



## Übernehmen Sie die Kontrolle über Ihr Geld

Da die Lebenshaltungskosten steigen, werden Sie die Auswirkungen der gestiegenen Inflation wahrscheinlich in Ihren täglichen Ausgaben spüren. Weniger Lebensmittel in Ihrem Wocheneinkauf für das gleiche Geld? Nicht mehr so viel Benzin im Tank? Sie achten vermehrt darauf, dass der Fernseher an der Steckdose ausgeschaltet ist?

Denken Sie darüber nach, wie sich diese alltäglichen Transaktionen und die steigenden Kosten auf Ihr Gefühl bei den Ausgaben auswirken. Haben Sie noch das Gefühl, die Kontrolle zu haben?

### Was bedeutet "finanzielles Wohlergehen"?

Finanzielles Wohlergehen bedeutet nicht nur, dass man das Geld zum Ausgeben hat. Vielmehr geht es darum, sich sicher und kontrolliert zu fühlen, zu wissen, dass man mit Unvorhergesehenem umgehen kann, und Vertrauen in die alltägliche Budgetkontrolle zu haben. Wenn Sie ein höheres Maß an finanziellem Wohlbefinden haben, sind Sie wahrscheinlich weniger gestresst, haben eine bessere psychische Gesundheit und führen sogar glücklichere Beziehungen.

### Mach dir keine Sorgen, mach einen Schritt nach dem anderen

Als Sie jünger waren, hatten Sie vielleicht keine Hilfe beim Erlernen grundlegender Fähigkeiten in der Haushaltsführung. In den meisten Bildungssystemen wird dies nicht gelehrt. Und wenn sich Ihre Eltern nicht die Zeit genommen haben, ihre (guten!) Gewohnheiten weiterzugeben, haben Sie vielleicht Ihre eigenen Fähigkeiten im Umgang mit Geld entwickelt. Vielleicht haben Sie einige gute und schlechte Gewohnheiten. Die gute Nachricht ist, dass schlechte Gewohnheiten in gute umgewandelt werden können!

Finanzielles Wohlergehen ist ein Marathon, kein Sprint - konzentrieren Sie sich also auf einen Schritt nach dem anderen und machen Sie sich keine Sorgen darüber, dass Sie nicht alles sofort in die Praxis umsetzen können! Erlernen Sie eine kleine gute Angewohnheit nach der anderen und bauen Sie Ihr Vertrauen und Ihre Kontrolle von dort aus auf.

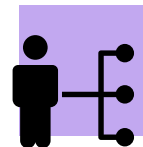
**Wussten Sie, dass unter Angestellten Geld der Nummer 1 Grund für Stress und schlechtes mentales Wohlbefinden ist?**



## Tipps und Tricks

Hier finden Sie einige Tipps und Tricks, die Ihnen helfen, Selbstvertrauen zu gewinnen, bewusster mit Ihrem Geld umzugehen und Ihre Ausgaben besser zu kontrollieren.

### Die Kontrolle haben



#### 1. Verwenden Sie eine Tabellenkalkulation

Im Internet gibt es viele Hilfsmittel, die Ihnen helfen, den Überblick über Ihr Geld zu behalten und herauszufinden, wofür Sie am meisten ausgeben. Sie können zum Beispiel Excel-Tabellen verwenden um Budgets für Kategorien wie Wohnen, Lebensmittel, Verkehr und "Spaß" festzulegen. Microsoft bietet [hier](#) ein kostenloses vorgefertigtes Blatt zum Herunterladen an. Sie können auch einen eigenen Tracker erstellen, der auf Ihre individuellen Ausgabengewohnheiten und Bedürfnisse zugeschnitten ist.

#### 2. Machen Sie das Beste aus den Online-Tools Ihrer Bank

Schauen Sie, ob Ihre Bank Ihnen am Monatsende eine Übersicht über Ihre Ausgaben gibt. Diese können Ihnen dabei helfen, Ihre Ausgaben von Monat zu Monat zu verfolgen und bewusster zu handeln. Einige Banking-Apps ermöglichen es Ihnen, Budgets und Limits festzulegen. Dies ist eine gute Option, wenn Sie weniger Zeit haben und lieber einen voreingestellten, umfassenden Überblick über Ihre Ausgaben haben möchten, als Ihre Ausgabengewohnheiten manuell in einen Tracker wie eine Tabellenkalkulation einzugeben!

Wenn Ihre Bank dies nicht anbietet, machen Sie sich keine Sorgen. Andere Apps ermöglichen es Ihnen, Ihr Bankkonto zu verknüpfen und monatliche Berichte für Sie zu erstellen. Erkundigen Sie sich online, welche Apps in Ihrem Land verfügbar sind.

#### 3. Verwenden Sie getrennte Bankkonten für verschiedene Arten von Ausgaben

Es kann hilfreich sein, zwei oder drei verschiedene Girokonten für unterschiedliche Bereiche Ihrer Ausgaben zu verwenden. Sie könnten ein "Rechnungskonto", ein "Ausgabenkonto" und ein "Sparkonto" für kurzfristige Ersparnisse haben, auf die Sie vielleicht bald zugreifen wollen. Richten Sie Lastschriftverfahren für den Zahltag ein, um Ihr Geld zu verteilen. Da Sie nur das Geld sehen können, das zum Ausgeben zur Verfügung steht, werden Sie vielleicht dazu ermutigt, weniger auszugeben und achtsamer zu sein, anstatt auf Ersparnisse oder Hochrechnungen zurückzugreifen.

Gehen Sie vielleicht noch einen Schritt weiter, indem Sie Ihre Bankkarte für Rechnungen oder Sparkonten nicht mitnehmen und sie nicht mit Online-Zahlungsfunktionen wie Apple Pay oder Google Pay verbinden.

#### 4. Nehmen Sie sich JEDEN Monat Zeit

Dies ist der wichtigste Tipp. Es muss nicht lang sein - schon 10 Minuten pro Monat können einen großen Unterschied machen. Werden Sie sich Ihrer Ausgaben bewusst und ignorieren Sie sie nicht. Wenn Sie z. B. beim Einkaufen zu viel Geld ausgegeben haben, können Sie sich dessen bewusst werden und im kommenden Monat eine bessere Wahl treffen. Selbst ein kurzer Blick auf Ihren Kontoauszug hilft, große oder ungewöhnliche Ausgaben zu erkennen. Auf diese Weise haben Sie das Gefühl, die Kontrolle zu haben.

## Wie Sie jetzt mehr aus Ihrem Geld machen können:



### 1. Überprüfen Sie, ob Ihre Bank eine "Rundungsfunktion" hat

Viele Banken bieten eine Funktion an, mit der Sie Einkäufe auf den nächsten Betrag aufrunden können, um die Differenz zu speichern. Keine Sorge - Sie geben die Differenz nicht wirklich aus! Das Geld wird automatisch in einem separaten Topf gespeichert. Wenn Ihr Lebensmitteleinkauf z. B. €45,50 gekostet hat, speichert Ihre Bank diese 50 Cent automatisch in einem Topf für Sie. Im Laufe der Zeit summieren sich diese kleinen Beträge und können einen großen Unterschied machen. Wenn Sie beispielsweise 5 Euro pro Woche durch Aufrunden einsparen, können Sie im Laufe eines Jahres insgesamt 260 Euro sparen!

### 2. Rabatte optimal ausnutzen

Mit Rabatten können Sie Geld sparen. Halten Sie Ausschau nach Sonderangeboten, und wenn möglich, warten Sie mit dem Kauf bis dahin. Oder planen Sie vorausschauend und nutzen Sie die Angebote während des ganzen Jahres. Viele Online-Händler bieten Rabatte an, wenn Sie sich in Mailing-Listen eintragen oder Sie finden sie sogar in Zeitungen, Katalogen und Broschüren.

### 3. Prüfen Sie, ob Ihr Unternehmen Rabatte oder Vergünstigungen anbietet

Ihr Arbeitgeber bietet Ihnen vielleicht Rabatte bei einer Reihe von Einzelhändlern oder Mitarbeiter Rabatte für seine eigenen Waren und Dienstleistungen. Fragen Sie Ihren Vorgesetzten oder Ihre Kollegen, um mehr darüber zu erfahren - jedes bisschen hilft!

## Erweitern Sie Ihr Wissen:



### 1. Lesen Sie die Nachrichten und bleiben Sie informiert

Wo auch immer Sie sich befinden, es ist wichtig, dass Sie sich über die Finanzlandschaft Ihres Landes auf dem Laufenden halten. Nehmen Sie sich fünf Minuten pro Woche Zeit, um die Nachrichten zu lesen. Viele Nachrichtenanbieter bieten kurze Newsletter an, die Sie abonnieren können, damit sie direkt in Ihrem Posteingang oder auf Ihrem Handy landen.

### 2. Informieren Sie sich über alle Finanzprodukte, bevor Sie sie auswählen

Wenn Sie einen Kredit aufnehmen, sparen oder investieren wollen, ist es wichtig, dass Sie sich informieren. Reagieren Sie nicht sofort auf eine Anzeige, die Sie vielleicht gesehen oder erhalten haben. Nehmen Sie sich Zeit und seien Sie gründlich. Das gibt Ihnen Sicherheit bei Ihrer Entscheidung und gibt Ihnen die Kontrolle.

## Tipps zum Sparen für die Zukunft:



### 1. Versuchen Sie, in Ihre Rente einzuzahlen

Die Einzahlung in eine Rente oder das Sparen für den Ruhestand ist ein wichtiger Bestandteil Ihres zukünftigen finanziellen Wohlergehens, da es Sie im späteren Leben unterstützen wird. Stellen Sie sich vor, dass Sie jedes Mal, wenn Sie Ihr Gehalt bekommen, ein wenig für sich selbst zurücklegen. Informieren Sie sich über die Möglichkeiten, die Ihnen am Arbeitsplatz zur Verfügung stehen, um sicherzustellen, dass Sie das Beste aus dem herausholen, worauf Sie Anspruch haben.

## 2. Denken Sie über die Eröffnung von Sparkonten nach

Wenn Sie etwas Geld übrig haben oder in Zukunft sparen wollen, sollten Sie einen Notfallfonds für unerwartete Kosten einrichten und diesen auf einem leicht zugänglichen Sparkonto anlegen. Ein Notfallfonds kann Ihnen helfen, sich sicher zu fühlen.

### Denken Sie daran...

Ihr finanzielles Wohlergehen zu verbessern, kann für viele verschiedene Menschen eine große Bedeutung haben. Die globale Situation ist derzeit für viele Menschen unsicher, und es ist zu erwarten, dass sich viele Menschen über alle möglichen Dinge Sorgen machen. Sie sollten sich keine Sorgen machen, wenn Sie nur kurzfristige Lösungen im Auge haben oder im Moment nicht ans Sparen denken können. Konzentrieren Sie sich darauf, Ihre aktuellen Ausgabengewohnheiten im Auge zu behalten und sich bewusst zu machen, wohin Ihr Geld fließt, damit Sie das Gefühl haben, mehr Kontrolle zu haben.



Der Weg zu finanziellem Wohlbefinden ist nicht schnell und jeder Schritt, den Sie machen, ob groß oder klein, wird Ihnen auf lange Sicht helfen! Sie können Ihre persönliche Situation im Laufe der Zeit immer wieder überprüfen um festzustellen, was Sie als Nächstes tun können, um Ihr finanzielles Wohlergehen zu verbessern.

### Ressourcen

Wenn Sie mehr über finanzielles Wohlergehen erfahren möchten, empfehlen wir Ihnen die folgenden Ressourcen

#### Zum Anschauen: Ted Talks

[https://www.ted.com/playlists/685/how\\_to\\_take\\_charge\\_of\\_your\\_personal\\_finances](https://www.ted.com/playlists/685/how_to_take_charge_of_your_personal_finances)

#### Zum Lesen: Ihre Lokalnachrichten

Fügen Sie den App-Service Ihres lokalen Nachrichtenanbieters auf Ihrem Telefon hinzu oder melden Sie sich für deren Newsfeeds an.

#### Zum Anhören: Suche nach Podcasts zum Thema “Finanzielles Wohlergehen”.

Versuchen Sie, auf Streaming-Plattformen nach Inhalten zu suchen, die Sie informieren.

Haftungsausschluss: Die hier bereitgestellten Informationen stammen aus zuverlässigen Quellen, die jedoch in keinem offiziellen Zusammenhang mit WTW oder einem seiner Produkte stehen.