

# Tipps zum Geld sparen

## Lebensmittel

- Im Angebot und in großen Mengen kaufen
- Kochen lernen
- Naturprodukte kaufen
- Basics wie Nüsse, Saaten, Haferflocken, Tiefkühl-Gemüse und Konserven kaufen
- Hausmarken bzw. die Sachen ganz oben oder ganz unten kaufen
- Verarbeitete Lebensmittel (auch Wurst und Käse) reduzieren
- Selbst kochen statt essen gehen oder liefern lassen
- Einkaufszettel schreiben
- Zielgerichtet einkaufen, nicht bummeln
- Kein abgefülltes Wasser kaufen
- Wiederverwendbare Einkaufstüten oder Beutel
- Weniger Süßigkeiten
- Ernährungsplan schreiben
- Einmal pro Woche Großeinkauf statt viele kleine Einkäufe
- Lebensmittel regional und saisonal kaufen
- Resteverwertung machen, statt schlecht werden lassen oder wegwerfen
- Essen mit auf die Arbeit nehmen statt dort kaufen
- Bio-Fleisch vom Bauern in großer Menge und dann einfrieren

## Wohnung, Versicherungen & Geld

- Schulden abbezahlen
- Konsequenz 10 % auf die Seite legen
- Kleinere Wohnung, falls es leerstehende oder schlecht genutzte Räume gibt
- Selbst putzen statt Putzfrau/Haushälterin
- Wohnung während längerer Abwesenheit untervermieten
- Nur nötige Versicherungen (Kranken-, Haftpflicht-, Berufsunfähigkeits-, Lebensversicherung) besitzen
- Gute Altersvorsorge wählen (Banken & Versicherungen haben selten wirklich profitable Altersvorsorge)
- Regionale Bank mit geringer Kontoführung nutzen, wie Sparkassen
- Bar bezahlen statt mit Karte (Bewusstsein entwickeln)

## Körperpflege und Kosmetik

- Maniküre und Pediküre selbst machen
- Naturkosmetik selbst machen (Shampoo, Zahnpasta, Deo, ...)
- Selbst Haare färben
- Seltener zum Friseur gehen



**SCHNELL.  
EINFACH.  
GESUND.**

# Tipps zum Geld sparen

## Transport

- Carsharing nutzen
- Saisonkarten und Bahncards nutzen
- Blabla-Car & Mitfahrgelegenheiten anbieten oder mitfahren
- Fernbusse nutzen
- Superspar-Preise (> 6 Wochen vorher) bei der Bahn für Fernreisen nutzen
- Bahn-Coupons bei Lidl, Nutella & Co. nutzen
- Fahrrad fahren
- Jahreswagen statt Neuwagen
- Autoversicherung überdenken

## Kleidung

- Schlussverkauf nutzen (*schon mal nach Weihnachten eingekauft?*)
- Second Hand nutzen
- Qualität kaufen, die länger hält
- Weniger Mode-Trends verfolgen (zeitlose Kleidungsstücke)
- Nicht mehr Kleidung besitzen, als man in 2 Wochen benötigt
- Kleidung tauschen oder teilen (z.B. Abendkleider)
- Gutscheine aus Zeitungen ausschneiden und nutzen
- Weniger, aber gut kombinierbare und vielseitige Kleidungsstücke
- Selbst nähen und reparieren (auch Männer können das!)

## Nebenkosten

- Wärmer anziehen, weniger heizen
- Haus dämmen
- Stoßlüften statt dauernd Fenster offen
- Luftfilter regelmäßig tauschen
- Geschirrspüler erst an, wenn voll
- Geschirrspüler nutzen statt selbst alles abwaschen
- Waschmaschine erst an, wenn voll
- Wäsche aufhängen statt Trockner verwenden
- Nicht jedes Kleidungsstück muss bei 60 °C gewaschen werden
- Wassersparende Wasserhähne und Duschköpfe
- Strom & Internet regelmäßig kündigen und Neukundenbonus sichern
- Handy mindestens 2 Jahre nutzen, nicht jedes Jahr das neueste kaufen
- Gleiches gilt für Laptops und Fernseher
- Teure Gegenstände wie Handy und Waschmaschine nicht in Raten abbezahlen, sondern mit Einmalzahlung
- Genau im Auge behalten, wem man Geld verleiht



**SCHNELL.  
EINFACH.  
GESUND.**

# Tipps zum Geld sparen

## Freizeit

- Bücherei Mitgliedschaft
- Kindle Unlimited
- Gelesene Bücher wiederverkaufen
- Kein Sky
- Zeitungs-Abo's nur, wenn sie auch wirklich gelesen werden und keinen Druck aufbauen
- Netflix und Amazon Prime nur, wenn wirklich benötigt
- Abo's und Mitgliedschaften für Fitnessstudio und ähnliches (Sauna, Solarium, Yoga, ...) kündigen, wenn man es nicht mindestens 1x pro Woche nutzt
- Excel-Liste mit laufenden Verträgen und Kündigungsfristen
- Weniger ins Kino, dafür Netflix oder Amazon Prime nutzen
- Auf Ebay-Kleinanzeigen kaufen und verkaufen
- Familien-Rabatte nutzen
- Die Natur als Spielplatz und Unterhaltung nutzen (gratis)
- Einfache Reparaturen selbst machen
- Selbst Nahrung anbauen, wenn der Garten groß genug ist
- Günstige Hobbys besitzen
- Weniger feiern gehen, dafür nach Hause einladen
- Aktionen für Gratiseintritt in Museen nutzen
- Happy Hours nutzen

## Urlaub

- AirBnB statt Hotel
- Bei Flug in den Kurzurlaub auch nur Handgepäck möglich?
- In der Nebensaison Urlaub machen
- Nicht am Wochenende fliegen, sondern unter der Woche
- Last-Minute nutzen, wenn man spontan sein kann
- Staycation/WWOOFING ausprobieren (für Kost & Logis arbeiten)
- Im Urlaub alle Lichter, Kühlschränke und Steckdosen aus

