

Budget-Challenge

– Bist du fit im Umgang mit Geld?

Unterrichtsmaterial für Lehrkräfte

Inhalt

1. Einleitung	2
2. Auf einen Blick	2
3. Exemplarischer Ablaufplan	4
4. Materialbeschreibung und Hinweise zur Umsetzung	5
Anhang	10

1. Einleitung

Die Verbraucherzentralen haben unter dem Titel „**Richtiger Umgang mit Geld: Check dein Budget!**“ ein Bildungsangebot mit verschiedenen Schwerpunkten und Methoden erstellt, indem sich die Jugendlichen mit ihren Konsumwünschen, zu erwartenden Ausgaben für die Lebenshaltung, potentiellen Folgen nichtbezahlter Rechnungen, sowie der eigenen Finanzplanung beschäftigen. Einen Überblick aller Bausteine und ergänzende Informationen finden Sie unter kurzlinks.de/check-dein-budget.

Die **Budget-Challenge** zeigt als Zusatzmaterial exemplarisch einen Beispielmonat einer/eines Auszubildenden oder Studierenden mit den unterschiedlichen Ausgabeposten. Dabei gibt es viele Entscheidungsmöglichkeiten in Bezug auf die Art der Wohnung, den Einkauf, Versicherungen oder andere Verträge des alltäglichen Lebens.

2. Auf einen Blick

- **Zielgruppe:** junge Menschen ab ca. 16 Jahren
- **Zeitlicher Umfang:** 90-120 Minuten
- **Themengebiet:** Lebenshaltungskosten, Konsumententscheidungen, Budgetplanung
- **Fächerbezug:** fächerübergreifend (z.B. Verbraucherbildung, Wirtschaft, Politik)
- **Zielsetzung:** Die Lernenden kennen die verschiedenen Ausgabeposten bei einer eigenständigen Haushaltsführung. Sie setzen sich kritisch mit ihrem Konsumverhalten auseinander und benennen Sparpotentiale sowie Möglichkeiten das Einkommen zu erhöhen.
- **Download-Material:** Anleitung, Rollenkarten, Ausgabekarten (doppelseitig drucken), Tipps & Warnungen, Ausfüllbogen Buchhaltung, Tabelle für die Erhöhung der Einnahmen, Übersicht Posten Budget-Challenge
- **zusätzlich benötigtes Material:** Spielgeld (pro Gruppe ca. 1.500 € in Münzen und Scheinen), ggf. Folienstift (wasserlöslich), Klemmbrett
- **Erschienen:** 2025

Lernziele

Die Lernenden...

- benennen Möglichkeiten der Kosteneinsparung bei der Wahl der Wohnform, dem Einkauf, Versicherungen und anderen Verträgen.
- ordnen die Auswirkungen des eigenen Konsumverhaltens auf die Gesamtausgaben für die Lebensführung ein.
- entwickeln Ideen und diskutieren Möglichkeiten, das Einkommen zu erhöhen.
- benennen Optionen der Haushalts- und Budgetplanung.

Bezug zu Bildung für nachhaltige Entwicklung und Sustainable Development Goals:

Die Bildungsangebote der Verbraucherzentrale ermöglichen im Sinne einer Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) Heranwachsenden...

- das eigene Verhalten zu reflektieren,
- Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen,
- eigene Handlungsspielräume zu erkennen und Handlungskompetenz zu erwerben,
- die ökonomischen, ökologischen und sozialen Folgen abzuschätzen und
- verantwortungsvolle, nachhaltige Entscheidungen treffen zu können.

Mit ihren Bildungsangeboten leisten die Verbraucherzentralen einen Beitrag zur Umsetzung der Sustainable Development Goals (SDG), insbesondere von SDG 4 „Hochwertige Bildung“.

**Hinweis zu Open Educational Resources (OER):**

Die Materialien sind unter einer offenen Lizenz als Open Educational Resources (OER) veröffentlicht. Sie dürfen die Übungen somit für Ihre Zwecke nutzen, überarbeiten und an Kolleg:innen weitergeben. Die Inhalte stehen, sofern nicht anders angegeben, unter der Lizenz CC BY-SA 4.0. Dabei muss als Quelle die Verbraucherzentrale angegeben und die Creative-Commons-Lizenz CC BY-SA 4.0 verwendet werden. Davon ausgeschlossen sind Bilder, das Markenlogo der Verbraucherzentrale, die Förderlogos von Projekten und die Logos von Ministerien.

Den Lizenztext finden Sie unter: www.creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0



Als anbieterunabhängige Institution bieten die Verbraucherzentralen im Rahmen der Verbraucherbildung **vielseitige Bildungsangebote** für **verschiedene Zielgruppen** an.

Weitere Informationen: verbraucherzentrale.de/bildungsangebote

3. Exemplarischer Ablaufplan

Zeit- angabe	Phase (mit Sozialform)	Inhalt	Lernziele Die Lernenden...	Materialien
5 Min.	Einstieg (Plenum)	Besprechung der aktuellen monatlichen Ausgaben der Lernenden	...benennen ihre aktuellen Ausgaben-Posten.	Tafel, Kreide / Boardmarker
5 Min.	Einführung Budget-Challenge (Plenum)	Erklärung des Ablaufs der Budget-Challenge und Vorstellung der einzelnen Rollen	... können den Ablauf der Gruppenarbeit eindeutig benennen.	Rollenkarten, Ausgabekarten, Tipps und Warnungen
35 Min.	Erarbeitung I (Gruppenarbeit)	Durchspielen des Monats mit seinen Ausgaben bis das Budget aufgebraucht ist	...benennen Möglichkeiten der Kosteneinsparung bei der Wahl der Wohnform, dem Einkauf, Versicherungen und anderen Verträgen.	Rollenkarten, Ausgabekarten, Tipps und Warnungen, Anleitung, Klemmbrett + Buchführung, Spielgeld
10 Min.	Erarbeitung II (Gruppenarbeit)	Sammeln von Maßnahmen zur Steigerung des Einkommens	... entwickeln und diskutieren Ideen und Möglichkeiten, das Einkommen zu erhöhen.	Einnahmen erhöhen,
20 Min.	Erarbeitung III (Gruppenarbeit)	Fortführung des Monats	(siehe Erarbeitung I)	(Siehe Erarbeitung I)
10 Min.	Auswertung (Plenum)	Entscheidungen und Ergebnisse aus dem Beispielmonat werden diskutiert, fehlende Ausgabeposten ggf. ergänzt	... benennen Optionen der Haushalts- und Budgetplanung.	
5 Min.	Abschluss (Plenum)	Die Kernbotschaften werden zusammengefasst		Tafel, Kreide / Boardmarker

4. Materialbeschreibung und Hinweise zur Umsetzung

Einstieg

Die Lehrkraft fragt die Lernenden, wofür sie in ihrem Alltag Geld ausgeben. Die verschiedenen Ausgabeposten werden an der Tafel gesammelt. Da es sich bei den Lernenden in der Regel um Personen handelt, die noch bei den Eltern leben, lassen sich die meisten Ausgaben im Freizeitbereich verorten.

Die Feststellung, dass sich die Art und Anzahl der Ausgaben bei einem eigenständigen Leben enorm vergrößert, bietet eine gute Überleitung zur Methode der Budget-Challenge.

Material: Tafel, Kreide / Boardmarker

Einführung Budget-Challenge

Erklärung des Ablaufs der Budget-Challenge und Vorstellung der einzelnen Rollen

Ziel der Budget-Challenge ist es, die Ausgaben des täglichen Lebens kennenzulernen und einen ganzen Monat mit begrenzten finanziellen Mitteln zu überstehen, ohne in einen finanziellen Engpass zu kommen. Dafür werden Kleingruppen von 7 – 11 Personen gebildet, in denen allen Teilnehmenden Rollen zugeteilt werden.

Eine Person ist **in Ausbildung / im Studium** und muss mit einem festen Budget von 990 € (orientiert am BAföG Höchstsatz und dem ungefähren durchschnittlichen Gehalt im ersten Lehrjahr) auskommen. Für jeden Tag des Monats gibt es zwischen einer und drei Ausgaben, für die immer zwischen zwei Optionen (Vorder- und Rückseite der Karten) gewählt werden muss. Diese werden von den Zuständigen für die **Ausgaben** vorgestellt.

Unterstützend tragen **die Zuständigen für Tipps und Warnungen** die entsprechenden Informationen ihrer zum Datum gehörigen Karten vor. Anschließend entscheidet sich der/die Auszubildende oder Studierende für eine Option und zahlt den entsprechenden Betrag an die **Bank**, welche eventuell Wechselgeld herausgibt.

Abschließend notiert die für die **Buchhaltung** zuständige Person die Ausgabe an der entsprechenden Stelle in der Übersichts-Tabelle. Danach geht es weiter mit der nächsten Ausgabekarte.

Die **Spielleitung** achtet darauf, dass dieser Ablauf beibehalten wird.

Die Beträge der Ausgaben können nur in Ausnahmefällen geändert werden. Dafür muss ein nachvollziehbarer Grund vorliegen und die Gruppe muss dies nach kurzer Diskussion durch eine Abstimmung genehmigen. Bei Gleichstand entscheidet die Spielleitung.

Das absolute Minimum aller Ausgaben liegt in diesem Beispielmonat bei 944 €. Daher ist es sehr wahrscheinlich, dass auch bei sparsamem Verhalten das Geld vor Monatsende ausgeht. Wenn dies passiert, soll die Gruppe sich bei der Lehrkraft melden.

Download-Material pro Kleingruppe: Rollenkarten, Anleitung, Ausgabekarten, Tipps & Warnungen, Ausfüllbogen der Buchhaltung

zusätzlich benötigtes Material pro Kleingruppe: Spielgeld (ca. 1.500 € in Münzen und Scheinen, davon 990 € in Umschlag für Rolle Azubi/Studierende/r, Rest für Bank), Klemmbrett

Erarbeitung I

Durchspielen des Monats mit seinen Ausgaben, bis das Budget aufgebraucht ist

Die Lernenden klären die Rollenverteilung und nehmen sich entsprechend ihrer Rollen das passende Material. Dann beginnt die Spielleitung mit der Moderation des Ablaufs wie oben beschrieben. Dies wird fortgeführt, bis nicht mehr genug Geld für die nächste Ausgabe zur Verfügung steht und die Gruppe sich bei der Lehrkraft meldet.

Rolle	Anzahl	Aufgabe	Material
Spielleitung	1	Moderation des Ablaufs	Ablaufkarte
Azubildende:r / Studierende:r	1	Treffen der Entscheidungen, Geld bezahlen	Monatsbudget
Ausgaben	1-3	Vorstellung der Ausgabekarten	Ausgabekarten
Warnungen	1-2	Verlesen der Warnungen	Warnungskarten
Tipps	1-2	Verlesen der Tipps	Tippkarten
Bank	1	Geld entgegennehmen, Wechselgeld rausgeben	Wechselgeld
Buchhaltung	1	Ausgaben nach Art notieren	Ausfüllbogen, ggf. Klemmbrett

Material: siehe Einführung

Erarbeitung II

Sammeln von Maßnahmen zur Steigerung des Einkommens

Etwa gegen Mitte des Monats ist das Budget von 990 € aufgebraucht. Es wird deutlich, dass selbst bei einer sparsamen Haushaltsführung ein höherer Finanzbedarf vorhanden ist, um ein eigenständiges Leben zu bestreiten.

Die Lernenden erhalten nun den Auftrag, Ideen zur Steigerung des monatlichen Einkommens zu sammeln. Dazu erhalten sie den **Ausfüllbogen „Einnahmen erhöhen“**. Die erste Spalte ist für Möglichkeiten vorgesehen, die direkt greifen, also unmittelbar Geld zur Verfügung steht. In der zweiten Spalte sollen Ideen eingetragen werden, die erst ab dem kommenden Monat helfen, da das Geld erst am Ende des aktuellen Monats eingeht. Die dritte Spalte bietet Platz für Ideen, die mit einem hohen Risiko oder Mehrkosten verbunden sind. In die letzte Spalte werden die Ideen eingetragen, die illegal und strafbar sind.

Mögliche Ideen sind:

Sehr gut / sofort	Gut, Ende des Monats	Schlecht, aber legal	Schlecht, illegal
Kindergeld (259 €) (unter 25 Jahre)	Nebenjob (als Azubi nur mit Erlaubnis, als Studierende:r bis 25 Jahre nur Minijob)	Kredit aufnehmen (Zinsen sind teuer, monatliches Budget wird durch Rate noch geringer)	Schwarzarbeit
Pfand abgeben / sammeln	Wohngeld beantragen (nicht bei BAföG)	Geld bei Freunden / Familie leihen (muss ebenfalls zurückgezahlt werden)	Drogen verkaufen
Blut / Plasma spenden (manchmal Aufwandsentschädigung 20-50 €, Snacks und Getränke)	Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) bei Bundesagentur für Arbeit beantragen (nur bei dualer Ausbildung)	Only Fans (persönliche Grenzen)	Organe verkaufen
Nachbarschaftshilfe (Hilfe steht im Vordergrund, ohne Gewinnerzielungsabsicht)	Stipendium beantragen		Bank ausrauben
Sachen verkaufen (bei über 1.000 € Gewinn pro Jahr versteuern)			
An Studien teilnehmen (Aufwandsentschädigung, genau auf Inhalte achten)			

Nachdem die Lernenden ihre Ideen notiert haben und ihnen nichts mehr einfällt, werden die Punkte kurz besprochen.

Der Einfachheit halber wird dann das Kindergeld von 259 € an den/die Auszubildende/n oder Studierende/n ausgezahlt. Dazu sollte erläutert werden, dass die Kinder die Auszahlung nur dann direkt an sich selbst verlangen können, wenn Eltern unterhaltsverpflichtet sind und diesen Verpflichtungen nicht nachkommen. Dieser Verpflichtung können Eltern auch nachkommen, indem sie ihre Kinder mit Barunterhalt oder Naturalunterhalt (z.B. Lebensmittel) unterstützen.

Nun kann der Monat zu Ende gespielt werden. Sollte die Zeit knapp sein, kann auch hier abgebrochen werden. Die restlichen Karten werden dann nur noch kurz angeschaut und besondere Ausgaben können thematisiert werden.

Nützliche Links: BAB-Rechner online: babrechner.arbeitsagentur.de

Material pro Kleingruppe: Ausfüllbogen „Einnahmen erhöhen“

Erarbeitung III

Fortführung des Monats

Ist noch ausreichend Zeit vorhanden, spielen die Kleingruppen wie in Erarbeitungsphase I den Monat bis zum Ende durch. Haben alle Kleingruppen die Budget-Challenge beendet, kommen sie wieder im Plenum zusammen.

Auswertung

Entscheidungen und Ergebnisse aus dem Beispielmontat werden diskutiert, fehlende Ausgabeposten ggf. ergänzt

Im Plenum können folgende Fragen zur Auswertung diskutiert werden:

- Wie viel Geld ist übrig geblieben? Was könnte man damit machen?
- Wurde im Beispielmontat mit insgesamt 1249 € ein luxuriöses Leben geführt?
- Waren die Ausgabenposten und Beträge realistisch? Haben Punkte gefehlt? (z.B. Urlaub)
- Bei welchen Ausgaben gibt es Sparpotential? (Verträge kündigen/ändern, variable Kosten senken durch gute Einkaufsplanung, Befreiung vom Rundfunkbeitrag bei BAföG...)
- Was hilft um die richtigen Entscheidungen zu treffen?
- Weitere mögliche Auswertungen:
 - a. Lebensmittel zusammen rechnen
 - b. Derzeitige Energie & Wohnungskosten recherchieren
 - c. Interaktiven Budgetplaner ausfüllen / Haushaltsbuch führen / Budget plus+ App
 - d. Stromschulden besprechen

Abschluss

Kernbotschaften

Die Lehrkraft fasst die Kernbotschaften kurz gemeinsam mit den Lernenden zusammen.

- Eine eigenständige Lebensführung ist mit Kosten verbunden. Es sollten mindestens 1.100 – 1.200 € zur Verfügung stehen um ausziehen zu können.
- Die Führung eines Haushaltsbuchs oder ähnliche Maßnahmen helfen einen Überblick zu behalten und das Budget besser einzuteilen.
- Es gibt Möglichkeiten das Einkommen zu erhöhen oder Sparpotentiale bei den eigenen Ausgaben zu nutzen.

Alternative Durchführung bei weniger Gesamtzeit oder abweichender Zielgruppe

Zeitbedarf: 45-60 Min.

Zielgruppen: ab Klasse 9 oder Gruppen, die sich nicht selbst in der Kleingruppe verwalten können/sollen

Die Budget-Challenge verläuft ähnlich wie oben beschrieben, wird allerdings nicht in Kleingruppen, sondern gemeinsam im Plenum durchgeführt. Die Lehrkraft übernimmt hierbei die **Spielleitung**. Hilfreich ist hierfür die Übersicht aller Posten.

Einzig die Rollen der / des **Auszubildenden oder Studierenden** und der **Bank** werden zugeteilt. Die Ausgabekarten werden an die übrigen Teilnehmenden ausgegeben, die der Reihe nach beide Optionen vorstellen. Die anderen Teilnehmenden haben dann die Möglichkeit, selbst Tipps und Warnungen einzubringen. Die Entscheidung kann dann von dem / der Auszubildenden oder Studierenden oder durch ein Votum der Gruppe getroffen werden.

Die Diskussion zur Steigerung der Einnahmen und Reflexion am Schluss finden gemeinsam statt.

Dieses Material wurde erstellt von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e. V. in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e.V. | Helmholtzstraße 19 | 40215 Düsseldorf | E-Mail: durchblick@verbraucherzentrale.nrw

Stand: Oktober 2025

Gefördert durch:



Bundesministerium
der Justiz und
für Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Anhang

Budget-Challenge - Buchführung

Deine Aufgabe ist es, alle Ausgaben, die gemacht werden, auf dieser Übersicht zu vermerken. Pass also gut auf und ordne am besten jede Ausgabe direkt dem passenden Bereich zu.

So könnt ihr am Ende sehen, wie sich die monatlichen Kosten aufteilen und in welchen Bereichen sie besonders hoch sind.

DATEN	WOFÜR?	BETRÄGE
MIETE & ENERGIEKOSTEN		
	Miete warm oder kalt	
	Nebenkosten	
	Strom	
LEBENSMITTEL		
	Einkäufe im Supermarkt	
	sonstiges (auswärts, unterwegs oder Lieferdienst)	
MOBILITÄT		
	Beförderungsmittel: _____	
	Extra-Fahrten	
ANSCHAFFUNGEN (MÖBEL, KLEIDUNG)		
	Möbel	
	Kleidung	
	Schuhe	

DATEN	WOFÜR?	BETRÄGE
MEDIEN		
	Rundfunkbeitrag	
	Streaming-Dienst	
	WLAN	
	Handy	
VERSICHERUNGEN		
	Haftpflichtversicherung	
	Handyversicherung	
	Hausratversicherung	
	Berufsunfähigkeitsversicherung	
FREIZEIT & FREUNDE		
	Abendgestaltung	
	Sport	
	Haustier	
	Geschenke	
KÖRPERPFLEGE		
	Hygieneprodukte	
	Friseur	
FINANZEN		
	Kontoführungsgebühr	
	Sparen	
	Geld verleihen	

Übersicht Posten Budget-Challenge

Tag	Ausgabe Seite 1	€	Ausgabe Seite 2	€	Warnung	Tipps & Tricks
1	Miete: warm WG-Zimmer	380	Miete: kalt 2-Zimmer-Wohnung	420	Kaltmiete: Nebenkosten kommen noch dazu.	Miete: Dauerauftrag zum 1. des Monats einrichten
1	Nebenkosten: In Warmmiete enthalten	0	Nebenkosten: Abschlag (Heizung + Betriebskosten)	110	Nebenkosten: Zu niedriger Abschlag = hohe Nachzahlung. Die genaue Abrechnung kommt nur 1 x im Jahr.	Nebenkosten: Abschlag höher setzen und Geld zurück kriegen statt nachzahlen, zusätzlich sparsam heizen.
1	Mobilität: Deutschlandticket ÖPNV	63	Mobilität: Eigenes Auto (Steuer, Versicherung, Treibstoff, Reparaturen...)	300	Mobilität: Kosten für einen PKW werden unterschätzt.	Mobilität: Gibt es ein Azubi-Ticket? Fahrgemeinschaften oder Fahrradfahren sind gut für die Umwelt und das Budget.
2	Lebensmittel: Wocheneinkauf mit Liste	75	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	45	Lebensmittel: Oft kauft man mehr als man wollte und braucht.	Lebensmittel: Wer plant, kauft und verschwendet auch weniger. Angebote nutzen!
2	Möbel: Sofa 0%-Finanzierung (4 Jahre)	15	Möbel: Sofa bei Kleinanzeigen gefunden	50	Möbelkauf: Bei einer Finanzierung kommt die Rate für längere Zeit als monatliche Ausgabe dazu!	Möbelkauf: Erst sparen, dann kaufen! Gebrauchte Möbel sind oft noch gut.
3	Medien: Rundfunkbeitrag (3er-WG = wird geteilt)	6	Medien: Rundfunkbeitrag (2-Zimmer-Wohnung)	18	Rundfunkbeitrag: Post ignorieren führt zu Nachzahlungen!	Rundfunkbeitrag: Post IMMER beantworten, Befreiung beantragen bei BAföG, BAB oder ALG II

Tag	Ausgabe Seite 1	€	Ausgabe Seite 2	€	Warnung	Tipps & Tricks
3	Rauchen: Du rauchst nicht!	0	Rauchen: Zigaretzenschachtel	10	Rauchen: Sucht ist immer teuer!	Rauchen: Aufhören?! Tageslimit festlegen. Rauchsituati- onen meiden.
4	Haftpflichtversiche- rung: unverzichtbar!	5	Haftpflichtversiche- rung: unverzichtbar!	5	Haftpflichtversicherung: Keine zu haben ist unverantwort- lich!	Haftpflichtversicherung: Nachfragen, ob die Familienversi- cherung noch greift
5	Lebensmittel: Du hast noch genug vom Wocheneinkauf	0	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	40	Lebensmittel: Unwirtschaftliche Haushaltsführung führt zu höheren Ausgaben.	Lebensmittel: Frische Lebensmittel zuerst ver- brauchen.
6	Freizeit: Filmabend zuhause mit Snacks	8	Freizeit: Kinobesuch und Fei- ern	40	Freizeit: Wenn es Spaß macht, kann man schnell das Budget aus dem Blick verlieren.	Freizeit: Kinotag nutzen, Happy Hour, vor- her Budget festlegen und in bar mitnehmen.
7	Schuhe: Du hast genug Schuhe	0	Schuhe: Das Paar gefiel Dir so sehr!	25	Schuhe: Konsumkauf statt notwendiger An- schaffung?!	Schuhe: Erst alte Schuhe auftragen, aber ir- gendwann brauchst du auch neue (sparen?).
8	Lebensmittel: Verschlafen :-(fas- ten bis mittags!	0	Lebensmittel: Verschlafen:-(Frühstück vom Bä- cker	6	Lebensmittel: Täglich zum Bäcker gehen ist sehr teuer.	Lebensmittel: Beim Bäcker notfalls nur ein tro- ckenes Brötchen kaufen und dazu Leitungswasser trinken.
9	Lebensmittel: Wocheneinkauf mit Liste	75	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	45	Lebensmittel: Verführungen im Supermarkt: Pro- dukte auf Augenhöhe sind teurer.	Lebensmittel: Bücken & strecken für günstigere Produkte, die sind meistens oben oder unten im Regal.

Tag	Ausgabe Seite 1	€	Ausgabe Seite 2	€	Warnung	Tipps & Tricks
9	Geld verleihen: Du verleihst kein Geld	0	Geld verleihen: Ein Herzensmensch fragt Dich!	10	Geld verleihen: Kommt es zurück? Manchmal nicht....	Geld verleihen: Bei höheren Beträgen schriftlich festhalten (Vertrag) und unterschreiben, auch bei Freunden.
10	Lebensmittel: Du verzichst auf Snacks unterwegs	0	Lebensmittel: Pommes & Cola unterwegs	6	Lebensmittel: Auswärts essen ist meist teurer. In der Gruppe wird man manchmal verführt.	Lebensmittel: Nicht hungrig in die Stadt gehen, kleine Snacks mitnehmen.
10	Medien: Streaming-Dienst (geteilter Account)	4	Medien: Streaming-Dienst	10	Medien: Wie viele Streaming-Dienste braucht man? Teilen des Accounts ist nicht immer legal! Es muss der gleiche Haushalt sein.	Medien: Kostenlose Mediatheken nutzen, Stadtbücherei, Streaming-Account teilen (wenn es erlaubt ist).
11	Rauchen: Du rauchst echt nicht!	0	Rauchen: Zigaretenschachtel	10	Karte vom 3.	Karte vom 3.
11	Hygiene & Pflege: Einkauf (Klopapier, Shampoo, Duschgel, Zahnpasta, Putzmittel)	15	Hygiene & Pflege: Einkauf (Klopapier, Shampoo, Duschgel, Zahnpasta, Putzmittel + besondere Produkte)	25	Hygiene & Pflege: Markenprodukte sind deutlich teurer.	Hygiene & Pflege: Preise für Großpackungen und kleinere normale Größen vergleichen (Literpreis), Produkte aufbrauchen.
12	Strom WG: Abschlag (= monatliche Vorauszahlung)	35	Strom 2-Zimmer-Wohnung: Abschlag (= monatliche Vorauszahlung)	55	Strom: Stromsperre bei Schulden (ab 100 €).	Strom: Geräte und Lichter abschalten, wenn du sie nicht nutzt, Energiesparlampen, Abschlag etwas höher setzen, lieber Geld zurück bekommen als nachzahlen.

Tag	Ausgabe Seite 1	€	Ausgabe Seite 2	€	Warnung	Tipps & Tricks
13	keine Handyversicherung	0	Handyversicherung	5	Handyversicherung: Unnötig! Die Leistungen sind oft undurchsichtig.	Handyversicherung: Das Geld lieber in ein Sparschwein stecken und für das nächste Handy nutzen.
13	Lebensmittel: Du hast noch genug vom Wocheneinkauf	0	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	45	Lebensmittel: Musik, Düfte, Licht – alles beeinflusst Dich!	Lebensmittel: Nicht hungrig einkaufen gehen.
14	Medien: WLAN für zuhause (WG)	10	Medien: WLAN für zuhause (2-Zimmer-Wohnung)	30	Medien: Das Leistungspaket enthält oft mehr als man braucht.	Medien: Genauen Bedarf ermitteln und gezielt ein passendes Produkt suchen.
14	Freizeit: Du kaufst Dir Spiele, Bücher...	30	Freizeit: Du kaufst etwas für dein Hobby	30	Freizeit: Je nach Hobby können die regelmäßigen Ausgaben sehr hoch sein.	Freizeit: Kaufe, wenn möglich, gebrauchtes Zubehör. Spiele und Bücher kann man in Büchereien ausleihen.
15	Medien: Guthaben für Prepaid-Tarif Smartphone	15	Medien: Rechnung Smartphone nach Vertrag	30	Medien: Hohe Smartphone-Kosten durch In-App-Käufe oder Telefonate ins Ausland. (Drittanbietersperre einrichten!)	Medien: Smartphone selbst kaufen + Prepaid-Karte ist meist günstiger als ein Vertrag und ermöglicht eine bessere Kostenkontrolle.
15	Freizeit: Sport im Freien oder zuhause	0	Freizeit: Beitrag Fitnessstudio	35	Freizeit: Sport: Laufzeit bei Verträgen mit Fitnessstudios beachten. Sie werden oft nicht effektiv genutzt.	Freizeit: Sport: Kostenlose Online-Tutorials mit Übungen (mit Freunden) nutzen.
16	Lebensmittel: Wocheneinkauf mit Liste	75	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	40	Lebensmittel: Angebote und Aufsteller vor der Kasse verführen zu Extra-Käufen.	Lebensmittel: Lieber zum Discounter statt zum Supermarkt um die Ecke gehen.

Tag	Ausgabe Seite 1	€	Ausgabe Seite 2	€	Warnung	Tipps & Tricks
17	Freizeit: Haustier: Du hast kein Haustier	0	Freizeit: Haustier (Futter, Tierarzt, ggf. Steuern & Versicherung, Zubehör)	99	Freizeit: Haustier: Kosten für Tierhaltung werden oft unterschätzt.	Freizeit: Haustier: Patenschaft im Tierheim oder in der Nachbarschaft übernehmen.
18	Hausratversicherung: Du verzichtest darauf	0	Hausratversicherung	5	Hausratversicherung: Prüfen, was alles mitversichert ist, oft sind Fahrräder oder Schlüssel nicht automatisch dabei.	Hausratversicherung: Wenn du nur wenig Besitz in deinen 4 Wänden hast, ist sie nicht unbedingt notwendig.
18	Rauchen: Du lässt das lieber!	0	Rauchen: Zigaretenschachtel	10	Karte vom 3.	Karte vom 3.
19	Lebensmittel: Du hast noch genug vom Wocheneinkauf	0	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	40	Lebensmittel: Achtung Mogelpackungen! Große Packung – wenig Inhalt?	Lebensmittel: Vergleiche den Kilo-Grundpreis, der steht meist unten in klein auf dem Preisschild am Regal.
20	Geschenke: Du bastelst etwas zum Geburtstag	3	Geschenke: Du kaufst etwas zum Geburtstag	15	Geschenke: Keinen Quatsch kaufen, nur um etwas zu haben.	Geschenke: Zusammenlegen oder selbst kreativ werden.
20	Freizeit: Essen & Spielen mit Freunden	20	Freizeit: Ausgehen mit Freunden	40	Freizeit: Beim Ausgehen verliert man schnell den Überblick über die Kosten.	Freizeit: Mit etwas Vorbereitung kann man auch zuhause tolle Abende mit Freunden verbringen und Kosten und Arbeit durch alle teilen.
21	Kleidung: Du besuchst eine Kleidertauschparty	0	Kleidung: Kleine Shopping-Tour	35	Kleidung: Oft werden Sachen gekauft und nur 1 x getragen, danach landen sie hinten im Schrank.	Kleidung: Zurücklegen lassen und drüber schlafen, oder schenken lassen.

Tag	Ausgabe Seite 1	€	Ausgabe Seite 2	€	Warnung	Tipps & Tricks
22	Lebensmittel: Du nimmst nur Pommes & Leitungswasser	3	Lebensmittel: Menü mit Burger, Pommes, Getränk	10	Lebensmittel: Auswärts essen: Menüs verführen zu höheren Ausgaben.	Lebensmittel: Auswärts essen: Nur so viel bestellen wie man braucht.
23	Lebensmittel: Wocheneinkauf mit Liste	75	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	45	Lebensmittel: Essen wird oft weggeworfen, wenn das Mindesthaltbarkeitsdatum abgelaufen ist. Das muss nicht sein!	Lebensmittel: Produkte mit kurzer Haltbarkeit werden oft günstiger angeboten.
24	Berufsunfähigkeitsversicherung: Du verzichtest auf den wichtigen Schutz :-)	0	Berufsunfähigkeitsversicherung	45	Berufsunfähigkeitsversicherung: Angaben nicht korrekt = keine Leistung im Schadensfall!	Berufsunfähigkeitsversicherung: Früh abschließen, Fragen penibel und ehrlich beantworten, und an die Nachversicherungsgarantie denken.
25	Rauchen: Du nicht!	0	Rauchen: Tabak + Hülsen	10	Karte vom 3.	Karte vom 3.
25	Lebensmittel: Du hast noch genug vom Wocheneinkauf	0	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	40	Lebensmittel: (süße) Getränke können sehr teuer werden.	Lebensmittel: Mineralwasser ist schwer und kostet mehr, lieber auf Leitungswasser umsteigen.
26	Körperpflege: Du legst selbst Hand an	0	Körperpflege: Kosmetik / Nagelstudio / Friseur	35	Körperpflege: Je nach Frisur sehr oft notwendig, dazu große Preisunterschiede.	Körperpflege: Manche Salons suchen Haarschneidemodelle für ihre Azubis.
27	Lebensmittel: Du kochst IMMER selbst	0	Lebensmittel: Lieferdienst	10	Lebensmittel: Lieferdienst: Mindestbestellwert zwingt manchmal zu mehr Konsum, Fahrtkosten kommen oft noch dazu.	Lebensmittel: Lieferdienst: Familienpizza mit mehreren teilen, oder das Essen selbst abholen.

Tag	Ausgabe Seite 1	€	Ausgabe Seite 2	€	Warnung	Tipps & Tricks
28	Rücklagen: Du steckst Geld ins Sparschwein	10	Rücklagen: Du hast einen ETF-Sparplan	10	Rücklagen: Risiken: zu hohe Sparrate oder falsches Anlageprodukt (also vorher gut informieren!).	Rücklagen: Jetzt sparen für später! Das ist auch bei kleinen Raten sinnvoll.
29	Lebensmittel: Du hast noch genug vom Wocheneinkauf	0	Lebensmittel: Spontaner Einkauf	30	Lebensmittel: Was schimmelig ist, muss weg, sonst schadest du deiner Gesundheit.	Lebensmittel: Gibt es Foodsharing / Fairteiler in deiner Nähe? Du sparst und rettest Lebensmittel.
30	Bank: Du hast ein gebührenfreies Konto	0	Bank: Kontoführungsgebühr	7	Bank: Kontoführungsgebühr: Das falsche Kontomodell wählen kann teuer werden.	Bank: Kontoführungsgebühr: Gebührenfreies Konto für Azubis nutzen. Online-Banken bieten oft auch kostenlose Gehaltskonten an.
31	Mobilität: Fahrt in die Heimat mit IC	22	Mobilität: Auto: Du hast noch genug Sprit im Tank	0	Mobilität: Schwarzfahren ist teuer!	Mobilität: Bei Bezug von BAB kann man 1 x im Monat die Heimfahrtkosten erstattet bekommen.