



Was tun, wenn ich merke, dass mein Geld nicht mehr reicht?

Wenn am Monatsende das Geld knapp wird, empfiehlt Expertin Nina Neumann einen Kassensturz: „So sehen Sie, wo das Geld jeden Monat hingeht.“ Denn oftmals sind nicht die Fixkosten wie die Miete oder andere Rechnungen das Problem, sondern das, was man nebenbei ausgibt. „Seien Sie beim Kassensturz realistisch und fragen Sie sich, ob Sie wirklich alles brauchen, wofür Sie Ihr Geld ausgeben, ob es beispielsweise der Kaffee to go zwischendurch immer sein muss.“ Dazu ist es allerdings nötig, ein Haushaltsbuch zu führen, in dem man



akkurat jede noch so kleine Ausgabe verzeichnet. „Das ist zwar lästig, sollte aber von jedem, bei dem das Geld knapp wird, geführt werden.“ Denn nur so weiß man, wo man ansetzen kann beim Sparen.

Schreiben Sie sich Ihre monatlichen Ausgaben genau auf. So behalten Sie stets den Überblick

EXPERTIN

Nina Neumann ist Schuldner- und Insolvenzberaterin beim Sozialdienst katholischer Frauen und Männer Düsseldorf e.V.



Tipps zur Vorbeugung und für den Notfall

So kommen Sie nicht

in die Schuldenfalle

Die steigenden Preise bringen viele an ihr finanzielles Limit. Unsere Expertin verrät, wie Sie damit am besten umgehen

Wo lässt sich oft doch noch bei den Monatsausgaben sparen?

• Hier sieht Nina Neumann vor allem Versicherungspolice ganz vorn: „Ich erlebe sehr häufig, dass viele Menschen überversichert sind. Da wird für Versicherungen wie Berufsunfähigkeit bezahlt, obwohl man bereits Rentner ist.“ Nehmen Sie sich daher zuerst sämtliche Altverträge vor: Welche Police werden noch gebraucht (z. B. Haftpflicht oder Hausrat), welche wurden und werden womöglich nie in Anspruch genommen (z. B. Rechtsschutz)? Diese sollten dann schnellstmöglich gekündigt werden.

• Das gilt ebenso für Verträge von Telefonen oder Handys, die womöglich seit Jahren nicht mehr genutzt werden. Oder auch fürs alte Auto, das als Geschenk zum 18. Geburtstag des Enkels gedacht ist, für das aber weiterhin Steuern und Versicherung bezahlt werden. „Natürlich ist es bequem, diese einfach immer weiterlaufen zu lassen“, so die Expertin. „Das sind dann aber eben auch die Posten, die am Ende des Monats das Geld verschlingen.“

• Zudem warnt sie vor einer falschen Scham: „Informieren Sie sich und nehmen Sie Angebote wahr. Seien Sie nicht zu stolz, Seniorenermäßigungen anzunehmen und das zu nutzen, was Ihre Kommune Ihnen bietet, beispielsweise kostenfreie Fahrdienste.“

Fotos: AdobeStock, iStockphoto (4), Shutterstock, Privat

Welche Auslöser führen am häufigsten zu finanziellen Schwierigkeiten?

„Viele ältere Menschen geraten mit dem Eintritt in die Rente in Geldnot“, weiß Nina Neumann aus ihrer Erfahrung. „Das liegt daran, dass sie sich meist an einen gewissen Lebensstandard gewöhnt haben. Der ist aber oft mit der im

Gegensatz zum Nettogehalt geringeren Rente nicht mehr zu halten.“ Hinzu kommen vielfach höhere Belastungen, etwa durch Ausgaben für Medikamente.

„Insgesamt gesehen sind Krankheit, Trennung beziehungsweise Scheidung und Alter die Hauptauslöser für eine Überschuldung“, berichtet die Schuldnerberaterin. Erwerbstätige haben nach

einem konkreten Auslöser wie einer Trennung oder Krankheit jedoch meist die Möglichkeit, an ihrer Situation etwas zu ändern, beispielsweise indem Sie wieder voll in den Berufsalltag einsteigen oder durch einen neuen Job. „Das Problem bei Rentnern: Bei ihnen fällt diese Möglichkeit leider weg. Daher ist es für sie schwieriger, sich aus dieser Situation wieder zu befreien.“ Deshalb ist es umso wichtiger, sich früh um Unterstützung zu bemühen.

An wen wende ich mich bei Überschuldung?

„Soziale und gemeinnützige Schuldnerberatungen sind eine gute Anlaufstelle“, so die Expertin. Diese werden in der Regel kostenlos angeboten, z. B. von der Caritas, der Arbeiterwohlfahrt (AWO) oder auch der Diakonie. „Bitte gehen Sie nicht zu einer gewerblichen Schuldnerberatung in eine Kanzlei. Dort müssen Sie dann dafür Geld bezahlen, dass man Ihnen aus den Schulden hilft. Das ist paradox. Schuldnerberatung

sollte für jeden kostenlos sein.“ Da die Angebote gemeinnütziger Organisationen und Vereine allerdings auch einen hohen Zulauf haben, rät Nina Neumann dazu, sich frühzeitig um einen Termin zu bemühen. „Gehen Sie zur Budgetberatung, bevor Sie in den Schulden stecken. Viele kommen erst, wenn es schon zu spät ist, weil sie Angst haben und sich schämen. Dabei sind Schulden heutzutage etwas völlig Normales.“ Denn das kann wirklich jedem passieren und hat nichts mit einem persönlichem Versagen zu tun.

