht in beliebiger Höhe übernommen. Es gibt vom Regierungsrat festgelegte Richtprämien. Wenn keine triftigen Gründe vorliegen, sind solche Ausgaben den Richtlinien der Sozialhilfe anzupassen (z. B. Wechsel zu günstigerem Krankenkassenmodell).
Wer ein Motorfahrzeug besitzt, das weder beruflich noch krankheitsbedingt zwingend erforderlich ist, muss sich einen Abzug für die Betriebskosten anrechnen lassen.

Wichtig: Bezogene Sozialhilfeleistungen sind rückerstattungspflichtig, sobald sich die wirtschaftliche Situation verbessert (z. B. Einkommensüberschuss, Erbschaft, Vermögenszuwachs). Auch Erben können zur Rückerstattung verpflichtet werden.



Elternschaftsbeihilfe (EBH)

Die Elternschaftsbeihilfe ist eine kantonale Massnahme der sozialen Prävention und soll wirtschaftlich schwache Eltern oder Elternteile vor Sozialhilfebedürftigkeit schützen. EBH ermöglicht den Eltern, das Kind während der ersten sechs Monate nach der Geburt persönlich zu betreuen.

Anspruchsbedingungen: Ein Elternteil muss sich zur Hauptsache der Betreuung des Kindes widmen. Der betreuende Elternteil muss seit mindestens einem Jahr vor der Geburt und während der Bezugsdauer zivilrechtlichen Wohnsitz im Kanton Aargau haben. Die voraussichtlichen Jahreseinkünfte ab Geburt müssen unter den vom Regierungsrat festgelegten Grenzbeträgen liegen. Es darf kein steuerbares Vermögen vorhanden sein und der betreuende Elternteil darf keine Sozialhilfe beziehen.

Antragstellung: bei der Gemeindeverwaltung am zivilrechtlichen Wohnsitz

Leistungen: Die Elternschaftsbeihilfe wird in der Regel im Voraus in monatlichen Raten ausgerichtet. Die Berechnung erfolgt nach den Ansätzen des Ergänzungsleistungsgesetzes.
Die Elternschaftsbeihilfe ist nicht rückerstattungspflichtig.

Alimentenbevorschussung

Die Alimentenbevorschussung soll die Folgen bei Säumnis des unterhaltspflichtigen Elternteils mindern. Bezahlt eine unterhaltspflichtige Person den Unterhalt nicht, nicht rechtzeitig oder nur teilweise, kann die Gemeinde den Unterhalt vorläufig decken und fordert den bevorschussten Betrag anschliessend über ein Alimenteninkasso beim unterhaltspflichtigen Elternteil zurück.

Anspruchsbedingungen: Es muss ein Rechtstitel (Scheidungsurteil oder Unterhaltsvertrag) vorliegen. Anspruchsberechtigt sind minderjährige Kinder sowie volljährige Personen in Ausbildung bis zum vollendeten 20. Altersjahr. Ehegattenalimente werden nicht bevorschusst. Die Gemeinde gewährt die Bevorschussung nur, wenn das Kind wirtschaftlich darauf angewiesen ist.

Antragstellung: Das Gesuch ist schriftlich bei der Gemeindeverwaltung am zivilrechtlichen Wohnsitz des anspruchsberechtigten Kindes einzureichen. Es wird empfohlen, gleichzeitig mit dem Gesuch um Alimentenbevorschussung auch ein Gesuch um Inkassohilfe einzureichen.

Inkassohilfe

Die Inkassohilfe unterstützt unterhaltsberechtigte Personen bei der Durchsetzung ihrer Unterhaltsansprüche. Im Gegensatz zur Alimentenbevorschussung werden bei der Inkassohilfe keine Gelder der Gemeinde ausbezahlt.

Anspruchsbedingungen: Es liegt ein Rechtstitel vor (Scheidungsurteil oder Unterhaltsvertrag).

Antragstellung: Der Antrag muss schriftlich bei der Gemeindeverwaltung am zivilrechtlichen Wohnsitz der anspruchsberechtigten Person eingereicht werden.

Leistungen: Die Gemeinde bietet im Rahmen der Inkassohilfe insbesondere Unterstützung bei der Berechnung ausstehender Unterhaltsbeiträge, beim Drittauszahlungsgesuch für Familienzulagen, bei der Lokalisierung der unterhaltspflichtigen Person sowie bei der Einleitung rechtlicher Massnahmen wie Zwangsvollstreckung, Arrest oder Schuldneranweisung.

Wichtige Informationen zur Sozialhilfe, Elternschaftsbeihilfe sowie Alimentenhilfe (Alimentenbevorschussung und Inkassohilfe) finden sich im «Handbuch Soziales» des Kantons Aargau.

Beiträge an schul- und familienergänzende Kinderbetreuung

Um die Vereinbarkeit von Familie und Arbeit oder Ausbildung zu fördern, unterstützen die Aargauer Gemeinden Eltern mit Beiträgen an die schul- und familienergänzende Kinderbetreuung.

Anspruchsbedingungen: Erziehungsberechtigte mit steuerrechtlichem Wohnsitz in einer Aargauer Gemeinde, die arbeitstätig sind, sich in Aus- oder Weiterbildung befinden, an einer Eingliederungsmassnahme teilnehmen oder eine IV-Rente beziehen. Gemeindespezifische Voraussetzungen gelten je nach Wohngemeinde.

Antragstellung: Der Antrag wird direkt bei der Wohngemeinde eingereicht.

Leistungen: Es gibt unterschiedliche Subventionsarten. Bei der Objektfinanzierung fliesst die Gemeindesubvention direkt an die Betreuungsorganisation und die Eltern zahlen einen reduzierten Tarif. Bei Betreuungsgutscheinen erhalten die Eltern Gutscheine, die sie direkt bei der Betreuungsorganisation einlösen können. Im Kanton Aargau werden Beiträge an schul- und familienergänzende Kinderbetreuung einkommensabhängig durch die Gemeinden gewährt. Die konkreten Tarife und Bedingungen regelt jede Gemeinde in einem eigenen Kinderbetreuungsreglement.

Stipendien und Ausbildungsdarlehen

Stipendien und Ausbildungsdarlehen unterstützen Personen in anerkannten Ausbildungen, die diese ohne finanzielle Hilfe nicht finanzieren könnten. Stipendien müssen nicht zurückbezahlt werden, Darlehen hingegen schon.

Anspruchsbedingungen: Besuch einer anerkannten Ausbildung und finanzielle Bedürftigkeit (abhängig von Einkommen und Vermögen der Eltern oder der eigenen wirtschaftlichen Situation)

Antragsstellung: Zuständig ist das kantonale Stipendienwesen ag.ch/stipendien. Das Gesuch erfolgt über das Online-Stipendienportal des Kantons Aargau unter stipendienportal.ag.ch

Leistungen: Stipendien werden in der Regel in halbjährlichen Raten ausbezahlt und müssen dem Kanton nicht zurückerstattet werden. Darlehen werden einmal pro Jahr ausbezahlt und müssen innert zehn Jahren nach Abschluss der Ausbildung zurückbezahlt werden.

Beistandschaften

Beistandschaften sind behördliche Massnahmen des Kindes- und Erwachsenenschutzes, die von der Fachbehörde KESB errichtet werden, wenn eine Person aufgrund einer Gefährdung oder eines Schwächezustands schutz- und hilfsbedürftig ist. Beistandschaften dienen dazu, Betroffene in ihren persönlichen, rechtlichen oder finanziellen Angelegenheiten zu unterstützen und deren Wohl sowie die optimale Entwicklung der Persönlichkeit zu sichern.

Anspruchsbedingungen: Eine Beistandschaft wird angeordnet, wenn eine private Unterstützung nicht ausreicht oder fehlt. Bei Kindern ist die Bedingung eine Gefährdung des Kindeswohls, der die Eltern nicht selbst abhelfen können. Bei Erwachsenen muss ein Schwächezustand vorliegen, wie etwa eine geistige Behinderung, eine psychische Störung oder eine vorübergehende Urteilsunfähigkeit, die eine behördliche Intervention notwendig macht. Jede Massnahme muss verhältnismässig sein und darf nur so weit in die Freiheit eingreifen, wie es zum Schutz der Person unbedingt nötig ist.

Antragsstellung: Gefährdungsmeldungen können von allen bei der KESB am Wohnsitz der betroffenen Person erstattet werden. Während für Privatpersonen ein Melderecht besteht, sind Fachpersonen aus den Bereichen Medizin, Erziehung, Psychologie oder Soziales sowie Personen in amtlicher Tätigkeit zur Meldung verpflichtet, sofern sie der Gefährdung nicht im Rahmen ihrer eigenen Tätigkeit abhelfen können. Die KESB prüft die Zuständigkeit und den Sachverhalt von Amtes wegen, wobei sie Abklärungen wie Sozialberichte oder ärztliche Gutachten einbeziehen kann.

Leistungen: Die Leistungen unterscheiden sich je nach Zielgruppe und Bedarf:
Kindesschutz: (Art. 308 ZGB): Die Massnahmen reichen von der allgemeinen Erziehungsbeistandschaft (Beratung der Eltern) über besondere Befugnisse (Wahrung von Unterhaltsansprüchen, Besuchsrechtsregelung) bis hin zur Beschränkung der elterlichen Sorge, wenn das Handeln der Eltern das Kind gefährdet.

Erwachsenenschutz: (Art. 393–398 ZGB): Hier besteht eine Stufenfolge von Massnahmen:

- Begleitbeistandschaft: Beratung und Begleitung ohne Einschränkung der Handlungsfähigkeit.
- Vertretungsbeistandschaft: Die Beiständin vertritt die Person in genau definierten Bereichen, wie etwa bei der Vermögensverwaltung.
- Mitwirkungsbeistandschaft: Bestimmte Rechtsgeschäfte der betroffenen Person benötigen zu ihrer Gültigkeit die Zustimmung der Beiständin.
- Umfassende Beistandschaft: Diese wird bei besonders hoher Hilfsbedürftigkeit (z. B. dauernder Urteilsunfähigkeit) errichtet; dabei entfällt die Handlungsfähigkeit der betroffenen Person von Gesetzes wegen.

Unentgeltliche Rechtspflege (URP)

Die unentgeltliche Rechtspflege ist ein in der Bundesverfassung garantiertes Recht, das sicherstellt, dass auch Personen mit wenig Geld gerichtliche Verfahren führen können. Dabei schiesst der Kanton die Gerichts- und Anwaltskosten vor, um den Zugang zur Justiz unabhängig von der finanziellen Situation zu gewährleisten.

Anspruchsbedingungen: Damit ein Anspruch auf unentgeltliche Rechtspflege besteht, müssen folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

Bedürftigkeit: Die betroffene Person muss nachweisen können, dass sie über ungenügende finanzielle Mittel verfügt, um die Prozesskosten selbst zu tragen.

Erfolgsaussichten: Der beabsichtigte Prozess darf nicht aussichtslos erscheinen; es muss eine begründete Aussicht auf Erfolg bestehen.

Notwendigkeit: Die betroffene Person ist nicht in der Lage, sich im Verfahren selbst zu verteidigen.

Antragsstellung: Ein Gesuch um unentgeltliche Rechtspflege sollte idealerweise gleichzeitig mit der Beschwerde oder Klage eingereicht werden. Das Gesuch ist beim zuständigen Gericht einzureichen, wobei dies direkt oder über eine Anwältin beziehungsweise einen Anwalt geschehen kann.

Leistungen: Wird die unentgeltliche Rechtspflege bewilligt, umfasst sie in der Regel die Übernahme der Verfahrenskosten und einen unentgeltlichen Rechtsbeistand.

Wichtig: Bei der URP handelt es sich primär um einen Vorschuss. Wenn sich die wirtschaftlichen Verhältnisse später verbessern und das Einkommen über dem betreibungsrechtlichen Existenzminimum liegt, müssen die Kosten zurückgezahlt werden.



Fonds und Stiftungen

Fonds und Stiftungen verfolgen gemeinnützige Zwecke und unterstützen Einzelpersonen oder Familien in besonderen Lebenslagen. Sie helfen vor allem dort, wo staatliche Leistungen nicht oder nicht vollständig ausreichen.

Anspruchsbedingungen: Die Unterstützung richtet sich an Personen in finanziellen oder besonders schwierigen Lebenslagen. Die Voraussetzungen variieren je nach Stiftung oder Fonds. Es ist wichtig, die Statuten und Bedingungen der einzelnen Stiftung zu prüfen.

Antragsstellung: Gesuche können je nach Stiftung direkt von Privatpersonen oder über eine Fachstelle (z.B. Sozialdienst, Budget- und Sozialberatungsstelle) eingereicht werden. Eine Übersicht geeigneter Stiftungen findet sich im Aargauischen Fonds- und Stiftungsverzeichnis.

Leistungen: Sachleistungen oder finanzielle Unterstützung z. B. für Ausbildungskosten, Krankheits- und Behinderungskosten, Unterstützung in Notlagen, Familienunterstützung oder Hilfe für bestimmte Berufsgruppen.

Bei nachfolgenden Fonds und Stiftungen können Gesuche um Einzelfallhilfe durch Privatpersonen eingereicht werden

- **AKF-Muttertagsfonds:** Unterstützung von Frauen, Kindern, Familien mit Wohnsitz im Kanton Aargau. Beurteilung der Situation durch eine Institution oder einen Sozialdienst erforderlich. Voraussetzungen und Gesuchsformular: frauenbund-aargau.ch
- **Mütterhilfe Aargau**: Unterstützung finanzschwacher Mütter, ausnahmsweise auch Väter oder Familien. Voraussetzungen und Gesuchsformular: muetterhilfe-ag.ch
- **Schwiizer hälfed Schwiizer:** Unterstützung von Personen mit Schweizer Pass oder Niederlassungsbewilligung C, die sich aus sozialen, gesundheitlichen oder anderen Gründen vorübergehend in einer finanziellen Notlage befinden. Voraussetzungen und Gesuchsformular: stiftung-shs.ch
- **Solidaritätsfonds für Mutter und Kind:** Unterstützung von Müttern und bis zu zehnjährigen Kindern, die in der Schweiz wohnhaft sind. Es ist ein Kurzbericht über die Situation der Gesuchstellenden von einer offiziellen Beratungsstelle nötig. Voraussetzungen und Gesuchsformular: frauenbund.ch
- **SOS Beobachter:** Unterstützung für in der Schweiz wohnhafte Menschen, die aus sozialen, gesundheitlichen oder anderen Gründen langfristig oder aufgrund einer vorübergehenden Notlage hilfsbedürftig sind. Es wird empfohlen, ein Referenzschreiben einer offiziellen Beratungsstelle beizulegen. Voraussetzungen und Gesuchsformular: beobachter.ch
- **Winterhilfe Aargau:** Lindert Auswirkungen der Armut im Kanton Aargau, indem sie knappe Haushaltsbudgets entlastet und Notlagen durch gezielte Hilfe behebt. Voraussetzungen und Gesuchsformular: ag.winterhilfe.ch

9 Rechte und **rechtliche Basis**

Ein kurzer Überblick über die wichtigsten Rechtsbereiche in der Schweiz:

1. Unterhalt (Familienrecht)
Grundlage: Schweizerisches Zivilgesetzbuch (ZGB)
Was bedeutet Unterhalt?
- Geldleistungen für Kinder oder (Ex-)Partner nach Trennung/Scheidung

Wichtige Punkte:
- Kinderunterhalt hat Priorität
- Beide Eltern zahlen nach Einkommen/Betreuungsanteil
- Ehegattenunterhalt: eher selten

2. Mietrecht
Grundlage: Obligationenrecht (OR)
Wichtige Rechte als Mieter:
- Schutz vor missbräuchlichen Mietzinserhöhungen
- Anspruch auf Mängelbehebung (z. B. Heizung kaputt)
- Kündigungsschutz (Fristen + Begründung nötig)

Typische Probleme:
- Nebenkostenabrechnung falsch
- Wohnungsmängel
- Streit bei Auszug (Kaution)

3. Schuldbetreibung & Konkurs
Grundlage: Bundesgesetz über Schuldbetreibung und Konkurs (SchKG)
Was passiert bei Schulden?
- Betreibung wird eingeleitet
- Zahlungsbefehl wird zugestellt
- Rechtsvorschlag kann innerhalb 10 Tagen erhoben werden

Wichtige Begriffe:
- Pfändung: Einkommen/Vermögen wird teilweise eingezogen
- Existenzminimum bleibt geschützt

4. Kredite, Leasing, Kreditkarten
Grundlage: Konsumkreditgesetz (KKG)
Schutz für Konsumenten:
- Kredit nur bei geprüfter Kreditfähigkeit
- Widerrufsrecht
- Begrenzung der Höhe von Zinsen

5. Sozialversicherungen
Grundlage: Bundesgesetz über den Allgemeinen Teil des Sozialversicherungsrechts (ATSG) und Bundesgesetze der einzelnen Sozialversicherungen

Die elf Sozialversicherungsgesetze in der Schweiz
- **AHVG** im Alter und bei Todesfall
- **IVG** bei Invalidität
- **EOG** bei Militärdienst, Mutter- und Vaterschaft
- **FamZG** bei Kindern
- **AVIG** bei Arbeitslosigkeit
- **KVG** bei Krankheit
- **UVG** bei Unfall
- **BVG** zweite Säule bei Alter, Todesfall und Invalidität
- **ELG** bei Bedarf in Zusammenhang mit AHV/IV-Leistungen
- **ÜLG** bei Bedarf für ausgesteuerte Arbeitslose ab 60 Jahren
- **MVG** bei Krankheit, Unfall, Invalidität oder Todesfall während Militärdienst

Wann rechtliche Beratung eingeholt werden soll
Wenn:

- Post vom Betreibungsamt zugestellt wird
- Sie eine Kündigung erhalten (z. B. Arbeitsstelle oder Wohnung)
- es um grössere Geldbeträge geht
- Sie etwas Unverständliches unterschreiben sollen
- ein Streit eskaliert (z. B. mit Vermieter, Arbeitgeber oder Ex-Partner)

Kostenlose Rechtsberatungen und Rechtsauskunftstellen
Wer eine Rechtsschutzversicherung abgeschlossen hat, wendet sich in erster Linie an die Versicherung und prüft den Leistungsumfang.

Ansonsten gibt es diverse kostenlose Rechtsauskunftsstellen im Kanton Aargau

- Die Frauenzentrale Aargau führt in Aarau, Brugg, Baden, Bremgarten, Lenzburg, Rheinfelden und Zofingen unentgeltliche Rechtsberatungen durch mit 30 Minuten gratis Rechtsauskunft. Es ist eine telefonische Terminvereinbarung nötig. Mehr Informationen: rechtsberatung-ag.ch
- Unentgeltliche Rechtsauskunft des Aargauischen Gewerkschafsbunds (AGB) mit 20 Minuten gratis Rechtsauskunft. Beratung ist per E-Mail, telefonisch oder persönlich vor Ort in Aarau, Baden und Rheinfelden möglich.
- Unentgeltliche Rechtsauskunft durch den Aargauischen Anwaltsverband. In kurzen, persönlichen Gesprächen geben Anwältinnen und Anwälte erste Auskünfte zu Rechtsfragen. Die Gespräche finden an vorgegebenen Terminen in verschiedenen Bezirken des Kantons, meist in den Räumlichkeiten der Gemeindeverwaltungen vor Ort statt. Termine und Orte der Rechtsauskunft: anwaltsverband-ag.ch
- Die Unabhängige Fachstelle für Sozialhilferecht (UFS) in Zürich bietet unabhängige und unentgeltliche Rechtsberatung für Sozialhilfebeziehende aus dem Kanton Aargau: sozialhilfeberatung.ch
- Die Rechtsberatungsstelle für Asylsuchende Aargau (RBS AG) berät Personen aus dem Kanton Aargau in asyl- und ausländerrechtlichen Fragen. Bei Bedarf übernimmt sie die Rechtsvertretung.
- Der Verein BVG Auskünfte gibt kostenlos Auskunft zu Fragen über Pensionskassen oder Vorsorge. Auskunftstermine finden jeden ersten Mittwoch in Aarau statt und dauern ca. 15 Minuten: kostenlose-auskuenfte.ch
- Es gibt im Kanton Aargau diverse kostenlose Ombudsstellen. Sie dienen als neutrale Anlaufstelle und vermitteln bei Streitigkeiten, ohne dass man gleich vor Gericht klagen muss. Es gibt z. B. die kantonale Ombudsstelle Aargau für Probleme mit kantonalen Behörden, die Ombudsstelle des Aargauischen Ärzteverbandes bei Konflikten zwischen Patienten und Ärzten, die Ombudsstelle für pflegebedürftige Menschen Kanton Aargau für Probleme mit Pflegeheimen oder Spitex und viele weitere.

Wer eine Anwältin benötigt und keine finanziellen Mittel dazu hat, kann unter Umständen unentgeltliche Rechtspflege beantragen (siehe Kapitel 8)

10 Kantonale und schweizweite Anlaufstellen

Wichtige Kontakte im Kanton Aargau oder der Gesamtschweiz

- **Alimenteninkasso Aargau:** Inkassohilfe beim Einfordern von Kinderalimenten, Kinderzulagen und Frauenalimenten: alimenteninkasso-ag.ch
- **Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt:** Beratung von Gewaltbetroffenen sowie Gewaltausübenden und involvierten Drittpersonen: ahg-aargau.ch
- **Anlaufstelle Integration Aargau:** Zentrale Fachstelle für Migration, Integration und rassistische Diskriminierung im Kanton Aargau: integrationaargau.ch
- **Anlaufstelle Kindes- und Erwachsenenschutz (KESCHA):** Beratung für Personen mit Fragen zu Beistandschaften oder Verfahren im Kindes- und Erwachsenenschutz: kescha.ch
- **Budget- und Schuldenberatung Aargau–Solothurn:** Budgetberatungen, Schuldenberatungen und Präventionsangebote: schulden-ag-so.ch
- **Caritas:** Regionale Hilfswerke für armutsbetroffene und benachteiligte Menschen in der Schweiz: caritas-regio.ch oder caritas-aargau.ch
- **Die Dargebotene Hand (143):** Anlaufstelle für emotionale Erste Hilfe: 143.ch
- **Frauenberatung der Aargauischen Evangelischen Frauenhilfe:** Psychosoziale Beratung für Frauen im Kanton Aargau: frauenhilfe-ag.ch
- **Frauenzentrale Aargau:** Dachverband der aargauischen Frauenorganisationen mit diversen Dienstleistungen für Personen aus dem Kanton Aargau: frauenzentrale-ag.ch
- **HEKS Aargau-Solothurn:** Rechtsberatung und soziale Projekte für Menschen mit Migrationshintergrund / Asyl: heks.ch
- **Jugend-, Ehe- und Familienberatungsstellen:** Beratung für Kinder und Jugendliche, Einzelpersonen, Paare, Familien und Gruppen in vielfältigen sozialen Problemstellungen: jefb.ch
- **Kirchliche regionale Sozialdienste der Caritas Aargau**: Unterstützung in schwierigen Situationen, bei familiären Konflikten, Problemen am Arbeitsplatz oder finanziellen Engpässen: krsd-aargau.ch
- **KulturLegi Aargau:** Menschen mit kleinem Budget – Vergünstigungen für Kultur, Sport, Bildung, gesellschaftliche Teilhabe: kulturlegi.ch
- **Mütter- und Väterberatung:** Beratung für Eltern und Betreuungspersonen mit Kindern von 0–5 Jahren: mvb-aargau.ch
- **Opferberatung Aargau:** Beratung für Opfer von Straftaten oder Verkehrsunfällen sowie bei Gewalt oder Bedrohungen: opferberatung-ag.ch
- **Pro Infirmis Aargau:** Unterstützung für Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen in Lebensbereichen wie Wohnen, Arbeit und Freizeit: proinfirmis.ch

- **Pro Juventute Regionalstelle Mittelland**: Beratung zu Entwicklung, Erziehung, Betreuung und Familienorganisation: projuventute.ch
- **Pro Senectute Aargau:** Breites Angebot für Seniorinnen und Senioren: ag.prosenectute.ch
- **Regionale Arbeitsvermittlungszentren (RAV):** Beratung und Vermittlung für Stellensuchende: ag.ch/rav
- **Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau:** Menschen in schwierigen Lebenslagen – Entlastung, Betreuung, Integration, Gesundheits- und Sozialangebote: srk-aargau.ch
- **Sexuelle Gesundheit Aargau:** Beratung zu Sexualität, Schwangerschaft, sexuell übertragbaren Krankheiten und sexueller Bildung: seges.ch
- **Sozialdienst der Wohngemeinde:** Erste Anlaufstelle bei finanziellen Problemen
- **Suchtberatung ags**: Beratung für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen: suchtpraevention-aargau.ch
- **SVA Aargau:** Kompetenzzentrum für Sozialversicherungen: sva-aargau.ch
- **Wegbegleitung Aargau:** Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen – Begleitung im Alltag, Förderung von Selbstständigkeit, soziale Integration: wegbegleitung-ag.ch



11 Weiterführende Informationen **& Links**

- Berufliche Vorsorge bei Scheidung – Leitfaden für verheiratete und eingetragene Paare. Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frauen und Männern EBG
- Broschüre Finanzielle Probleme – Wohin wende ich mich? Caritas, AEF, Frauenzentrale Aargau, BSAS, Sexuelle Gesundheit Aargau
- Dachverband Budgetberatung Schweiz: budgetberatung.ch
- Das ABC des Sparens, Caritas Luzern
- Informationsstelle AHV/IV: ahv-iv.ch
- Jahrbuch der Sozialversicherungen, Gertrud E. Bollier, hrm4you GmbH Luzern







Impressum Diese Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.
Jegliche Haftung wird ausgeschlossen.
Inhalt Budget- und Schuldenberatung Aargau – Solothurn
Dachverband Budgetberatung Schweiz

Gestaltung SchiessGestaltung | Aarau | schiessgestaltung.ch
Auflage 01/2026