



Unser Familienbudget im Überblick

Mit euren tatsächlichen Zahlen den verfügbaren Monatsrahmen sichtbar machen



Tragt zunächst nur eure tatsächlichen Beträge ein. Der Sparcheck zeigt, wohin das Geld fließt - ohne Ausgaben vorschnell zu bewerten.

MONAT

ANZAHL ERWACHSENE

ANZAHL KINDER

01 · REGELMÄSSIGE EINNAHMEN

Gehalt / Lohn 1	€	
Gehalt / Lohn 2	€	
Kindergeld	€	

Unterhalt / Unterhaltsvorschuss	€	
Weitere Familienleistungen	€	
	€	

02 · FESTE MONATLICHE KOSTEN

Wohnen	€	
Strom und Heizung	€	
Versicherungen	€	
Internet und Telefon	€	
Betreuung	€	

Vereine und Hobbys	€	
Abos	€	
Kredite / Rückzahlungen	€	
Mobilität	€	
	€	

03 · UNSER MONATSRAHMEN

Einnahmen insgesamt

€

Feste Kosten insgesamt

€

Für variable Ausgaben verfügbar

€

Geplante Rücklagen

€

Verbleibender Monatsrahmen

€





Ausgaben über 4 Wochen

Variable Familienausgaben sammeln, vergleichen und ohne vorschnelle Kürzungen auswerten

Kategorie	Woche 1	Woche 2	Woche 3	Woche 4	Monat gesamt
Lebensmittel					
Drogerie und Haushalt					
Kleidung und Schuhe					
Schule und Betreuung					
Freizeit und Ausflüge					
Mobilität					
Gesundheit					
Snacks und spontane Käufe					
Geschenke und Kindergeburtstage					

01 · WÖCHENTLICHER KURZCHECK

WOCHE 1

Aufgefallen:

Ungeplant:

Bewusst beibehalten:

WOCHE 2

Aufgefallen:

Ungeplant:

Bewusst beibehalten:

WOCHE 3

Aufgefallen:

Ungeplant:

Bewusst beibehalten:

WOCHE 4

Aufgefallen:

Ungeplant:

Bewusst beibehalten:



Kinderkosten und Rücklagen planen

Unregelmäßige Ausgaben früh erkennen und in realistische Monatsbeträge übersetzen



Tragt nur Ausgaben ein, die für eure Familie wirklich relevant sind. Schätzwerte dürfen später angepasst werden.

01 · JAHRESKOSTEN UND RÜCKLAGEN

Ausgabe	Voraussichtlich fällig	Geschätzter Gesamtbetrag	Bereits zurückgelegt	Noch benötigt	Mögliche monatliche Rücklage

02 · AUSWAHLHILFE

- | | |
|--|--|
| ☐ Schulanfang und Schulmaterial | ☐ Klassenfahrten |
| ☐ Geburtstage | ☐ Weihnachten |
| ☐ Kleidung und Schuhe | ☐ Vereinskosten und Sportsachen |
| ☐ Ferienbetreuung | ☐ Fahrrad oder Reparaturen |
| ☐ Brille und Zahnbehandlung | ☐ Technische Geräte |



Rechenhilfe: Noch benötigter Betrag ÷ verbleibende Monate = mögliche monatliche Rücklage

UNSERE WICHTIGSTE KOMMENDE AUSGABE



Mögliche Entlastungen für Familien

Relevante Leistungen und Ermäßigungen sammeln, zuständige Stellen finden und Schritte festhalten



Diese Liste ist eine Prüfhilfe, kein Leistungsversprechen. Beträge und Voraussetzungen können sich ändern.

Mögliche Entlastung	Für uns relevant?	Voraussetzungen geprüft?	Zuständige Stelle	Unterlagen / nächster Schritt	Erledigt
Kindergeld	☐	☐	_____	_____	☐
Kinderzuschlag	☐	☐	_____	_____	☐
Wohngeld	☐	☐	_____	_____	☐
Bildung und Teilhabe	☐	☐	_____	_____	☐
Unterhaltsvorschuss	☐	☐	_____	_____	☐
Betreuungskosten in der Steuererklärung	☐	☐	_____	_____	☐
Kommunale Ermäßigungen	☐	☐	_____	_____	☐
Geschwisterermäßigungen	☐	☐	_____	_____	☐
Familienpass	☐	☐	_____	_____	☐
Arbeitgeberleistungen zur Betreuung	☐	☐	_____	_____	☐
Ferien- oder Notfallbetreuung	☐	☐	_____	_____	☐



Prüft den aktuellen Stand immer auf offiziellen Seiten oder direkt bei der zuständigen Stelle.

UNSER ERSTER PRÜFSCHRITT: _____



Unser monatlicher Familien-Sparcheck

Eine kleine Veränderung auswählen, Verantwortung klären und ein gemeinsames Ziel verfolgen

01 · DIE 5 FRAGEN

01 Welche Kosten sind kaum veränderbar?

02 Welche Kosten könnten wir prüfen oder verhandeln?

03 Welche Ausgaben entstanden spontan?

04 Welche Kosten kommen später wieder?

05 Welches Ziel verfolgen wir zuerst?



DAS MÖCHTEN WIR BEWUSST BEIBEHALTEN

02 · EINE VERÄNDERUNG TESTEN

DIESE 1 VERÄNDERUNG TESTEN WIR IM NÄCHSTEN MONAT

WER ÜBERNIMMT DEN ERSTEN SCHRITT?

WANN PRÜFEN WIR DAS ERGEBNIS?

03 · UNSER GEMEINSAMES SPARZIEL



WIR SPAREN FÜR

GEWÜNSCHTER TERMIN

ZIELBETRAG

BEREITS VORHANDEN

NOCH BENÖTIGT

**REALISTISCHER
MONATSBETRAG**

FORTSCHRITT

UNSER ERSTER SCHRITT