

Die Finanzen unter Kontrolle, auch in der Krise.

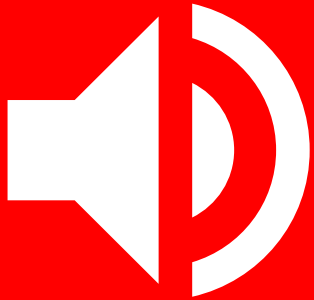
Online-Konferenz am 05. Januar 2023, von 17:30 – 18:00 Uhr



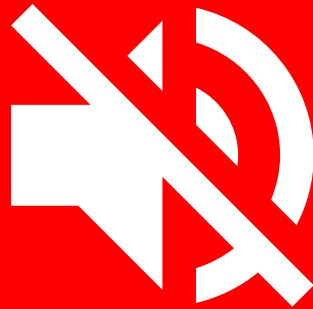
Sparkasse
Langen-Seligenstadt



Organisatorisches zu Beginn:



Hören Sie mich?



Ich höre Sie!



Fragerunde

Unsere Speakerinnen:



Laura Zengel

Digital Content Managerin



Heike Höfeld

*Freie Vortrags-Referentin im
Auftrag von Geld und Haushalt*



7 Fragen – 7 Antworten

Angebote von Geld und Haushalt



Vorträge



Ratgeber



Onlineplaner

Alle kostenfreien
Angebote finden Sie
unter:

www.geld-und-haushalt.de



Wie erleben Sie derzeit die Krisensituation?



Krise, Krise, Krise

Zinswende =
steigende
Kredit-Zinsen

KRIEG

Steigende
Energiekosten

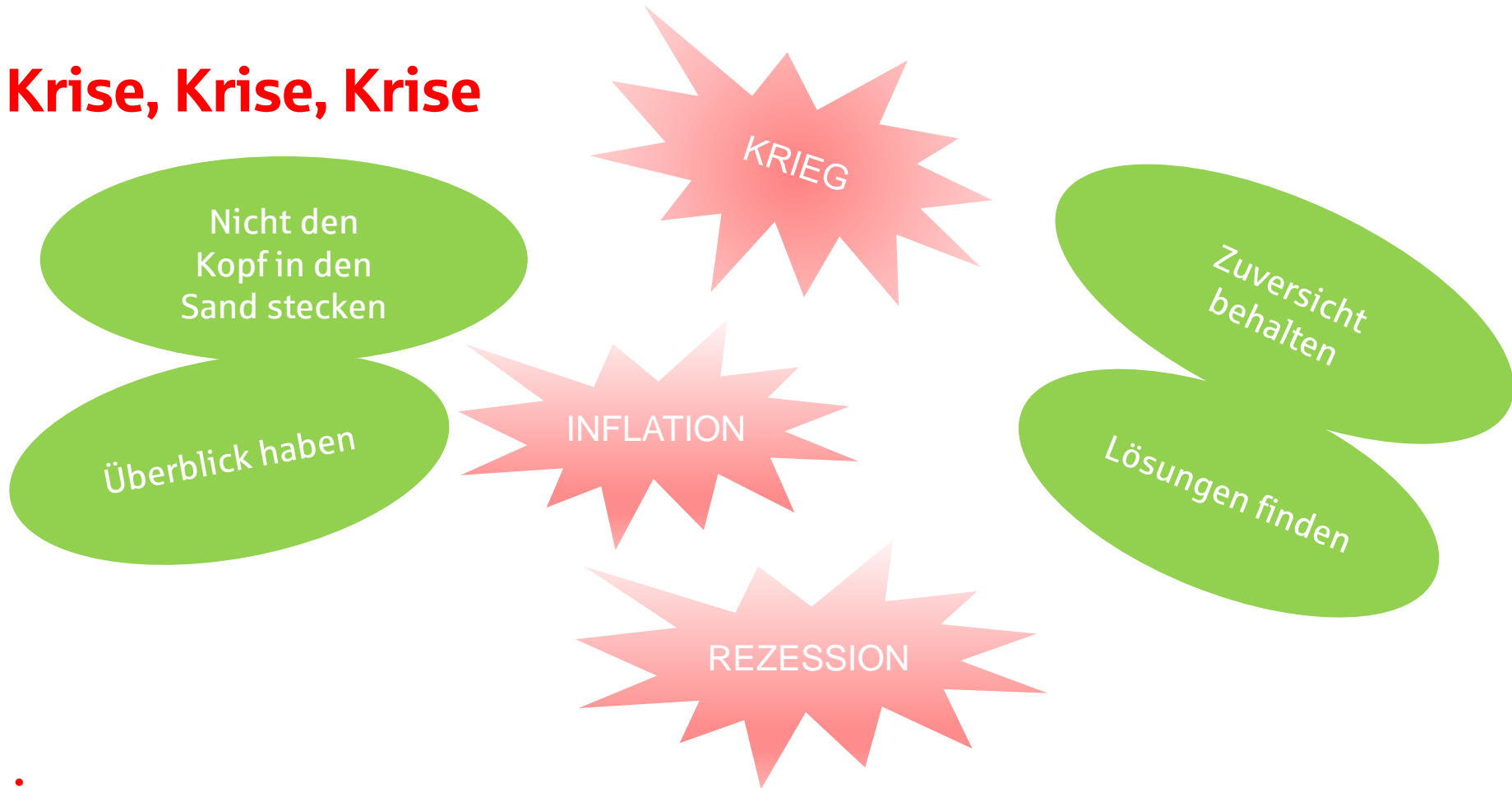
INFLATION

Lieferketten-
probleme

REZESSION

Immer noch
Corona?

Krise, Krise, Krise



Was ist wichtig, wenn jetzt viele Menschen mit überall steigenden Kosten zurechtkommen müssen?



Inflationsrate in Deutschland von September 2021 bis Dezember 2022



Das Budget im Gleichgewicht – auch wenn die Preise steigen

- **Prognose 2023: Inflation bleibt - Das ifo Institut rechnet mit einem Anstieg der Verbraucherpreise um 6,4 %,**
Quelle: [Inflation sinkt – Prognose für die deutsche Wirtschaft 2023 | MDR.DE](#)
- **Ohne Verhaltens- und Konsumänderung geht es nicht**
- **Dafür muss ich aber meine Konsumgewohnheiten kennen**

Einnahmen- und Ausgaben-Check

MUSTER

Jahresübersicht

+	EINNAHMEN	Januar	Februar		Gesamt
	Gehalt Marco	1.550	1.550	(...)	19.150 €
	Elterngeld Kathrin	982	982	(...)	11.808 €
	(...)				€
	Summe Einnahmen	2.736 €	2.709 €	(...)	31.560 €
-	FESTE AUSGABEN	Januar	Februar		Gesamt
	Miete	720	720	(...)	8.640 €
	Internet	35		(...)	70 €
	(...)				€
	Summe feste Ausgaben	1.493 €	1.348 €	(...)	15.196 €
	Budget	1.243 €	1.361 €	(...)	16.364 €
	Summe veränderliche Ausgaben	1.250 €	990 €	(...)	16.122 €
	Saldo (+/-)	-7 €	371 €	(...)	242 €

Haushaltbuch führen!

- Per Buch
- Digital via App, Excel
- ...



Was kann man denn jeder selbst tun, um die Kosten zu senken?



Energie sparen bei Strom, Heizen, Warmwasser



Energie sparen bei Strom, Heizen, Warmwasser

- Strom aus statt Standby
- Waschmaschine nur voll anstellen
- Wäschespinne statt Trockner?
- Fahrrad statt Auto?
- Waschlappen statt Badewanne?
- Heizung runter und Strickjacke an statt mollig warm?

Jede:r muss für sich selbst entscheiden, welchen „Komfort“ man sich noch leisten kann und will.

Energie sparen bei Strom, Heizen, Warmwasser

Hier gibt es Tipps:

- Örtliche Stadtwerke
- [Die Nebenkosten runterschrauben - wie geht das? - Beratungsdienst Geld und Haushalt](#)
- [Ihre Energieberatung der Verbraucherzentrale \(verbraucherzentrale-energieberatung.de\)](#)
- [Energie sparen im Alltag \(bundesregierung.de\)](#)

**Machen Sie eine „Familien-Challenge“
daraus!**

Ihre Energiespar-Tipps im Chat



Macht es denn Ihrer Meinung nach Sinn, jetzt Geldanlagen und Versicherungen aufzulösen?



Finanzielle Engpässe bewältigen, finanzielle Verpflicht- ungen einlösen

„Luft verschaffen“

In Zeiten knapper Kassen müssen Geldanlagen unter Umständen aufgelöst werden.

Hier gilt:

- Vermögen nach Fälligkeit der Geldanlage auflisten, kurzfristige zuerst, langfristige Anlagen zum Schluss
- Nächster Schritt: Ermitteln Sie, was eine vorzeitige Kündigung der Verträge kosten würde
- Prüfen Sie, ob langfristige Verträge wie Lebensversicherungen und Fondssparpläne (vorübergehend) besser beitragsfrei gestellt werden können

**Und wenn die Ausgaben die
Einnahmen überschreiten,
das Geld also dann trotzdem
nicht reicht?**



Finanzielle Engpässe bewältigen, finanzielle Verpflichtungen einlösen

Alarmsignale für Überschuldung

- Steht regelmäßig am 20. des Monats kein Geld mehr zur Verfügung?
- Wurde ein Dispositionskredit, kurz Dispo, umgeschuldet und man ist schon wieder im Minus?
- Kommen Mahnungen für unbezahlte Rechnungen ins Haus?
- Hat man den Überblick verloren und öffnet Briefe schon gar nicht mehr?

**Finanzielle
Engpässe
bewältigen,
finanzielle
Verpflichtungen
einlösen**

Prioritäten setzen

- **Miete**
- **Nebenkosten**
- **Energie-/ Strom**

Finanzielle Engpässe bewältigen, finanzielle Verpflichtungen einlösen

- Dispositionskredite und Überziehungskredite
- Kleinkredite, Ratenkredite
- Unbezahlte Rechnungen
 - Versuchen Sie, mit Ihren Gläubigern über einen Zinsverzicht, Stundung, Umwandlung in Ratenzahlung oder angemessene Ratenreduzierung zu verhandeln.
 - Fragen Sie nach Verlängerungsfristen für Rechnungen

Finanzielle Engpässe bewältigen, finanzielle Verpflichtungen einlösen

Hilfe suchen!

- Reden Sie mit Ihrer/m Berater:in bei der Sparkasse/Bank
- Machen Sie keinesfalls neue Schulden, um alte Schulden zu bezahlen.
- Wenden Sie sich an die Schuldnerberatung (oft lange Wartezeiten!)

Welche Hilfen gibt es für Bürgerinnen und Bürger?



Welche Hilfen gibt es?

- Anspruch auf Wohngeld / Kinderzuschlag prüfen, der Kreis der Berechtigten steigt zum 01.01.2023
- Rentner:innen mit kleiner Rente: Anspruch auf Aufstockung durch Grundsicherung prüfen
- Schuldnerberatung

Strom- und Gaspreisbremse

Quelle: Strom- und Gaspreis: günstigere Versorgung | Bundesregierung

Die Strompreisbremse kommt

ab 1. März 2023
rückwirkend zum 1. Januar 2023



80 % Ihres Stromverbrauchs* erhalten Sie zum gedeckelten Preis von **40 Cent** pro Kilowattstunde.

* Maßgeblich ist i.d.R. die Verbrauchsmenge des Vorjahres.

Die Gaspreisbremse kommt

ab 1. März 2023
rückwirkend zum 1. Januar 2023



80 % Ihres Gasverbrauchs* erhalten Sie zum gedeckelten Preis von **12 Cent** pro Kilowattstunde für Gas und **9,5 Cent** pro Kilowattstunde für Fernwärme.

© Bundesregierung

Strom- und Gaspreisbremse

Quelle: Strom- und Gaspreis: günstigere Versorgung | Bundesregierung

Ab wann gelten die Preisbremsen?

Die Strompreisbremse gilt für alle Stromkundinnen und Stromkunden zu Beginn des Jahres 2023. Die Auszahlung der Entlastungsbeträge für Januar und Februar 2023 erfolgt mit Rücksicht auf die Versorgungsunternehmen aber erst im März 2023.

Die Gas- und Wärmepreisbremse startet ab März 2023 und umfasst auch rückwirkend die Monate Januar und Februar.

Was müssen Sie tun, um von den Preisbremsen zu profitieren?

Nichts, Sie werden automatisch entlastet – entweder über die Abrechnung Ihres Energieversorgers oder über die Betriebskostenabrechnung Ihres Vermieters oder Ihrer Vermieterin.

Welche Hilfen gibt es?

Beispiele

Familien

- Das Kindergeld wird ab 1.1.2023 einheitlich auf jeweils 250 Euro pro Kind erhöht.
- Der Kinderfreibetrag wurde rückwirkend zum 1.1.2022 um 160 Euro erhöht, zum 1. Januar 2023 sind es weitere 404 Euro und 2024 nochmal 360 Euro.
- Außerdem wird der Unterhaltshöchstbetrag für 2022 angehoben.

Welche Hilfen gibt es?

Beispiele

Diverse steuerliche Erleichterungen

- Der Arbeitnehmer-Pauschbetrag ist um 200 Euro auf 1.200 Euro gestiegen, ab 2023 steigt er auf 1.230 Euro.
- Der Grundfreibetrag ist um 363 Euro auf 10.347 Euro gestiegen, 2023 kommen 561 Euro dazu und 2024 weitere 696 Euro.
- Die Entfernungspauschale für Fernpendler (ab dem 21. Kilometer) sowie die Mobilitätsprämie ist auf 38 Cent gestiegen.

Welche Hilfen gibt es?

Beispiele

Diverse steuerliche Erleichterungen

- Erhöhung des Entlastungsbetrags für Alleinerziehende: Zum 1. Januar 2023 steigt der Betrag um 252 Euro auf 4.260 Euro.
- Homeoffice-Pauschale: Damit wird an bis zu 210 Homeoffice-Tagen ein Werbungskostenabzug bei der Einkommensteuer von je 6 Euro möglich, maximal 1.260 Euro pro Jahr.

Welche Hilfen gibt es?

3. Entlastungspaket und Inflationsausgleichsgesetz, hier alle Details:

Bundesfinanzministerium -
Schnelle und spürbare
Entlastungen in Milliardenhöhe

Welche Hilfen gibt es?

Fazit:

- Informieren, was steht mir zu?
- Anträge stellen
- Steuererklärung machen (viele, die nicht dazu verpflichtet sind, verschenken hier Geld!)

Wie stellt man denn in einer Krise die Finanzen am besten auf?



Einnahmen erhöhen / Ausgaben senken


Einnahmen rauf

- Gehalt verhandeln
- Nebenjob?!
- Wohngeld
- Kinderzuschlag
- Nicht benutzte Dinge verkaufen



Einnahmen erhöhen / Ausgaben senken

Ausgaben runter

- 
- Konsum-Kredite!?
 - Verträge prüfen, Einsparpotentiale?
 - Alle ungenutzten Abos kündigen, den Rest auf den Prüfstand
 - Versicherungen „must have“: Berufsunfähigkeit, Haftpflicht, Pflegeversicherung. Alles andere: es kommt drauf an!
 - Fondssparpläne, Lebens- und Rentenversicherung ggf. beitragsfrei stellen, nicht vorschnell kündigen

Budgets festlegen

Feste Ausgaben

- Termine im Blick haben, vorher monatlich ansparen
- Verträge anpassen / kündigen

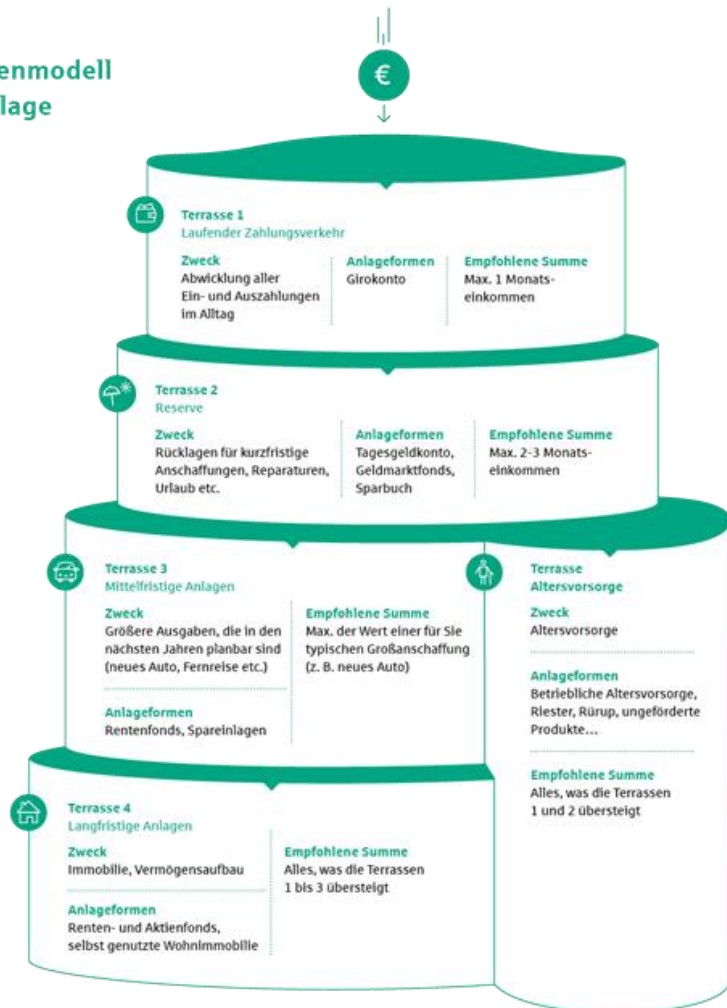
Veränderliche Ausgaben

- **Summen festlegen - monatlich oder wöchentlich - wofür - wieviel**
- „Umschlag-Methode“
- Nie hungrig einkaufen
- Einkaufen und kochen nach Angeboten
- Gebraucht kaufen oder leihen

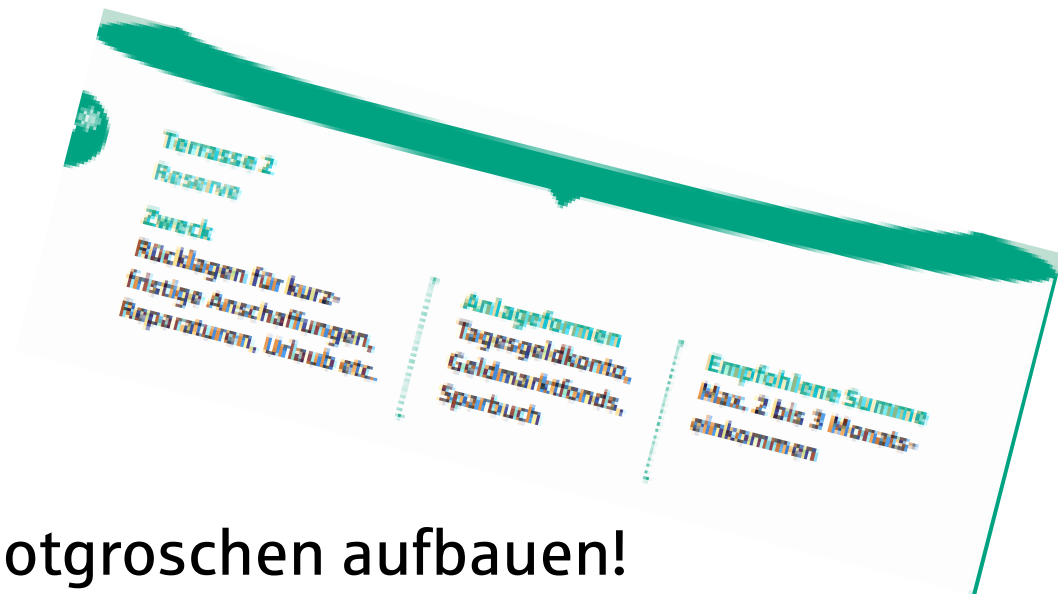


Mit konkreten Maßnahmen die eigenen Finanzen solide aufstellen

Das Terrassenmodell der Geldanlage



Mit konkreten Maßnahmen die eigenen Finanzen solide aufstellen



Notgroschen aufbauen!

Mit konkreten Maßnahmen die eigenen Finanzen solide aufstellen

Sich selbst immer zuerst bezahlen => Basis ist das ermittelte frei verfügbare Budget

- Konsumschulden abbauen
- Halb- bzw. jährliche Zahlungen monatlich ansparen
- Notgroschen aufbauen
- Wichtigste Lebensrisiken absichern

**Schwierige Zeiten lassen uns
Entschlossenheit und innere
Stärke entwickeln.**

Dalai Lama

geldundhaushalt.de

Heike Höhfeld

Telefon 0171 216 4443

heike.hoehfeld@guh-vs.de

Mehr zu den Vortragsthemen findet
sich hier:

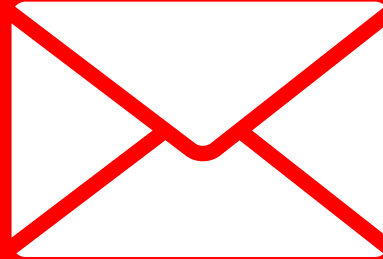
<https://www.geldundhaushalt.de/>



Noch Fragen?



Per Chat



Per E-Mail

an.fragen@sls-direkt.de

Vielen Dank!



Für weitere Fragen:

**Kontaktieren Sie uns gerne persönlich –
wir freuen uns über Ihren Anruf oder Ihre
Nachricht!**

Telefon/ WhatsApp: +49 6182 9250

E-Mail: fragen@sls-direkt.de

Rechtlicher Hinweis:

Diese Unterlage ist mit größter Sorgfalt bearbeitet worden. Sie enthält jedoch lediglich unverbindliche Inhalte. Die Angaben beruhen auf Quellen, die wir für zuverlässig halten, für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Aktualität wir aber keine Gewähr übernehmen können. Sämtliche in dieser Unterlage getroffenen Angaben dienen der Information. Sie dürfen nicht als Angebot oder Empfehlung für Anlageentscheidungen verstanden werden. Die Informationen oder Dokumente sind nicht als Grundlage für irgendeine vertragliche oder anderweitige Verpflichtung gedacht. Sie ersetzen keine (Rechts- und/oder Steuer-)Beratung.

Sparkasse Langen-Seligenstadt, Frankfurter Str. 137, 63500 Seligenstadt

Folgen Sie Geld und Haushalt!

Facebook



[/geldundhaushalt](#)

Instagram



[/geldundhaushalt](#)

Twitter



[/geldundhaushalt](#)

YouTube



[/GeldundHaushaltTV](#)

Rechtliche Hinweise

Quellen:

Bilder: pixabay.de, Sparkassen
Bilderwelt und Geld und Haushalt

de.statista.com
geldundhaushalt.de
Statistisches Bundesamt.de
Strom- und Gaspreis: günstigere
Versorgung | Bundesregierung
Bundesfinanzministerium - Schnelle und
spürbare Entlastungen in
Milliardenhöhe

Diese Präsentation wurde mit größter Sorgfalt bearbeitet. Sie enthält jedoch lediglich unverbindliche Inhalte. Die Angaben beruhen auf Quellen, die als zuverlässig eingestuft werden, für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Aktualität aber keine Gewähr übernommen werden kann.

Sämtliche in dieser Präsentation getroffenen Angaben dienen der Information. Sie dürfen nicht als Angebot oder Empfehlung für Anlageentscheidungen verstanden werden. Die Informationen oder Dokumente sind nicht als Grundlage für irgendeine vertragliche oder anderweitige Verpflichtung gedacht. Sie ersetzen keine (Rechts-, Steuer- und/oder Anlage-)Beratung.

Alle Abbildungen und Texte in dieser Präsentation sind urheberrechtlich und/oder markenrechtlich geschützt. Die Rechte liegen bei den Urhebern bzw. beim Markenrechtsinhaber. Jegliche externe Verwendung oder Reproduktion in elektronischer oder gedruckter Form bedarf der ausdrücklichen Zustimmung durch die Urheber.

Die Präsentation darf nicht für gewerbliche Zwecke verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte bedarf der schriftlichen Zustimmung des Urhebers.