WIE VIEL KOSTET DAS LEBEN IM MONAT?

(N) Wie Menschen mit dem Einkommen und den Ausgaben haushalten

Die Einkommen von Menschen sind unterschiedlich. Auch kann sich im Lauf des Lebens — zum Beispiel durch Weiterbildung, Karriereverlauf, Berufswechsel, Krankheit oder Schicksalsschlag — das Einkommen rasch ändern. Damit verändern sich nicht nur die Einnahmen. Auch die Ausgaben müssen dann angepasst werden.

In verschiedenen Beiträgen berichten Menschen über ihr monatliches Einkommen und ihre Ausgaben.

Die Beiträge zeigen, wie Menschen mit unterschiedlichen Einkommen in ihrem Alltag zurechtkommen.

Lest die Beiträge. Beschreibt die Anforderungen und Herausforderungen an eine selbstständige Lebensführung in den jeweiligen Situationen. Zeigt auch auf, wo die porträtierten Menschen Handlungsspielräume haben, um mit den Einnahmen und Ausgaben im Alltag besser zurechtzukommen.

Haltet die jeweilige Situation und eure Ergebnisse zu den Anforderungen, Herausforderungen und Handlungsspielräumen in einem gemeinsamen digitalen Dokument fest.

Diskutiert die Ergebnisse in der Klasse.

Vorlage für ein gemeinsames digitales Dokument

Situation	Anforderungen	Herausforderungen	Handlungsspielräume

CÉLINE DUPONT

Ehepaar Dupont, HR-Beraterin und Architekt: «Wir zahlen jeden Monat mehr als 3000 Franken für die Kita.»

Unsere Familie

Ich bin 39. Nach der KV-Lehre habe ich die Berufsmatura gemacht und später den Fachausweis im Personalwesen. Heute arbeite ich 70 Prozent als HR-Beraterin in einer IT-Firma. Ich bin für Bewerbungen, Anstellungen und Löhne zuständig.

Mein Mann ist ebenfalls 39, gelernter Hochbauzeichner und hat berufsbegleitend Architektur studiert. Heute arbeitet er 90 Prozent als Projektleiter in einem Ingenieurbüro.

Wir haben zwei Jungs, die fünf und drei Jahre alt sind.

Einnahmen

Wir haben zusammen ein Nettoeinkommen von 15 560 Franken pro Monat. Ich verdiene 4710 Franken, mein Mann 10 390. Dazu kommen 460 Franken Kinderzulagen.

So planen wir unser Budget

Der Lohn kommt auf unser jeweiliges Privatkonto. Davon überweisen wir beide jeden Monat 1000 Franken auf das gemeinsame Haushaltskonto. Die restlichen Ausgaben teilen wir uns auf. Zum Beispiel zahlt mein Mann die Miete und ich die Krankenkassenprämien. Wenn die Steuerrechnung oder andere Jahresrechnungen kommen, tragen wir das in unser Excel-Dokument ein und schauen, wer wie viel zahlen kann. Das ist mit Aufwand verbunden, aber so sitzen wir jeden Monat zusammen und besprechen die gemeinsamen Ausgaben.

Ausgaben

Wohnen: Vor drei Jahren sind wir in eine neu erbaute 4,5-Zimmer-Wohnung mit Balkon gezogen, in einem Minergiehaus in Solothurn. Die Aussicht auf die Aare ist sehr schön. Für die Miete zahlen wir monatlich 2670 Franken, inklusive Nebenkosten. Letztes Jahr mussten wir knapp 540 Franken nachzahlen. Dazu kommen monatliche Stromkosten von 45 Franken.

Externe Kinderbetreuung: Ich arbeite die eine Woche an drei Tagen und die andere an vier. Mein Mann eine Woche an vier Tagen und die andere an fünf. Das heisst: In einer Woche schauen wir beide je einen Tag auf die Kleinen, in der anderen decke ich beide Tage ab. Die restlichen drei Tage gehen die Kinder in die Kita respektive geht der ältere Sohn in den Kindergarten und in die Tagesbetreuung. Das kostet uns jeden Monat rund 3120 Franken.

Mit unserem Einkommen bekommen wir fast gar keine Subventionen für die Fremdbetreuung der Kinder. So gehen fast drei Viertel meines Lohnes dafür drauf. Das finde ich nicht gut, und es ist nicht gerade eine Motivation für Eltern, möglichst viel zu arbeiten. Mir ist meine Arbeit wichtig. Mein Job fördert und fordert mich. Auch mein Mann kann und will nicht reduzieren. Sonst würde er automatisch die spannenden und anspruchsvollen Arbeiten verlieren.

Telefon, Internet und Abos: Wir zahlen 250 Franken für unsere beiden Handyabos, Internet, TV, Spotify und Netflix. Dazu kommt die Serafe-Gebühr von 335 Franken im Jahr.

Versicherungen: Die Familienprämie für die Hausrat- und Haftpflichtversicherung inklusive Diebstahl auswärts beträgt 680 Franken im Jahr. Dazu kommt eine Rechtsschutzversicherung für 220 Franken. Die lohnt sich, finde ich. Wir hatten zum Beispiel mal Probleme mit einem Kauf im Internet, da hat sie uns unterstützt.

Gesundheit: Die letzten zwei Jahre habe ich immer wieder mit gesundheitlichen Problemen gekämpft. Deshalb lohnt sich für mich die tiefst mögliche Franchise.

Mein Mann hat dieses Jahr auch von der höchsten zur tiefsten Franchise gewechselt. Wir zahlen zwar mehr Prämien, können aber die Kosten besser abschätzen und dementsprechend Rückstellungen machen.

Die Krankenkassenprämien für die Grund- und die Zusatzversicherung für die ganze Familie betragen 1380 Franken. Weil wir alle öfter mal zum Arzt müssen, rechnen wir für Franchisen, Selbstbehalt et cetera mit zusätzlich 450 Franken im Monat. Dazu kommen noch 25 Franken für meine Kontaktlinsen.

Mobilität: Mein Mann und ich fahren mit dem öffentlichen Verkehr zur Arbeit. Wir haben beide ein Halbtax-, aber kein Streckenabo, das macht knapp 400 Franken im Jahr. Die Einzelbillette kosten uns zusammen etwa 120 Franken im Monat.

Für Einkäufe und Wochenendausflüge mieten wir gern ein Auto. Wir haben beide ein Mobility-Abo. Die gefahrenen Kilometer müssen wir zahlen, Versicherung und Benzin sind inbegriffen. Solothurn bis Basel hin und zurück kostet zum Beispiel ungefähr 130 Franken. Alles in allem geben wir jedes Jahr 5000 Franken für Mobility aus.

Haushalt: Für Lebensmittel, Hygieneartikel und so weiter brauchen wir rund 2400 Franken im Monat. Die beiden Wocheneinkäufe lassen wir uns liefern. Das ist günstiger als ein Auto zu mieten. Beim ersten Einkauf bestellen wir alle Grundnahrungsmittel, das kostet 200 bis 250 Franken. Dort fallen keine Liefergebühren an. Der zweite Einkauf ist kleiner und macht 100 bis 150 Franken. Die Lieferkosten sind zirka 6 Franken.

Dazwischen machen wir kleinere Einkäufe für Brot, Salat oder Früchte. Mein Mann raucht E-Zigaretten, für die Liquids gibt er monatlich 50 Franken aus.

Der Posten Coiffeur schlägt jährlich mit etwa 800 Franken zu Buche. Ich habe schulterlange Haare und lasse sie alle zwei bis drei Monate schneiden. Mit Trinkgeld macht das jedes Mal 140 Franken. Mit den Kindern gehe ich häufiger und bezahle für beide jeweils 30 Franken.

Verpflegung ausser Haus: In der Regel arbeite ich einmal pro Woche von zu Hause aus, mein Mann ebenso. An den Bürotagen holen wir uns etwas zu essen. Wir bestellen auch mal am Wochenende Pizza oder gehen zu zweit in ein Restaurant. Wie oft das ist, kann ich nicht sagen. Wenn wir einen Ausflug machen, essen wir ebenfalls in einem Restaurant und nehmen kein Picknick mit. Im Schnitt geben wir fürs Auswärtsessen monatlich 800 Franken aus.

Kleidung und Schuhe: Das kann ich nicht genau sagen. Ich schätze, wenn ich die Ausgaben auf den Monat herunterbreche, macht das ungefähr 400 Franken. Meine Alltagskleider trage ich lange und kaufe mir sehr selten etwas. Für die Arbeit bestelle ich ab und zu eine neue Bluse oder neue Schuhe. Marken sind mir nicht wichtig, Qualität hingegen schon. Einer meiner Lieblingsshops ist Esprit. Da kostet eine schöne Bluse schnell mal 80 Franken.

Die Kinderkleider bestelle ich gern bei H&M. Dort gibt es günstige T-Shirts, Hosen oder Unterwäsche im Multipack zu bestellen.

Freizeit: Mein Mann und ich lesen gern abends vor dem Schlafen einen Thriller oder ein Sachbuch. Zum Beispiel «Das Kalendermädchen» von Sebastian Fitzek. Dafür habe ich 300 Franken pro Jahr einkalkuliert. Wir versuchen, einmal pro Monat nur zu zweit etwas zu unternehmen. Für die Kinder organisieren wir dann einen Babysitter, pro Stunde macht das 25 Franken. Normalerweise sind wir so vier Stunden weg.

Mit den Kindern gehen wir im Winter gern ins Hallenbad oder aufs Eisfeld, im Sommer spielen wir Minigolf. Unser ältester Sohn macht zurzeit einen Schwimmkurs. Für ein halbes Jahr kostet das 400 Franken. Alles in allem haben wir für Freizeitaktivitäten mit den Kindern 200 Franken monatlich eingerechnet.

Ferien und Ausflüge: Wir gehen einmal im Jahr zwei Wochen in die Ferien, meistens im Herbst. Letztes Jahr waren wir in Ägypten. Mietauto, Hotel inklusive Essen und was sonst noch so anfällt, haben ungefähr 5000 Franken gekostet.

In den restlichen Ferien bleiben wir zu Hause und machen Ausflüge, zum Beispiel in den Basler Zoo oder an den Weihnachtsmarkt nach Domodossola. Der Zweitagestrip nach Italien kostete uns 500 Franken mit Unterkunft und Essen. Es ist nicht ganz einfach, diese Ausgaben richtig zu budgetieren. Wir legen 650 Franken monatlich auf die Seite, und das geht mehr oder weniger auf.

Altersvorsorge: Wir haben weder eine Lebensversicherung noch eine dritte Säule. Das war bisher schlicht kein Thema. Dieses Jahr möchten wir uns über das Thema Altersvorsorge informieren und schauen, wie wir fürs Alter sparen können.

Steuern: 16 440 Franken zahlen wir jedes Jahr, jeweils in Raten.

Spenden: Wenn eine Naturkatastrophe oder sonst ein schreckliches Ereignis die Schweiz erschüttert, überweisen wir jeweils zirka 100 Franken an die Glückskette.

Sparen und Vermögen: Ende Monat bleiben ungefähr 900 Franken übrig. Aber jeden Monat flattert eine Rechnung ins Haus, die wir dann mit diesem Überschuss direktbezahlen. Faktisch können wir vielleicht 500 Franken auf die Seite legen. Auf unserem Sparkonto liegen zurzeit 5000 Franken.

Mein grösster Luxus

Das sind unsere Herbstferien, das Auswärtsessen und die Freizeitaktivitäten.

So fühle ich mich

Wir sind irgendwie gefühlt immer knapp. Wir möchten den Gürtel aber nicht enger schnallen. Mit zwei kleinen Kindern geben wir aus, was wir haben, das ist ein bewusster Entscheid.

Sobald die Kosten für die externe Kinderbetreuung wegfallen, können wir anfangen, Geld auf die Seite zu legen. Es ist unfair, dass wir so viel Geld für die Kinderbetreuung bezahlen müssen, um im Arbeitsmarkt zu bleiben und einen anspruchsvollen Job ausüben zu können.

Ich kenne es von meiner eigenen Tätigkeit: Es werden grundsätzlich immer noch viele Stellen mit einem Pensum von 80 bis 100 Prozent ausgeschrieben. Zudem haben es Männer in sogenannten Mint-Berufen immer noch schwer, ihr Arbeitspensum zu reduzieren. Die Vereinbarkeit von Job und Familie mit externer Kinderbetreuung ist finanziell happig. Das sollte nicht sein.

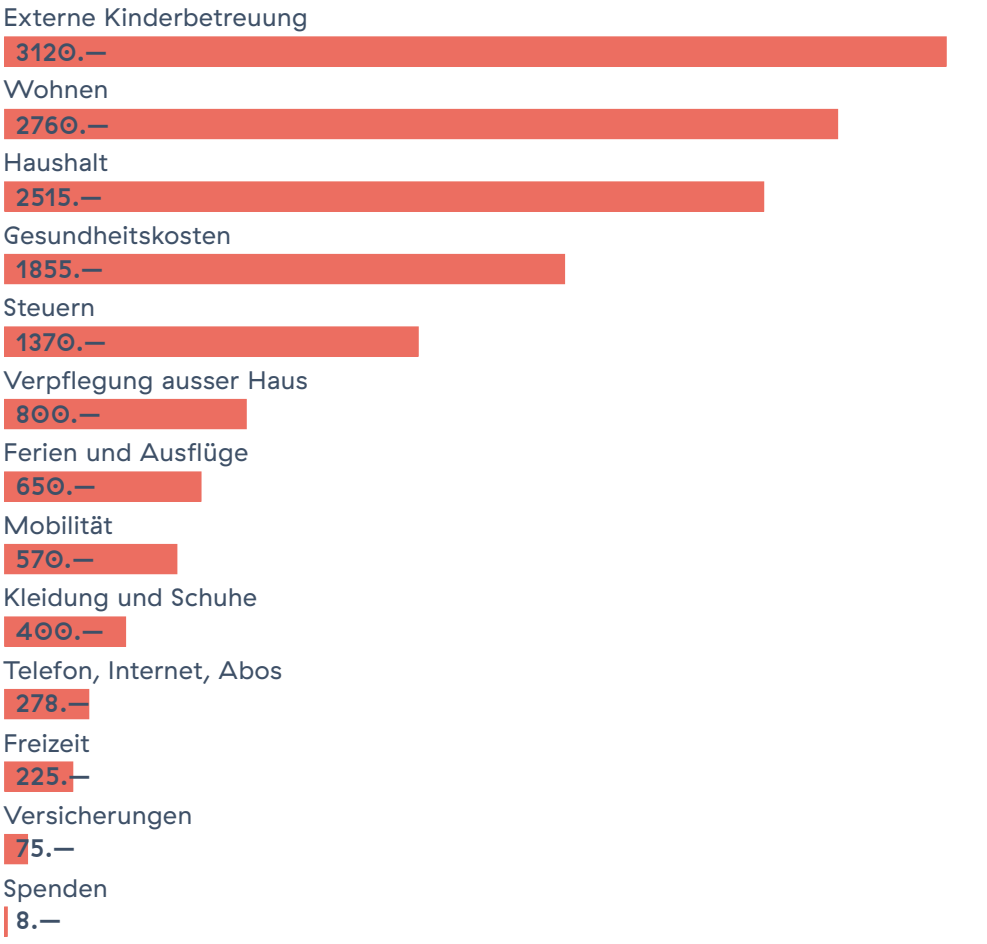
Text aus: Beobachter, Budget-Serie «Die Abrechnung», 2024

CÉLINE DUPONT

Ehepaar Dupont, HR-Beraterin und Architekt: «Wir zahlen jeden Monat mehr als 3000 Franken für die Kita.»

15 560 Franken gelangen pro Monat aufs Konto

Was davon ausgegeben wird



Grafik: Anne Seeger

ELENA STANIC

Coop Verkäuferin: «Jeden Monat zahlen wir 700 Franken aufs Steuerkonto ein.»

Unsere Familie

Ich bin 30, verheiratet und habe einen zweijährigen Sohn. Nach der Lehre im Detailhandel habe ich bis zu seiner Geburt immer 100 Prozent als Verkäuferin bei Coop gearbeitet. Heute habe ich ein 70-Prozent-Pensum, aber keine fixen Arbeitstage. Manchmal arbeite ich an vier Tagen die Woche und manchmal an fünf. Zum Glück betreuen unsere Eltern den Kleinen. Ansonsten wäre ich nicht so flexibel, und eine externe Kinderbetreuung wäre viel zu teuer.

Mein Mann ist 32, gelernter Strassenbauer. Später hat er sich zum Bauvorarbeiter weitergebildet. Seit der Lehre arbeitet er in einem 100-Prozent-Pensum bei einem grossen Bauunternehmen. Sein nächstes Ziel: Baupolier. Das bedeutete mehr Geld und mehr Verantwortung.

Einnahmen

Wir haben zusammen ein Nettoeinkommen von 9640 Franken pro Monat. Ich verdiene 2680 Franken, mein Mann 5390 Franken — und das 13-mal im Jahr. Dazu kommen 230 Franken Kinderzulagen. Die Spesen, die mein Mann für den Arbeitsweg vergütet bekommt, variieren stark, je nachdem, wo die Baustelle ist. Die letzten acht Monate hat er beispielsweise 800 Franken bekommen. Nächsten Monat ist es nur noch die Hälfte.

Ausgaben

Wohnen: Wir leben in der Nähe von Bern auf knapp 100 Quadratmetern. Unsere Wohnung hat fünf Zimmer und einen grossen Balkon. Küche und Badzimmer wurden vor fünf Jahren renoviert. Für Miete, Nebenkosten und zwei Parkplätze zahlen wir monatlich 2233 Franken.

Telefon und Internet: 220 Franken pro Monat für Handy, Internet und TV. Der Kombivertrag für die Abos läuft noch bis nächstes Jahr. Danach schaue ich mich nach einem günstigeren Angebot um. Zudem zahle ich mein Handy auf Raten ab, 30 Franken jeden Monat. Dazu kommt noch die jährliche Serafe-Gebühr von 335 Franken.

Versicherungen: Für Hausrat und Haftpflicht geben wir 334 Franken im Jahr aus. Wir hatten beim Einzug in die Wohnung keine 6000 Franken auf der Seite. Deshalb mussten wir eine Kautionsversicherung abschliessen. Die jährliche Prämie beträgt 276 Franken.

Gesundheit: Zu dritt zahlen wir 1240 Franken im Monat für Grund– und Zusatzversicherungen. Wir haben beide die tiefste Franchise. Es war für mich nicht einfach, schwanger zu werden. Deshalb habe ich eine Hormonbehandlung gemacht. Die Grundversicherung hat die Kosten dafür übernommen. Sowieso ist es mir wohler mit der tieferen Franchise. Lieber zahle ich 250 Franken mehr Prämien pro Monat, als dass ich riskiere, 2500 Franken aus der eigenen Tasche zahlen zu müssen. Letztes Jahr kamen für Zahnarzt, Franchise und Selbstbehalt zusätzlich 1000 Franken für uns beide zusammen. Insgesamt kommen also Gesundheitsausgaben von 1325 Franken im Monat zusammen.

Mobilität: Ich kann zu Fuss zur Arbeit. Das heisst: Das Auto brauchen wir vor allem zum Einkaufen, für die Ferien und für Ausflüge — und ich bringe mit ihm unseren Sohn zu den Grosseltern. Die monatlichen Leasingraten für unser Auto — einen Škoda Kodiaq — belaufen sich auf 490 Franken. Dazu kommen 90 Franken im Monat fürs Benzin. Ein grosser Brocken ist auch die Versicherung fürs Auto: 2200 Franken im Jahr. 124 Franken zahlen wir für die TCS–Mitgliedschaft; die haben wir vor allem wegen der Pannenhilfe im Ausland.

Haushalt, inklusive Verpflegung ausser Haus: Diese Ausgaben kann ich nicht so gut beziffern. Ich mache keine Wochenerledigungen, sondern kaufe dann ein, wenn ich arbeite. So sehe ich gleich die Aktionsangebote. Das lohnt sich sehr, vor allem beim Fleisch. Ich kaufe eigentlich keine Markenprodukte, sondern lieber Coop–Eigenmarken oder Prix–Garantie–Produkte. Früchte und Gemüse müssen aus der Schweiz kommen. Das ist mir wichtig. Auf Bio achte ich hingegen weniger. Über den Daumen gerechnet gebe ich für Lebensmittel, Hygieneprodukte und andere Dinge ungefähr 1200 Franken pro Monat aus.

Unser grösstes Laster ist das Rauchen. Mein Mann und ich sind in jungen Jahren dieser Sucht verfallen und geben pro Monat 800 Franken für Zigaretten aus. Ich rauche ein halbes Päckli, mein Mann anderthalb Päckli pro Tag. Das geht ordentlich ins Geld. Für meinen Mann ist das Rauchen ein Luxus, für mich eine unnötige Jugendsünde, von der ich nicht mehr loskomme.

Wenn wir nicht kochen, essen wir bei meiner Mutter. Manchmal kocht sie uns auch was und bringt es vorbei. Einmal pro Monat holt uns mein Mann einen Kebab oder eine Pizza. Das macht für uns beide inklusive Getränk zirka 40 Franken.

Abzahlung Kreditkarte: Wir haben beide Schulden bei unserer Kreditkarte. Ich kann nicht mehr sagen, was wir damit bezahlt haben oder wie es so weit kommen konnte. Auf jeden Fall zahlen wir nun monatlich 150 Franken von unseren Schulden ab. Ziel ist es, die gesamten Kreditkartenschulden so bald wie möglich zurückzuzahlen.

Kleidung und Schuhe: Seit ich Mutter bin, gebe ich für Mode viel weniger Geld aus. Frisch nach der Lehre habe ich mir jeweils teure Markenkleider gekauft. Heute kaufe ich viel weniger und schaue auf den Preis. Mein Mann ist sehr einfach gestrickt. Er trägt immer noch die gleichen Klamotten wie noch vor sechs Jahren. Wenn ich etwas kaufe, dann für unseren Sohn. Zum Beispiel habe ich ihm letzte Woche zwei Paar Winterstiefel für 140 Franken gekauft. Ich hatte noch einen Rabattgutschein von Coop City und zehn Prozent Mitarbeiterrabatt. Nach meiner Schätzung gebe ich ungefähr 1100 Franken jedes Jahr für Kleider und Schuhe aus.

Freizeit: Die ist rar. Wenn ich frei habe, verbringe ich meine Zeit mit meinem Sohn und meinem Mann im Wald oder auf einem Spielplatz. Ausflüge machen wir sehr selten.

Sonntags gehen wir meistens abwechslungsweise zu unseren Eltern. Selten, vielleicht einmal pro Monat, treffe ich mich mit einer Freundin auf ein Getränk. Ich schätze, dass wir im Monat für unsere Freizeit zirka 40 Franken ausgeben.

Ferien: Mein Mann hat serbische Wurzeln, und ich bin Italienerin. Einmal im Jahr das Meer zu sehen, ist ein Muss für uns. In den Sommerferien fahren wir meistens für zwei Wochen nach Italien. Meine Mutter hat dort eine Wohnung. Dieses Jahr haben wir für Essen, Ausflüge, Benzin und Autobahngebühren 1800 Franken ausgegeben. Im Frühling oder im Herbst gehen wir dann jeweils für zwei Wochen in die Heimat meines Mannes. Wir reisen dann mit dem Auto und übernachten gratis. Das kostet uns meistens gleich viel wie die Sommerferien.

Altersvorsorge: Wir haben eine gemischte Lebensversicherung und zahlen monatlich 340 Franken ein. Bevor wir Eltern wurden, haben wir fast das Doppelte eingezahlt. Damals habe ich aber auch noch mehr gearbeitet. Jetzt können wir nicht mehr so viel Geld in unsere Altersvorsorge investieren.

Steuern: Wir zahlen jeden Monat 700 Franken auf unser Steuerkonto ein. So sparen wir ungefähr einen Monatslohn im Voraus an. Das sollte mehr oder weniger aufgehen. Denn: Die Spesen meines Mannes sind steuerbefreit.

Mitgliedschaften: In der Baubranche und im Detailhandel zu arbeiten, ist kein Zuckerschlecken. Die Löhne sind tief und die Anstellungsbedingungen hart. Deshalb haben wir eine Mitgliedschaft in den jeweiligen Gewerkschaften. Mein Mann ist Mitglied beim Baukader Schweiz und zahlt 120 Franken pro Jahr. Mein Jahresbeitrag bei der Unia beläuft sich auf 252 Franken.

Was ich irgendwann einmal besitzen möchte?

Eine eigene Wohnung. Viele Verwandte und Bekannte haben sich eine eigene Wohnung leisten können, weil sie in jungen Jahren viel gespart haben. Ich habe mein Geld damals lieber ausgegeben.

So fühle ich mich

Wir können unsere laufenden Rechnungen bezahlen, aber das Sparkonto können wir nicht gross auffüllen. Mein Mann und ich haben keine teuren Hobbys, machen kaum Ausflüge. Ich kaufe nicht jeden Monat Kleider oder gebe Geld für Taschen oder Schuhe aus. Aber ja, die Zigaretten reissen uns jedes Jahr ein 9600–Franken–Loch in unser Budget. Wir haben viele Diskussionen rund um das Thema Geld. Es macht mich nervös, nicht viel auf der Seite zu haben. Mein Mann sieht unsere finanzielle Situation entspannter. Seine Meinung: Es gibt viele Menschen, die weitaus weniger haben als wir.

Text aus: Beobachter, Budget–Serie «Die Abrechnung», 2024

ELENA STANIC

Coop Verkäuferin: «Jeden Monat zahlen wir 700 Franken aufs Steuerkonto ein.»

9640 Franken gelangen pro Monat aufs Konto

Was davon ausgegeben wird

Miete
2233.—

Haushalt, ink. Verpflegung ausser Haus
2040.—

Gesundheitskosten
1325.—

Mobilität
774.—

Steuern
700.—

Ferien und Freizeit
340.—

Altersvorsorge
340.—

Telefon, Internet, Abos
278.—

Abzahlung Kreditkarte
150.—

Kleidung und Schuhe
90.—

Versicherungen
51.—

Mitgliedschaften
31.—

Was übrig bleibt
1288.—

Grafik: Andrea Klaiber

FATIMA RAHIMI

Geflüchtete Afghanin: «Ich müsste zwei Zähne ziehen lassen — aber das zahlt niemand.»

Meine Person

Ich bin 20 und vor über zwei Jahren in die Schweiz geflüchtet. Nach der Machtergreifung der Taliban vor vier Jahren verschlechterte sich die Situation von Frauen und Mädchen in Afghanistan massiv.

Meine Mutter wurde bedroht und musste untertauchen. Seither bin ich auf mich allein gestellt. Ich habe ein humanitäres Visum bekommen und durfte in die Schweiz einreisen, um Asyl zu beantragen.

Meine Situation

Im Dezember 2022 erhielt ich den Asylentscheid: Ich wurde als Flüchtling anerkannt und bekam einen B-Ausweis. Zuerst lebte ich einige Monate in einer temporären Wohnsiedlung in der Stadt.

Seit letztem Herbst miete ich nun ein Zimmer in einer Wohngemeinschaft im Zürcher Tösstal. Zudem besuche ich seit August die Sekundarschule für Erwachsene. Ich möchte im Sommer eine Lehre als Pharma- oder Dentalassistentin machen. Leider habe ich noch nichts gefunden.

Mein Deutsch ist gut. Ich habe von Anfang an mit allen Leuten Deutsch geredet, auch wenn ich natürlich Fehler machte. Dank den Deutschkursen und mit viel Fleiss komme ich heute in allen Alltagssituationen sprachlich gut durch. Englisch beherrsche ich ebenfalls. Das habe ich durch Filme und Cartoons gelernt. Meine Muttersprache ist Persisch.

Einnahmen

Seit über einem Jahr bekomme ich Sozialhilfe von meiner Wohngemeinde. Das Sozialamt erstellt für mich ein Budget. Es soll sicherstellen, dass der Grundbedarf, die Wohnkosten und die medizinische Grundversorgung gedeckt sind. Für die ersten beiden Positionen erhalte ich zusammen 1480 Franken.

Die Krankenkassenprämie wird direkt von der Sozialhilfe bezahlt. Dazu kommen situationsbedingt Leistungen: In meinem Fall sind das 170 Franken pro Monat für den ÖV zur Schule und das Mittagessen dort. In den Ferien fällt das weg. Weiter bekomme ich einen Integrationszuschlag von 150 Franken pro Monat. Total gelangen so monatlich ungefähr 1800 Franken auf mein Konto.

Ausgaben

Wohnen: Ich miete ein Zimmer in einer Wohngemeinschaft. Mit meinem Mitbewohner teile ich die Küche, Bad und das Wohnzimmer. Für die Miete, inklusive Nebenkosten, zahle ich jeden Monat 775 Franken.

Nicht eingerechnet sind die vierteljährlichen Stromkosten des regionalen Elektrizitätswerkes, die jährlichen Serafe–Gebühren (335 Franken) und die Nachzahlungen der Heiz– und Nebenkostenabrechnungen.

Die drei Posten teilen sich mein Mitbewohner und ich hälftig. Die Stromkosten sind sehr unterschiedlich: Mein Anteil der letzten Abrechnung war 80 Franken. Drei Monate davor lediglich die Hälfte.

Die Nachforderung für die Heiz– und Nebenkostenabrechnung war dieses Jahr sehr hoch. Ich hätte 440 Franken auf einmal bezahlen sollen. Dieses Geld hatte ich nicht. Kulanterweise hat mir das Sozialamt die Rechnung bezahlt.

Telefon und Internet: Mein Handy habe ich in Afghanistan gekauft. Es funktioniert auch in der Schweiz einwandfrei. Die monatlichen Kosten für mein Handyabo liegen bei knapp 20 Franken. Darin enthalten sind unlimitiertes Internet und Anrufe innerhalb der Schweiz.

Mit Freundinnen in Afghanistan telefoniere ich hin und wieder übers Internet. Manchmal haben sie aber kein Netz. Dann rufe ich sie an, lasse klingeln, bis jemand abnimmt, und hänge sofort wieder auf. So weiss ich, dass alles in Ordnung ist. Dieser kurze Anruf kostet mich dann gleich zehn Franken.

Gesundheit: Die Sozialhilfe übernimmt monatlich die Prämien für meine Grundversicherung. Das sind 302 Franken. Zudem werden der Selbstbehalt und die Franchise übernommen.

Die Sozialhilfe verlangt, dass ich die tiefst mögliche Franchise habe — um die Kosten und das Risiko gering zu halten.

Ich war dieses Jahr einmal beim Augenarzt, weil meine Augen so trocken waren. Die Ärztin hat mir Augentropfen verschrieben, die muss ich nicht selber zahlen.

Mit meiner Zahnstellung habe ich schon lange Probleme. Eigentlich müsste ich zwei Zähne ziehen und dann eine Spange einsetzen lassen. Das kostet aber sehr viel und wird nicht übernommen.

Anscheinend handelt es sich nicht um eine sogenannte zweckmässige Zahnsanierung. Das heisst wohl, dass der Eingriff aus Sicht des Amtes nicht unbedingt notwendig ist.

Versicherung: Ich habe eine Hausrat– und Privathaftpflichtversicherung. Die jährliche Prämie beträgt 205 Franken. Die Sozialhilfe übernimmt die Kosten vollständig.

Mobilität: Ich nehme jeden Tag den Zug zur Schule, ausser in den Schulferien. Das dauert von Tür zu Tür eine Stunde, und ich durchfahre vier Zonen. Mit dem Jugendtarif kostet das monatliche Zonenabo 86 Franken. Dieser Betrag wird mir während der Schulzeit jeden Monat vom Sozialamt überwiesen.

Verpflegung ausser Haus: Ich erhalte 88 Franken im Monat für die auswärtige Verpflegung am Mittag. In den Schulferien erhalte ich kein Geld. Das vegetarische Menü in der Mensa kostet 10 Franken, ein Kebab beim Take-away nebenan 12 Franken.

Anfang Monat habe ich noch mehr Geld auf dem Konto, dann esse ich ungefähr zweimal pro Woche am Mittag auswärts. Ende Monat habe ich dann meistens kein Geld mehr und nehme was von zu Hause mit.

Manchmal gönne ich mir einen Coffee-to-go (Fr. 4.60). Denn: Ich wechsle am Flughafen Zürich vom Bus auf den Zug und habe Zeit für einen Kaffee. Seit zwei Monaten habe ich das aber nicht mehr gemacht, weil die Stromrechnung so teuer war.

Ich kann aber entscheiden, ob ich zum Beispiel bei den Kleidern spare und mir damit mehr Geld für Lebensmittel zur Verfügung steht.

Grundbedarf total: Die Sozialhilfe ist von Kanton zu Kanton und auch von Gemeinde zu Gemeinde unterschiedlich. In Zürich erhält eine Einzelperson, die in einer Wohngemeinschaft lebt, monatlich 789 Franken. Damit muss ich nicht nur Lebensmittel, Hygieneprodukte und Coiffeur bezahlen, sondern auch Kleidung und Schuhe, Ferien und Freizeit sowie Serafe-Gebühren und Stromkosten.

Haushalt: Reis, Pasta und Tiefkühlpizza habe ich eigentlich immer zu Hause. Ich koche viel, weil das am günstigsten ist. Aber manchmal bin ich einfach zu müde, und dann schiebe ich etwas aus dem Tiefkühler in den Ofen.

Meistens kaufe ich im Denner ein, weil er sich auf dem Weg von der Busstation zu meiner Wohnung befindet. Ich trinke weder Alkohol noch rauche ich. Das ist ein religiöser Entscheid.

Meine langen Haare lasse ich nur einmal im Jahr schneiden. Das kostet mich 90 Franken. Ich habe Haarausfall und kaufe mir online ein spezielles Shampoo, dafür gebe ich alle drei Monate 15 Franken aus.

Alles in allem gebe ich für den Haushalt monatlich 670 Franken aus — also etwas weniger, als mir im Budget zur Verfügung steht.

Kleidung und Schuhe: Ich bin mit einem Koffer voller Kleider in die Schweiz gekommen. In der Asylunterkunft haben wir Kleider für den Winter bekommen. Leider war die Qualität nicht so gut, und sie haben nicht lange gehalten.

Viel kaufe ich mir nicht. Aber trotzdem möchte ich mir ab und zu etwas gönnen. Ich lege Wert auf ein gepflegtes Äusseres und mag einen modischen Pullover oder eine schöne Hose.

Meistens kaufe ich bei H&M oder Zara ein. Ich habe mir diesen Winter eine Winterjacke für 150 Franken gekauft. Und: Turnschuhe von Puma für 70 Franken. Im Schnitt komme ich pro Monat auf 80 Franken.

Freizeit: Ich habe wenig Freizeit, weil ich fünf Tage pro Woche mehr oder weniger in der Schule bin. Zweimal pro Woche gehe ich ins Fitness. Die jährliche Mitgliedschaft kostet 900 Franken. Das Fitnesscenter hat mir einen Rabatt gegeben. Diese Kosten übernimmt eine Stiftung. Darüber bin ich sehr glücklich. Das Training tut mir gut.

Am Wochenende verbringe ich meine Zeit mit meinen zwei Freundinnen. Beide habe ich im Asylzentrum kennengelernt. Eine ist ebenfalls aus Afghanistan, die andere aus Syrien. Ausgang interessiert uns nicht. Wir kochen lieber zusammen, schauen einen Film oder quatschen.

Ferien: Eine Freundin von mir wohnt in Bologna. Ich besuche sie dreimal pro Jahr. Je früher ich das Zugbillett kaufe, desto günstiger ist es. Letztes Mal musste ich 100 Franken zahlen. Das war sehr teuer. Ich habe aber auch schon die Hälfte bezahlt. Mehr als 200 Franken pro Jahr kann ich dafür nicht ausgeben.

Altersvorsorge: Darum kümmere ich mich, wenn ich eine abgeschlossene Ausbildung habe und Geld verdiene.

Steuern: Ich zahle keine Steuern.

Was ist der grösste Luxus, den Sie sich je geleistet haben?

Ich war mit einer Freundin in der Stadt, und wir haben uns beide ein Parfum für 60 Franken gekauft. Das war mit Rabatt. Eigentlich wären es über 80 Franken gewesen.

So fühle ich mich

Ich habe mehr Geld zur Verfügung als noch zu Beginn. Das ist schön. Aber manchmal wird es wirklich knapp. Vor allem, wenn ich Stromrechnungen zahlen muss. Dann muss ich die Schraube anziehen.

So oder so: Ich bin Ende Monat meistens auf null. Es kann auch vorkommen, dass ich meinen Mitbewohner oder meine Freundinnen um Geld bitten muss — meist zwischen 100 oder 150 Franken. Manchmal sind sie aber auch knapp bei Kasse.

Ich möchte eine Ausbildung machen, damit ich später mein eigenes Geld verdiene und unabhängig bin.

Meine ersten zwei Ziele sind: Geld auf die Seite legen, damit ich den Führerausweis machen kann — und dann in eine eigene Wohnung ziehen.

Text aus: Beobachter, Budget–Serie «Die Abrechnung», 2024

FATIMA RAHIMI

Geflüchtete Afghanin: «Ich müsste zwei Zähne ziehen lassen — aber das zahlt niemand.»

1800 Franken gelangen pro Monat aufs Konto

Was davon ausgegeben wird

Miete und Nebenkosten
809.—

Haushalt
670.—

Verpflegung ausser Haus
88.—

Mobilität
86.—

Kleidung und Schuhe
80.—

Telefon und Internet
20.—

Ferien und Freizeit
17.—

Gesundheitskosten
0.—

Versicherungen
0.—

Steuern
0.—

Was übrig bleibt
30.—

Grafik: Andrea Klaiber

NICOLE WEBER

Ehepaar Weber: «Wir verdienen 10 300 Franken — totaler Durchschnitt.»

Unsere Familie

Ich bin 55 Jahre alt, verheiratet und habe zwei erwachsene Söhne (26 und 28). Meine Lehre habe ich bei der Gemeindeverwaltung gemacht. Heute arbeite ich als Buchhalterin und Sekretariatsmitarbeiterin bei zwei Firmen im Teilzeitpensum (30 bis 50 Prozent). Zudem bin ich ungefähr zwölf Stunden pro Monat als Mesmerin in unserer Kirche tätig.

Mein Mann ist 58, gelernter Landmaschinenmechaniker. Später hat er die Handelsmittelschule gemacht. Seit fast 30 Jahren arbeitet er in einem 100-Prozent-Pensum als Sachbearbeiter im Büro eines lokalen Energiewerks.

Zahlen und Statistiken haben mich schon immer interessiert. Deshalb liste ich seit der Lehre meine Ein- und Ausgaben in einem selbst entworfenen Excel-Dokument auf. Einen guten Überblick und die Kontrolle über die eigenen Finanzen zu haben, gibt mir ein gutes Gefühl.

Einnahmen

Wir haben zusammen ein Nettoeinkommen von 10 000 Franken pro Monat. Dazu erhalten wir 300 Franken für den eingespeisten Solarstrom aus der Fotovoltaikanlage auf unserem Haus.

Ausgaben

Wohnen: Vor 22 Jahren haben wir für 665 000 Franken ein Haus im Zürcher Weinland gekauft (Baujahr 1980). 325 000 Franken konnten wir anzahlen, indem wir einen früher erworbenen Hausteil verkauften, 340 000 Franken mussten wir als Hypothek aufnehmen.

Sieben Jahre später haben wir eine neue Küche eingebaut und unser Haus mit einer Fotovoltaikanlage und einer Erdwärmepumpe ausgestattet. Dafür mussten wir die Hypothek aufstocken. Vor ein paar Jahren haben wir sämtliche Fenster und Türen erneuert.

Aktuell beträgt die Belastung noch 340 000 Franken. Der monatliche Hypothekarzins beträgt 740 Franken. Für Strom-, Wasser- und Abwasserkosten sowie Kehrichtgebühren bezahlen wir monatlich 270 Franken. Nächstes Jahr wird die Lebensversicherung meines Mannes ausbezahlt (54 000 Franken). Dann zahlen wir weitere 40 000 Franken der Hypothek ab.

Die Abrechnung

Versicherungen und Gesundheitskosten: Wir zahlen jeden Monat 756 Franken für die Krankenkasse. Ich gehe öfter zum Arzt, deshalb habe ich eine Franchise von 300 Franken. Mein Mann hingegen hat die höchstmögliche, 2500 Franken. Eine Zusatzversicherung haben wir beide nicht. Meine gemischte Lebensversicherung kostet 140 Franken pro Monat. Für die Gebäudehaftpflicht–, Hausrat– und Privathaftpflichtversicherung sowie die kantonale Gebäudeversicherung geben wir im Monat ungefähr 100 Franken aus.

Telefon, Internet und Abos: Unsere Abos kosten insgesamt 186 Franken im Monat. Dazu kommen pro Jahr 335 Franken Serafe–Gebühren. Zusätzlich haben wir diverse Zeitschriften und Zeitungen abonniert. Rund 90 Franken pro Monat kostet uns das.

Mobilität: Wir haben beide ein E–Bike. Zusätzlich besitzen wir drei Autos, einen 20–jährigen Opel Zafira und einen 10–jährigen VW Polo. Reparaturen, Benzin, Versicherung und Steuern kosten uns monatlich 730 Franken. Wir haben bereits 34 000 Franken für ein neues Auto auf die Seite gelegt. Vor ein paar Jahren konnte mein Mann günstig einen Oldtimer (Jahrgang 1967) kaufen — ein richtiges Liebhaberstück. Zudem besitzt er noch einen Oldtimer–Traktor (Baujahr 1940).

Altersvorsorge: Als unsere beiden Söhne geboren wurden, habe ich mein Arbeitspensum reduziert. In den letzten knapp 30 Jahren habe ich es Schritt für Schritt erhöht. Weil ich immer drei bis vier verschiedene Arbeitgeber gleichzeitig hatte, war es mir aber nicht möglich, in der Pensionskasse aufgenommen zu werden. Erst seit fünf Jahren habe ich es geschafft, dass wenigstens zwei Arbeitgeber das Einkommen über eine gemeinsame Pensionskasse versichern. Meine Pension wird nur rund 200 und 300 Franken pro Monat betragen. Seit Jahren zahlen wir beide in die dritte Säule ein. Dafür legen wir jeden Monat 1180 Franken auf die Seite.

Steuern: Letztes Jahr haben wir 11 600 Franken Steuern bezahlt. Seit die Kinder erwachsen sind, wir weniger ins Haus investieren und ich nicht mehr in der Kirchenpflege bin, hat sich der Betrag ziemlich erhöht. Früher bezahlten wir über viele Jahre zwischen 5500 und 8000 Franken.

Haushalt: Ich habe einen Gemüsegarten. Den Bedarf an Kartoffeln, Rüebli und Gurken kann ich grösstenteils selbst decken. Unsere Söhne kommen zwei– bis viermal pro Woche zum Mittagessen. Das geniessen wir sehr. Beim Einkaufen schaue ich auf die Qualität, auch mal eine gute Flasche Wein darf es sein. Wir wohnen an der deutschen Grenze, kaufen aber ausschliesslich in der Schweiz ein. Für den Einkauf geben wir monatlich 980 Franken aus.

Spenden: Wir spenden jährlich 1800 Franken an diverse Organisationen wie etwa WWF, Pro Natura, Krebsliga, Kinderspital Kantha Bopha, Rheumaliga. Mit unseren Spenden möchten wir denjenigen etwas zurückgeben, die nicht so privilegiert sind wie wir.

Freizeit und Ferien: Sport ist uns wichtig. Ich habe ein Fitnessabo und mein Mann ein Badi–Abo. Alle drei bis vier Wochen leisten wir uns eine klassische Massage. Ich spiele Klavier — mein Mann Schwyzerörgeli. Das alles kostet uns rund 400 Franken im Monat.

Ins Restaurant gehen wir selten. Eine Woche Skiferien ist hingegen ein absolutes Muss. Dazu kommen ein– bis zweimal Ferien in der Schweiz oder im nahen Ausland sowie zwei bis drei Ausflüge mit der Familie, Vereinen oder einfach zu zweit. Dafür geben wir monatlich 600 Franken aus.

Luxus: Meine Geschwister und ich haben ein kleines Rustico im Tessin geerbt. Es liegt auf 1100 Metern und ist nur zu Fuss erreichbar. Die Aussicht aufs Maggiadelta ist grandios. Die Unterhaltskosten pro Jahr betragen 700 Franken pro Partei. Gemeinsam mit meinem Schwager haben wir uns ausserdem vor über 20 Jahren ein kleines Motorboot angeschafft. Und schliesslich steht auf unserem Grundstück noch ein ausgebauter Bauwagen. Von Zeit zu Zeit besuchen wir mit Traktor und Bauwagen einen Campingplatz in der Nähe und machen damit Ferien. Die Unterhaltskosten für Schiff und Bauwagen und die Kosten für den Bootsplatz betragen 330 Franken pro Monat.

Sparen: In den letzten beiden Jahren konnten wir nichts auf die Seite legen, da ich einen meiner Jobs verloren habe. Früher waren es 5000 bis 10 000 Franken pro Jahr. Jetzt habe ich wieder einen Job, und wir können etwas Geld zur Seite legen. Das werden wir für grössere Anschaffungen oder fürs Haus ausgeben. Ein kleines Polster von 20 000 bis 50 000 Franken finde ich wichtig. Mit dem Ersparten für das neue Auto schwanken wir so zwischen 50 000 und 100 000 Franken. Mehr haben wir nicht. Abgesehen von der Hypothek leben wir schuldenfrei.

Wie spüre ich die Inflation?

Die Stromkosten im Zusammenhang mit unserem Eigenheim sind gestiegen. Und der Hypothekarzins für unser Haus hat sich verdoppelt: von 400 Franken auf 800 Franken pro Monat. Diese Erhöhung spüren wir, aber im Vergleich zu den Mietpreisen ist es immer noch wenig.

So fühle ich mich

Ich bin sehr zufrieden mit dem, was wir haben. Wir besitzen viele «Rädli»: von E-Bikes über einen Oldtimer bis zum Traktor. Der Unterhalt kostet Geld, aber das leisten wir uns. Kleider, Schmuck oder sonstige Wertgegenstände sagen uns nicht viel. Wir sind — so wie ich das sehe — totaler Durchschnitt. Dank unserem Haushaltsbudget habe ich einen guten Überblick über unsere finanzielle Situation. Mir war es wichtig, dass auch unsere Söhne mit Geld umgehen können. Ich denke, das haben sie gut im Griff — und darauf bin ich stolz.

Text aus: Beobachter, Budget-Serie «Die Abrechnung», 2024

NICOLE WEBER

Ehepaar Weber: «Wir verdienen 10 300 Franken — totaler Durchschnitt.»

3940 Franken gelangen pro Monat aufs Konto

Was davon ausgegeben wird

Haushalt inkl. auswärts essen
800.—

Wohnen
700.—

Gesundheitskosten
660.—

Mobilität
515.—

Steuern
400.—

Telefon, Internet, Abos
240.—

Ferien
100.—

Freizeit
85.—

Versicherungen
24.—

Kleidung und Schuhe
20.—

Mitgliedschaft
6.—

Altersvorsorge
0.—

Was übrig bleibt
396.—

Grafik: Anne Seeger

SOPHIE SCHMID

Mitarbeiterin Bergbahnen: «Ich verdiene Fr. 20.50 pro Stunde.»

Meine Person

Ich bin 24 und gelernte Fachfrau Betreuung. Nach der Ausbildung war ich drei Jahre in einer Kita tätig und lebte bei meinen Eltern. So konnte ich Geld auf die Seite legen. Letztes Jahr war ich insgesamt neun Monate in Europa unterwegs. Im Herbst habe ich mich dann auf eine Saisonstelle bei den Bergbahnen in einem Graubündner Skigebiet beworben. Ich musste lediglich meinen Lebenslauf schicken. Nach einem Anruf hatte ich den Job.

Meine Arbeit ist nicht allzu anspruchsvoll. Zusammen mit einer anderen Person betreibe ich einen Vierer–Sessellift. Ich helfe den Gästen beim Ein– und Aussteigen, verlangsame wenn nötig und schaufle Schnee.

Mein Arbeitstag beginnt um halb acht und endet mit der letzten Bahn, fünf Tage die Woche. Die Mittagspause nutze ich zum Snowboarden. Das Team ist toll und auch sehr durchmischt. Der älteste «Bähnler» ist 66, die Jüngste 21.

Einnahmen

Ich habe einen Stundenlohn von netto 20.50 Franken. Er ist so tief, weil es meine erste Wintersaison ist. Nächstes Jahr bekäme ich mehr. Mein monatliches Nettoeinkommen beträgt ungefähr 3450 Franken — ich arbeite fünfmal die Woche achteinhalb bis neun Stunden.

Als Saisonmitarbeiterin kann ich die Bergbahnen gratis nutzen, und ich profitiere von vielen Vergünstigungen bei den Bergrestaurants und in den Sportgeschäften.

Ausgaben

Wohnen: Ich miete ein möbliertes Studio. Es ist sehr schön, wurde vor drei Jahren renoviert und sieht aus wie ein Hotelzimmer. Ich habe einen Fernseher, ein Badezimmer und ein grosses Bett. Es gibt eine grosszügige Küche, die ich mit den Bewohnerinnen und Bewohnern der anderen Studios auf meinem Stock teile — zwei Kühlschränke, vier Kochplatten und drei Backöfen. Alles ist sehr sauber, weil die Gemeinschaftsküche täglich gereinigt wird. Für die Unterkunft in Graubünden zahle ich 870 Franken im Monat, alles inklusive.

Ich habe lediglich einen Koffer mit Kleidern und meine Snowboardausrüstung mit in die Berge genommen. Alles andere habe ich im Elternhaus gelassen. Dort bin ich nach wie vor angemeldet. Für mein Zimmer und für die Nebenkosten gebe ich ihnen 100 Franken im Monat.

Telefon, Internet und Abos: Ein TV–Abo ist bei der Studiomiete inbegriffen. Ich schaue aber gern Serien, deshalb habe ich Netflix und Disney Plus abonniert. Musik höre ich auf Spotify. Für Abos und Telefon zahle ich monatlich knapp 50 Franken. Ich bin in Graubünden lediglich Wochenaufenthalterin und zahle darum hier auch keine Serafe–Gebühr.

Versicherungen: Meine persönlichen Dinge wie Laptop, Snowboard und Kleider sind über die Hausratversicherung der Eltern mitversichert. Auch meine Privathaftpflichtversicherung läuft über die Familienpolice. Ich gebe meinen Eltern dafür jeden Monat 40 Franken.

Letztes Jahr war ich hauptsächlich auf Reisen. Deshalb und weil ich auch noch weitere Reisen plane, habe ich einen umfassenden weltweiten Reiseschutz beim TCS für jährlich 189 Franken abgeschlossen. Darin enthalten sind zum Beispiel Annullierungskosten, Rückführung im Notfall, Gepäckversicherung.

Gesundheit: Die Krankenkassenprämien für die Grund– und die Zusatzversicherung betragen monatlich 260 Franken. Ich glaube, die Prämie ist eher hoch für mein Alter, aber ich bin seit je bei der gleichen Versicherung und lasse das vorerst mal so. Ich kann mich nicht erinnern, wann ich das letzte Mal in einer Arztpraxis war. Deshalb habe ich die höchstmögliche Franchise. Meine Zähne pflege ich gut und gehe jedes Jahr in die Dentalhygiene. Das zahle ich aus eigener Tasche, es kostet mich 130 Franken.

Mobilität: Ich bin meistens zu Fuss unterwegs. Das Bergdorf ist überschaubar, alles ist in Gehdistanz. An einem meiner freien Tage gehe ich meistens einmal in die Boulderhalle nach Chur. Der Bus hin und zurück kostet knapp 12 Franken mit Halbtax. Ich bin unter 25 und habe nahtlos mein Halbtax verlängert. Deshalb zahle ich dafür pro Jahr 100 Franken.

Ich habe eigentlich keine Zeit und Lust, ins Unterland zu fahren. Meine Familie habe ich an Weihnachten besucht. Weil ich das GA Night habe, nahm ich den Bus nach 19 Uhr und war gratis unterwegs. Dieses Abo ist speziell für Junge und kostet 99 Franken im Jahr. Ich habe regelmässig Besuch von meinen Freunden. Fast jedes Wochenende kommt jemand zu mir hoch. Das gefällt mir.

Haushalt: Ich verbringe nicht gern viel Zeit mit Einkaufen. Deshalb kaufe ich einmal pro Woche alles ein. Falls ich dann noch etwas brauche, um das Menü zu ergänzen, husche ich kurz in den Laden. Denn ich koche jeden Tag — meistens zwei Portionen, damit ich am nächsten Tag etwas mitnehmen kann. Meist Reis mit Gemüse, Linseneintopf oder Pasta aller Art. Immer vegetarisch. Bei den Lebensmitteln schaue ich auf die Herkunft. Für Schweizer Gemüse und Produkte zahle ich gern mehr. Für Lebensmittel, Waschmittel und so weiter zahle ich monatlich ungefähr 450 Franken.

Ich habe mittellange Haare und schneide sie mir selbst. Gesichts- und Sonnencrème kaufe ich in der Apotheke. Meistens von der Marke La Roche-Posay. Das ist nicht günstig, aber für meine Haut am verträglichsten. Bei Shampoo und Duschgel bin ich offener, aber ich bevorzuge biologisch abbaubare Produkte. Ich habe das ausgerechnet und schätze, dass ich jährlich 600 Franken für Hygieneprodukte ausgebe.

Fürs Rauchen gebe ich monatlich knapp 35 Franken aus. Ich kaufe Drehtabak, Papers und Filter, meistens vier Packungen monatlich. Manchmal rauche ich mehr, manchmal weniger. Je nachdem, wie schön das Wetter ist oder wie gut der Après-Ski läuft.

Verpflegung ausser Haus: Das ist schwierig zu beziffern. Ich rechne hier mal mit 350 Franken jeden Monat. Mittags nehme ich eigentlich immer etwas von zu Hause mit. Wir haben eine Mikrowelle in der Kabine.

Im Schnitt gehe ich zweimal pro Woche mit Freunden auswärts essen. Meistens gehen wir in die Pizzeria oder in ein Burger-Restaurant. Über die Woche trinke ich auch ein paar Bierli oder andere Getränke. Das läppert sich bei 7 Franken für eine Flasche Bier.

Kleidung und Schuhe: Letzte Woche habe ich mir eine neue Wintermütze gekauft, weil ich meine alte verloren habe. Die kostete mich 40 Franken. Ich bin sehr sparsam, was Kleidung und Schuhe angeht. Ich finde, es gibt genug Kleidung und Schuhe — und sowieso ist es mir nicht so wichtig, wie modisch ich daherkomme. Alltagskleidung kaufe ich im Secondhandladen oder im Brockenhaus. Funktionale Kleidung oder Wanderschuhe besorge ich mir im Fachgeschäft. Meine Snowboardausrüstung habe ich mittlerweile schon vier Jahre, sie ist immer noch in gutem Zustand. Dort ist mir die Qualität wichtig. Übers Jahr gerechnet gebe ich aber sicher nicht mehr als 800 Franken für Kleidung und Schuhe aus.

Freizeit: Wenn das Wetter stimmt, bin ich auf der Piste anzutreffen. Dazu kommt einmal die Woche Bouldern in Chur. Ein Einzeleintritt kostet 16 Franken. Wenn ich Lust habe, gehe ich ins Hallenbad und schwimme ein paar Längen. Das kostet mich jedes Mal 7 Franken. Für Wanderungen im Sommer verwende ich die App Schweiz Mobil. Sie kostet jährlich 35 Franken.

Bei Schlechtwetter oder am Abend gucke ich gern Serien oder lese ein Buch. Manchmal schaue ich im Bücherschrank, ob es einen spannenden Roman hat. Aber ehrlich gesagt kaufe ich mir lieber neue Bücher. Zurzeit fast monatlich. Mein letztes Buch war der Roman «Die Analphabetin, die rechnen konnte» von Jonas Jonasson, der hat 17 Franken gekostet. Das ist nicht sehr nachhaltig, aber ich habe einfach mehr Freude am Lesen so.

Ferien: Wir haben unsere festgelegten freien Tage. Wenn ich einmal am Wochenende statt Mittwoch oder Donnerstag freihaben möchte, kann ich mit jemandem abtauschen. Aber eine Woche Ferien können wir nicht nehmen. Deshalb lege ich für diesen Budgetposten während der Saison auch kein Geld auf die Seite. Im Frühling möchte ich dann wieder auf Reisen gehen. Mein gesamtes Erspartes geht in meine Reisekasse.

Altersvorsorge: Darum habe ich mich noch nicht gekümmert und habe es in naher Zukunft auch nicht vor. Meine Priorität liegt beim Reisen und nicht bei der Altersvorsorge. Wenn ich 30 bin, werde ich mich damit beschäftigen.

Steuern: Ich kann nicht einschätzen, wie viel Steuern ich dieses Jahr zahlen muss. Ich rechne aber mit wenigen Hundert Franken. Letztes Jahr war ich die meiste Zeit auf Reisen und habe ungefähr 250 Franken bezahlt. Ich lege dafür kein Geld auf die Seite, sondern nehme es von meinem Ersparten. Für das Budget hier setze ich bei diesem Posten 40 Franken ein.

Sparen und Vermögen: Ich kann jeden Monat über 900 Franken sparen. Früher, als ich als Fachfrau Betreuung gearbeitet habe, war mein Lohn deutlich höher, und ich konnte zwischen 1500 und 2000 Franken auf die Seite legen. Das Ersparte habe ich teilweise für meine Reisen gebraucht. Ich habe aber noch ein bisschen was auf der Seite. Wie viel das ist, möchte ich nicht sagen. Es reicht aber sicher nochmals für ein halbes Jahr Reisen. Meine nächsten Ziele: Norwegen und Schweden.

Mein grösster Luxus

Mein Leben so zu führen wie jetzt. Das heisst: die Welt entdecken und mit kleinen Jobs Geld verdienen. Ich habe mein Zimmer zu Hause und muss den Eltern wenig abgeben. Meine Fixkosten sind also ziemlich tief. Die Arbeit am Sessellift ist einerseits gemütlich und andererseits herausfordernd, weil ich ständig den Blick bei den einsteigenden Gästen haben muss. Ich muss einschätzen, ob sie es mit Einsteigen hinbekommen. Grundsätzlich mag ich es, Leute zu beobachten.

So fühle ich mich

Ich bin ganz zufrieden. Ich habe ein finanzielles Polster und muss mir keine Sorgen machen, dass ich mir meine nächste Reise nicht leisten kann. Dazu kommt, dass ich immer die Möglichkeit habe, in einer Kita zu arbeiten. Da gibt es viele offene Stellen. Ich habe kein richtiges Budget, aber ich habe ein gutes Gespür dafür, was drin liegt und was nicht. Wenn ich auf Reisen bin, gönne ich mir ab und zu ein Einzelzimmer, generell reise ich aber ziemlich günstig. Ich bin oft in der Natur unterwegs, das kostet nicht viel.

Text aus: Beobachter, Budget-Serie «Die Abrechnung», 2024

SOPHIE SCHMID

Mitarbeiterin Bergbahnen: «Ich verdiene Fr. 20.50 pro Stunde.»

3450 Franken gelangen pro Monat aufs Konto

Was davon ausgegeben wird

Wohnen
970.—

Haushalt
535.—

Verpflegung ausser Haus
350.—

Gesundheitskosten
270.—

Freizeit
103.—

Mobilität
70.—

Kleidung und Schuhe
70.—

Versicherungen
56.—

Telefon, Internet, Abos
50.—

Steuern
40.—

Ferien
0.—

Altersvorsorge
0.—

Was übrig bleibt
936.—

Grafik: Anne Seeger

THOMAS RIESER

Detailhandelsfachmann und Vater: «Ich zahle jeden Monat 1378 Franken Alimente.»

Thomas Rieser, der in Wirklichkeit anders heisst, ist gelernter Mechaniker, 48 Jahre alt und Vater eines Sohns. Nach der Lehre war er ein paar Jahre selbstständig, danach bereiste er die Welt und landete schliesslich als Skilehrer im Engadin. Vor 17 Jahren wechselte er von der Skipiste in ein Sportgeschäft und arbeitet seither im Verkauf und ist zuständig für den Webshop.

Riesers Sohn lebt bei seiner Mutter im Kanton Aargau. Nach der Trennung noch während der Schwangerschaft ist sie in die Nähe ihrer Eltern gezogen — drei Stunden Autofahrt von Riesers Zuhause im Engadin entfernt.

Alle drei Wochen holt Rieser seinen Sohn für drei Tage zu sich, zudem verbringen sie fünf Wochen Ferien zusammen. Rieser teilt sich mit der Kindesmutter das Sorgerecht, aufgrund der Distanz können sie die Betreuungszeit aber nicht gleichmässig aufteilen.

Wie viel Geld steht ihm zur Verfügung? Wofür gibt er es aus?

Meine Einnahmen

Ich arbeite Vollzeit und erhalte jeden Monat 4956 Franken netto. Das ist inklusive des 13. Monatslohns. Die Kinderzulagen von 230 Franken monatlich überweise ich direkt meiner Ex-Partnerin.

Meine Ausgaben

Wohnen: Ich bin sehr froh, dass ich eine bezahlbare Wohnung gefunden habe. Meine Einzimmerwohnung mit Galerie misst 40 Quadratmeter und kostet monatlich 1235 Franken.

Für den Preis ist sie nicht gerade gross, hat aber alles, was ich brauche. Einen Balkon, ein separates Badezimmer und eine Küche. Mein Bett ist in der Galerie platziert. Der Strom des lokalen Elektrizitätswerks kostet monatlich nochmals 40 Franken.

Alimente: Ich zahle meiner Ex-Partnerin für unseren gemeinsamen Sohn monatlich 1378 Franken Kindesunterhalt. Manchmal kommen noch ausserordentliche Kinderkosten für Zahnarzt oder Schulsachen dazu.

Pro Monat habe ich also maximal 3600 Franken zur Verfügung als Vollzeitarbeiter. Das empfinde ich als nicht sehr viel. Ich will damit aber nicht sagen, dass ich die Alimente als unangemessen hoch betrachte.

Telefon und Internet: 35 Franken pro Monat für Handy und Internet. Ich habe kein Fernsehabo, sondern streame Inhalte über die Apple-TV-Box.
Dazu kommen pro Jahr 335 Franken Serafe-Gebühren.

Gesundheit: Nach der Trennung von meiner Partnerin konnte ich einige Rechnungen nicht mehr bezahlen. Deshalb besuchte ich eine Schuldnerberatungsstelle. Dort wurde mir unter anderem empfohlen, dass ich die tiefstmögliche Franchise bei der Grundversicherung nehmen solle.

Die monatlichen Krankenkassenprämien sind zwar höher, aber ich kann meine Gesundheitskosten einschätzen. Denn ich habe schon ab und zu Probleme mit meinem Knie. MRI und Physio hätte ich mir nicht leisten können.

Ich zahle monatlich 425 Franken für die Krankenkassenprämie. Für Selbstbehalt und Franchise lege ich monatlich nochmals 85 Franken zur Seite.

Versicherungen: Die Hausratversicherung und die Privathaftpflichtversicherung kosten mich im Jahr 650 Franken. Ich habe ein teures E-Bike, das ich gut versichert habe. Ebenso, was wohl eher ungewöhnlich ist, mein Handy. Wenn das kaputtgeht, könnte ich mir nicht sofort ein neues leisten. Deshalb versichere ich es lieber.

Bei der Trennung gab es viele rechtliche Fragen. Damals habe ich mir Informationen von Verwandten, Bekannten und auch vom Beobachter geholt. Leider hatte ich damals keine Rechtsschutzversicherung. Seit kurzem habe ich eine. Das macht 60 Franken pro Jahr.

Mobilität: Ich hole meinen Sohn im Kanton Aargau ab und fahre ihn wieder zurück. Das ist der Hauptgrund, wieso ich ein Auto habe. Meine Eltern haben mir das Auto vor fünf Jahren gekauft. Ein Drittel habe ich ihnen zurückgezahlt, den Rest haben sie mir als Erbvorbezug angerechnet.

Die Motorfahrzeugsteuer und der Autoservice kosten mich jedes Jahr 1850 Franken. Dazu kommt die Autoversicherung von 1300 Franken pro Jahr. Den Betrag kann ich nicht auf einmal zahlen. Deshalb habe ich mit der Versicherung vereinbart, dass ich den Betrag in vier Raten bezahle.

Für Benzin gebe ich zirka 300 Franken im Monat aus.

Haushalt: Das habe ich im E-Banking nachgeschaut. Im Schnitt gebe ich jeden Monat 450 Franken für Lebensmittel aus.

Wenn ich alleine bin, schaue ich darauf, dass ich wenig Geld fürs Essen ausgebe. Ich ernähre mich dann vor allem von Teigwaren mit verschiedenen Saucen. Zum Frühstück gibt es bei mir immer zwei Spiegeleier, Brot und Käse. Ich esse auch gerne Gemüse und im Sommer Früchte von meinen Eltern. Sie haben einen riesigen Garten.

Sobald mein Sohn zu Besuch ist, kochen wir zusammen. Zum Beispiel gibt es dann Speck zum Frühstück, oder wir machen Sushi.

Ich habe kurze Haare, die schnell wachsen. Deshalb muss ich jeden zweiten Monat zum Coiffeur. Pro Besuch gebe ich 50 Franken aus. Für Hygieneprodukte wie Shampoo, Rasierschaum und Duschgel gebe ich sehr wenig Geld aus. Meistens kaufe ich diese Dinge, wenn sie Aktion sind. Ich habe mit 100 Franken pro Jahr gerechnet.

Verpflegung ausser Haus: Das werden zirka 50 Franken pro Woche sein. Ich habe nicht viel Zeit zum Mittagessen. Es muss schnell gehen, meistens ein Sandwich oder sonst etwas von der Bäckerei. Wenn es die finanzielle Situation gerade zulässt, hole ich mir am Abend auch einmal eine Pizza.

Kleidung und Schuhe: Das ist mein Laster. Dafür gebe ich monatlich 200 Franken aus. Also gleich viel wie fürs Auswärtsessen. Wenn ich ein Bild von jemandem sehe, der gut gekleidet ist, dann möchte ich diese Kleider haben. Zum Beispiel trage ich jetzt keine engen Jeans mehr, sondern bin auf lockere Hosen umgestiegen.

Über die Jahre hat sich einiges angesammelt. Ich habe zum Beispiel diverse Designer–Kleidungsstücke und zirka 50 Paar Schuhe. Dazu kommt eine Unmenge an Sportbekleidung. Die kann ich zwar zum Einkaufspreis beziehen, sehr günstig sind die Stücke dennoch nicht.

Mitgliedschaften: Ich habe den Beobachter abonniert. Das kombinierte Print– und Digitalabo kostet jährlich 188 Franken.

Freizeit: Ich bin sehr sportlich. Mit meinem E–Bike fahre ich auf den Berg, und manchmal renne ich dann weiter bis zum Gipfel. Das mache ich im Sommer ungefähr zweimal pro Woche. Im Winter bin ich auf der Skipiste anzutreffen. Ich habe schon seit Jahren die gleiche Ausrüstung.

Einheimische erhalten eine Vergünstigung bei den Bergbahnen. Für meinen Sohn und mich zahle ich für das Jahresabo 1120 Franken. Die Skiausrüstung für meinen Sohn leihe ich jeweils wochenweise bei Decathlon aus. Das ist mit zirka 60 Franken pro Woche am günstigsten.

Ich habe einen grossen Freundeskreis hier. Ab und zu treffe ich Freunde auf ein Bier. Oft bin ich aber auch müde von der Arbeit und habe keine Lust mehr auf Interaktionen. Dann gehe ich nach Hause und schaue Nachrichten, informiere mich auf Youtube über die Neuigkeiten in der Welt und schaue Dokus.

Ferien: Meine fünf Wochen Ferien verbringe ich mit meinem Sohn. Dafür habe ich aber kein zusätzliches Budget. Wir bleiben meistens im Engadin und verbringen Zeit in der Natur, suchen Kristalle oder gehen auf die Skipiste.

Steuern: Das mit den Steuern habe ich erst seit ein paar Jahren im Griff. Vorher war ich immer wieder im Verzug und wurde von der Steuerbehörde betrieben. Ich überweise nun jeden Monat 250 Franken auf das Steuerkonto.

Altersvorsorge: In meinen jungen Jahren habe ich ab und zu mal in die dritte Säule einbezahlt. Ehrlicherweise aber nie sehr konsequent. Ich habe mal mehr und mal weniger gearbeitet. Mit meinem Ersparten bin ich um die Welt gereist. Ich lebe im Moment und denke nicht darüber nach, was in 20 Jahren sein wird. Zumindest muss ich dann keine Alimente mehr zahlen.

Sparen und Vermögen: Es bleibt nie etwas übrig Ende Monat. Die Auflistung zeigt sogar ein Minus. Sobald nicht budgetierte Rechnungen ins Haus flattern, geht es nicht mehr auf. Entweder gebe ich dann weniger Geld für Kleidung aus, oder ich reguliere beim Essen. Geld habe ich keines auf der Seite.

Wie spüre ich die Inflation?

Beim Benzin. Eine Tankfüllung kostet nun 50 Franken mehr als noch vor drei Jahren. Die Miete blieb zum Glück gleich, weil ich einen sozial eingestellten Vermieter habe.

Mein grösster Luxus

Materiell gesehen sind es wohl Kleider und Schuhe. Ansonsten würde ich sagen, dass ich im Engadin leben kann. Von meinem Balkon aus sehe ich die Berge. Ich lebe nur einen Katzensprung von einem richtig schönen Berggebiet entfernt.

So fühle ich mich

Seitdem ich Alimente zahle, lebe ich mit wenig Geld. Kommen unvorhergesehene Ausgaben dazu, etwa eine grössere Zahnarztrechnung für mich oder meinen Sohn, muss ich manchmal Abzahlungsvereinbarungen treffen. Das finde ich nicht so toll.

Generell ist es ein Auf und Ab. Es gibt Tage, an denen schätze ich mein Leben. Dann sitze ich auf meinem Balkon und bin glücklich über die schöne Beziehung zu meinem Sohn. An anderen Tagen ist das nicht so einfach. Ich sehe in den sozialen Medien, dass alle in den Ferien sind oder grosszügig Geld ausgeben — und denke dann: Zu was habe ich es gebracht?

Text aus: Beobachter, Budget-Serie «Die Abrechnung», 2025

THOMAS RIESER

Detailshandelsfachmann und Vater: «Ich zahle jeden Monate 1378 Franken Alimente.»

4956 Franken gelangen pro Monat aufs Konto

Was davon ausgegeben wird

Alimente
1378.—

Wohnen
1275.—

Mobilität
560.—

Gesundheitskosten
510.—

Haushalt
480.—

Steuern
250.—

Verpflegung ausser Haus
200.—

Kleidung und Schuhe
200.—

Freizeit
100.—

Telefon und Internet
63.—

Versicherungen
60.—

Mitgliedschaften
16.—

Altersvorsorge
0.—

Was übrig bleibt
0.—

Was fehlt
136.—

Grafik: Andrea Klaiber