

Merkmaleblatt «Weiterleben mit Schulden»

Auch wer seine Schulden nicht sanieren kann, sollte beim Umgang mit seinem (knappen) Geld gewisse Grundsätze beachten. Wenn Sie unsere Tipps befolgen, lässt der innere und äussere Druck nach, den die Schulden und eventuell auch die Gläubiger auf Sie ausüben.

Welche Forderungen sollten bezahlt werden? Welche müssen unbezahlt bleiben?

Setzen Sie Ihre knappen Mittel konsequent für den aktuellen Lebensbedarf ein! Bezahlen Sie zuerst die lebensnotwendigen Rechnungen: Wohnungsmiete, Krankenkasse, Alimente, Strom und Gas. Für andere Rechnungen bleibt oft kein Geld übrig: Steuern, Kreditraten, Leasingraten, alte Forderungen.

Tipps

- ☒ **Verschaffen Sie sich einen möglichst guten Überblick über Ihre Einnahmen und Ausgaben.** Machen Sie ein Haushaltsbudget. Führen Sie ein Haushaltsbuch. Sammeln Sie die Belege für Ihre Ausgaben. Wenn das Betreibungsamt Ihr betriebsrechtliches Existenzminimum berechnet, werden Miete, Krankenkasse, Alimente usw. nur berücksichtigt, wenn Sie beweisen können, dass Sie diese Posten in den Vormonaten beglichen haben.
- ☒ **Betreibungen aushalten!** Dass einzelne Gläubiger Sie betreiben, müssen Sie in Kauf nehmen. Manchmal lassen sie sich allerdings vom Betreibungsweg abhalten, wenn Sie offen über Ihre finanzielle Situation informieren. Je nach Situation können Sie die Gläubiger bitten, ganz auf ihre Forderung zu verzichten.
- ☒ **Reichen Sie die Steuererklärung ein.** Selbst wenn Sie die Steuern dann nicht bezahlen können, haben Sie ein grosses Interesse daran, die Steuererklärung einzureichen. Erstens werden gestützt auf die Steuerveranlagung die Prämienverbilligungen bei der Krankenkasse ausgerichtet. Und zweitens vermeiden Sie so, nach Ermessen (lies: viel zu hoch) veranlagt zu werden (und dabei allenfalls das Recht auf Prämienverbilligungen zu verlieren).
- ☒ **Wenn Sie ein Auto haben, verzichten Sie darauf.** Beim Lebensnotwendigen kann man nicht sparen, aber aufs Auto sollten Sie verzichten, ausser Sie sind aus gesundheitlichen Gründen zwingend darauf angewiesen oder Sie brauchen es, um arbeiten zu können.
- ☒ **Wechseln Sie gegebenenfalls die Krankenkasse.** Der Wechsel ist ausgeschlossen, wenn bei der alten Kasse noch Rechnungen offen sind. Einsparungen können Sie unter Umständen auch machen, indem Sie in ein günstigeres Modell wechseln (Hausarzt, HMO usw.). Es empfiehlt sich in der Regel, keine hohe Franchise zu wählen.
- ☒ **Nehmen Sie keinen Kredit auf und bestellen Sie nichts auf Raten.** Eine Umschuldung durch Neuaufnahme eines Konsumkredits zur Ablösung der Schulden ist in der Regel ein Schritt in die falsche Richtung. Auch die Rückzahlung eines bereits bestehenden Kredits ist nicht mehr möglich.
- ☒ **Leihen Sie kein Geld von Privatpersonen.** Sie können es nicht wieder zurückgeben und belasten damit Freundschaften und Beziehungen. Ziehen Sie niemand anderen in ihre Schulden mit hinein

durch Bürgschaften und Solidarhaftung. Informieren Sie die Privatpersonen, denen Sie Geld schulden, über Ihre Situation und erklären Sie Ihnen, warum Sie Zahlungsschwierigkeiten haben.

- ☒ **Lassen Sie sich nicht durch Mahnungen ihrer Gläubiger verunsichern.** Moralisierende Vorhaltungen sind nicht angebracht. Wenn Inkassobüros Sie bedrängen, weisen Sie darauf hin, dass Sie den Verzugsschaden nicht anerkennen. Unterschreiben Sie keine Zahlungsvereinbarungen.
- ☒ **Unterschreiben Sie keine Schuldanerkenntnisse und keine Ratenvereinbarungen.** Wenn sich Ihre Finanzlage eines Tages verbessert, können Sie die Forderungen Ihrer Gläubiger immer noch begleichen, soweit Sie dann leistungsfähig sein werden. Hier wird es sich empfehlen, die Hilfe einer spezialisierten Beratungsstelle in Anspruch zu nehmen.
- ☒ **Holen Sie eingeschriebene Briefe von der Post ab und halten Sie die Termine mit dem Betreibungsweibel ein.** Beteiligungen sind unangenehm, sie lassen sich aber nicht immer vermeiden. Wenn Sie den Kopf in den Sand stecken, gewinnen Sie einige Tage, aber auf lange Sicht handeln Sie sich damit bloss zusätzliche Scherereien ein.
- ☒ **Hüten Sie sich vor Schuldensanierern, die Ihnen in Kleininseraten das Blaue vom Himmel herunter versprechen!** Oft handelt es sich dabei um Scharlatane, die Ihnen in erster Linie das Geld aus dem Sack ziehen wollen.
- ☒ **Suchen Sie Unterstützung, wenn Sie eine lebensnotwendige hohe Ausgabe bezahlen müssen, die Ihr Budget überstrapaziert.** Wenn zum Beispiel eine teure zahnärztliche Behandlung nötig wird, kann Ihnen der Sozialdienst oder eine Beratungsstelle unter Umständen einen Beitrag daran organisieren.

Wenn das Betreibungsamt anklopft

Halten Sie die Termine ein. Geben Sie alle Einnahmen und alle fixen Kosten an. **Sie müssen alles belegen können, auch das Selbstverständliche.** Das Betreibungsamt wird wahrscheinlich nur diejenigen Ausgaben anerkennen, die Sie belegen können. Sammeln Sie daher beizeiten Belege (Postquittungen, Kontoauszüge usw):

- Wohnungsmiete
- Nebenkosten
- Krankenkassenprämien und Kostenbeteiligungen
- Arztrechnungen
- Versicherungen
- Fahrkosten zur Arbeit
- Autokosten, wenn Sie für den Arbeitsweg oder aus gesundheitlichen Gründen auf ein Fahrzeug angewiesen sind
- auswärtige Verpflegung bei Berufstätigkeit
- Bewerbungskosten bei Stellensuche
- Alimente
- usw.

Wenn sich Ihr Budget wieder verbessert...

... ergibt sich vielleicht die Möglichkeit, Ihre Schulden zu bereinigen. Nehmen Sie Kontakt mit einer seriösen Schuldenberatungsstelle auf. Wer im Kanton Bern wohnt, bekommt unter der Telefonnummer 031 376 10 10 eine erste Schuldenberatung.