

# Ausgaben pro Monat und Kapitalbildung

**Beitrag von „himbeer“ vom 7. Oktober 2013 17:38**

Hallo, ich habe glücklicherweise auch eine Stelle bekommen.

Um perspektivisch etwas Kapital aufzubauen, habe ich nun einmal meine Ausgaben, also die genauen Fixkosten zusammengetragen.

Ich

habe Fixkosten in Höhe von ca. 2000 Euro. Sicher könnte man das Eine oder andere Einsparen. Allerdings ist man mit den großen Brocken: MIETE; KRANKENVERSICHERUNG; ESSEN, BENZIN schon im deutlich 4-stelligen Bereich.

Für die Kapitalbildung bleiben mir ca. 400 Euro. Dann dürfte ich noch ca. 200 Euro in der Geldbörse für den ganzen Monat haben. Das Geld ist also schnell verplant und weg.

Wie machen es die anderen mit der Kapitalbildung? Wieviel legt ihr im Monat zur Seite? In was investiert ihr?

Unten ist meine Auflistung (bzw. im Anhang), ich denke sie ist komplett.

---

**Beitrag von „Mikael“ vom 7. Oktober 2013 17:53**

Werde dir erst einmal darüber klar, was "Fixkosten" wirklich sind. Lifestyle-Ausgaben (Fitness-Studio, "Aminosäuren" (Bodybuilder?), usw.) gehören sicherlich nicht dazu. Außerdem sehe ich keine Rückstellungen für Auto-Reparaturen / Wiederbeschaffung des Autos. Das gleiche gilt für Haushaltsgeräte. Und deine "Lebensversicherung" gehört, falls kapitalbildend, auch in den Bereich "Sparen", wobei man über den Sinn kapitalbildender Lebensversicherungen wunderbar streiten kann...

Gruß !

---

**Beitrag von „himbeer“ vom 7. Oktober 2013 17:58**

Mikael,

das stimmt natürlich, was Du sagst. Man könnte die Auflistung differenzierter machen. Aber das würde nur bedingt weiterhelfen. Es geht ja darum, was ich pro Monat ausbebe. Da ist es egal, ob das in eine Lebensversicherung fließt, deren Geld ich vielleicht irgendwann einmal bekomme.

Fixkosten bedeutet hier: Ausgaben, die für mich jeden Monat fix sind. Fitnessstudio ist kein Lifestyle, sondern eine gesundheitsbewahrende Maßnahme. Sicherlich könnte man sie streichen und alles zuhause machen.

Die Aminosäuren stehen auch mit Kraftsport in Verbindung, aber haben definitiv gesundheitsfördernde Aspekte, so dass ich sie auch Nicht- Kraftsportlern, also jedem, empfehlen würde - da die meisten Aminosäuredefizite haben.

Mich würde einmal der Vergleich interessieren: Wie hoch sind die Standardausgaben bei anderen im Monat? Was bleibt im Geldbeutel dann über?

Dein Hinweis mit den Reparaturkosten ist sehr wichtig: Ich habe deswegen einmal 600 Euro pro Jahr diesbezüglich einkalkuliert, d.h. ca. 50 Euro pro Monat.

Kleidung und weiteres wären nochmals 50 pro Monat.

Wie sieht es bei den anderen mit den Essensausgaben aus? Ich habe 10 Eurp pro Tag.

---

### **Beitrag von „Mikael“ vom 7. Oktober 2013 18:10**

Noch ein paar Sachen, die in deiner Rechnung fehlen:

Wiederbeschaffung des Autos. Irgendwann willst du nicht mehr mit einer alten Karre herumfahren bzw. Reparaturen lohnen sich nicht mehr.

Fährst du nie in Urlaub?

Krankheitskosten: Die Beihilfe zahlt bei weitem nicht mehr alles, manchmal auch gar nichts.

Ohne eine realistische Kalkulation aller laufenden und absehbaren(!) Kosten macht die Frage nach dem "wie sparen?" keinen Sinn. Geld, dass man für z.B. den nächsten Urlaub ausgeben will, muss man anders anlegen als Geld für das Alter.

Und: Du hast eine ganze Menge Versicherungen. Überlege einmal, was wirklich notwendig ist.

Gruß !

---

### **Beitrag von „Piksieben“ vom 7. Oktober 2013 18:14**

Also ich habe keine Lust, hier meine Ausgaben aufzulisten geschweige denn zu diskutieren. Mir fällt bei dir auch der große Posten Nahrungsergänzungsmittel auf, und bitteschön fange nicht an, die hier zu empfehlen. Wenn du meinst, dass du das brauchst - deine Sache.

Wenn du unter "Fixkosten" alles inklusive Essen und Sport verstehst, und es bleiben hinterher 400 Euro übrig - dann hast du nur das Problem, dass sich Sparen im Moment nicht so richtig lohnt... Aber da kann ich dir auch keinen Tipp geben.

---

## **Beitrag von „himbeer“ vom 7. Oktober 2013 18:15**

Danke für die Hinweise:

Noch ein paar Sachen, die in deiner Rechnung fehlen:

Wiederbeschaffung des Autos. Irgendwann willst du nicht mehr mit einer alten Karre herumfahren bzw. Reparaturen lohnen sich nicht mehr.

>>>hmm, ich hatte erst Abnutzungskosten berücksichtigt und dann wieder rausgeworfen. Die müssten dann beim Benzin drauf.

Fährst du nie in Urlaub?

>>>selten, Mir geht es jetzt um Kapitalbildung. Wenn ich dann vierstellige Summen bei 2 Urlauben im Jahr raushaue, komme ich meinem Ziel nicht näher.

Krankheitskosten: Die Beihilfe zahlt bei weitem nicht mehr alles, manchmal auch gar nichts.

>>>Gut zu wissen. Wie ist das bei Heilpraktikersachen? Ich frage mich , auch wenn ich die PKV noch nie in Anspruch nahm, ob die gesetzliche nicht besser gewesen wäre. Aber das wäre doppelt so teuer gewesen in der freiwilligen V.

Ohne eine realistische Kalkulation aller laufenden und absehbaren(!) Kosten macht die Frage nach dem "wie sparen?" keinen Sinn. Geld, dass man für z.B. den nächsten Urlaub ausgeben will, muss man anders anlegen als Geld für das Alter.

Und: Du hast eine ganze Menge Versicherungen. Überlege einmal, was wirklich notwendig ist.  
>>>Das sehe ich auch so. Die hatten zum großen Teil meine Eltern abgeschlossen. Aber ernsthafte Frage: Das sind doch eigentlich nur zentrale Versicherungen? Oder sehen das andere anders?

---

### **Beitrag von „Kalle29“ vom 7. Oktober 2013 18:26**

2000 Euro finde ich ziemlich viel - ich habe zusammen mit Frau und Säugling keine 2000 Euro im Monat an "Fixkosten", wenn ich die Definition von festen (sicheren) Ausgaben pro Monat zusammenrechne. 10 Euro für Essen pro Tag geben wir zu dritt nicht aus. Ist natürlich individuell, was du essen willst, aber wir kommen mit gut der Hälfte aus. Alles in allem haben wir knapp 1500€ Fixkosten im Monat - dabei habe ich die Versicherungen gerade nur grob auf die Monate umgelegt, könnten also ein paar Zehner mehr oder weniger sein.

Kapitalbildung machen wir über nen Bausparvertrag mit Riester, der natürlich auch jeden Monat fix ist. Zusätzlich habe ich vor einiger Zeit relativ viel Geld in ein gut verzinstes Festgeldkonto gelegt (damals 4% für 3 Jahre), was heute aber eher nicht mehr so prickeln ist, da die Zinsen niedrig sind. Du musst dir natürlich klar werden, was du mit diesem angelegten Geld machen willst und wann du es wieder brauchst. Erst dann kannst du sinnvoll entscheiden, wo du das Geld anlegst. Wir wollen z.B. in den nächsten zwei bis drei Jahren bauen, also lege ich mein Geld weder auf 10 Jahre fest an noch investiere ich in Aktien(fonds). Wenn ich das Geld erst in 20 Jahren wieder bräuchte, sähe die Anlagestrategie ganz anders aus. Wichtiger Hinweis: Keine Bankberater aufsuchen - die wollen dir nur was verkaufen! Schau im Zweifel mal in die Zeitschrift "finanztest", auch über mehrere Ausgaben hinweg - gibts in jeder Stadtbücherei. Da sind viele Anlagestrategien erklärt und auch getestet.

Insgesamt finde ich wie gesagt deine Ausgaben optimierungsbedürftig.

-Du hast eine Unfall- UND eine Berufsunfähigkeitsversicherung. Beides zusammen gibt eigentlich selten Sinn. Wenn du auf Grund eines Unfalls nicht mehr arbeiten kannst, zahlt die BU (vorsicht bei Beamten, da kannst du auch dienstunfähig sein!). Natürlich zahlt die Unfallversicherung dann auch nochmal einen größeren Betrag aus, aber da ist die Frage, ob er dir was bringt. Vielleicht ist in der BU auch eine Unfallversicherung integriert (bei recht vielen der Fall). Unfallversicherungen geben eigentlich nur Sinn, wenn man keine BU bekommt oder in speziellen Sonderfällen.

-Du zahlst tatsächlich 600€ Steuern für dein KFZ? Erscheint mir recht viel, wenn du keinen 8 Liter Motor hast - was nicht zum Spritverbrauch passt 😊

-600€ für Reparaturen sind erheblich zu wenig. Da fehlt der Wertverlust bzw. die Rücklagen für eine Neuanschaffung.

- 60€ für die Autorechtsschutz ist viel zu viel. Ich habe eine gute Kombiversicherung für Rechtsschutz (aus der Finanztest empfohlen, Privat-, Miet-, KFZ- und Berufsrechtsschutz) für 140€ im Jahr!

-Mach dir mal die Freude und berechne deine Verluste/Gewinne aus dem Lottospielen. Du wirst erschrocken sein 😊 Icu sehe da nur 76€, die du irgendwo anders mit besserer Verzinsung anlegen kannst

-Lebensversicherung ist vermutlich tatsächlich die schlechteste Form der Geldanlage. Hohe Kosten, wenig Ertrag. Lass dich da mal beraten, am Besten bei einer Verbraucherzentrale. Die sagen dir unabhängig, ob der Vertrag Sinn gibt oder gekündigt werden sollte.

-300 Euro für Essen ist wie gesagt sehr hoch, insbesondere wenn deine Nahrungsergänzungsmittel noch dazu kommen. Schau mal kritisch auf ein paar Kassenbons oder in deinen Kühlschrank

So eine Aufstellung wie du sie gemacht hast ist ein sehr guter Schritt in die richtige Richtung. Als meine Frau noch gearbeitet hat (letztes Jahr), haben wir bei zwei Durchschnittsgehältern im Monat zwischen 1500 und 2000€ zurück legen können. Unsere Ausgaben haben sich nach dem Ende des Studiums nur ein wenig erhöht, dafür sind die Einnahmen massiv gestiegen. Schöne Zeit wars 😊

---

## Beitrag von „himbeer“ vom 7. Oktober 2013 18:41

Danke Dir Kalle, besten Dank für die Analyse meiner Angaben. Da sind mir ein paar Fehler unterlaufen: Du hast völlig recht, Autosteuer beträgt im Monat 5 und nicht 50 Euro.

Der Hinweis zur Unfallversicherung und Berufsunfähigkeitsversicherung ist auch gut in meinen Augen. Alle Versicherungen haben meine Eltern abgeschlossen. Demnächst muss ich die Sachen dann selbst bezahlen. Da werde ich prüfen, was ich WIRKLICH brauche. Aber außer diesem Hinweise scheinen die anderen Versicherungen schon notwendig zu sein?

Die Lebensversicherung ist nicht toll, auch von meinen Eltern seinerzeit angelegt.

10 Euro fürs Essen. Wenn Du ein Steak kaufst, bist Du ja schon mit einigen Euronen dabei. Oder Beispiel: 2-3Brötchen, Schweinemett,Fleischsalat, Gürkchen >das sind schon mal gut 3 Euro.

Aber wichtiger Hinweise von Dir: Ich werfe auch deutlich zuviele Lebensmittel weg. Das wird sich auch ändern.

Die Nahrungsergänzungsmittel will ich nicht streichen. Ein Beitrag um 112 Jahre zu werden.

Gut, wenn Ihr zu dritt 1500 ausgebt und ich alleine 2000, sollte das eine weitere kritische Prüfung wert sein.

---

### **Beitrag von „Wollsocken“ vom 7. Oktober 2013 18:44**

Ich hab's mal grad grob überschlagen und komme auf ca. 1800 CHF mehr oder weniger feste Ausgaben pro Monat. Also wir halten fest: ich wohne und arbeite in der Schweiz und habe weniger Ausgaben, als jemand der in Deutschland wohnt und arbeitet?! Das sollte uns zu denken geben 😊

Spass bei Seite ... ich würde an Deiner Stelle als erstes ein paar Versicherungen kündigen und das Lotto spielen aufstecken. Damit sparst Du schon ne Menge. Brauchst Du das Auto wirklich und wenn ja, wofür hast Du dann noch eine Bahncard 50? Tausch die doch gegen eine Bahncard 25, dann haste wieder was gespart.

---

### **Beitrag von „Kalle29“ vom 7. Oktober 2013 18:51**

Wenn ich da nochmal den Tipp wiederholen darf: Lass dich unabhängig mit deinen Versicherungen bei der Verbraucherzentrale beraten. Die wollen dir nämlich keine neuen Versicherungen andrehen, sondern beraten wirklich in deinem Sinne. Aus diesem Grund kostet die Beratung dort auch Geld. Damals habe ich für eine Altvorsorgeberatung 150€ für 1,5 Stunden gezahlt. Die waren ihr Geld aber mehr als wert. Schau mal in deiner örtlichen Verbraucherzentrale nach, ob und wann die eine Versicherungsberatung anbieten und dann dort mal kritisch hinterfragen lassen, was es gibt.

Die Finanztest hat in der aktuellen Ausgabe (4€ glaube ich) eine Übersicht über alle Versicherungen, die man so braucht inkl. der Testsieger aus vergangenen Ausgaben und preiswerten sehr guten Angeboten. Meine Haftpflicht mit Amtshaftpflicht kostet z.B. nur 60€, Hausrat 50€, Rechtsschutz 140€ etc. Bei Versicherungen kann man durch einen Wechsel bei gleicher oder besserer Leistung richtig sparen.

Ja, wenn du jeden Tag Steak essen willst und Mett, dann bist du bei den Kosten. Wie gesagt, das ist sehr individuell, wenn dir das schmeckt und du das essen willst, mach das. Wir essen auch mal Nudeln, selbstgemachte Pizza, Fisch, Kartoffeln und so :-). Die kosten nicht so viel. Allerdings sollte jemand, der 10€ für Essen pro Tag ausgibt, sicherlich nicht auf Nahrungsergänzungsmittel angewiesen sein. Meine Frau hat vor dem Studium eine Ausbildung

zur Diätassistentin gemacht. Sie sagt immer, dass man mit der richtigen Ernährung keinerlei Zusätze braucht - Ausnahmen sind Krankheiten, Schwangerschaft und Extremsport. Häufig ist es eher so, dass die Nahrungsergänzung schädlich ist. Viele Freizeitsportler im Fitnessstudio pumpen sich mit Eiweißdrinks voll, vergessen dabei aber, dass eine Überdosierung schädlich ist. Ein Beitrag um 112 zu werden ist das sicherlich nicht - früher sterben tut man wahrscheinlich auch nicht. 😊

---

### **Beitrag von „SteffdA“ vom 7. Oktober 2013 20:21**

Ich habe mir im Sommer 'ne Wohnung (zur Eigennutzung) gekauft.  
Geht im Moment gut, bildet Kapital, ist zwischendurch nutzbar und wenn das Einkommen mit Renteneintritt fällt, fallen auch die Wohnkosten (weil abgezahlt).

---

### **Beitrag von „jole“ vom 7. Oktober 2013 20:52**

Ohne jetzt über den Sinn und Unsinn von Ergänzungsmitteln zu diskutieren: sie sind eindeutig zu teuer. Multivitamin und Omega3 gibt es deutlich billiger.

Ich finde 10 Euro für Nahrungsmittel auch sehr viel. Wir sind zu viert und essen gerne gut. Im Durchschnitt kommen wir allein für Lebensmittel auf 10 Euro pro Tag (sind aber wie gesagt zu viert). Ich bin sicherlich kein Mensch, der sagt, dass man an Lebensmitteln sparen sollte, aber vielleicht solltest Du überlegen, ob dieser 10 Euro Wert real ist.

Du hast eine Bahncard, also fährst Du wahrscheinlich regelmäßig Bahn. Die Kosten sind nicht in Deiner Übersicht vorhanden. Oder fährst Du gar nicht so häufig Bahn? Dann lohnt sich die BahnCard nicht.

Lotto ist nicht unbedingt eine gute Geldanlage, das habe ja schon einige vor mir gesagt. Selbst wenn Du die Euros beiseite legst, ohne, dass Du Zinsenbekommst, sollte sich schneller Geld ansammeln, als durch Lotto erwirtschaftet werden.

Hast Du Kontoführungsgebühren? Die fehlen.

---

### **Beitrag von „Ummon“ vom 7. Oktober 2013 21:15**

Es fehlen auch die kleineren, kurzfristig nicht unbedingt, aber langfristig doch regelmäßigen und damit fixen Kosten für Friseur, Hygieneprodukte (Rasierklingen sind bspw. recht teuer), Medikamente (du wirst nicht für jeden Husten zum Arzt gehen und dir ein Rezept für Hustensaft ausstellen lassen) oder Schuhe.

76 Euro für Glücksspiele ist für mich der Posten, den ich als erstes kürzen würde.

Und entweder unterhältst du ein Auto (Vollkasko lohnt sich übrigens wirklich nur bei einem Neuwagen) oder du fährst mit der Bahn.

---

### Beitrag von „Schmeili“ vom 7. Oktober 2013 22:11

Also ich finde das auch ziemlich heftig, die Frage ist halt, was du willst. Lotto, Versicherungen, Nahrungsergänzung, extrem teure Nahrungsmittel...

Wir haben monatliche Kosten ("all inclusive - nur ohne Hausabtrag") inklusive Unterhaltszahlungen aus 1. Ehe, sehr hohen Benzinkosten wg. Pendelns auch 2000 € - sind aber auch zu 2,5t. Zahlst du eigtl. keine GEZ? Fällt mir nur so nebenher auf. 😊

---

### Beitrag von „indidi“ vom 7. Oktober 2013 22:12

[Zitat von himbeer](#)

Hallo, ich habe glücklicherweise auch eine Stelle bekommen.

Warst du bisher im Ref? Wie hast du denn da dein Leben finanziert? 2000€ Fixkosten finde ich für eine Person sehr viel.

---

### Beitrag von „himbeer“ vom 8. Oktober 2013 10:39

Hallo, besten Dank ersteinmal für die Antworten.

Da sind zahlreiche Dinge dabei, die ich bei der Überarbeitung der Ausgabenliste zu bedenken



habe:

1. Sind Berufsunfähigkeitsversicherung und Unfallversicherung sinnvoll? Gibt es weitere von mir beuahlte "überflüssige" Versicherungen?
2. Weitere Kosten, z.B. zur Körperpflege sind zu berücksichtigen. Ich werde 4 Wochen einmal peinlich genau ALLE Ausgaben notieren und so einen realistischen Wert finden.
3. Die Zeitschrift Finanztest werde ich mir bzgl. der genannten Ausgabe in der Stadtbücherei anschauen.
4. Wenn meine Auflistung optimiert ist, werde ich das alles einmal mit der Verbraucherzentrale durchsprechen.

Weitere Antworten auf Fragen:

-Ich habe bei allen Angaben etwas großzügiger aufgerundet, da vieles ja sowieso teurer wird, also z.B. 40 Euro auf 50 Euro aufgerundet.

-GEZ ist in der Auflistung dabei, sind so 18 Euronen, habe ich nur anders genannt.

-Nahrungsergänzungsmittel: Darüber kann man nun streiten. Das soll hier nicht unser Thema sein. Auch die Kosten für Omega 3 und Multivitamin sind großzügig aufgerundet, Kosten sind wohl jeweils ca. 5 Euro, ich habe dann auf 10 Euro aufgerundet. Insofern stimmt der Einwand, dass es die Sachen günstiger gibt. Bezüglich der Aminosäuren und des Arginins: Macht Sinn aus meiner Sicht. Andere geben Geld fürs Rauchen aus oder für Alkohol, mache ich beides nicht, dafür investiere ich in die gesundheitliche Basisversorgung. Wie gesagt, soll nicht unser Thema sein, das inhaltlich zu diskutieren.

-Zu den 10 Euro Essensausgaben: Dass das zuviel sei habe ich auch von Bekannten oft (!) gehört. Finde ich erstaunlich. Sarrazin sagte damals auch: "Mit 5 Euro kann jeder am Tag als Hartzer super auskommen". Viel mehr gebe ich auch nicht aus mit 10 Euro. Ich versuche zumindest als Standard Bioprodukte so oft es geht zu kaufen. Fertiggerichte sind völlig tabu, das läuft bei mir unter "Gift".

-Ob ich vorher im Ref. war? Ich hatte vorher nicht an einer Schule gearbeitet. Hatte da auch weniger Ausgaben. Umfangreichere Nahrungsergänzungsmittel und Lotto und eine um ca. 120 Euro teure Wohnung sind dazugekommen.

-Thema Lotto: Dass die Chancen da schlecht sind, ist mir klar. Das Geld könnte man auch anders anlegen. Beschäftige mich mit Fragen der Geldanlage seit langer Zeit. Allerdings habe ich dort nicht die Möglichkeit etwas unerwartet Großes zu gewinnen. Das ist die Hoffnung.

-Thema Bahncard: Ja, die Investition der 250 Euro war auch bei mir selbst umstritten. Die Kritik ist nachvollziehbar. Ich fahre gar nicht so oft Bahn, hoffe aber, dass die Karte sich doch rechnet. Ich habe sie gekauft, weil ich schlichtweg nicht immer Lust habe 200 oder 300 km oder weiter mit dem Auto zu fahren. Da setze ich mich lieber hin und lese oder schlafe. Konkret müsste ich die Kosten raushaben, wenn ich 8 Fahrten für 60 Euro zum Normalpreis machen würde. Soviele Fahrten bekomme ich innerhalb eines Jahres hin, zudem schone ich mein Auto (und die Umwelt



-Kontoführungsgebühren sollten heuer eigentlich keine bestehen

>>>>>>Wieviel kostet Eure Krankenversicherung? Ich muss noch eine PKV abschließen, hatte ich oben wohl etwas undeutlich ausgedrückt. Eure konkreten Ausgaben würden mich mal diesbezgl interessieren- um einen Vergleich zu haben.

>>>>>>Wie sind die Erfahrungen der anderen mit der Beihilfe. Mir kommt das alles recht unklar. Muss man da jedes mal bei PKV und Beihilfe anrufen und fragen, ob das und das bezahlt wird? Das gabs bei dergesetzlichen ja nicht. Man weiß ja nie genau, was nun bezahlt wird.

---

## Beitrag von „Wollsocken“ vom 8. Oktober 2013 17:48

### [Zitat von himbeer](#)

-Thema Bahncard: Ja, die Investition der 250 Euro war auch bei mir selbst umstritten. Die Kritik ist nachvollziehbar. Ich fahre gar nicht so oft Bahn, hoffe aber, dass die Karte sich doch rechnet. Ich habe sie gekauft, weil ich schlichtweg nicht immer Lust habe 200 oder 300 km oder weiter mit dem Auto zu fahren. Da setze ich mich lieber hin und lese oder schlafe. Konkret müsste ich die Kosten raushaben, wenn ich 8 Fahrten für 60 Euro zum Normalpreis machen würde. Soviele Fahrten bekomme ich innerhalb eines Jahres hin, zudem schone ich mein Auto (und die Umwelt 😊)

Das klingt so, also könntest Du gut planen, wann Du mit der Bahn fährst. In dem Fall lohnt sich eben die BC50 überhaupt nicht. Nimm eine BC25 und kombiniere diese mit den Spartickets der Bahn, davon hast Du erheblich mehr. Die BC50 ist für Vielfahrer, die spontan ein Ticket kaufen wollen!

### [Zitat von himbeer](#)

-Zu den 10 Euro Essensausgaben: Dass das zuviel sei habe ich auch von Bekannten oft (!) gehört. Finde ich erstaunlich. Sarrazin sagte damals auch: "Mit 5 Euro kann jeder am Tag als Hartzler super auskommen". Viel mehr gebe ich auch nicht aus mit 10 Euro. Ich versuche zumindest als Standard Bioprodukte so oft es geht zu kaufen. Fertiggerichte sind völlig tabu, das läuft bei mir unter "Gift".

Ich finde es auch schräg, dass so viele hier der Ansicht sind, man könnte für deutlich weniger pro Tag vernünftig essen. Die Betonung liegt auf *vernünftig*. Das halte ich auch in Deutschland für ein arges Gerücht!

#### Zitat von himbeer

-Nahrungsergänzungsmittel: Darüber kann man nun streiten. Das soll hier nicht unser Thema sein. Auch die Kosten für Omega 3 und Multivitamin sind großzügig aufgerundet, Kosten sind wohl jeweils ca. 5 Euro, ich habe dann auf 10 Euro aufgerundet. Insofern stimmt der Einwand, dass es die Sachen günstiger gibt. Bezüglich der Aminosäuren und des Arginins: Macht Sinn aus meiner Sicht. Andere geben Geld fürs Rauchen aus oder für Alkohol, mache ich beides nicht, dafür investiere ich in die gesundheitliche Basisversorgung. Wie gesagt, soll nicht unser Thema sein, das inhaltlich zu diskutieren.

Ich finde auch, dass das absolut Deine Sache ist und sich diejenigen, die da das grosse Sparpotential sehen mal fragen sollten, für welche Sinnlosigkeiten sie pro Monat so Geld ausgeben.

#### Zitat von himbeer

Sind Berufsunfähigkeitsversicherung und Unfallversicherung sinnvoll? Gibt es weitere von mir beuahlte "überflüssige" Versicherungen?

Meines Wissens nach ist es so, dass die Berufsunfähigkeitsversicherung sinnvoll ist, wenn Du z. B. wegen einer schweren Depression Deinen Beruf nicht mehr ausüben kannst. Dann greift nämlich die Unfallversicherung nicht. Die greift nur, wenn Du Dir das Bein brichst oder so. Da ich mich da aber auch nicht zu 100 % auskenne, müsstest Du mal intensiv nachforschen bzw. Deine Unterlagen zu den beiden Versicherungen studieren.

Hausrat finde ich immer so eine Sache. Ist Dein Hausrat denn wirklich so viel wert, dass Du ihn versichern musst? Ich kann diese Frage ganz klar mit nein beantworten, von daher brauche ich keine Hausratsversicherung. Deine Rechtsschutz erscheint mir zu teuer, ich habe bei der ARAG deutlich weniger bezahlt.

Der Posten "Energieversorgung" soll wohl Strom sein, oder? Da finde ich 50 € pro Monat ganz schön viel. Ich habe in Deutschland zuletzt etwa 20 € pro Monat für Strom gezahlt.

---

### **Beitrag von „dzeneriffa“ vom 8. Oktober 2013 17:49**

Hallo,

kann es sein, dass die Kosten für die KFZ-Rechtsschutzversicherung falsch sind? 60€ pro Monat kann ich mir kaum vorstellen. 😱

Ich habe mich gerade mal kurz durch ein Online-Angebot geklickt, wobei ich den Premium-Schutz gewählt habe. Das ergab einen JAHRESbeitrag von 88€.

---

### Beitrag von „fossi74“ vom 8. Oktober 2013 18:34

#### Zitat von Wollsocken

Hausrat finde ich immer so eine Sache. Ist Dein Hausrat denn wirklich so viel wert, dass Du ihn versichern musst? Ich kann diese Frage ganz klar mit nein beantworten, von daher brauche ich keine Hausratsversicherung.

Wenn Dir mal ein Einbrecher aus Frust darüber, nichts lohnendes gefunden zu haben, die Bude zerlegt, unter Wasser setzt und / oder abfackelt, wirst Du darüber vielleicht anders urteilen (die defekte Kaffeemaschine, die Du vergessen hast auszuschalten, kriegt das mit dem Abfackeln aber auch hin). Just my 2 cents.

Viele Grüße  
Fossi

---

### Beitrag von „Anja82“ vom 8. Oktober 2013 18:39

Das mit der KFZ kommt schon hin, kommt halt auf die Wohngegend, die Schadenfreiheitsklasse und das Auto an. Ich zahle für meinen Polo auch 40 Euro im Monat.

Zur Hausrat: Freunde von uns sehen das ähnlich. Mir wäre das zu gefährlich. Wenn man mal überlegt was man alles neu kaufen muss, wenn es brennt. Jede Socke, jedes Buch, alle Elektrogeräte, Ausweisdokumente und und und. Das kann einen ruinieren. Ne da zahle ich lieber die (bei uns) 7 Euro im Monat.

LG Anja

---

## Beitrag von „fossi74“ vom 8. Oktober 2013 18:50

### [Zitat von Wollsocken](#)

Ich habe in Deutschland zuletzt etwa 20 € pro Monat für Strom gezahlt.

Das muss aber eine arg kleine Bude gewesen sein. Ich hatte zu Studentenzeiten schon ca. 30 Euro für Strom (umgerechnet); heute sind die 50 Euro wohl mehr als realistisch.

### [himbeer:](#)

Du schreibst weiter oben, dass Du die Beträge immer zur Sicherheit aufrundest. Vorsicht damit - aus hier mal fünf, da mal sechs Euro werden in der Summe schnell ein paar Hundert. Auch das mag die 2000 Euro Ausgaben im Monat teilweise erklären. Sicher wird alles teurer - aber das Gehalt steigt auch dementsprechend (Ich musste vor einiger Zeit aufgrund von Bundeslandwechsel eine Herabstufung von TV-L E13 Stufe 4 auf Stufe 3 hinnehmen. Stufe 3 ist heute deutlich mehr als Stufe 4 vor vier Jahren war; das nur als Beispiel).

Viele Grüße

Fossi

PS. Wir kommen zu viert auch nur auf ungefähr 1500 Euro Fixkosten im Monat. Mit zwei Autos, jeweils 30 km einfach zur Arbeit und zwei teilweise fremdbetreuten Kindern.

---

## Beitrag von „dzeneriffa“ vom 8. Oktober 2013 19:13

### [Zitat von Anja82](#)

Das mit der KFZ kommt schon hin, kommt halt auf die Wohngegend, die Schadenfreiheitsklasse und das Auto an. Ich zahle für meinen Polo auch 40 Euro im Monat.

Ja, der Versicherungsbeitrag für das Auto an sich, aber da steht was von KFZ-Rechtschutz. Da finde ich 60 € im Monat viel. Für die Haftpflicht- und Kaskoversicherung nicht, aber die ist ja nochmal extra aufgeführt.

---

## Beitrag von „Mikael“ vom 8. Oktober 2013 20:53

[Zitat von fossi74](#)

PS. Wir kommen zu viert auch nur auf ungefähr 1500 Euro Fixkosten im Monat. Mit zwei Autos, jeweils 30 km einfach zur Arbeit und zwei teilweise fremdbetreuten Kindern.

Ohne Kenntnis des Wohnortes des TE kann man schwer Vergleiche ziehen. In einer wirtschaftlich attraktiven Großstadt würde in einer "normalen" Wohngegend mind. die Hälfte von deinen 1500€ schon alleine für die Miete draufgehen (ohne Strom und Heizung).

Gruß !

---

## Beitrag von „Bolzbold“ vom 8. Oktober 2013 21:54

Mikael hat völlig recht.

Wir zahlen hier, wo wir wohnen, im Vergleich relativ wenig fürs Wohnen. Auch die Immobilienpreise dürften im Vergleich zur 30km entfernten "hippen Großstadt" bei 50% des dortigen Niveaus liegen.

Dementsprechend niedrig fällt die Miete oder die monatliche Rate für das Darlehen aus.

Einkaufen und einkaufen ist so eine Sache. Ich KANN theoretisch sehr viel Geld sparen, wenn ich primär bei Discounter einkaufen gehe und mich mit dem dortigen Sortiment zufrieden gebe. Wenn ich allerdings keine Fleischabfälle sondern qualitativ anständiges Fleisch, was vielleicht auch noch halbwegs ethisch vertretbar hergestellt wurde, haben möchte, dann geht das ins Geld.

Ich erinnere mich dunkel daran, dass ich 2005 als Studienrat auch sicher mindestens >1500 Euro an "Fixkosten" hatte, also regelmäßige monatliche Ausgaben. Was hier wirklich reinhaute, waren Wohnung und Essen. Sobald man zu zweit lebt, sinken hier die Kosten pro Person ganz erheblich. (Vergleich: Dreizimmerwohnung in einer Großstadt als StR Single damals 600,- kalt. Später mit Frau und Kind im Haus mit fünf Zimmern, Keller, Garten in einer Kleinstadt 20km entfernt: 800,- kalt.)

An richtiger Kapitalbildung im eigentlichen Sinne konnte ich damals nicht denken. Ich hatte aber zu Beginn des Refs. einen Bausparvertrag abgeschlossen und die VL des Dienstherrn zuzüglich der Mindestsparrate eingezahlt, sowie Ende 2004 eine Rentenversicherung abgeschlossen - also noch vor dem Gesetz zur Besteuerung derselben. Das war Teil der Fixkosten, aber eben auch Teil der Kapitalbildung. Heute, mit Frau und zwei Kindern und Eigenheim können wir aufgrund des oben genannten Prinzips des günstigeren Lebens bei mehreren Personen bei einer Vollzeit- und einer Drittelstelle sogar mehr monatlich sparen als vorher.

Sparen und Kosten senken kann man IMMER. Es geht immer irgendwie billiger. Es stellt sich halt nur die Frage, wie groß der Aufwand dafür ist, ständig Anbieter (Versicherungen, Strom, Telefon) zu wechseln und inwieweit man sich in seinem Leben möglicherweise einschränken möchte (Bio-Laden vs. Discounter). Ich mag mich in einigen Bereichen schlichtweg nicht einschränken und lege dafür eben dann auch weniger Geld pro Monat beiseite als jemand anderes.

Wenn ich feststelle, dass ich bei einem A13 Gehalt Fixkosten von 2.000 Euro habe und dabei unerwartete Kosten noch nicht miteingerechnet sind und ich darüber hinaus Kapital ansparen will, muss ich mich in einigen Bereichen einschränken. Die Möglichkeiten dazu wurden je genannt. Es ist jetzt eben eine Frage der individuellen Schwerpunktsetzung.

Gruß  
Bolzbold

---

## Beitrag von „Wollsocken“ vom 8. Oktober 2013 23:10

### [Zitat von Anja82](#)

Zur Hausrat: Freunde von uns sehen das ähnlich. Mir wäre das zu gefährlich. Wenn man mal überlegt was man alles neu kaufen muss, wenn es brennt. Jede Socke, jedes Buch, alle Elektrogeräte, Ausweisdokumente und und und. Das kann einen ruinieren. Ne da zahle ich lieber die (bei uns) 7 Euro im Monat.

Vorsicht: Die Hausrat zahlt nur, was per Kaufquittung nachgewiesen werden kann und davon auch nur den Zeitwert! Meine Mutter hatte das Vergnügen schon nach nem Blitzschlag. Danach habe ich definitiv für mich beschlossen, dass die Hausrat rausgeschmissenes Geld ist.

### [Zitat von fossi74](#)

Das muss aber eine arg kleine Bude gewesen sein. Ich hatte zu Studentenzeiten schon ca. 30 Euro für Strom (umgerechnet); heute sind die 50 Euro wohl mehr als realistisch.

Im Jahre 2011 für 35 qm. Wir zahlen hier zu zweit für 60 qm aber umgerechnet auch nur 30 €. Gut, Strom ist der Schweiz etwas billiger als in Deutschland aber 50 € halte ich für einen Einpersonenhaushalt für eindeutig zu viel.

---

### **Beitrag von „Anja82“ vom 9. Oktober 2013 00:46**

Ähm, ne!

Die Hausrat zahlt in der Regel den Wiederbeschaffungswert.

Hatten vor einem Jahr einen Wasserschaden (unsere Garage lief voll) und haben alles eingereicht, wir hatten kaum einen Beleg. Haben aber fast alles als Wiederbeschaffungswert wiederbekommen.

<http://www.hausratversicherung-info.de/zeitwert-neuwert.htm>

oder hier

<http://www.guter-rat.de/wirtschaften/v...chtigt-ratgeber>

Die Haftpflicht zahlt den Zeitwert (war es in deinem Fall vielleicht die Haftpflicht des Vermieters, oder so?)

LG Anja

#### Zitat von Wollsocken

Vorsicht: Die Hausrat zahlt nur, was per Kaufquittung nachgewiesen werden kann und davon auch nur den Zeitwert! Meine Mutter hatte das Vergnügen schon nach nem Blitzschlag. Danach habe ich definitiv für mich beschlossen, dass die Hausrat rausgeschmissenes Geld ist.

Im Jahre 2011 für 35 qm. Wir zahlen hier zu zweit für 60 qm aber umgerechnet auch nur 30 €. Gut, Strom ist der Schweiz etwas billiger als in Deutschland aber 50 € halte ich für einen Einpersonenhaushalt für eindeutig zu viel.

---



## Beitrag von „Meike.“ vom 9. Oktober 2013 07:26

### [Zitat von Mikael](#)

Ohne Kenntnis des Wohnortes des TE kann man schwer Vergleiche ziehen. In einer wirtschaftlich attraktiven Großstadt würde in einer "normalen" Wohngegend mind. die Hälfte von deinen 1500€ schon alleine für die Miete draufgehen (ohne Strom und Heizung).

Gruß !

So isses. Wir haben hier die 2000 Euro Fixkosten mit Wohnen, Strom, Wasser, Gas, Telefon, internet, Stadt(Müll etc). Da sind noch nicht die jeweilig persönlichen Versicherungen, Essen, Kleidung, Fahren, Gesundheit, irgendwas dabei.

---

## Beitrag von „Wollsocken“ vom 9. Oktober 2013 12:17

### [Zitat von Anja82](#)

(war es in deinem Fall vielleicht die Haftpflicht des Vermieters, oder so?)

Nein, es war die Hausrat. Man hat dann aus Kulanz auch ohne Kaufbeleg noch was erstattet, es war allerdings weit unter dem Wiederbeschaffungswert. Wie dem auch sei, keine Hausrat der Welt zahlt teure Designer-Möbel wenn vorher nur 10 Jahre alte IVAR-Regale in der Wohnung gestanden haben. Weil das bei mir eben genau der Fall ist verzichte ich auf die Hausrat. Ich sag ja nicht, dass diese Versicherung per se unsinnig ist, man muss halt nur eine gute Kosten-Nutzen-Kalkulation machen.

### [Zitat von Meike.](#)

Zitat von »Mikael«

Zitat von »fossi74«

PS. Wir kommen zu viert auch nur auf ungefähr 1500 Euro Fixkosten im Monat. Mit zwei Autos, jeweils 30 km einfach zur Arbeit und zwei teilweise fremdbetreuten Kindern.

Ohne Kenntnis des Wohnortes des TE kann man schwer Vergleiche ziehen. In einer wirtschaftlich attraktiven Großstadt würde in einer "normalen" Wohngegend mind. die Hälfte von deinen 1500€ schon alleine für die Miete draufgehen (ohne Strom und Heizung).

Gruß !

So isses. Wir haben hier die 2000 Euro Fixkosten mit Wohnen, Strom, Wasser, Gas, Telefon, internet, Stadt(Müll etc). Da sind noch nicht die jeweilig persönlichen Versicherungen, Essen, Kleidung, Fahren, Gesundheit, irgendwas dabei.

Häh? Er hat in seiner Kalkulation doch einen Posten "Miete" aufgeführt. Wieso kann man dann schwer Vergleiche ziehen? Ich nehme mal an, er meint damit die Warmmiete, sonst würde er ja wohl ausser Strom noch weitere Nebenkosten aufführen. Eine "wirtschaftlich attraktive Gegend" würde sich im Übrigen ja nur bei Kosten für abends weggehen bemerkbar machen und die hat er gar nicht aufgeführt 😊

---

### Beitrag von „Elternschreck“ vom 9. Oktober 2013 14:43

Fazit : Wir verdienen (viel) zu wenig ! 8\_o\_)

---

### Beitrag von „Nenenra“ vom 9. Oktober 2013 15:52

[Zitat von Elternschreck](#)

Fazit : Wir verdienen (viel) zu wenig ! 8\_o\_)

Das denke ich mir gerade ernsthaft. Bei 2000 EUR (Fix-)Kosten im Monat, würde ich jeden Monat Minus machen... \*seufz\* Wird Zeit für eine feste Stelle! 🙌😊

---

### Beitrag von „Mikael“ vom 9. Oktober 2013 16:34

#### Zitat von Wollsocken

Eine "wirtschaftlich attraktive Gegend" würde sich im Übrigen ja nur bei Kosten für abends weggehen bemerkbar machen und die hat er gar nicht aufgeführt 😊

Mit "Wirtschaft" meine ich doch nicht die "Kneipe um die Ecke". Selbst in der Schweiz dürfte es einen Unterschied machen, ob du in Zürich wohnst oder auf der Alm hinterm Berg 😊

Gruß !

---

### **Beitrag von „fossi74“ vom 9. Oktober 2013 20:23**

#### Zitat von Meike.

So isses. Wir haben hier die 2000 Euro Fixkosten mit Wohnen, Strom, Wasser, Gas, Telefon, internet, Stadt(Müll etc). Da sind noch nicht die jeweilig persönlichen Versicherungen, Essen, Kleidung, Fahren, Gesundheit, irgendwas dabei.

Sollte auch nur eine "Gegenzahl" sein. Du wohnst in Frankfurt, nicht wahr? Das ist ja so was wie das hessische München [1], da verwundern solche Zahlen natürlich nicht. Andererseits gibt es in Deutschland wirklich nur eine Handvoll Gegenden, in denen die Preise sich so gestalten (Großräume F, M, HH, S, eventuell noch Düsseldorf - und das wars dann auch schon). Dass ich auch in Chemnitz für die sanierte Gründerzeitwohnung etwas mehr bezahle als für eine Durchschnittswohnung ist ebenfalls klar - klar ist aber auch, dass Lebenshaltungskosten von 2000 Euro im Monat für einen Single sehr viel sind; selbst in den genannten Premiumgegenden. Nur mal zur Erinnerung: Durchschnittsnetto in Deutschland lag 2012 bei um die 1300 Euro für Vollzeitarbeit...

Viele Grüße  
Fossi

[1] Manche sagen zu Frankfurt auch "hesslich", aber das liegt natürlich vollkommen im Auge des Betrachters



---

### Beitrag von „Wollsocken“ vom 9. Oktober 2013 23:36

#### [Zitat von Mikael](#)

Mit "Wirtschaft" meine ich doch nicht die "Kneipe um die Ecke". Selbst in der Schweiz dürfte es einen Unterschied machen, ob du in Zürich wohnst oder auf der Alm hinterm Berg

Versuchst Du gerade lustig zu sein? Die Kartoffeln kosten beim Coop in Zürich genau so viel wie irgendwo aufm Dorf hinterm Berg. Was soll also ausser der Miete und den Kosten für einen Kneipen- oder Restaurantbesuch noch unterschiedlich sein? Ich habe auch in Deutschland in einer "wirtschaftlich attraktiven Gegend" gewohnt und habe es mit zuletzt 1200 € netto (50 % E13 als Doktorand) überlebt.

---

### Beitrag von „Mikael“ vom 10. Oktober 2013 00:17

#### [Zitat von Wollsocken](#)

Versuchst Du gerade lustig zu sein?

Natürlich nicht. Mir ist schon klar, dass in der Schweiz das Geld in den Zürcher Banken verdient wird und nicht auf der Alm mit Schokli und Emmentaler. Insofern leben wohl die wenigsten Schweizer "hinterm Berg auf der Alm"... Aber kann ja auch wieder anders werden, das schweizerische Bankgeheimnis steht ja international unter Beschuss.

Gruß !

---

### Beitrag von „Mikael“ vom 10. Oktober 2013 01:19

#### Zitat von fossi74

Nur mal zur Erinnerung: Durchschnittsnetto in Deutschland lag 2012 bei um die 1300 Euro für Vollzeitarbeit...

Da hätte ich gerne einmal einen Beleg für.

Die Durchschnittsverdienste (d.h. über alle Berufsgruppen und Qualifikationsebenen hinweg) vollzeitbeschäftigter Arbeitnehmer im produzierenden Gewerbe und im Dienstleistungsbereich lagen im 1. Quartal 2013 bei monatlich brutto 3461€ (ohne Sonderzahlungen):  
<http://de.statista.com/statistik/date...-nach-branchen/>

Da kommt man nie im Leben auf 1300€ netto...

Gruß !

---

### **Beitrag von „Wollsocken“ vom 10. Oktober 2013 15:29**

#### Zitat von Mikael

Natürlich nicht. Mir ist schon klar, dass in der Schweiz das Geld in den Zürcher Banken verdient wird und nicht auf der Alm mit Schokli und Emmentaler. Insofern leben wohl die wenigsten Schweizer "hinterm Berg auf der Alm"... Aber kann ja auch wieder anders werden, das schweizerische Bankgeheimnis steht ja international unter Beschuss.

Gruß !

Ich verstehe immer noch nicht, was das mit der ursprünglichen Diskussion über die Ausgaben des Herrn Himbeer zu tun hat. Es ist egal, wo er wohnt. Wenn Du bei seiner Kostenaufstellung einfach die Miete abziehst, kannst Du den Rest mit was oder wem auch immer problemlos vergleichen. Sein Handyvertrag kostet überall in Deutschland das gleiche und seine Nahrungsergänzungsmittel ja wohl auch. Die 1800 CHF Fixkosten, die ich pro Monat etwa habe, habe ich tatsächlich rein spasshalber in den Raum geworfen und dies auch so gekennzeichnet. Da ich aber in Deutschland insgesamt 12 Jahre einen eigenen Haushalt geführt habe und davon 7 Jahre durchgängig sozialversicherungspflichtig gearbeitet habe, weiss ich durchaus auch noch, was z. B. eine Rechtsschutzversicherung oder Lebensmittel in Deutschland kosten.

## Beitrag von „Wollsocken“ vom 10. Oktober 2013 15:54

[Zitat von Mikael](#)

Da hätte ich gerne einmal einen Beleg für.

Die Durchschnittsverdienste (d.h. über alle Berufsgruppen und Qualifikationsebenen hinweg) vollzeitbeschäftigter Arbeitnehmer im produzierenden Gewerbe und im Dienstleistungsbereich lagen im 1. Quartal 2013 bei monatlich brutto 3461€ (ohne Sonderzahlungen): <http://de.statista.com/statistik/date...-nach-branchen/>

Da kommt man nie im Leben auf 1300€ netto...

Gruß !

Bei den 1300 € netto habe ich irgendwie das Gefühl sind nicht nur Vollzeitbeschäftigte eingerechnet? Ich glaube, da handelt es sich in der Tat um ein Missverständnis. Habe auch einen Jahresdurchschnitt von irgendwas um die 40000 € brutto im Kopf, da kommen die 3461 € brutto pro Monat schon deutlich eher hin.

---

## Beitrag von „MrsX“ vom 10. Oktober 2013 21:56

Mir fehlen in deiner Aufstellung sogar noch einige Sachen. Kosmetika? Friseurbesuch? Waschmittel? Spülmaschinentabs?  
Gehst du abends nicht weg? Kino? Theater? Mal ins Schwimmbad?  
Unterrichtsmaterial?  
Neue Schuhe? Kleider?

---

## Beitrag von „jole“ vom 11. Oktober 2013 19:04

Lieber Möbius,

ich habe in diesem Forum leider große Schwierigkeiten mit dem Zitieren, deswegen kann ich nur so auf Deinen Beitrag eingehen.

Ich fühle mich überhaupt nicht angegriffen, finde das Thema -also Deinen Nebeneinwand-gerad total spannend. Ich vertrete nämlich durchaus die Meinung, dass die Ernährung für 10 Euro möglich ist und nicht schlecht. Verstehe aber Deine Einwände sehr gut, möchte auf diese eingehen. (Warte ab, wir werden hier noch zu den Supersparern:))

Dass Tabakwaren in die 14,50 Euro eingerechnet sind wusste ich nicht. Da wir hier Nichtraucher sind, kann man diese runterrechnen, so wäre man doch wieder bei einem Betrag von 10 Euro.

Nach wie vor ist der Kaffeekostenfaktor nicht eingerechnet, ich glaube, mit dem würde ich über 10 Euro liegen. Ein Wenig zeigt aber der Kaffeekonsum in unserem Haushalt, welchen Wert Lebensmittel für uns haben: wir bestellen ausschließlich fair gehandelte, qualitativ sehr hochwertige Kaffeebohnen.

Erstmal, Du hast an der Stelle Recht, an der Du sagst, dass ich nicht beim Metzger einkaufe. LEIDER hast Du das Recht, den gibt es hier in greifbarer Nähe nicht. Ansonsten würde ich dort nämlich kaufen. Ich selbst esse allerdings auch nicht jeden Tag Fleisch. Mein Gemüse kaufe ich NICHT im Bioladen, aber auch nicht beim Discounter. Obst ist teilweise aus Gärten Bekannter, teilweise gekauft, an unterschiedlichen Stellen (Wochenmarkt, Supermarkt)

Ansonsten hast Du aber nicht ganz Recht. Ich kaufe, wenn ich Backwaren kaufe, in der Regel beim Bäcker (sogar bei einem, der noch selbst backt-allerdings nicht aus Überzeugung, sondern weil er die leckersten Brötchen hier macht). Ich bezahle bei meinem Stammbäcker für 10 Brötchen 2,50 Euro. Damit ist Frühstück, sowie die Schulbrötchen für die Kinder abgedeckt, in der Regel isst davon auch noch eines der Kinder am Nachmittag etwas). Kaufe ich für 3 Euro ein Brot, reicht das sogar für 2 Tage. Teilweise backe ich aber (weil ich es gerne mache, nicht weil es notwendig ist) selbst. Der Preis eines selbstgebackenen Brotes ist DEUTLICH unter drei Euro (allerdings reicht das Brot nicht länger als einen Tag, weil wir alle zu gerne frischgebackenes Brot essen).

Wir trinken zu Hause fast nur Mineralwasser, zum Frühstück mal Saft und wir Erwachsenen zu viel Kaffee (ist aber wie oben gesagt, nicht berücksichtigt). Die Kinder trinken selten mal Kakao, ich denke, das wird jetzt in der kalten Jahreszeit wieder zunehmen. Ein Kasten Mineralwasser kostet ca 2,50 Euro. Wir kommen damit höchstens drei Tage aus.

Ohhhhh, Bier und Wein ist in meiner finanziellen Auflistung nicht berücksichtigt, ich trinke es beides nicht... aber mein Mann, müsste also korrekterweise mitberechnet werden.

Wir kochen fast immer selbst und frisch, einfach weil es uns besser schmeckt (wir sind keine Ernährungsfanatiker), in meinen Augen ist aber selbstgekochtes Essen günstiger als bereits fertig hergestelltes...(irgendwie fallen mir gerade die richtigen Worte nicht ein). Wir essen weder jeden Tag das Gleiche, noch sind wir versessen bei irgendwelchen Essenthemen. Unsere Ernährung ist weder sonderlich gesund noch ausgesprochen ungesund... eher ziemlich normal.

Was mir gerade noch ein bisschen auf der Seele liegt: wir sparen tatsächlich nicht beim Thema Essen. Ernährung hat bei uns einen sehr hohen Stellenwert (eben weil wir gerne kochen und noch lieber essen). Wir haben es auch (wie Du ja auch sagtest) nicht nötig den Cent umzudrehen und achten beim Einkaufen nicht wirklich auf den Preis. Dennoch muss Essen nicht so teuer sein, wie es dargestellt wird.

Was ich eigentlich sagen will: vernünftige Ernährung, mit auch bewusst gekauften Lebensmitteln muss nicht teuer sein (kann es aber). Ich für mich habe einen recht bewussten Umgang mit Lebensmitteln.

Dieses ganze Thema kam auf, weil der Starter sagte, dass er als Einzelperson 10 Euro am Tag "verisst und vertrinkt". Genau das entspricht in meinen Augen eben KEINEM bewussten Umgang mit Essen. Deswegen glaube ich, dass Du Möbius und ich schon den gleichen Gedankenansatz zum Thema haben, aber unterschiedlich auslegen. Für 10 Euro kannst du jeden Tag ein gepflegtes Steak inkl. handverlesenem Salat essen, ein ausgiebiges Frühstück mit Körnerbrötchen und einer zweiten gesunden Mahlzeit essen... (wenn man alleine isst, ab der zweiten Person haut das dann nicht mehr hin)

PS: Ich bestelle heute Abend Pizza, vollkommen ungesund und vollkommen teuer 😊

PPS: In der Auflistung des Starters fehlt, falls es vorhanden sein sollte Tierfutter und Tierarztkosten, sowie Rücklagen für Kosten, die im Fall einer eigenen Erkrankung auftreten...

---

## Beitrag von „himbeer“ vom 12. Oktober 2013 15:19

Jole, besten Dank für die Einnlicke in Deine Vorgehensweisen.

Du sprichst vom hohen Stellenwert, den Ernährung bei Dir hat. Da verwechselst Du etwas. Gute Ernährung sieht anders aus als bei Dir. Fair trade-Kaffee hat nichts mit bewusster Ernährung zu tun. 10 Brötchen für 2,5 Euro sind egal wie man sie wendet nur Weizenmehlscheiße. Bewusste



Ernährung würde Kindern nicht so oft solchen Kohlenhydratmüll zumuten.

Das soll keine Kritik sein an Deiner Ernährung, das soll nur auf die in meine falsche Verwendung Deiner Begrifflichkeiten hinweisen.

10 Euro pro Tag: Wenn ich mindestens ein halbes Kilo Bio Gemüse kaufe, z.B. 300g. Biopabrika bin ich 2,4 Euronen los. Wenn ich ein gewisses Ernährungsniveau (in Bezug auf scheinbar (!!!) gesündere Produkte) halten will, wirds schnell teuer. Wenn ich keine 500 gr. in Plastik abgepackte Steaks für 3 Euro kaufen will und sonst vieles vom täglichen Ernährungsgift vermeiden will, muss ich etwas in die Tasche greifen. Ob das nun wirklich weniger belastet ist, ja, wer weiß das schon genau... Aber die Hoffnung ist da...

Einen Garten habe ich leider nicht hier. Für Tipss bin ich offen.

---

### **Beitrag von „himbeer“ vom 12. Oktober 2013 15:22**

Die Hinweise, dass da Sachen in der Auflistung fehlen, stimmen. Wenn man für diese Dinge noch mal (Wäsche Waschen, Körperpflege etc.) 50 Euroenen berechnet, sollte alles abgegolten sein.

---

### **Beitrag von „Wollsocken“ vom 12. Oktober 2013 21:10**

Mir ist noch was eingefallen, wo Du vielleicht sparen könntest: bei der ADAC-Plus-Mitgliedschaft ist doch ein KFZ-Rechtsschutz dabei und die kostet nur 80 € im Jahr. Könntest Du Dir mal anschauen, ob Dir das reicht.

---

### **Beitrag von „himbeer“ vom 13. Oktober 2013 11:50**

Jole: yEPP 😊

Wollsocken: Da schau ich gleich mal nach bei der ADAC Plusmitgliedschaft ! Danke !

Ich sehe da leider nur "Rechtsberatung", nichts von Rechtsschutz:

<http://www.adac.de/mitgliedschaft...urcePageId=7692>

---

## Beitrag von „Wollsocken“ vom 13. Oktober 2013 20:38

[Zitat von himbeer](#)

Wollsocken: Da schau ich gleich mal nach bei der ADAC Plusmitgliedschaft ! Danke !

Ich sehe da leider nur "Rechtsberatung", nichts von Rechtsschutz:

<http://www.adac.de/mitgliedschaft/leistu...urcePagelId=7692>

Ja ... wenn Du natürlich auf Nr. Sicher gehen willst und Prozesskosten etc. inklusive haben willst, musst Du etwas mehr ausgeben. Aber auch da komme ich bei der ARAG z. B. auf Beiträge von höchstens 6 € im Monat für 1 Fahrzeug. Das ist ja immer noch nur 1/10 von dem, was Du da offenbar bezahlst.

Aber abgesehen davon ... wie kommst Du auf die 50 € Stromkosten im Monat? Ich finde das immer noch enorm. Ich habe meinen Strom immer über die EnBW bezogen, also keine komischen "Billiganbieter" und hatte niemals solche Kosten dafür. Ich finde nicht, dass man sich besonders einschränken muss um als Einzelperson auf etwa 30 € Stromkosten pro Monat zu kommen. Im Gegenteil, ich frage mich ernsthaft was man tun muss, um höhere Stromkosten zu haben.

---

## Beitrag von „himbeer“ vom 13. Oktober 2013 22:48

[Zitat von Wollsocken](#)

@ Wolli

Wollsocken: Da schau ich gleich mal nach bei der ADAC Plusmitgliedschaft ! Danke !

Ich sehe da leider nur "Rechtsberatung", nichts von Rechtsschutz:

<http://www.adac.de/mitgliedschaft/leistu...urcePagelId=7692>

50 Euro Stromkosten >Vielleicht unklar formuliert. Das sind die Kosten für die Energiversorgungswerke

---

Alles anzeigen

---

### **Beitrag von „jotto-mit-schaf“ vom 14. Oktober 2013 00:09**

Himbeer, nimm dir doch bitte ´ne halbe Minute und reparier das Zitat oben, da weiß ja keiner, was von wem kommt. Danke.

---

### **Beitrag von „jole“ vom 14. Oktober 2013 19:09**

Wäre jemand so nett die Essensdiskussion auszugleichen? Ich würde gerne noch etwas dazu schreiben, aber ich mag den Faden hier nicht noch weiter zerhauen.

---

### **Beitrag von „immergut“ vom 14. Oktober 2013 20:44**

Ich habe die Ausgliederung der Diskussion über Ernährung jetzt mal vorgenommen. Damit gehts hier [klick](#) weiter.

Und hier darf man dann gerne weitere Überlegungen zum Ausgangspost anstellen..

---

### **Beitrag von „cassiopeia“ vom 23. Juni 2014 17:38**

Ich häng mich mal mit meiner Frage dran, weil ich glaube, dass das am besten passt...  
<http://www.pinterest.com/pin/create/extension/http://www.pinterest.com/pin/create/extension/>

Wieviel gebt ihr denn für Miete aus (warm)?

Ich habe jetzt eine Planstelle im Großraum Stuttgart und wenn ich die Wohnungsanzeigen anschau wird mir ganz schwindlig... 700-900 Euro für 3 Zimmer muss man wohl schon hinlegen, wenn es ne einigermaßen ordentliche Wohnung mit Balkon sein soll. Laut Gehaltsrechner verdient man als Beamter mit A13 zwar 2900 Euro netto - aber dann so viel für die Wohnung hinlegen? Ist das realistisch?

---

### **Beitrag von „Rottenmeier“ vom 23. Juni 2014 18:56**

Ich habe mit A12 auch knapp 2900 € und zahle auch für 3 Zimmer 900 € warm hier in Hamburg. Ist realistisch und machbar.  
LG Rottenmeier

---

### **Beitrag von „Kalle29“ vom 23. Juni 2014 19:47**

Bis 30% des Nettoeinkommens für Unterkunft ist eine realistische Größe. In NRW (Stichwort Ruhrgebiet) kannst du natürlich für 15% wohnen - mit Blick auf die Kohlegrube 😊

---

### **Beitrag von „cassiopeia“ vom 24. Juni 2014 09:21**

Danke euch!