

Nahrungsmittel

- Vor dem Einkauf nicht mehr Geld mitnehmen, als man ausgeben möchte, nicht mit leerem Magen einkaufen.
- Sonderangebote, Budgetlinien nutzen
- Saisongerecht einkaufen
- Obst, Gemüse direkt vom Bauernhof
- Angebote vergleichen
- Fertiggerichte oder vorgefertigte Nahrungsmittel meiden
- Kochbücher mit Tipps für preisgünstiges Kochen benutzen.
- Caritas-Markt:
www.caritas-zuerich.ch

Verschiedenes

- Budget erstellen, abgestimmt auf die persönliche finanzielle Situation: www.schulden.ch, www.asb-budget.ch.
- Talent (Tauschangebote): www.talent.ch
- Spesen von Bankkonti vergleichen und Bankabrechnungen überprüfen.
- Wenn möglich nicht mit Kredit- oder Kundenkarten bezahlen.
- Steuern in monatlichen Raten bezahlen, ist besser als nachträglich abstottern.
- E-Mail statt Brief spart Porto. Nur Dringendes per A-Post verschicken.
- www.pinwand.ch – günstig oder gratis

Versicherungen

- Hausrat- und Haftpflichtversicherung mit anderen Anbietern vergleichen.
- Überversicherung prüfen

Wohnen/Mobiliar

- Genossenschaftswohnung anmelden. Adressen sind in den Gelben Seiten im Telefonbuch zu finden.
- Jugendwohnnetz: Vermittlung günstiger Wohngelegenheiten für 18 bis 25-jährige: www.juwo.ch
- Zimmer für Studierende der Stadt Zürich: www.woko.ch
- Wohngemeinschaft: www.wege.ch
- Zimmer untervermieten
- Verein Domicil vermittelt günstige Wohnungen: www.domicilwohnen.ch.
- Möbel aus dem Brockenhaus oder in Fabrikläden kaufen: z.B. www.fundgrueb.ch/fabrikladen
- Gantlokal Bullingerstrasse 60, Zürich. Do ab 13:00 öffentl. Versteigerung (Schallplatten, CD, Büromöbel usw.)
- Ausstellungsstücke kaufen: z.B. im Möbelgeschäft oder bei Unterhaltungselektronik – bis zu 50% günstiger. Deshalb gezielt nach Ausstellungsware fragen.

CARITAS Zürich



Spartipps

Bücher/Zeitungen/Zeitschriften

- Zeitungen/Zeitschriften austauschen. Abo-Kosten mit den Nachbarn teilen.
- Nur gewisse Tage abonnieren
- Bücher, Tonträger und Spiele in Bibliotheken bzw. Ludotheken ausleihen. Tageszeitungen und Zeitschriften können dort gratis gelesen werden.
- Einkauf bei Discountern
- grosse Auswahl bei Brockenhäusern

Elektrizität (Telefon/Internet)

- Niedertarifzeiten beachten
- Energiesparlampen benutzen, halten zehnmal länger und brauchen nur etwa $\frac{1}{5}$ des Stroms
- Nicht zu viel heizen, 20 Grad reichen im Winter aus
- Die Kosten der Telefonanbieter vergleichen: www.comparis.ch, www.teltarif.ch
- Nicht mit dem Natel telefonieren, Festnetz benutzen
- Handy im Ausland: Ausgehende und ankommende Gespräche kosten. Mailbox ausschalten, denn nicht angenommene Gespräche landen auf der Mailbox und verursachen Kosten.

Freizeit/Ferien

- Ferien zu Hause
- Anstelle von Hotels günstige Ferienwohnung
- Zelten, Schlafen im Stroh, Bauernhof-Ferien
- Bed and Breakfast, Jugendherber-

gen: www.youthhostel.ch

- Haustausch: Spezialisierte Agenturen nehmen Tauschwillige gegen eine Gebühr in ihren Katalog auf. Alles weitere machen die Tauschpartner direkt miteinander aus: www.homelink.org, www.intervac.ch
- Ferienpass: in den Sommerferien können Kinder sehr günstig tolle Freizeitangebote nutzen: www.ferienpass.ch.
- Reka-Ferien und Angebot von Kovive: www.reka.ch, www.kovive.ch
- Vita-Parcours und Sportvereine anstatt Fitnessklub. Wer trotzdem ins Fitnesscenter will, erkundigen bei KK, ob sie einen Teil der Kosten übernimmt.
- Sportausrüstungen mieten anstatt kaufen
- Vereinsmitgliedschaften prüfen und Prioritäten setzen
- Gratis-Museen und Freizeitangebote nutzen: www.kulturlegi.ch
- Kostenlose öffentliche Veranstaltungen besuchen, Angebote von Gemeinschaftszentren, Pfarreien beachten
- Kino am Montag (Zürich) ist billiger

Gesundheit

- günstiger Zahnarzt (Taxipunktwert 3.10 Fr.). Die Polikliniken der Universität Zürich verrechnen zahnärztliche Leistungen zu günstigen Konditionen: www.dent.unizh.ch.
- Generika kaufen. Info über Apotheke oder www.kompendium.ch
- Kontaktlinsen können günstiger im

Internet gekauft werden:

www.mrlens.ch

Haushalt

- Einkäufe im Voraus planen und eine Liste erstellen
- Ein Ladegerät und wiederaufladbare Batterien sind auf die Dauer günstiger, als immer neue Batterien zu kaufen.
- Möglichst wenig Abfall in die teuren Abfallsäcke (Glas, Karton, Altpapier separat entsorgen)
- Modell beim Coiffeur oder «cut and color». Ohne Föhnen wird es billiger.
- Kosmetikartikel in Grossverteiler kaufen
- Nachfüllbeutel für Kosmetik- und Reinigungsprodukte verwenden

Kleider

- Secondhand-Läden, unter anderen diejenigen der Caritas Zürich: www.caritas-zuerich.ch
- Gezielt im Ausverkauf einkaufen
- Wenn Markenartikel, dann Secondhand, wenn Neukauf, dann Outletparks und Fabrikäden: www.fabrikladen.ch
- Kleider tauschen
- Kleiderbörsen
- Allerlei Nützliches findet man in der Fundgrueb. Was man selber nicht braucht, kann man dort zum Verkauf ausschreiben: www.fundgrueb.ch

Krankenkasse

- Grundversicherung Krankenkasse: in eine günstigere Kasse wechseln. Vergleichen Sie die Prämien unter www.comparis.ch.
- Franchise: Nur die niedrigste bzw. die höchste ist sinnvoll. Alles dazwischen bringt nichts. Die höchste lohnt sich nur für gesunde Personen, bzw. solche, die die Franchise im schlimmsten Fall auch voll bezahlen können.
- Anspruch auf Prämienverbilligung prüfen
- Zusatzversicherung auf Notwendigkeit überprüfen

Mobilität: Auto/öffentl. Verkehrsmittel

- Öffentl. Verkehrsmittel anstatt Auto
- Jahres-Abos für öffentl. Verkehr kosten gleichviel wie 10 Monatsabos.
- 9-Uhr Pass für ZVV-Netz
- Bei manchen Gemeinden kann man ein unpersönliches SBB-Generalabonnement (GA Flexi) mieten.
- prüfen, ob sich ein Halbtax-Abo lohnt: www.sbb.ch
- Eine günstige Art, Velos zu kaufen, sind Velobörsen: www.igvelo.ch
- Mitfahrzentrale nutzen: www.mitfahrzentrale.ch
- Mobility, Car-Sharing: www.mobility.ch
- Autobudget erstellen. Ein kleineres Auto kostet im Unterhalt weniger als ein grosses. Vergleiche bei www.tcs.ch.
- Vorsicht bei Autoleasing-Verträgen!