



Umgang mit Geld Lernen

METHODE 02 VON 13

Wochenbudget

Geld bis zur nächsten Zahlung einteilen

DEIN LERNHEFT

- Einfach erklärt – ohne Vorwissen
- Alltagsbeispiel, Rechenübung und Vorlagen
- Reflexionsfragen und freiwillige Wochenaufgabe

SO NUTZT DU DIESES HEFT

Lies die Erklärung, probiere das Beispiel aus und trage nur Zahlen ein, die du teilen möchtest. Du kannst die Vorlagen kopieren und jederzeit neu beginnen.

Mein Name (freiwillig): _____

Startdatum: _____

EINFACH. PRAKTISCH. FÜR JEDEN ALLTAG.

Kostenlos • ohne Kaufpflicht • in deinem Tempo



1. Die Methode verstehen

Geld bis zur nächsten Zahlung einteilen

EINFACH ERKLÄRT

Ein Wochenbudget teilt frei verfügbares Geld in überschaubare Abschnitte auf. Statt nur den ganzen Monat im Blick zu haben, weißt du, wie viel in der aktuellen Woche ausgegeben werden kann. Nicht verbrauchtes Geld kann in die nächste Woche oder in eine Rücklage gehen.

DAS BRINGT DIR DIE METHODE

- Kurze Zeiträume lassen sich leichter überblicken.
- Du bemerkst früh, wenn das Geld knapp wird.

BEISPIEL AUS DEM ALLTAG

Nach Miete, Verträgen und Rücklagen bleiben Jonas im Monat 200 € für variable Ausgaben. Für einen einfachen Vier-Wochen-Plan setzt er 50 € pro Woche an.

SO SIEHT DIE RECHNUNG AUS

$$200 \text{ €} \div 4 \text{ Wochen} = 50 \text{ € pro Woche}$$

WICHTIG ZU WISSEN

Ein Kalendermonat ist länger als genau vier Wochen. Plane auch die zusätzlichen Tage bis zur nächsten Zahlung ein.

BESONDERS HILFREICH

Wenn dein Geld regelmäßig kommt und du im Alltag kurze, klare Grenzen brauchst.



2. So gehst du vor

Vier Schritte und Platz für deinen persönlichen Start.

1

Ermittle das Geld nach den festen Verpflichtungen.

2

Zähle die Tage oder Wochen bis zur nächsten Einnahme.

3

Lege ein realistisches Budget je Woche fest.

4

Vergleiche nach jeder Woche deinen Plan mit deinen Ausgaben.

MEIN PLAN

Wie viel steht bis zur nächsten Zahlung zur Verfügung?

Wann kommt die nächste sichere Einnahme?

Wie hoch darf meine erste Woche ausfallen?

Was mache ich mit einem Rest am Wochenende?



3. Übung: Jetzt bist du dran

Rechne zuerst mit dem Beispiel. Danach kannst du eigene Beträge einsetzen.

BEISPIELAUFGABE

Dir bleiben 180 € für drei Wochen. In Woche 1 gibst du 45 € aus; in Woche 2 planst du 65 €.

MEINE ANTWORTEN

1. Wie hoch ist dein gleichmäßig verteiltes Wochenbudget?

2. Wie viel bleibt nach Woche 1 insgesamt?

3. Wie viel bleibt nach dem Plan für Woche 2?

ÜBERTRAGE DIE METHODE AUF DEINEN ALLTAG

Meine erste verfügbare Zahl:

Mein zweiter Wert / meine Ausgabe:

Mein Ergebnis / nächster Schritt:

Die Lösungen stehen auf Seite 7. Eigene Zahlen bleiben privat.



4. Mein Arbeitsblatt

Diese Tabelle kannst du mehrfach ausdrucken und von Hand ausfüllen.

MEIN WOCHENPLAN

Kategorie	Woche 1	Woche 2	Woche 3	Woche 4
01				
02				
03				
04				
05				
06				
07				
08				

Mein wichtigstes Ergebnis / meine Summe:

Nur so viel eintragen, wie für dich hilfreich ist.



5. Mein Plan für den Alltag

Eine zweite Vorlage zum Anwenden und Kontrollieren.

MEINE WOCHE IM ÜBERBLICK

Tag	Geplant	Ausgegeben	Rest / Notiz
Mo			
Di			
Mi			
Do			
Fr			
Sa			
So			

MEIN NÄCHSTER SCHRITT



6. Rückblick & Wochenaufgabe

Hier geht es nicht um Perfektion, sondern um dein eigenes Tempo.

MEINE FREIWILLIGE WOCHENAUFGABE

Teile einen tatsächlich verfügbaren Betrag für die nächsten sieben Tage ein und prüfe ihn täglich kurz.

☐ ausprobiert ☐ angepasst ☐ lieber später

SIEBEN TAGE: MEIN KURZER CHECK-IN

Tag	Was habe ich gemacht?	Betrag / Notiz	Erledigt
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			

MEIN RÜCKBLICK

- **War der Wochenbetrag ausreichend?**

- **An welchem Tag habe ich am meisten ausgegeben?**

- **Was plane ich für nächste Woche anders?**

LÖSUNGEN ZUR ÜBUNG (SEITE 4)

1: 60 € | 2: 135 € | 3: 70 €