



**Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers**

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718



**Co-funded by  
the European Union**

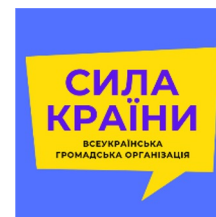
# **Umfassendes Integrationslernprogramm „Leap Forward: Women's Career Transformation“ für erwachsene Frauen – Zwangsmigrantinnen**

Lektion 8:

# **Finanzielle Bildung in Zeiten der Instabilität**

**WINGS: Fraueninitiative für neues Wachstum und neue Kompetenzen – Stärkung der Karrieren  
von Migrantinnen**

**01.09.2024 – 31.08.2026**





Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

# Sitzungsübersicht

**Zweck:** Den Teilnehmern helfen, in Zeiten der Instabilität mit einfachen Gewohnheiten wie Budgetplanung, Sparen, Vermeidung von Schuldenfallen und Schutz der Familienfinanzen sicher und souverän mit Geld umzugehen.

**Lernziele:** Am Ende der Sitzung werden Sie in der Lage sein

- die Definition von Finanzkompetenz, ihre Rolle und Überzeugungen zum Thema Geld zu verstehen die Grundlagen der Finanzplanung und Budgetierung in unsicheren Zeiten zu erlernen
- sich mit Sparen in der modernen Welt, Notfallfonds und ersten Schritten im Bereich Investitionen vertraut zu machen
- die Risiken von Schulden zu verstehen und sich mit den Grundlagen des Verbraucherschutzes vertraut zu machen
- die Grundlagen der finanziellen Unabhängigkeit von Frauen in der modernen Welt zu verstehen
- die Grundlagen der finanziellen Sicherheit und Betrugsprävention zu erlernen.



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

# 1. Finanzielle Allgemeinbildung: Definitionen, Rolle und Überzeugungen zum Thema Geld



# Finanzielle Allgemeinbildung – der EU/OECD-INFE-Rahmen für Finanzkompetenz für Erwachsene



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## Finanzielle Allgemeinbildung

bezeichnet eine Kombination aus finanziellem Bewusstsein, Wissen, Fähigkeiten, Einstellungen und Verhaltensweisen, die erforderlich sind, um fundierte finanzielle Entscheidungen zu treffen und letztlich individuelles finanzielles Wohlergehen zu erreichen.

[Europäische Kommission und OECD \(2022\) EU/OECD-Rahmenwerk für Finanzkompetenz für Erwachsene in der Europäischen Union.](#)

**Finanzielle Resilienz:** die Fähigkeit von Einzelpersonen oder Haushalten, negativen Schocks mit finanziellen Folgen zu widerstehen, sie zu bewältigen und sich davon zu erholen  
([G20/OECD-INFE-Bericht zur Unterstützung der finanziellen Resilienz und Transformation durch digitale Finanzkompetenz](#))

## A - GELD UND TRANSAKTIONEN

- Geld und Währungen
- Einkommen
- Zahlungen, Preise und Einkäufe
- Finanzunterlagen und Verträge

## B – PLANUNG UND VERWALTUNG

- Budgetierung
- Verwaltung von Einnahmen und Ausgaben
- Sparen
- Investitionen
- Langfristige Planung, Vermögensaufbau
- Ruhestand
- Kredite
- Schulden und Schuldenmanagement

## C - RISIKO UND ERTRAG

- Risiken erkennen
- Finanzielle Sicherheitsnetze und Versicherungen
- Risiko und Ertrag in Einklang bringen

## D – FINANZLANDSchaft

- Regulierung und Verbraucherschutz
- Rechte und Pflichten
- Bildung, Information und Beratung
- Finanzprodukte und -dienstleistungen
- Betrug und Schwindel
- Steuern und öffentliche Ausgaben
- Externe Einflüsse

# Drei Dimensionen der Kompetenz



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## Beispiel zum Thema „Budgetierung“

Dimension	Was umfasst das Rahmenwerk?	Einfache Bedeutung	Beispiel zum Thema „Budgetierung“
<b>Bewusstsein, Wissen und Verständnis</b>	Kenntnis der Schlüsselkonzepte und ihrer Funktionsweise im Alltag	Sie kennen die Begriffe und wissen, warum sie wichtig sind	Sie verstehen den Unterschied zwischen Einnahmen und Ausgaben, festen und variablen Kosten, notwendigen und frei verfügbaren Ausgaben; Sie wissen, wozu ein Monatsbudget dient
<b>Fähigkeiten und Verhalten</b>	Wissen durch konsequentes Handeln anwenden	Sie können es und Sie tun es auch	Sie legen ein einfaches Monatsbudget fest, erfassen Ihre Ausgaben, passen es bei Einkommenschwankungen an und bezahlen zuerst das, was Priorität hat
<b>Selbstvertrauen, Motivation und Einstellungen</b>	Überzeugungen und Motivation, die fundierte Entscheidungen unterstützen	Sie fühlen sich fähig, erkennen den Wert und bleiben dabei	Sie betrachten die Budgetplanung als ein Instrument zur Kontrolle und Beruhigung, machen nach Rückschlägen weiter und legen realistische nächste Schritte fest

# Finanzielle Allgemeinbildung in der EU



Co-funded by  
the European Union

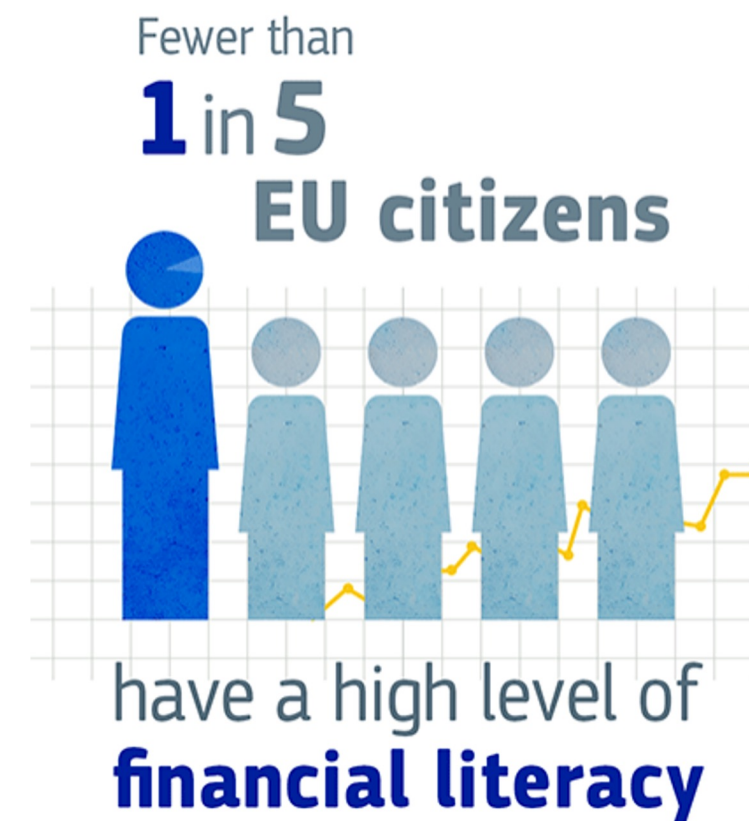


Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## Wichtige Fakten (2023)

- ❑ **Nur jeder fünfte EU-Bürger** verfügt über **hohe Finanzkompetenz** (18 %); 64 % haben mittlere, 18 % geringe Finanzkompetenz.
- ❑ Nur in **vier Mitgliedstaaten** erzielen mehr als 25 % hohe Werte (Niederlande, Schweden, Dänemark, Slowenien).
- ❑ Jeder zweite Europäer **versteht den Zinseszins nicht**.
- ❑ **Die finanzielle Widerstandsfähigkeit ist schwach**: Nur jeder Dritte könnte mehr als sechs Monate lang seine grundlegenden Lebenshaltungskosten ohne Kreditaufnahme oder Umzug decken; 16 % haben keine Notfallersparnisse.
- ❑ **Das Vertrauen in den Ruhestand ist gering**: 54 % sind nicht zuversichtlich, dass sie genug haben werden, um im Ruhestand komfortabel leben zu können.
- ❑ **Unterschiede zwischen den Gruppen**: Frauen, jüngere Menschen und Menschen mit geringerem Einkommen oder Bildungsniveau verfügen über geringere Finanzkompetenz und benötigen gezielte Unterstützung.



# Fallbeispiel: Jane Park (Großbritannien): Früher Lottogewinn und politische Debatte



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

**Fallübersicht.** Im Jahr 2013 gewann Jane Park aus Edinburgh im Alter von 17 Jahren **1 Million Pfund** bei EuroMillions. Im Jahr 2017 sagte sie, der Gewinn habe ihr Leben „ruiniert“ und erwog rechtliche Schritte gegen den Betreiber Camelot, mit der Begründung, das Mindestalter sollte höher sein. Später gab sie ihre Klagepläne auf, aber ihre Geschichte wurde in der öffentlichen Debatte vielfach zitiert.

**Politischer Kontext.** Nach einer Konsultation im Jahr 2019 **hob** das Vereinigte Königreich **das Mindestalter für nationale Lotteriespiele auf 18 Jahre an** (umgesetzt im Jahr 2021). Zuvor lag das Mindestalter bei 16 Jahren.

## 🗨️ Diskussion:

- Sie erhalten unerwartet einen hohen Geldbetrag (Lottogewinn, Erbschaft, hohe Prämie). Wie würden Sie diesen ausgeben und warum? Begründen Sie Ihre Entscheidungen.
- Welche drei allgemeinen Regeln würden Sie als Finanzberater jemandem geben, der gerade ein unerwartet hohes Einkommen erhalten hat, wie er in dieser Situation vorgehen sollte (Vorgehensweise, Sicherheitsvorkehrungen, Entscheidungsfindung)?

*The Scottish Sun (2017) „Lotteriegewinnerin Jane Park erwägt Klage gegen Camelot...“. Verfügbar unter:*

*<https://www.thescottishsun.co.uk/news/574056/lottery-winner-jane-park-considering-suing-camelot-claiming-jackpot-at-17-ruined-her-life>*

*Holley, P. (2017) „Sie gewann mit 17 Jahren im Lotto. Jetzt macht sie die Euromillions-Verantwortlichen dafür verantwortlich, ihr Leben ruiniert zu haben.“*

*The Washington Post, 15. Februar. Verfügbar unter: <https://www.washingtonpost.com/news/worldviews/wp/2017/02/15/she-won-the-lottery-at-17-now-she-blames-euromillions-officials-for-ruining-her-life/>*



# Restriktive Geldvorstellungen



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

Überzeugung	Wesen	Mögliche Ursachen	Was zu tun ist
<p><b>1</b></p> <p><b>Geld ist böse</b></p>	<p>Vermeidet Geldangelegenheiten; lehnt besser bezahlte Stellen ab, arbeitet unter Wert und spart nur minimal.</p>	<p>Frühkindliche Prägung durch die Familie; moralisches Unbehagen gegenüber Reichtum; wenige positive Vorbilder.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Definieren Sie <b>wertebasierte Geldziele</b>. Verbinden Sie Geld mit dem, was Ihnen wirklich wichtig ist (z. B. Geld sparen für Sicherheit, Bildung, Wohlbefinden).</li> <li><input type="checkbox"/> <b>Bauen Sie Vertrauen in Ihre Verdienstmöglichkeiten auf</b>. Listen Sie 15 bis 20 Erfolge und Stärken auf und überprüfen Sie diese regelmäßig.</li> <li><input type="checkbox"/> Richten Sie einen Dauerauftrag ein, mit dem ein <b>fester Prozentsatz Ihres Einkommens auf ein separates Sicherheitskonto</b> überwiesen wird, und erstellen Sie einen einfachen monatlichen Ausgabenplan.</li> <li><input type="checkbox"/> <b>Ändern Sie Ihre Einstellung</b>. Schreiben Sie auf und halten Sie sichtbar: „Geld ist ein Mittel, um meine Werte und meine Sicherheit zu unterstützen.“ Lesen Sie dies vor jeder Aufgabe, die mit Geld zu tun hat.</li> </ul>
<p><b>2</b></p> <p><b>Geld ist das Wichtigste im Leben</b></p>	<p>Stellt Einkommen und Reichtum über Gesundheit, Bildung und Beziehungen; Geld dominiert Entscheidungen; Burnout; anhaltende Angstzustände.</p>	<p>Unsicherheit und Angst vor Mangel; sozialer Vergleich und Statusdruck; familiäre oder kulturelle Botschaften, die Wert mit Verdienst verbinden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Setzen Sie sich ausgewogene, wertebasierte Ziele</b>, die neben dem Einkommen auch Gesundheit, Lernen und Beziehungen umfassen; halten Sie diese im Budget sichtbar.</li> <li><input type="checkbox"/> <b>Setzen Sie klare Grenzen</b>: maximale Arbeitszeiten, geschützte Ruhe- und Familienzeit, eine Obergrenze für „Status“-Ausgaben</li> <li><input type="checkbox"/> <b>Legen Sie 2–3 nicht-monetäre Erfolgsindikatoren fest</b> (z. B. Schlafstunden, Zeit mit der Familie, Lernstunden pro Monat) und verfolgen Sie diese neben Ihren finanziellen Zielen.</li> </ul>

# Restriktive Geldvorstellungen



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

Überzeugung	Wesen	Mögliche Ursachen	Was zu tun ist
<p><b>3</b></p> <p><b>Geld ist Männersache</b></p>	<p>Überträgt Männern die Verantwortung für das Einkommen und finanzielle Entscheidungen; geht davon aus, dass Frauen keine gut bezahlte Arbeit ausüben können oder sollten.</p>	<p>Vatergeführtes Geldmodell zu Hause oder frühere Familienkonflikte, wenn die Mutter mehr verdiente als der Vater; soziale Normen über „Männer-“ und „Frauenrollen“; wenige weibliche Vorbilder in gut bezahlten Bereichen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifizieren Sie 2–3 <b>gutverdienende Frauen in Ihrem Netzwerk</b>; bitten Sie eine davon, Ihre Mentorin zu werden.</li> <li><input type="checkbox"/> Schreiben Sie ein <b>Karriere-Szenario ohne Einschränkungen</b> und wandeln Sie es in drei datierte Einkommensziele um.</li> <li><input type="checkbox"/> <b>Beteiligen Sie sich an finanziellen Entscheidungen im Haushalt</b> (Budget, Sparen, Investitionen) <b>und treffen Sie diese gemeinsam.</b></li> <li><input type="checkbox"/> Legen Sie <b>sich einen persönlichen Notfallfonds</b> an.</li> <li><input type="checkbox"/> Führen Sie eine <b>Kompetenz- und Lückenanalyse</b> durch und wählen Sie einen Weg zur Weiterqualifizierung.</li> <li><input type="checkbox"/> <b>Aktualisieren Sie</b> Ihren Lebenslauf/Ihr LinkedIn-Profil und <b>bewerben Sie sich auf Stellen</b> oder bei Kunden, die <b>ein höheres Gehalt</b> bieten.</li> </ul>
<p><b>4</b></p> <p><b>Vernachlässigung der langfristigen Planung und des Sparens</b></p>	<p>Priorisierung der heutigen Ausgaben; Aufschieben des Aufbaus von Rücklagen und langfristigen Zielen.</p>	<p>Einkommensschwankungen; Bewältigung von Stress durch sofortige Belohnungen; wenige positive Vorbilder für Planung; frühere gescheiterte Versuche, die das Selbstvertrauen geschwächt haben.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Beginnen Sie mit einer einfachen, aber <b>kontinuierlichen Erfassung Ihrer Einnahmen und Ausgaben.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Stellen Sie sicher, dass die geplanten Ausgaben das Einkommen nicht übersteigen</b>; wenn Schuldenlast besteht, erstellen Sie einen Rückzahlungsplan.</li> <li><input type="checkbox"/> Setzen Sie sich <b>finanzielle Ziele und erstellen Sie eine grundlegende Finanzplanung</b></li> <li><input type="checkbox"/> Richten Sie einen Dauerauftrag ein, der einen festen Anteil jedes Einkommens vor jeglichen Ausgaben in einen <b>Notfallfonds</b> überweist.</li> </ul>

# Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens: Schädliches Finanzverhalten



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718



## **Toni Braxton (Sängerin)**

*Grundlegende Unkenntnis.*

Musste aufgrund mangelnder Kenntnisse grundlegender Steuergesetze und vertraglicher finanzieller Verpflichtungen zwei Insolvenzen hinnehmen.



## **Michael Jackson (Sänger)**

*Schuldenanhäufung und Cashflow-Versagen.* Über 400 Millionen Dollar Schulden durch einen Lebensstil über seine Verhältnisse und mangelnde effektive Verwaltung seiner Kredite.



## **Mike Tyson (Boxer)**

*Fehlgeleitetes Vertrauen und Verschwendungssucht.* Verschwendete über 300 Millionen Dollar, indem er blindlings auf inkompetente Ratschläge vertraute und einen verschwenderischen, unkontrollierten Lebensstil pflegte.



## **Nicolas Cage (Schauspieler)**

*Schlechte*

*Vermögensverwaltung.*

Verlor über 150 Millionen Dollar durch Investitionen in zahlreiche teure, illiquide und schnell an Wert verlierende Luxusgüter (Schlösser, Villen).



## **Kim Basinger (Schauspielerin)**

*Impulsive Investitionen.*

Meldete Insolvenz an, nachdem sie impulsiv und ohne angemessene Sorgfalt 20 Millionen Dollar in eine ganze Stadt investiert hatte.



## **Sarah Ferguson (Herzogin von York)**

*Chronisches Versagen bei der Budgetplanung.*

Hatte aufgrund ihrer konsequenten, nicht nachhaltigen Ausgabegewohnheiten und ihrer schlechten persönlichen Budgetverwaltung erhebliche private Schulden (bis zu 5 Millionen Pfund) angehäuft.

**Fazit:** Finanzielle Freiheit hängt nicht von der Höhe Ihres Einkommens ab, sondern von der bewussten und strategischen Intelligenz, mit der Sie Ihr Kapital verwalten.



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718



## 2. Finanzplanung und Budgetierung unter instabilen Bedingungen

# Finanzieller Lebenszyklus



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

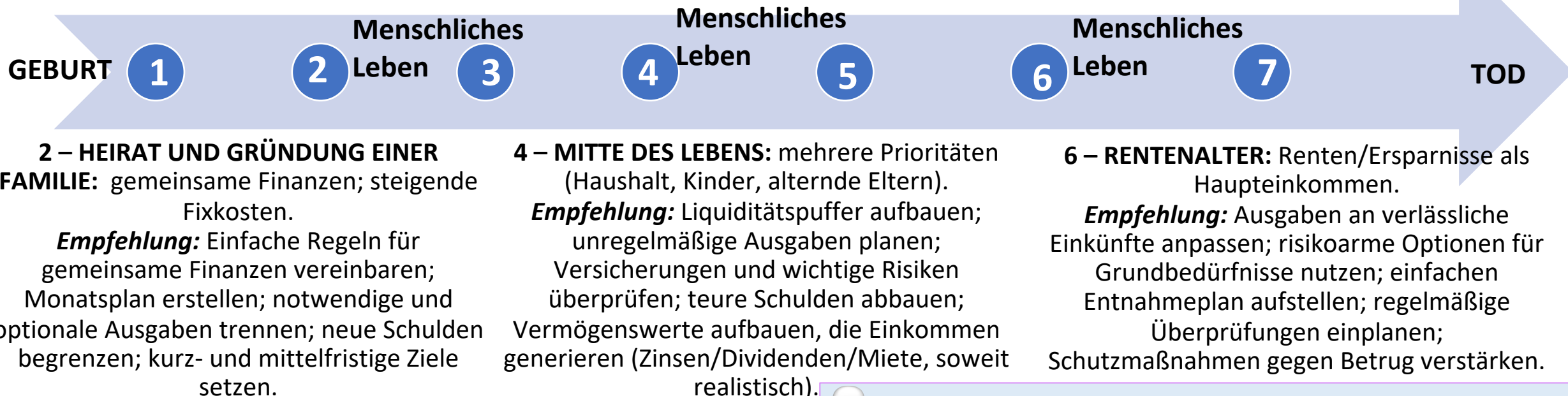
**Finanzieller Lebenszyklus** = eine Lebensphasenbetrachtung finanzieller Entscheidungen, die zeigt, wie sich Bedürfnisse und Prioritäten vom Berufseinstieg bis zum Ruhestand verändern.

**1 – FRÜHE ERWACHSENHEIT:**  
Beginn der Arbeit/des Studiums;  
geringes Einkommen.  
**Empfehlung:** Priorisieren Sie das  
Wesentliche; überwachen Sie  
Ihre Ausgaben; bauen Sie sich  
eine Notfallreserve auf;  
vermeiden Sie teure Kredite.

**3 – BERUFLICHER AUFSTIEG:**  
Steigendes Einkommenspotenzial und  
mehr Auswahlmöglichkeiten.  
**Empfehlung:** Lohnerhöhungen in  
Ersparnisse und Schuldenabbau  
investieren; in Fähigkeiten  
investieren; Risikograd an Zielen  
ausrichten; alternative  
Einkommensquellen in Betracht  
ziehen.

**5 – VOR DEM RUHESTAND:**  
Vorbereitung auf den Übergang zu  
einem stabileren Einkommen.  
**Empfehlung:** Ersparnisse im Vergleich  
zu erwarteten Ausgaben neu bewerten;  
Investitionen schrittweise risikoärmer  
gestalten; zuverlässige  
Einkommensquellen und Zeitplanung  
festlegen; Lücken bei Renten oder  
Sozialleistungen schließen.

**7 – ALTER UND LANGZEITPFLEGE:**  
Der Bedarf an Gesundheit, Pflege  
und Nachlass steigt.  
**Empfehlung:** Planen Sie  
Pflegekosten ein; halten Sie  
Dokumente auf dem neuesten  
Stand; legen Sie  
Entscheidungsstrukturen fest;  
überprüfen Sie Nachlass-  
/Vermögenspläne.



**Welche Phase passt heute am besten zu Ihnen und welche Maßnahme werden Sie diesen Monat ergreifen?**

# Einkommen: Aufbau einer widerstandsfähigen Mischung



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

Kategorie	Was es beinhaltet	Maßnahmen bei Instabilität
<b>Grundgehalt (Hauptberuf)</b>	Gehalt, Schichtarbeit, befristete Verträge	Suche nach stabileren Arbeitszeiten/Löhnen; Aufbau von Fähigkeiten, die zu einer Gehaltserhöhung führen; Verfolgung interner Versetzungen oder schrittweiser Gehaltserhöhungen.
<b>Nebeneinkommen (Nebenjobs)</b>	Freiberufliche Tätigkeiten/Gelegenheitsjobs, Nachhilfe, Pflege, Reinigung, Lieferdienste	Einmalige Aufträge in regelmäßige Arbeit umwandeln; klaren Umfang und Preis festlegen; mehrere Kundenquellen pflegen; Nettoeinkommen verfolgen.
<b>Kleinstunternehmen (Einzelunternehmer)</b>	Handwerk/Reparaturen, Dienstleistungen für Privathaushalte/Wiederverkauf	Testen Sie zunächst in kleinem Maßstab, bevor Sie expandieren; kennen Sie die Stückkosten und Margen; konzentrieren Sie sich auf profitable Bereiche; erweitern Sie nur das, was sich bewährt hat.
<b>Soziale Transferleistungen und Sozialleistungen</b>	Familien-/Kindergeld, Wohngeld, Arbeitslosenunterstützung, Stipendien	Prüfen Sie regelmäßig die Anspruchsberechtigung; beantragen Sie frühzeitig; verstehen Sie die Bedingungen/Dauer; betrachten Sie dies als Ergänzung, nicht als einzigen Plan.

# Einkommen: Aufbau einer widerstandsfähigen Mischung



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

Kategorie	Was es beinhaltet	Maßnahmen bei Instabilität
<b>Unterstützungsleistungen</b>	Laufende oder gelegentliche Hilfe von Familie/Freunden	Betrachten Sie Unterstützungsleistungen als vorübergehend; konzentrieren Sie sich darauf, eigene Einkommensquellen zu erschließen.
<b>Passiv: Zinsen/Dividenden</b>	Bankzinsen, Staatsanleihen/hochwertige Anleihen, Dividenden diversifizierter Fonds	Beginnen Sie mit sicheren, liquiden Optionen; passen Sie das Risiko an den Zeithorizont an; vermeiden Sie Produkte, die Sie nicht verstehen; schützen Sie Ihr Notfallgeld.
<b>Passiv: Vermietung/Raumteilu ng</b>	Zimmer/Bett, Parkplatz, Lagerraum	Bevorzugen Sie liquide Vermögenswerte oder Vermögenswerte mit realistischem Wachstumspotenzial; Vermietung/Raummitbenutzung ist in der Regel wenig rentabel und sollte nur erfolgen, wenn sie legal und ordnungsgemäß dokumentiert ist.
<b>Gelegentliche Einnahmen/Glücksfälle</b>	Steuerrückerstattungen, Boni, Geschenke, Verkauf von Gegenständen	Behandeln Sie unerwartete Gewinne als einmaliges Einkommen; legen Sie sie auf ein Sparkonto oder verwenden Sie sie zur Deckung dringender Ausgaben/Lücken.

# Kostenüberprüfung: Auswirkungen und Kontrolle

Kategorie	Was sie umfasst	Maßnahmen bei Instabilität
<b>Unverzichtbar – Fest</b>	Miete, Grundversorgung, Genehmigungen/Versicherungen, Mindesttilgungszahlungen	Aktuell halten; Tarife/Gebühren verhandeln; Strafen für verspätete Zahlungen vermeiden
<b>Unverzichtbar – Anpassbar</b>	Lebensmittel, Transport, Daten/Telefon, Bedürfnisse der Kinder	Obergrenzen festlegen; Anbieter wechseln; Großeinkäufe/Saisonkäufe tätigen; Verschwendung reduzieren
<b>Frei verfügbar – Hoher Wert</b>	Arbeitsmittel, Kurse zur Steigerung des Einkommens	Behalten, wenn zusätzliche Einnahmen oder Ersparnisse den Preis innerhalb von 6–12 Monaten decken.
<b>Frei verfügbar – Geringer Wert</b>	Abonnements, Essen gehen, Impulskäufe	zunächst pausieren/kündigen; durch kostenlose/günstigere Alternativen ersetzen

## 📌 Fünf klare Regeln für Ausgaben

- Pay-First-Regel:** Decken Sie zuerst die Grundbedürfnisse ab und gönnen Sie sich Wünsche erst, nachdem Sie ein kleines finanzielles Polster angelegt haben.
- Zwei-Geldbörsen-Methode:** Bewahren Sie Rechnungen/Ersparnisse auf einem Hauptkonto auf und verwenden Sie eine Karte mit wöchentlichem Limit für Ihre täglichen Ausgaben.
- Sinking-Fund-Drip:** Verwandeln Sie vorhersehbare „Überraschungen“ in kleine monatliche Rücklagen in einem separaten Topf.
- 72-Stunden-Regel:** Warten Sie bei allen Anschaffungen, die Ihren Schwellenwert überschreiten, 72 Stunden – wenn es dann immer noch wichtig ist und in Ihren Plan passt, kaufen Sie es; wenn nicht, lassen Sie es sein.

# Fall: Abonnement- und Abfallausgabenprüfung



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## Warum ist das wichtig?

- Großbritannien (Citizens Advice, 2024): Im letzten Jahr wurden 688 Millionen Pfund für ungenutzte oder versehentlich abgeschlossene Abonnements ausgegeben; 26 % der Erwachsenen (~13 Millionen Menschen) haben versehentlich ein Abonnement abgeschlossen (z. B. nach einer „kostenlosen Testphase“).
- EU, Europäische Kommission (CPC-Netzwerk): 10 % der EU-Verbraucher wurden durch manipulative Online-Techniken (kostenlose Testphase → automatische Verlängerung) zu ungewollten Abonnements verleitet.
- EU (BEUC-Umfrage in der gesamten EU, 2023): Nur 10 % fanden es sehr einfach, Online-Abonnements zu kündigen; 27 % gaben an, dass sie Schwierigkeiten bei der Kündigung hatten.

## Aufgaben

- Listen Sie alle Abonnements und wiederkehrenden Gebühren auf.
- Wählen Sie für jedes Abonnement: behalten / pausieren / kündigen.
- Berechnen Sie am Ende Ihre monatlichen Einsparungen durch Pausierungen und Kündigungen.

# Fünf bewährte Methoden zur Budgetierung



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## 1 Zero-Based Budgeting (ZBB).

Zu Beginn jedes Zeitraums weisen Sie jede verfügbare Einkommenskomponente einem bestimmten Zweck zu: Ausgaben, Ersparnisse oder Schuldendeckung, sodass der geplante Saldo null beträgt und die Prioritäten klar sind.

## 2 Budgetierung nach Umschlägen/Kategorien.

Legen Sie feste Grenzen für jede Kategorie fest und geben Sie nur Geld aus dieser Kategorie aus. Sobald diese aufgebraucht ist, warten Sie mit weiteren Ausgaben bis zum nächsten Zyklus.

## 3 Pay-Yourself-First (umgekehrte Budgetierung).

Überweisen Sie sofort einen festgelegten Betrag auf Ihr Sparkonto und zur Schuldentilgung, sobald Ihr Einkommen eingeht; die verbleibenden Mittel decken die Ausgaben in der Reihenfolge ihrer Priorität.

## 4 Prozentuale Aufteilung (z. B. 50/30/20).

Verteilen Sie Ihr Einkommen nach einfachen Proportionen auf Bedürfnisse, Wünsche und Sparen/Schulden, passen Sie die Prozentsätze an den Kontext an und behalten Sie dabei eine Mindestsparquote bei.

## 5 Kalender-Cashflow.

Tragen Sie Zahlungstermine und Fälligkeitstermine in einen Kalender ein und planen Sie Zahlungen und Überweisungen genau, um Fehlbeträge und Verzugsgebühren zu vermeiden.



# Finanzielle Ziele, die zu Ihrer Lebensphase und Ihrem Einkommen passen



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## Beginnen Sie mit drei Ankerpunkten:

- 1 Lebensphase:** neuer Job, junge Familie, Hypothek/hohe Ausgaben, Mitte der Karriere, Vorruhestand.
- 2 Einkommensmuster:** regelmäßig oder unregelmäßig. Wenn Ihr Einkommen schwankt, planen Sie in Prozenten jeder Zahlung.
- 3 Zeithorizont:**
  - Kurzfristig (bis zu 12 Monate)
  - Mittelfristig (1–3 Jahre)

**! Je weniger vorhersehbar Ihr Einkommen ist, desto größer sollte Ihr Notfallfonds sein und desto häufiger sollten Sie Ihre Beiträge überprüfen.**

**📌 Finanzielle Ziele müssen realistisch sein** und in einem angemessenen Verhältnis zu Ihren aktuellen Möglichkeiten stehen.

  - Zielorientierter Ansatz**, bei dem Sie prüfen, ob Ihr derzeitiges Einkommen das Ziel unterstützen kann
  - Budget-First-Ansatz**, bei dem Sie eine erschwingliche Zuweisung festlegen und Ihre Ziele innerhalb dieser Vorgabe gestalten.

## Fünf Schritte zur Festlegung finanzieller Ziele

### 1 Umfang und Zeithorizont festlegen

Wählen Sie insgesamt 2–3 Ziele aus: 1–2 kurzfristige und 1–2 mittelfristige.

### 2 Benennen Sie den Bedarf und den Zweck

Geben Sie an, wofür das Ziel dient und warum es wichtig ist (z. B. Zahnbehandlung, Familienurlaub, Tilgung einer kleinen Schuld). Ein Ziel = ein klarer Satz.

### 3 Legen Sie den Betrag fest

Geben Sie einen genauen Zielbetrag in der jeweiligen Währung an. Halten Sie diesen Betrag in der Zielerklärung fest und aktualisieren Sie ihn, wenn sich die Preise ändern.

### 4 Formulieren Sie mit SMART

Machen Sie jedes Ziel spezifisch, messbar, erreichbar, relevant und zeitgebunden (Betrag + Zweck + Datum).

**Beispiel: „Bis zum 1. Dezember 600 € für eine Zahnbehandlung sparen.“**

### 5 Finanzierungsplan

Legen Sie fest, woher das Geld kommt, wie viel Sie jedes Mal einzahlen, wie oft und wie es automatisch überwiesen wird. Fügen Sie eine monatliche Überprüfung hinzu, um bei Bedarf Anpassungen vorzunehmen.

# Übung: Schreiben Sie Ihre SMART-Ziele auf



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## Beispiele für SMART-Ziele

- Bis zum 1. Dezember 800 € für eine Zahnbehandlung sparen
- Bis zum 30. Juni 900 € auf der Kreditkarte zurückzahlen.
- Innerhalb von 12 Monaten 2500 € für einen Familienausflug sparen.
- Innerhalb von 9 Monaten 1000 € für einen neuen Laptop sparen.

## Übung für die Teilnehmer:

**1** Schreiben Sie 3 persönliche SMART-Ziele für das nächste Jahr auf, jeweils in einem Satz:  
„Bis zum [Datum] [Betrag in €] für [Zweck] sparen/bezahlen.“

## **2 Selbstkontrolle (SMART-Checkliste):**

- Spezifisch:** Ist der Zweck klar formuliert?
- Messbar:** Gibt es einen genauen Betrag in €?
- Erreichbar:** Ist es für Sie realistisch?
- Relevant:** Ist es jetzt wichtig?
- Terminiert:** Gibt es eine klare Frist?



# 3. Sparen in der modernen Welt: Notfallfonds und Investitionen



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718





# Sparen gestalten: Notfallreserven und Investitionskapital



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## 💰 Was „Sparen“ bedeutet

Einen Teil des Einkommens für zukünftige Bedürfnisse beiseite legen.

## ✅ Es gibt zwei Säulen:

- Notfallliquidität (Bargeld für Krisenfälle).
- Langfristiges Kapital (Investitionen für Wachstum).


## 💰 Wie man aufteilt (Reihenfolge):

Schützen → Sparen → Investieren.

Zuerst Rechnungen bezahlen, dann den Notfallfonds (EF) aufbauen und erst dann neues Geld in Investitionen fließen lassen.



# Notfallfonds: Höhe und Regeln

 **Was der Notfallfonds abdeckt:** nur wesentliche Ausgaben (Wohnung, Nebenkosten, Grundnahrungsmittel, Transport, Medikamente/Kinderbetreuung, Mindestzahlungen für Schulden).

 **Richtige Höhe (je nach Einkommensstabilität wählen):**

- Stabiles Gehalt / zwei Verdienner: 1,5–2 Monate der grundlegenden Ausgaben.
- Einverdienerhaushalt / Probezeit / begrenzte Unterstützung: 2–3 Monate.
- Variables Einkommen / Selbstständige / Pflegekräfte: 3–6 Monate.

 **Ziel des Notfallfonds = monatliche Grundausgaben × gewählte Monate.**

**Aufbewahrungsort:** sofort verfügbare Ersparnisse / bargeldähnliches Konto (sehr geringes Risiko, niedrige Gebühren).

**! Idealer Richtwert: Streben Sie einen Notfallfonds an, der etwa sechs Monate der grundlegenden Ausgaben abdeckt und ausreicht, um zu leben, wenn Ihr Einkommen ausfällt.**

# Investieren im Überblick: Definition und Arten



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

 **Was ist Investieren?** Mit Geld Vermögenswerte kaufen, die im Laufe der Zeit an Wert gewinnen oder Erträge erzielen können. Der Wert kann steigen oder fallen, und Verluste sind möglich.

## HAUPTVERMÖGENS KLASSEN

### Bankeinlagen (Festgeldanlagen/Sparbriefe ).

Fester Zinssatz, einfacher Zugang.  
Informieren Sie sich über das  
Einlagensicherungssystem und die  
Obergrenzen Ihres Landes.

### Investmentfonds.

Von Fachleuten verwaltete  
Poolprodukte (z. B. Rentenfonds,  
Aktienfonds, gemischte oder  
ausgewogene Fonds, Indexfonds).  
Sie besitzen Fondsanteile; der  
Wert ändert sich mit den Märkten  
und Gebühren.

### Staatsanleihen.

Kredite an einen Staat. In der  
Regel geringeres Risiko als  
Unternehmenswertpapiere, mit  
Zins- und Inflationsrisiko.

### Private Wertpapiere.

Unternehmensanleihen werden  
verzinst und müssen vom Emittenten  
zurückgezahlt werden;  
Unternehmensaktien verleihen  
Eigentumsrechte und bieten  
potenzielle Dividenden. Die Preise  
können volatil sein; es besteht ein  
individuelles Emittentenrisiko.

### Altersvorsorgeprodukte und Lebensversicherungen.

Langfristige Anlageformen mit  
Spar-/Anlagekomponente.  
Steuerliche oder  
Absicherungseigenschaften;  
Gebühren und Strafen für  
vorzeitigen Ausstieg prüfen.

### Hochriskante Instrumente.

Derivate, Kryptowährungen,  
sehr spekulative Aktien oder  
Token. Die Preise können sich  
schnell ändern; Sie können den  
größten Teil oder das gesamte  
Geld verlieren.

### Investition in das eigene Unternehmen.

Potenzial für höhere Renditen  
und mehr Kontrolle, aber das  
Geschäftsrisiko und das  
Cashflow-Risiko sind erheblich.

# Praktische Leitlinien für den Einstieg in die Geldanlage



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

- Reihenfolge:** Bauen Sie zuerst einen Notfallfonds auf; investieren Sie nur Geld, das Sie nicht für Notfälle benötigen.
- Gesamtinvestitionssumme:** Ein gängiger Ausgangswert liegt bei 10–20 % Ihres Einkommens, angepasst an Ihre Situation und Verpflichtungen.
- Begrenzen Sie das Risiko:** Legen Sie nicht mehr als 5–10 % Ihres Anlagebetrags in risikoreichen Instrumenten an.
- Nutzen Sie Schutzmaßnahmen:** Bevorzugen Sie regulierte Produkte; bestätigen Sie bei Einlagen die Deckung durch die nationale Einlagensicherung.
- Diversifizieren Sie:** Verteilen Sie Ihr Geld auf mehrere Anlageformen (z. B. einen breit angelegten Fonds plus einige Anleihen); vermeiden Sie es, alles in einen Emittenten oder eine Idee zu investieren.
- Vermeiden Sie schuldenfinanzierte Investitionen:** Kredite für Investitionen können das Risiko erheblich erhöhen.
- Wissen Sie, was Sie kaufen:** Wenn Sie ein Wertpapier oder Produkt nicht vollständig verstehen, investieren Sie nicht; ziehen Sie eine unabhängige Beratung in Betracht.



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718



## 4. Schuldenrisiken und verantwortungsvolle Kreditaufnahme

# Kredit: Risiken und Chancen



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## RISIKEN

- ❑ **Anfälligkeit gegenüber unerwarteten Ausgaben:** ~30 % der EU-Bürger können unerwartete Ausgaben nicht aus eigenen Mitteln decken. (Eurostat, 2025)
- ❑ **Überschuldung:** 16,6 % der EU-Haushalte geben an, Schwierigkeiten bei der Bedienung ihrer Schulden zu haben (Eurofound, 2020). 6,4 % der EU-Bürger sind mit ihren Versorgungsrechnungen im Rückstand (≈ 30 Millionen Menschen) (Eurostat, 2025).
- ❑ **Finanzielle Belastungen im Zusammenhang mit Finanzen und Schulden:** 70 % der Befragten in den OECD-Ländern sind besorgt, ob sie alle Ausgaben decken können. (OECD, 2023)
- ❑ **Teure Kurzzeitkredite:** „Zahltagskredite“ können Zinsen von mehreren hundert bis zu mehreren tausend Prozent pro Jahr erreichen; bei versäumten Zahlungen steigen die Kosten weiter an. (ESMA, 2024)
- ❑ **Studienkreditbelastung:** durchschnittliche Schulden bei Abschluss des Studiums ~53.000 £ in England (jüngste Kohorten). (House of Commons Library, 2025)

## CHANCEN

- ❑ **Weg zum Wohneigentum:** 69,2 % der EU-Bürger leben in Eigenheimen; 24,9 % sind Eigentümer mit einer Hypothek/einem Darlehen. Hypotheken sind der gängige Weg. (Eurostat, 2025)
- ❑ **Kreditwürdigkeit und Integration:** Der verantwortungsvolle Umgang mit formellen Krediten trägt zum Aufbau einer nachprüfbaren Kreditwürdigkeit bei, die für Wohnraum, Versorgungsleistungen und Versicherungsprämien erforderlich ist.
- ❑ **Bildung und Qualifikationen:** Strukturierte Studien-/Berufskredite können höherwertige Qualifikationen finanzieren, wenn die Zahlungsfähigkeit bestätigt ist.
- ❑ **Finanzierung kleiner Unternehmen:** Die europäische Mikrofinanzierung bedient etwa 1,48 Millionen aktive Kreditnehmer und unterstützt Start-ups und Kleinstunternehmen (EMN-MFC, 2025).

# Checkliste zum Schuldenrisiko

**Markieren Sie „Ja“ oder „Nein“.**

1. Meine monatlichen Zahlungen für alle Schulden zusammen übersteigen 40 % meines Nettoeinkommens (Lohn nach Steuern).
2. Ich habe Ersparnisse für höchstens einen Monat an lebensnotwendigen Ausgaben (Wohnung, Nebenkosten, Grundnahrungsmittel, Transport, Medikamente/Kinderbedarf, Mindestschuldenzahlungen).
3. Ich habe Rechnungen oder Kredite nicht oder verspätet bezahlt, weil ich nicht genug Geld hatte.
4. Ich zahle nur den Mindestbetrag meiner Kreditkarte(n), anstatt die Schulden schneller abzubezahlen.
5. Ich nutze Kredite, um Miete, Energie oder Lebensmittel zu bezahlen.
6. Bei mindestens einer Kreditkarte liegt mein Saldo über 80 % des Limits; oder ich nutze über alle Karten hinweg mehr als 50 % des Gesamtlimits.
7. Ein großer Teil meiner Schulden hat einen sehr hohen Zinssatz oder einen variablen Zinssatz, der steigen könnte.
8. Ich habe drei oder mehr aktive Ratenzahlungspläne oder „Jetzt kaufen, später bezahlen“-Vereinbarungen.
9. Mein Einkommen ist unbeständig oder gesunken.
10. Ich habe Mahnungen oder eine negative Bonität.
11. Ich leide unter anhaltendem Stress aufgrund meiner Schulden (Schlafstörungen, Angstzustände, Streitigkeiten wegen Geld).
12. Ich nehme regelmäßig Kredite auf, um notwendige Ausgaben oder Schuldenzahlungen zu decken.
13. Ich habe derzeit überfällige Salden oder Zahlungsrückstände bei Schulden oder notwendigen Rechnungen (z. B. Kredite, Miete, Nebenkosten).
14. Trotz bestehender Schulden plane ich, weitere Kredite aufzunehmen oder neue Käufe auf Kredit zu tätigen.
15. Ich nutze neue Kredite, um bestehende Schulden zurückzuzahlen (z. B. Barvorschüsse, Saldoübertragungen, neue Kredite zur Begleichung von Zahlungen).

# Checkliste für Kreditrisiken: Ergebnisse



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## BEWERTEN & INTERPRETIEREN

- 0–4 „Ja“** → **Beherrschbar:** Weitermachen; Ersparnisse in Höhe von 1–2 Monatsgrundbedürfnissen aufbauen.
- 5–9 „Ja“** → **Erhöhtes Risiko:** Handeln Sie jetzt – senken Sie Kosten, reduzieren Sie Zinsen, wählen Sie eine Tilgungsmethode (Schneeball/Lawine), vermeiden Sie neue hochverzinsliche Kredite.
- 10–15 „Ja“** → **Kritisch:** Holen Sie sich Schuldenberatung, verhandeln Sie Zahlungspläne, erwägen Sie formelle Vereinbarungen, sofern verfügbar.



**Wichtiger Hinweis:** Diese Checkliste dient zur schnellen Selbstüberprüfung. Sie bewertet Ihre Situation nicht vollständig. Verwenden Sie sie, um potenzielle Risiken zu erkennen, und lassen Sie dann Ihre Finanzen detailliert überprüfen, bevor Sie wichtige Entscheidungen treffen.

# Schuldenerlass: 5 wichtige Schritte

- 1 Stabilisieren Sie Ihr Budget und Ihre Grundbedürfnisse.** Identifizieren Sie wesentliche Ausgaben. Setzen Sie diese an die Spitze Ihres Budgets und bezahlen Sie sie zuerst. Stellen Sie optionale Ausgaben zurück, bis Ihr Plan funktioniert.
- 2 Erstellen Sie eine Übersicht über Ihre Schulden und legen Sie Prioritäten fest.** Priorisieren Sie Schulden, die Ihre Wohnung/grundlegende Dienstleistungen gefährden könnten.
- 3 Wählen Sie eine Rückzahlungsmethode und halten Sie sich daran:**
  - Avalanche:** Zahlen Sie die Mindestbeträge für alle Schulden und verwenden Sie jeden zusätzlichen Betrag zuerst für die Schulden mit dem höchsten Zinssatz, um die Gesamtkosten zu senken.
  - Schneeball:** Zahlen Sie die Mindestbeträge für alle Schulden und tilgen Sie zuerst den kleinsten Saldo, um schnelle Fortschritte zu erzielen, und gehen Sie dann zum nächsten über.
  - Hybrid:** Begleichen Sie zuerst alle sehr teuren Schulden oder Schulden mit Strafzinsen und fahren Sie dann mit Avalanche oder Snowball fort. Automatisieren Sie die zusätzliche Zahlung an die ausgewählte Zielschuld.

# Schuldenerlass: 5 wichtige Schritte



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

**4 Reduzieren Sie die Kosten Ihrer Schulden dort, wo es wirklich hilft.** Bitten Sie Ihre Kreditgeber um niedrigere Zinsen, vorübergehend niedrigere Zahlungen, Gebührenbefreiungen oder einen neuen Fälligkeitstermin. Prüfen Sie vor jeder Saldoübertragung die Gebühren und das Enddatum. Ziehen Sie eine Refinanzierung oder Konsolidierung nur dann in Betracht, wenn die effektiven Gesamtkosten sinken und die Laufzeit angemessen bleibt.

**5 Halten Sie den Plan ein und passen Sie ihn an.** Überprüfen Sie Ihr Budget und Ihre Schuldenübersicht monatlich. Wenn eine Zahlung nicht geleistet werden kann, benachrichtigen Sie den Gläubiger umgehend, um einen realistischen Termin oder Plan zu vereinbaren, und aktualisieren Sie Ihre Übersicht entsprechend. Vermeiden Sie neue teure Kredite.



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

# 5. Die finanzielle Unabhängigkeit von Frauen in der modernen Welt



# Finanzielle Unabhängigkeit von Frauen



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

👉 **Finanzielle Unabhängigkeit** ist die Fähigkeit einer Frau, ein stabiles Einkommen zu erzielen, finanzielle Entscheidungen zu treffen und umzusetzen sowie Bedürfnisse und Risiken abzudecken, ohne auf externe Unterstützung angewiesen zu sein.

💡 Sie ermöglicht **Wahlfreiheit** (Arbeit, Bildung, Umzug), Widerstandsfähigkeit in Krisen und Schutz vor wirtschaftlichem Missbrauch.

## Wahlfreiheit:

die Möglichkeit, Arbeit, Studium, Wohnort und Lebensstil ohne finanziellen Druck von anderen auszuwählen oder zu ändern.

## Sicherheit und

**Ausstiegsmöglichkeiten:** Die Möglichkeit, schädliche oder zwanghafte Situationen zu verlassen und eine faire Behandlung zu Hause und am Arbeitsplatz auszuhandeln.

## Resilienz in Krisen:

Ersparnisse und eigenes Einkommen mildern die Auswirkungen von Arbeitsplatzverlust, Krankheit, Behinderung, Migrationsschocks oder Pflegeunterbrechungen.

## Gesundheit und Wohlbefinden:

Ressourcen für den zeitnahen Zugang zu Behandlung, Beratung, Erholung und Genesung, ohne dass es aufgrund von Geldmangel zu Verzögerungen kommt.

## Langfristige Stabilität:

die Möglichkeit, Renten, Versicherungen und Notfallfonds aufzubauen; Vermeidung von hohen Schulden und ausbeuterischer Abhängigkeit.

## Stärkere Verhandlungsmacht:

Selbstvertrauen, Grenzen zu setzen, über Gehalt und Arbeitsbedingungen zu verhandeln und gemeinsame Entscheidungen auf Augenhöhe zu treffen.

## Zugang zu Chancen:

die Möglichkeit, in Weiterbildungen, die Anerkennung von Qualifikationen, Sprachkurse, Arbeitsmittel und die Gründung kleiner Unternehmen zu investieren.

## Auswirkungen auf die nächste

**Generation:** Vorbildfunktion für verantwortungsbewusstes Geldmanagement und Vermögensaufbau, was den Kindern zugutekommt und ihre zukünftige Gefährdung verringert.

# Finanzielle Unabhängigkeit von Frauen: Begrenzende Faktoren




Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## 1 Einkommen und Beschäftigung

- Geringeres Gehalt für Frauen als für Männer.
- Migrantinnen nehmen schlechter bezahlte oder weniger qualifizierte Jobs an, als es ihrer Qualifikation entspricht.
- Begrenzte Verfügbarkeit und Erschwinglichkeit von Sprachkursen und Umschulungsprogrammen.
- Unterbrechungen der beruflichen Laufbahn aufgrund von Betreuungsaufgaben und erzwungener Migration.
- Nichtanerkennung früherer Qualifikationen und Berufserfahrung im Aufnahmeland.

 **Arbeiten Sie in kleinen Gruppen.** Wählen Sie eine Faktorengruppe aus A1–4 aus, diskutieren Sie, wie diese in Ihrem Land/Ihrer Region wirkt, und schlagen Sie konkrete, kontextspezifische Möglichkeiten vor, wie Frauen deren Auswirkungen überwinden oder verringern können; erstellen Sie eine kurze Zusammenfassung Ihrer Vorschläge.

## 2 Finanzielle Bildung und Entscheidungsfindung

- Fehlende grundlegende Finanzkenntnisse.
- Negative Einstellung zum Thema Geld.
- Geringes Selbstvertrauen bei Verhandlungen.

## 3 Zugang zu Finanzdienstleistungen

- Identifikations- und Aufenthaltsprobleme bei der Eröffnung von Konten und der Nutzung von Dienstleistungen.
- Sprachbarrieren und komplexe Verträge/Tarife.
- Keine lokale Bonität und unregelmäßiges Einkommen, was die Kosten erhöht oder die Verfügbarkeit von Produkten einschränkt.
- Höhere Preise und Mangel an Produkten für Migranten.

## 4 Rechtliche, sicherheitsrelevante und digitale Aspekte

- Finanzbetrug, der sich gegen Migranten richtet.
- Schwierigkeiten mit Dokumenten und Verfahren aufgrund des Migrationsstatus und sprachlicher Barrieren.
- Begrenzter Zugang zu sicheren digitalen Tools



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

# 6. Finanzielle Sicherheit und Betrugsprävention



# Finanzielle Sicherheit: Wo es darauf ankommt



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

- 1 Persönliche Daten und Geräte.** Verwenden Sie sichere, einzigartige Passwörter, aktivieren Sie die Zwei-Faktor-Authentifizierung und vermeiden Sie öffentliche WLAN-Netze für Bankgeschäfte.
- 2 Zahlungen und Online-Shopping.** Bezahlen Sie nur auf verifizierten Websites, überprüfen Sie die URL und verwenden Sie Karten oder vertrauenswürdige Wallets mit Käuferschutz.
- 3 Bewusstsein für Betrug.** Achten Sie auf Druck, Dringlichkeit, Vorabgebühren, „garantierte Renditen“, Anfragen nach Codes oder Fernzugriff. Überprüfen Sie den Absender, bevor Sie handeln.
- 4 Sicher investieren.** Investieren Sie nicht in Produkte, die Sie nicht verstehen. Überprüfen Sie, ob die Anbieter von der nationalen Aufsichtsbehörde zugelassen sind. Seien Sie vorsichtig bei Kryptowährungen und hohen Renditeversprechen.
- 5 Kredite und Darlehen.** Vergleichen Sie den effektiven Jahreszins und die Gesamtkosten. Vermeiden Sie teure Kurzzeitkredite, beschränken Sie „Jetzt kaufen, später bezahlen“ und halten Sie die Kartenauslastung niedrig.

# Finanzielle Sicherheit: Wo es darauf ankommt



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

- 6 Überweisungen.** Nutzen Sie regulierte Anbieter, bestätigen Sie den Empfänger, vergleichen Sie Gebühren und Wechselkurse und bewahren Sie Belege auf.
- 7 Jobs, Stipendien und Beihilfen.** Zahlen Sie niemals für die Bewerbung oder das „Freischalten“ eines Angebots. Nutzen Sie offizielle Portale, schützen Sie Ihre Identitäts- und Bankdaten und geben Sie nur die erforderlichen Informationen weiter.
- 8 Probleme mit Konten oder Zahlungen.** Notieren Sie, was passiert ist, wenden Sie sich zuerst an Ihre Bank, dann an den Händler oder die Plattform, ändern Sie Passwörter und reichen Sie gegebenenfalls eine formelle Beschwerde ein.
- 9 Verträge und Abonnements.** Lesen Sie die Bedingungen, Verlängerungsregeln und Kündigungsmodalitäten. Richten Sie Erinnerungen ein, um Testversionen rechtzeitig zu überprüfen oder zu kündigen.
- 10 Familie und gemeinsame Finanzen.** Führen Sie ein persönliches Konto, vereinbaren Sie klare Haushaltsregeln und bringen Sie Ihren Kindern sichere Gewohnheiten bei.

# Die 7 häufigsten Finanzbetrugsmaschen



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
through Migration Careers  
Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

**1 PHISHING-NACHRICHTEN (E-Mail/SMS/Messenger):** Links zu gefälschten Bank- oder Lieferungsseiten, die Anmeldedaten oder Kartendaten stehlen.

▶ **Warnsignale:** ungewöhnlicher Absender, dringlicher Tonfall, Links, die nach Zugangsdaten fragen.

✓ **Maßnahmen:** Nicht anklicken; Website/App direkt öffnen; melden und löschen.

**2 „BANKSICHERHEITS“-ANRUF (Vishing):** Betrüger behaupten, Ihr Konto sei gefährdet, und bitten um Einmalcodes oder die Überweisung von Geld auf ein „sicheres“ Konto.

▶ **Warnsignale:** Druck, Geheimhaltung, Code-Anfragen.

✓ **Was Sie tun sollten:** Auflegen; Ihre Bank unter der offiziellen Nummer in Ihrer App oder auf Ihrer Karte anrufen.

**3 „GARANTIERTE RENDITEN“ BEI INVESTITIONEN ODER KRYPTOWÄHRUNGEN:** Schicke Anzeigen, gefälschte Plattformen, Influencer oder „Berater“ versprechen hohe Renditen ohne Risiko.

▶ **Warnsignale:** Garantien, Druck, heute zu investieren, nicht lizenziertes Unternehmen.

✓ **Was Sie tun sollten:** Überprüfen Sie das Unternehmen im Register der nationalen Aufsichtsbehörde; wenn es nicht aufgeführt ist, lassen Sie die Finger davon.

**4 PYRAMIDENSYSTEME:** Die Auszahlungen stammen von neuen Teilnehmern, nicht aus echten Gewinnen; das Geld versiegt, wenn die Rekrutierung nachlässt.

▶ **Warnsignale:** Prämien für die Anwerbung neuer Mitglieder, unklares Geschäftsmodell, „zu gut, um wahr zu sein“.

✓ **Tun Sie Folgendes:** Meiden Sie solche Angebote und melden Sie sie der Verbraucherbehörde oder der Polizei.

# Die 7 häufigsten Finanzbetrugsmaschen



Co-funded by  
the European Union

Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers  
Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

**5 FALSCHES STELLENANGEBOTE UND ÜBERZAHLUNGEN:** Der „Arbeitgeber“ schickt einen Scheck/eine Überweisung und bittet Sie, einen Teil davon weiterzuleiten; das ursprüngliche Geld wird später zurückgebucht und Sie haben Schulden bei der Bank.

► **Warnsignale:** Zahlung vor Arbeitsbeginn, Aufforderung zum Weiterversand von Waren oder zur Überweisung von Geld.

✓ **Was Sie tun sollten:** Leiten Sie niemals Gelder aus eingehenden Zahlungen weiter; nutzen Sie nur offizielle Jobportale.

**6 TECH-SUPPORT-/FERNZUGRIFF-BETRUG:** Pop-ups oder Anrufe behaupten, Ihr Gerät sei infiziert, und bitten Sie, eine Fernzugriffssoftware zu installieren.

► **Warnsignale:** unaufgeforderter Support, Aufforderungen zur Fernsteuerung oder zur Angabe von Kartendaten.

✓ **Was Sie tun sollten:** Schließen Sie die Seite, aktualisieren Sie Ihr Antivirenprogramm und wenden Sie sich selbst an den Gerätehersteller oder Ihre Bank.

**7 BETRUG MIT VORGEWANDTEN WOHLTÄTIGKEITS-/GESCHENK-/ERBE-/HILFS-/FÖRDERMITTELN:** Gefälschte NGOs, „EU-Fonds“ oder Paket-/Zollbenachrichtigungen fordern Gebühren oder Daten.

► **Warnsignale:** Zahlung für den Erhalt von Hilfe, Anfragen nach vollständigen Ausweis-/Bankdaten, inoffizielle Links.

✓ **Tun Sie Folgendes:** Spenden oder Anträge nur über offizielle Websites stellen; IBANs und Organisationen überprüfen.

# Gruppenübung: Erfahrungen mit Betrugsfällen aus dem wirklichen Leben



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

## Gruppendiskussion

- Haben Sie persönlich schon einmal einen Finanzbetrug erlebt?
- Haben Sie ihn rechtzeitig erkannt oder sind Sie darauf hereingefallen? Nennen Sie Warnsignale, die Ihnen aufgefallen sind oder die Sie übersehen haben.
- Formulieren Sie auf Grundlage der Diskussion Regeln, die Ihre Gruppe empfiehlt, um ähnliche Betrugsfälle in Zukunft zu vermeiden.





Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

# REFERENZEN

OECD. (2020). Empfehlung des Rates zur Finanzkompetenz (OECD/LEGAL/0461). Paris: OECD. Verfügbar unter: <https://legalinstruments.oecd.org/en/instruments/OECD-LEGAL-0461>

Europäische Kommission und OECD (2022) EU/OECD-Rahmenwerk für die Finanzkompetenz von Erwachsenen in der Europäischen Union. Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union. Verfügbar unter: [https://finance.ec.europa.eu/system/files/2022-01/220111-financial-competence-framework-adults\\_en.pdf](https://finance.ec.europa.eu/system/files/2022-01/220111-financial-competence-framework-adults_en.pdf)

Europäische Kommission (2023) Überwachung des Niveaus der Finanzkompetenz in der EU. Flash Eurobarometer 525. Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union. Verfügbar unter: <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2953>

The Scottish Sun (2017) Lotteriegewinnerin Jane Park erwägt Klage gegen Camelot.... Verfügbar unter: <https://www.thescottishsun.co.uk/news/574056/lottery-winner-jane-park-considering-suing-camelot-claiming-jackpot-at-17-ruined-her-life>

Holley, P. (2017) Mit 17 gewann sie im Lotto. Jetzt macht sie die Euromillions-Verantwortlichen dafür verantwortlich, „ihr Leben ruiniert zu haben“. The Washington Post, 15. Februar. Verfügbar unter: <https://www.washingtonpost.com/news/worldviews/wp/2017/02/15/she-won-the-lottery-at-17-now-she-blames-euromillions-officials-for-ruining-her-life/>

R.W. Rogé & Company (2023). Wie sich Veränderungen im Leben auf Ihre Finanzplanung auswirken. Verfügbar unter: <https://www.rwroge.com/2023/11/how-life-changes-affect-your-financial-planning-needs/>



Co-funded by  
the European Union



Women's Initiative  
for New Growth and Skills  
Empowering Migrant Careers

Project 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718

# HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Finanziert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Exekutivagentur Bildung, Audiovisuelles und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür haftbar gemacht werden.

## Autoren

© November 2025 – Hochschule Wismar Universität für Angewandte Wissenschaften Technologie, Wirtschaft und Design, Fundacja Marki Polskiej im. prof. Witolda Kieżuna, NGO Syla Krainy, Tschechisch-Ukrainische Wissenschaftliche Gesellschaft, Akademi Kultur ve Egitim Dernegi  
Diese Veröffentlichung wurde mit finanzieller Unterstützung der Europäischen Kommission im Rahmen des Erasmus+-Projekts „WINGS: Women's Initiative for New Growth and Skills – Empowering Migrant Careers“ (Projektnummer 2024-1-DE02-KA220-ADU-000247718) durchgeführt.

## Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen



(CC BY-SA): Es steht Ihnen frei, das Material in jedem Medium oder Format zu kopieren und weiterzuverbreiten sowie es für jeden Zweck, auch kommerziell, anzupassen, zu remixen, zu transformieren und darauf aufzubauen. Der Lizenzgeber kann diese Freiheiten nicht widerrufen, solange Sie die Lizenzbedingungen unter den folgenden Bedingungen einhalten:

**Namensnennung** – Sie müssen eine angemessene Quellenangabe machen, einen Link zur Lizenz bereitstellen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Sie können dies in jeder angemessenen Weise tun, jedoch nicht in einer Weise, die den Eindruck erweckt, dass der Lizenzgeber Sie oder Ihre Nutzung unterstützt.

**Weitergabe unter gleichen Bedingungen** – Wenn Sie das Material remixen, umgestalten oder darauf aufbauen, müssen Sie Ihren Beitrag unter derselben Lizenz wie das Original verbreiten.

**Keine zusätzlichen Einschränkungen** – Sie müssen keine rechtlichen Bestimmungen anwenden.