

# Wenn die Finanzen weniger werden



Susanne Edelmann  
Leben mit Niereninsuffizienz  
Silberbachstrasse 11b  
9032 Engelburg  
Tel. 079 216 75 39  
E-Mail [info@leben-mit-niereninsuffizienz.ch](mailto:info@leben-mit-niereninsuffizienz.ch)  
[www.leben-mit-niereninsuffizienz.ch](http://www.leben-mit-niereninsuffizienz.ch)

Eine chronische Niereninsuffizienz bringt wiederholt Krankheitsphasen mit sich, in denen sie ganz praktische Auswirkungen auf die finanzielle Situation hat. Dabei können sich nicht nur die Einnahmen reduzieren, oft werden auch die Ausgaben grösser. Dies schmälert automatisch das gesamte Familienbudget. Sollte der Aspekt eingeschränkter Finanzen eine derzeitige Thematik in Ihrem Leben darstellen, lade ich Sie ein, sich aktiv damit auseinander zu setzen.

### Schaffen Sie Klarheit

Notieren Sie über einen Zeitraum von mindestens drei Monaten alle Ein- und Ausgaben. Und tragen dann jeweils am Ende des Monats die Zahlen in unten stehende Liste ein.

<b>Haushaltbudget</b>	<b>Monat 1</b>	<b>Monat 2</b>	<b>Monat 3</b>
<b><u>Einnahmen</u></b>			
<b>Netto-Einkommen Partner 1</b> (ggf. plus jeweils 1/12 des 13.)	_____	_____	_____
<b>Netto-Einkommen Partner 2</b> (ggf. plus jeweils 1/12 des 13.)	_____	_____	_____
<b>Andere Einnahmen</b> (z.B. Mieteinnahmen, Renten etc.)	_____	_____	_____
<b>Einnahmen Total</b>	_____	_____	_____
<b><u>Ausgaben</u></b>			
<b>Wohnkosten</b> (inkl. Nebenkosten, Reparaturen, Heizkosten usw.)	_____	_____	_____
<b>Energie / Kommunikation</b> (Strom, Telefon, TV, Handy)	_____	_____	_____
<b>Steuern</b> (umgerechnet pro Monat)	_____	_____	_____
<b>Versicherungen / Vorsorge</b> (umgerechnet pro Monat)	_____	_____	_____
<b>Öffentliche Verkehrsmittel</b>	_____	_____	_____
<b>Auto</b> (Abgaben, Unterhalt, umgerechnet pro Monat)	_____	_____	_____
<b>Haushalt</b> (Lebensmittel, Reinigungsmittel, Hygiene)	_____	_____	_____

<b>Kinderbetreuung</b>	_____	_____	_____
<b>Haustiere</b>	_____	_____	_____
<b>Persönliche Auslagen Partner 1</b> (Rauchen, Kleidung, Freizeit, Coiffeur)	_____	_____	_____
<b>Persönliche Auslagen Partner 2</b> (Rauchen, Kleidung, Freizeit, Coiffeur)	_____	_____	_____
<b>Persönliche Auslagen Kinder</b> (Kleider, Coiffeur, Lager, Hobbies, Taschengeld)	_____	_____	_____
<b>Krankheitsbedingte Auslagen</b> (Selbstbehalt / Zuzahlung, Transport, alternative Therapien)	_____	_____	_____
<b>Verschiedenes</b>	_____	_____	_____
<b>Rückstellungen</b>			
Zahnarzt / Optiker	_____	_____	_____
Geschenke	_____	_____	_____
Gemeinsame Freizeit	_____	_____	_____
Urlaub	_____	_____	_____
Unvorhergesehenes	_____	_____	_____
Sparen	_____	_____	_____
<b>Ausgaben total</b>	_____	_____	_____

**Monat 1**  
Ausgaben

**Monat 2**  
Ausgaben

**Monat 3**  
Ausgaben

Einnahmen

Einnahmen

Einnahmen

**Reflektieren Sie nun zusammen mit Ihrem Partner die Zahlen:**

- Was läuft gut?
- Wo sind die Finanzen knapp?
- Wo sind die Ausgaben ehrlicherweise sehr hoch?
- Was liesse sich dort noch einsparen?

- Gäbe es Möglichkeiten, um zusätzliches Einkommen zu generieren?
- Wieviel würden Sie genau benötigen?

Sind die Finanzen sehr knapp, haben Sie gegebenenfalls Anrecht auf Ergänzungsleistungen (Zusätzliche Zahlungen der SVA, wenn die Rente – AHV oder IV – zu knapp ist). Auf der Website der SVA Ihres Wohnkantons, lassen sich sowohl die nötigen Informationen, als auch ein Ergänzungsleistungs-Rechner mit dem sich ein allfälliger Anspruch selber austesten lässt und auch die entsprechenden Anmeldeformulare finden.

Die meisten nephrologischen Behandlungszentren verfügen zudem über einen eigenen Sozialdienst und es empfiehlt sich, dieses Unterstützungsangebot in Anspruch zu nehmen.

Auch die Wohngemeinden verfügen meist über ein solches Angebot. Und auch hier, kann es unterstützen, ein Beratungsgespräch in Anspruch zu nehmen.

Wenn es finanziell eng wird, besteht die Gefahr, dass man genau bei den Dingen zu sparen beginnt, die einem eigentlich gut tun würde. Und dies ist schade.

Sehr oft bedarf es stattdessen einer ausführlichen und ehrlichen Auseinandersetzung mit der Thematik der Finanzen und dabei lassen sich dann meist auch allerlei kreative Lösungen finden.