



Schweizerischer Konsumentenbund SKB
Fédération suisse des consommateurs FSC
Federazione svizzera dei consumatori FSC

INFOMERKBLATT 2024

Umgang mit Inflation: Geld sinnvoll einsetzen



Einleitung

Inflation ist ein wirtschaftliches Phänomen, das die Kaufkraft des Geldes verringert, was bedeutet, dass Sie für dasselbe Geld weniger Waren und Dienstleistungen erhalten. Dieser Ratgeber bietet Ihnen praktische Tipps, wie Sie Ihr Geld in Zeiten der Inflation sinnvoll einsetzen und schützen können.

Im Alltag stehen Konsumentinnen und Konsumenten oft vor Herausforderungen, die fundiertes Wissen und praktische Fertigkeiten erfordern. Der Schweizerische Konsumentenbund nimmt sich dieser Herausforderungen an, indem er eine Reihe von Praxisratgebern und Infomerkblättern zu allen wichtigen Lebensbereichen bietet. Diese Ratgeber dienen als Hilfe zur Selbsthilfe und spiegeln unseren Auftrag als Konsumentenschutz-Organisation wider.

1. Verständnis der Inflation

- **Was ist Inflation?:** Inflation bezeichnet den allgemeinen Anstieg der Preise für Waren und Dienstleistungen über einen bestimmten Zeitraum. Dies führt dazu, dass das Geld an Wert verliert, da man weniger dafür kaufen kann.
- **Ursachen der Inflation:** Inflation kann durch verschiedene Faktoren verursacht werden, wie z.B. steigende Produktionskosten (Kosteninflation), erhöhte Nachfrage (Nachfrageinflation) oder durch eine expansive Geldpolitik, bei der mehr Geld im Umlauf ist.

2. Ausgaben kontrollieren und Prioritäten setzen

- **Budgetierung:** Erstellen Sie ein Haushaltsbudget, um Ihre Ausgaben zu kontrollieren. Identifizieren Sie, wo Sie sparen können, und setzen Sie Prioritäten für notwendige Ausgaben.
- **Notwendigkeiten zuerst:** Konzentrieren Sie sich darauf, Ihre grundlegenden Bedürfnisse wie Miete, Lebensmittel, Gesundheitsversorgung und Energie zu decken, bevor Sie für Luxusgüter ausgeben.
- **Kaufgewohnheiten überdenken:** Vermeiden Sie Impulskäufe und größere Anschaffungen, die nicht dringend notwendig sind. Überlegen Sie, ob eine Investition wirklich langfristig sinnvoll ist.

3. Geldanlage in Zeiten der Inflation

- **Sachwerte bevorzugen:** Investieren Sie in Sachwerte wie Immobilien, Gold oder andere Rohstoffe, die tendenziell wertbeständig sind oder sogar im Wert steigen können, wenn die Inflation zunimmt.
- **Inflationsgeschützte Anleihen:** Ziehen Sie inflationsgeschützte Anleihen (z.B. inflationsindexierte Staatsanleihen) in Betracht. Diese Anleihen bieten eine Anpassung an die Inflation und schützen Ihr Kapital.
- **Diversifizierung:** Streuen Sie Ihr Vermögen über verschiedene Anlageklassen wie Aktien, Anleihen und Rohstoffe, um das Risiko zu minimieren. Aktien von Unternehmen, die in der Lage sind, ihre Preise an die Inflation anzupassen, können eine gute Wahl sein.

4. Schuldenmanagement

- **Zinsen im Blick behalten:** Da die Zinssätze in Zeiten hoher Inflation steigen können, sollten Sie besonders darauf achten, Schulden mit variablen Zinssätzen zu vermeiden oder abzuzahlen.

- **Hypotheken und Kredite überprüfen:** Wenn Sie eine Hypothek oder einen Kredit mit festem Zinssatz haben, profitieren Sie, da die realen Schulden im Wert sinken. Überlegen Sie jedoch, ob eine Umschuldung sinnvoll sein könnte, wenn die Zinsen langfristig steigen.
- **Neue Schulden vermeiden:** Vermeiden Sie es, in Zeiten hoher Inflation neue Schulden aufzunehmen, es sei denn, diese Schulden sind für Investitionen gedacht, die langfristig einen sicheren Wertzuwachs versprechen.

5. Einkommen steigern

- **Lohnverhandlungen:** Verhandeln Sie mit Ihrem Arbeitgeber über eine Gehaltserhöhung, die zumindest die Inflation ausgleicht. Informieren Sie sich vorher über die Inflationsrate und die wirtschaftliche Lage Ihres Unternehmens.
- **Zusätzliche Einkommensquellen:** Überlegen Sie, ob Sie durch Nebentätigkeiten, Freelancing oder den Verkauf von ungenutzten Gegenständen zusätzliches Einkommen generieren können.
- **Weiterbildung:** Investieren Sie in Ihre berufliche Weiterbildung, um Ihre Fähigkeiten zu erweitern und Ihre Chancen auf bessere Jobmöglichkeiten und höhere Einkommen zu verbessern.

6. Langfristige Finanzplanung

- **Notgroschen aufbauen:** Ein gut gefüllter Notgroschen ist besonders in unsicheren Zeiten wichtig. Sparen Sie mindestens 3-6 Monate Ihrer Lebenshaltungskosten in einem leicht zugänglichen Konto.
- **Inflation in der Altersvorsorge berücksichtigen:** Passen Sie Ihre Altersvorsorgepläne an, indem Sie inflationsgeschützte Investments oder Fonds in Ihre Strategie einbeziehen. Langfristige Investments in Aktien können ebenfalls sinnvoll sein, um das Kapitalwachstum zu fördern.
- **Regelmäßige Überprüfung der Finanzen:** Überprüfen Sie regelmäßig Ihre Finanzstrategie und passen Sie sie an die wirtschaftlichen Gegebenheiten an. Ein Finanzberater kann dabei helfen, Ihre Pläne an die Inflation anzupassen.

7. Zusätzliche Tipps

- **Preisvergleiche:** Nutzen Sie Vergleichsportale und Apps, um die besten Preise für Produkte des täglichen Bedarfs zu finden. Achten Sie auf Sonderangebote und Rabatte.
- **Lebensmittelvorrat planen:** Kaufen Sie haltbare Lebensmittel in größeren Mengen, wenn sie im Angebot sind, um Kosten zu sparen und sich gegen zukünftige Preiserhöhungen abzusichern.
- **Verträge prüfen:** Überprüfen Sie laufende Verträge, z.B. für Energie, Versicherungen oder Telefon, und suchen Sie nach günstigeren Alternativen, um Kosten zu senken.

Wir sind für *Sie* da.
Unkompliziert und persönlich.

www.konsumentenbund.ch



✓ Kostenlose Erstberatung

✓ Mehr als 600 Fachpersonen

✓ Gemeinnütziger Schweizer Verein

Kontakt

Tel. 031 343 10 10
info@konsumentenbund.ch
www.konsumentenbund.ch

Schweizerischer Konsumentenbund
Murbacherstrasse 19
6003 Luzern

Folgen Sie uns



[/konsumentenbund](#)



Schweizerischer Konsumentenbund SKB
Fédération suisse des consommateurs FSC
Federazione svizzera dei consumatori FSC