Familie ist Zukunft

Informationen der Schweizerischen Stiftung für die Familie

Familienbudget:
Auskommen mit dem Einkommen Seite 10

3.2016

Schweizerische Stiftung für die Familie
Büchnerstrasse 17, 8006 Zürich
www.FamilieistZukunft.ch
www.facebook.com/Familie.ist.Zukunft

Die Weihnachtsgeschichte für Kinder erklärt 2
Partnerschaft: Was ist das perfekte Geschenk? 3
Sexualität: Wie erklär ich's meinen Kindern? 4
Geschlechtersensible Spielzeuge für Kinder? 6–7
Kredite bringen keine Lösung, sondern Probleme 9
Wie Sie Ihre finanzielle Freiheit erweitern 10–11
Trockenes Brot statt Weihnachtsbraten? 12

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser

Geschichten sind für eine gesunde Entwicklung unserer Kinder wichtig. Beim Erzählen oder dem gemeinsamen Anschauen eines Bilderbuches entsteht ein Dialog. Im Gegensatz zum Fernseher und anderen elektronischen Medien spüren uns die Kinder beim Erzählen. Diese aktive Zuwendung hilft Kindern, die Geschichte positiv zu verarbeiten und mit eigenen Schwierigkeiten umzugehen. Nebenstehend finden Sie die Weihnachtsgeschichte für Kinder erklärt.

Schreiben Sie in Ihrem Alltag als Paar ab und zu eine «aussergewöhnliche Geschichte» – zum Beispiel indem Sie sich Zeit schenken und zu zweit ein Wochenende verbringen (Seite 3).

Auf Seite 4 stellen wir zwei Aufklärungsbücher vor, die uns als Schweizerische Stiftung für die Familie überzeugt haben.

Selbsternannte «Experten» geben zum Teil skurrile Tipps, welche Spielzeuge für unsere Kinder gut sind – ein humoristischer Erfahrungsbericht der Bestsellerautorin Birgit Kelle, die 2017 erneut für einen Vortrag in die Schweiz kommt (Seite 6).

Bei der Begleitung von Familien sehen wir immer wieder dieselben Ursachen, die zu finanziellen Problemen führen – Tipps für Familien mit kleinem und grossem Budget (Seiten 9-11).

Ihnen und Ihren Angehörigen wünsche ich eine besinnliche Advents- und Weihnachtszeit.

Markus Döbeli, Geschäftsführer

Warum feiern wir Weihnachten?

Die Weihnachtsgeschichte für Kinder erklärt

Die Bibel erzählt die Geburt von Jesus (Lukasevangelium 2, 1-20):

Kurz bevor Jesus geboren wurde, wollte der Kaiser Augustus wissen, wie viele Menschen in Israel lebten. Er schickte seine Soldaten ins ganze Land. Die Soldaten sagten: *«Der Kaiser macht eine Volkszählung. Jeder muss sich an dem Ort zählen lassen, wo die Familie früher mal gewohnt hat.»* Darum musste Josef mit seiner Frau Maria nach Bethlehem gehen. Dort hatte Josef von seinem Vater einen Acker.

FOTOLIA

Damals gab es noch keine Autos und die Menschen reisten zu Fuss. Maria sagte: *«In ein paar Tagen kommt unser Kind zur Welt. Da kann ich doch nicht nach Bethlehem reisen.»* Aber die Römer hatten das Land besiegt. Auch Josef und Maria mussten dem Befehl der römischen Soldaten gehorchen. So gingen sie nach Bethlehem.
Wegen der Volkszählung waren in Bethlehem so viele Leute, dass Josef und Maria kein Zimmer zum Schlafen mehr fanden. Jemand hatte Mitleid und bot ihnen einen Platz im Stall bei den Tieren an. Darum kam das Baby von Maria in einem Stall zur Welt.

In der Nähe vom Stall hüteten Hirten auf dem Feld ihre Schafe. Plötzlich war es ganz hell und die Hirten erschraken. Sie sahen einen Engel, der sagte: *«Ihr müsst keine Angst haben. In Bethlehem ist heute Nacht Jesus der Retter geboren.»* Das Licht am Himmel wurde noch viel heller und die Engel sangen: *«Gott, der im Himmel wohnt, soll gross werden. Er will allen Menschen seinen Frieden schenken.»* Ganz schnell gingen die Hirten nach Bethlehem. Dort fanden sie Maria, Josef und das Baby Jesus, das in einer Futterkrippe lag. Die Hirten merkten, dass Jesus ein ganz besonderes Kind war. Durch Jesus ist Gott auf die Erde gekommen. *MD*

Kinder- und Bilderbücher für die Advents- und Weihnachtszeit:
www.familieistzukunft.ch/shop/weihnachten

Partnerschaft

Was ist das perfekte Geschenk?

Welches ist das ideale Geschenk für meinen Partner oder meine Partnerin? Nicht immer sind es die materiellen Geschenke, die am meisten Freude bereiten. Das Paarlife-Team hat sich dazu ein paar Gedanken gemacht.

Die Adventzeit und das Fest der Liebe stehen vor der Türe und die Frage, was man seinem/seiner Liebsten schenken kann, beschäftigt so manche. Und da in der Vorweihnachtszeit für die meisten Menschen besonders viele Anlässe anstehen, ist die Zeit knapp, um über ein perfektes Geschenk nachzudenken. Neben der grossen Vielfalt an materiellen Geschenken, wie die langersehnte Halskette oder das neuste Smartphone, geht schnell vergessen, dass Freude bereiten respektive etwas schenken nicht unbedingt einer materiellen Sache bedarf.
Weihnachten bietet eine gute Möglichkeit darüber nachzudenken, was man am Partner/an der Partnerin besonders schätzt und wofür man gerne ein Lob aussprechen möchte. In der Hektik des Alltags oder bei längerer Beziehungsdauer gehen solche kleine Gesten jedoch oft verloren.

Kleine Aufmerksamkeiten im Alltag

Kleine soziale Handlungen wie die Nachfrage, wie es geht, ein Lächeln, Blickkontakt, Anerkennung und Interesse braucht jeder Mensch und sie bestimmen die Atmosphäre in der Partnerschaft – natürlich nicht nur an Weihnachten. Versuchen Sie dies in Ihrem Paaralltag zu pflegen.

Gemeinsam bewusst Zeit verbringen

Auch bewusst gemeinsam Zeit verbringen, etwas zusammen unternehmen, oder mit einem Ausflug überraschen wird Ihren Partner/Ihre Partnerin einerseits freuen und andererseits die Partnerschaft durch die positive Erfahrung stärken. Zusammen Kekse backen, ein Weihnachtskonzert besuchen oder ein Spaziergang im Schnee können stimmungsvolle gemeinsame Aktivitäten sein, die Freude bereiten und zu schönen Erinnerungen werden. Dabei sind die jeweiligen Bedürfnisse des Partners/der Partnerin wichtig.

Miteinander über die Bedürfnisse reden

Gerade in einer langjährigen Partnerschaft können sich die Bedürfnisse verändern, sowohl Ihre als auch jene Ihres Partners/Ihrer Partnerin. Deshalb ist es wünschenswert,

FOTOLIA

Geschenke als auch liebevolle Gesten diesen veränderten Bedürfnissen anzupassen. Gibt es beispielsweise etwas was sich Ihr Partner/Ihre Partnerin in letzter Zeit wünscht? Gibt es Themen, bei denen er/sie besonders ambitioniert ist? Regen Sie, wenn möglich, einen Austausch darüber an oder schenken Sie etwas, was zu diesem Thema passt. Ein Thema muss nicht immer beide Partner interessieren. Wichtig ist, die Bedürfnisse des anderen zu akzeptieren und vielleicht mal eine Überraschung zu planen, die den eigenen Interessen weniger entspricht, dafür dem Partner eine Freude bereitet.

Angenehme Erfahrungen und positive Erinnerungen

Es muss nicht immer die teuerste Variante eines Geschenks sein. Es soll etwas sein, womit anschliessend angenehme Erfahrungen verbunden werden, wodurch eine positive Erinnerung bleibt. Wichtig ist auch Abwechslung, denn immer dieselben Unternehmungen oder Geschenke können auf Dauer langweilig werden und erzielen auch nicht den gewünschten positiven Effekt.

Nehmen Sie die Adventszeit zum Anlass damit zu beginnen sich immer wieder einmal zu überlegen, was Ihrem Partner/Ihrer Partnerin Freude macht – von materiellen Dingen über soziale Gesten bis hin zu gemeinsamen Aktivitäten – und Ihren Paaralltag verschönert – das ganze Jahr über. *Paarlife*

Paarlife ist ein Angebot der Universität Zürich, das Paaren hilft, ihre Beziehung zu vertiefen.
Weitere Informationen unter www.paarlife.ch.

Wie erkläre ich es meinen Kindern?

Mädchen und Jungen müssen sich heute in einer komplexen und stark sexualisierten Welt zurechtfinden. Zwei Bücher mit einer mädchen- und jungengerechten Aufmachung und witzigen Illustrationen helfen, sie auf die Herausforderungen des Erwachsenwerdens vorzubereiten.

In Umfragen gibt die Mehrheit der Jugendlichen an, dass sie in der Schule aufgeklärt wurden. Eltern machen es sich jedoch zu einfach, wenn sie die Aufklärung an die Schule auslagern. Studien zeigen, dass Kinder in der Regel genauso liberal oder verklemmt sind, wie ihre Eltern es waren. «Man kann die Kinder noch so gut erziehen, sie machen einem doch alles nach», sagt ein Sprichwort.

Wenn Eltern mit ihren Kindern dem Alter angemessen und liebevoll über Sexualität reden, dann wird dieser respektvolle Umgang mit der Sexualität an die nächste Generation «vererbt». Paare, die miteinander nicht über ihre Sexualität reden, können meist auch nicht mit ihren Kindern darüber reden.

Bei der Aufklärung an ihre Grenzen stossen jedoch ebenfalls Eltern, die als Paar offen miteinander über ihr Liebesleben reden. Wie erklär ich's meinen Kindern? Hier bieten die beiden Aufklärungsbücher «Rakete startklar» und «Wir Powergirls» auch Eltern wertvolle Impulse, um mit ihren Kindern angemessen über Sexualität zu reden.

Die beiden Bücher sind in einer mädchen- und jungengerechten Sprache geschrieben, ohne sich anzubiedern. Der Text und die witzigen Illustrationen der Kinderbuchautorin Claudia Weiand ermöglichen einen lockeren Zugang zu den Themen, ohne peinlich zu wirken. Inhalte wie Identitätsfindung, Umgang mit Gefühlen, Kommunikation aber auch spirituelle Fragen der Mädchen und Jungen stellen die sexuelle Aufklärung in einen ganzheitlichen Kontext.

Mädchen und Jungen sollen Bescheid wissen: über sich selbst und über das, was beim andern Geschlecht in der Pubertät abgeht. Die Vorpubertät ist, wie Erkenntnisse aus der Hirnforschung zeigen, der ideale Zeitpunkt, um diese wichtigen Themen humorvoll und altersgerecht zu vermitteln. *MD*

FOTOLIA

Wir Powergirls – Das schlaue Mädchenbuch
Autoren: Regula Lehmann und Pascal Gläser mit Illustrationen von Claudia Weiand
Altersempfehlung: 10 bis 13 Jahre
117 Seiten, CHF 20.80

Rakete startklar – Wie aus Jungs echte Kerle werden
Autoren: Regula Lehmann und Pascal Gläser mit Illustrationen von Claudia Weiand
Altersempfehlung: 10 bis 13 Jahre
96 Seiten, CHF 20.80

Zur Autorin:
Regula Lehmann ist verheiratet mit Urs und Mutter von drei erwachsenen Kindern und einem Teenager. Sie ist gelernte Familienhelferin und arbeitet freiberuflich als Präventionsfachfrau, Kursleiterin, Elterncoach und Autorin.

Von Regula Lehmann ebenfalls erhältlich ist der Elternratgeber **«Sexualerziehung? Familiensache!»**, den wir in einer früheren Ausgabe unserer Zeitschrift schon vorgestellt haben.

Die Bücher sind in jeder Buchhandlung erhältlich oder über www.FamilieistZukunft.ch/shop

SEINE FAMILY KANN MAN SICH ~~NICHT~~ JETZT AUSSUCHEN!

ENTWEDER

DIE FAMILY FÜR FAMILIEN ZWISCHEN ...

... BABYGLÜCK UND PUBERTÄT

... ERSTEN ZÄHNEN UND ERSTEN PICKELN

... GEBURT UND ELTERNABEND

ODER

DIE FAMILY FÜR FAMILIEN MIT ...

... KINDERN AB 16

... WIEDER MEHR ZEIT ZU ZWEIT

... NEUEN HERAUS-FORDERUNGEN: LOSLASSEN UND NEU AUFBRECHEN

UNSER TIPP

Entscheiden Sie sich für Ihre Family! (Um-)Bestellen oder verschenken – Family tut 6x im Jahr gut!

JETZT BESTELLEN!

www.family.ch | Tel. 043 288 80 10 | info@family.ch

Family: 6 Ausgaben pro Jahr, CHF 32.70 zzgl. CHF 10.90 Versandkosten in der Schweiz

FamilyNEXT: 6 Ausgaben pro Jahr, CHF 32.70 zzgl. CHF 10.90 Versandkosten in der Schweiz

Geschlechtersensible Spielzeuge für Kinder?

Gender Mainstreaming will «sexistische Stereotype» durchbrechen und die Kinder nicht in Geschlechterrollen drängen. Schnell auf Abwege geraten Eltern, wenn sie ihren Kindern «geschlechtersensible Spielzeuge» zu Weihnachten schenken wollen. Vom Spielzeug unbeeindruckt suchen Kinder ihre eigene Geschlechterrolle.
Der persönliche Erfahrungsbericht von Brigit Kelle ist ein Auszug aus ihrem Buch «GenderGaga». Die Ironie im Text regt nicht nur zum Schmunzeln an, sondern auch zum Nachdenken. Am 20. März 2017 kommt die Bestseller-Autorin erneut für einen Vortrag nach Zürich.

FOTOLIA

Eine geschlechtersensible Welt zu schaffen ist eine Mammutaufgabe, auf deren Weg alle mitgenommen werden, und wir müssen schon bei den Kleinsten anfangen: den Kindern. Wie schon zu Beginn der feministischen Bewegung behauptet, werden wir laut Simone de Beauvoir nicht als Frauen geboren, sondern werden erst zur Frau. Es war also schon immer ein Anliegen der Emanzipation, durch andere Erziehung vor allem der Mädchen diesen die weite Welt abseits von Heim und Herd zu eröffnen.

Damit meine eigenen Töchter also nicht ebenso auf die aus feministischer Sicht schiefe Bahn geraten wie ich und später womöglich heiraten und Kinder kriegen, weil sie denken, das sei ein normales Frauenleben, muss Erziehung jetzt gendersensibel gestaltet werden. Die neue Erziehung soll laut Gender Mainstreaming «sexistische Stereotype» vermeiden, Kinder nicht in Geschlechterrollen drängen und einen Weg in neue Geschlechter und Rollen offen lassen. Und wie schnell gerät man da als Eltern auf Abwege! Ein pinker Lillifee-Fahrradhelm, eine lila Trinkflasche oder gar eine Barbie-Puppe – Eltern sollten sich unbedingt über mädchengefährdende Produkte informieren, denn die Gefahr eines verpfuschten Mädchenlebens lauert in jedem Supermarkt und Kinderzimmer.

Gendersensibler Scheiterhaufen

Ein besonderer Dank geht hier an das feministische Marktüberwachungsorgan Emma das die Kampagne «Pink macht Mädchen dümmer» gestartet hatte, um auf die Gefahren der Farbe Pink aufmerksam zu machen. Die Emma-Redaktion forderte allen Ernstes Warnhinweise auf pinkem Spielzeug. Denn man muss wissen: Die Farbe Pink ist böse. Sie ist die Einstiegsdroge in ein stereotypes Frauenleben.
Laut feministischer Argumentation suggeriert sie den Mädchen ein Prinzessinnendasein, Mädchenklischee-Rollen oder die Vorstellung, dass das Leben tatsächlich ein Ponyhof sei. Von klein auf drängt man sie also damit in eine weibliche Kleinmädchenrolle, die im schlimmsten Fall in einem Dasein als Zahnarztgattin gipfelt. Ich schäme mich gerade schon ganz doll, weil unsere jüngste Tochter zum vierten Geburtstag ein neues Lieblingskuscheltier bekommen hat: ein Plüsch-Einhorn mit pinkem Sattel und Glitzermähne. Nun haben wir den Schund im Haus und ich weiß: Sie ist nicht mehr zu retten. Wir müssen ihr das Einhorn nachts im Schlaf entreißen und auf einem gendersensiblen Scheiterhaufen verbrennen, gemeinsam mit der Lillifee-Kindergartentasche, den Barbiepuppen, die sie von ihrer großen Schwester geerbt hat, dem pinken Helm mit der Krone drauf, all ihren Lieblingskleidern, den Schleifenspangen und der Hello-Kitty-Kakaotasse. Oh ja, Kitty, auch eine dieser Einstiegsdrogen für kleine Mädchen.
Flankiert wird «Emma» von der Aktion «Pinkstinks», einer Art Selbsthilfegruppe aus Hamburg, die angetreten ist, gegen die «Pinkifizierung» der Welt anzugehen. Deren Gründerin Sylvie Schmiedel spricht im Zusammenhang mit der Frauenunterdrückung auch gern von der «Gender-Apartheid», um den Ernst der Lage mit historisch fragwürdigen Unterdrückungsvergleichen zu unterstreichen.
Da der pinke Wahnsinn überall lauert, gibt es für Pinkstinks viel zu tun. Im dazugehörigen «Pinkwatch-Blog» fahndet man von Hamburg aus nach pinkem Spielzeug und sonstigem sexistischem Allerlei. Im vergangenen Jahr war das Mädchen-Überraschungsei von Ferrero das verkörperte Böse, dann wieder ist es der Spielzeughersteller Lego, der zu wenige weibliche Spielzeugfiguren herstellt. Barbie, Kitty und Lillifee, das Luder, stehen ebenfalls auf dem Index. Sogar alle deutschen Teilnehmer bei den Olympischen Spielen in London zierten die pinke Fahndungsliste: in Pink und Hellblau lief man damals im Stadion ein, das muss Schnappatmung bei Pinkstinks verursacht haben.

Und wenn dann ein Hersteller wie Lego Mädchenfiguren nachlegt, ist es auch nicht immer gut, denn es sollen natürlich Lego-Wissenschaftlerinnen und Astronautinnen sein. Stattdessen haben sich Lego und Playmobil aber auf pinke Bauklötze und die «Lego-Friends» spezialisiert, eine Mädchenclique mit pinkem Pony-Stall und Hundesalon. Playmobil hat das Zauberfeenland im Einhorn-Köfferchen, bei Duplo finden sich Schrecknisse wie das Cinderella-Schloss und Dornröschen im Turmgemach, die tatsächlich immer noch auf den Prinzen wartet.

FOTOLIA

Der k(l)eine Unterschied

Möglicherweise orientieren sich die Spielzeughersteller auch einfach an den Vorlieben der Kinder und nicht an gendersensiblen Theorien. Man kann einem Jungen zwar eine Puppe schenken, ihn aber nicht zwingen, auch damit zu spielen. Das musste der Spielzeughersteller Hasbro bereits vor 20 Jahren feststellen. Damals hatte das Unternehmen versucht, ein Spielhaus zu entwickeln, das sowohl von Jungs als auch von Mädchen angenommen und beiden Geschlechtern gerecht wird. Beim Testspielen der Kinder fiel dann Folgendes auf: Die Mädchen spielten wie gewohnt im Puppenhaus Vater-Mutter-Kind, legten die Püppchen schlafen und kuschelten mit ihnen. Die Jungs spielten auch mit dem Haus: Sie bauten ein Katapult auf dem Dach und schleuderten damit den Kinderwagen runter. Der Pressesprecher von Hasbro gab anschließend bekannt, Mädchen und Jungs seien wohl doch unterschiedlich. Was für eine bahnbrechende Erkenntnis! Vielleicht hätte man einfach Eltern fragen sollen, die Jungs und Mädchen großziehen, die hätten das auch gleich sagen können.

Pink statt «geschlechtsneutral»

Ich gebe zu, ich hatte vor der Geburt unseres ersten Kindes auch eine kurze Alle-sind-gleich-Phase: Alles nur Erziehung. Wir machen diesen Rosa-Hellblau-Quatsch nicht mit. Unsere ersten beiden Kinder haben mich eines Besseren belehrt. Die Erstgeborene hatte nichts Pinkes; kein Kleidchen, keinen Strampler, keine Haarspange. Alles schön geschlechtsneutral und bunt. Wir haben das genau drei Jahre durchgehalten, dann kam sie in den Kindergarten und mit ihm zu drei neuen Lieblingsfarben: Glitzer, Pink und Rosa, wobei mir der Unterschied bis heute nicht klar ist. Sie war einfach ein ganz normales Mädchen und bestand auf dem ganzen Mädchenkram! Diddl-Mäuse auf rosa Briefpapier – das war noch in der Prä-Lillifee-Kitty-Ära – pinke T-Shirts und Glitzer-Nagellack. Sie wollte Barbies haben und zur Einschulung den pinken Blümchen-Schulranzen und nein, sie ist nicht verblödet, sondern erfolgreich in der Schule und nein, sie will auch nicht Friseurin werden, sondern Anwältin.

Matchbox-Autos statt Kuscheltiere

Als Zweites bekamen wir einen Sohn. Der hätte es uns doch wenigstens zeigen können. Wie man umgeben von Puppen und Kuscheltieren alle Softskills als Mann entwickelt und seine weibliche Seite entdeckt. Leider interessierte ihn der Kram seiner Schwester nicht im Geringsten, obwohl der überall bereitstand. Als er vor lauter Verzweiflung anfing, mit der Plüsch-Tigerente zu spielen, einfach nur, weil sie Räder hatte, haben wir aufgerüstet: Holzeisenbahn, Parkgarage, und er war glücklich. Er hat die Hälfte seines zweiten Lebensjahrs damit verbracht, Matchbox-Autos in verschiedenen Aufstellungen unter meinem Schreibtisch zu parken. Er ist jedes Möbelstück unseres Hauses damit abgefahren und wir sind nachts darüber gestolpert: Er war einfach ein ganz normaler Junge.

Copyright: Mit freundlicher Genehmigung der Autorin aus dem Buch «GenderGaga» von Birgit Kelle, erhältlich in jeder Buchhandlung. adeo Verlag, München – ISBN 978-3-86334-045-2

FOTO ZVG © KERSTIN PUKALL

Birgit Kelle ist verheiratet und Mutter von vier Kindern. Als Journalistin, Buchautorin und Kolumnistin ist sie in Deutschland regelmässig Gast in Talkshows. Laut Kelle hat der traditionelle Feminismus ausgedient. Nachdem Frauen über Jahrzehnte darum gekämpft haben, nicht mehr von Männern vorgeschrieben zu bekommen, wie sie zu leben haben, will sie nicht hinnehmen, dass Berufs-Feministinnen und Politikerinnen nun die Rolle übernehmen, der Masse der Frauen einen bestimmten Lebensstil vorzuschreiben.

Am 20. März 2017 kommt Birgit Kelle erneut für einen Vortrag in die Schweiz. Weitere Informationen unter: www.FamilieistZukunft.ch/Veranstaltungen

1 Exemplar
19.80 CHF
5 Exemplare
70.– CHF

SWISLAM

Wie viel erträgt das Land?

Ein Buch, das aufrüttelt und bemerkenswerte Fakten zum Islam in der Schweiz liefert. Als ehemaliger Dozent an der islamischen Eliteuniversität Al-Azhar in Kairo und Ex-Imam verfügt Mark A. Gabriel über profunde Islamkenntnisse. Nach seiner Abkehr vom Islam erlebte er Folter, Gefängnis sowie mehrere Mordanschläge. Schliesslich konvertierte er zum Christentum, worauf er aus seinem Heimatland Ägypten fliehen musste und seinen Namen änderte.

Trotz seinen traumatischen Erlebnissen betont er, wie wichtig es ist, Muslimen mit Respekt und Liebe zu begegnen, sowie zwischen Muslimen als Menschen und dem Islam als religiös-politisches Machtsystem zu unterscheiden.

Themen des Buches sind:

- Ist die Angst vieler Schweizer vor dem Islam berechtigt?
- Wo liegen die Unterschiede zwischen der Schweizer Verfassung und dem islamischen Gesetz?
- Welches sind mögliche Risiken, wenn Schweizer Frauen einen Muslim heiraten?
- Welche strategische Bedeutung haben Moscheen und Minarette?

Seine auch für Laien leicht verständlichen Analysen belegt er mit aktuellen Schweizer Beispielen.

Ein Buch, das jeder Schweizer lesen muss, der den Islam und die Entwicklungen in seiner Heimat verstehen will.

Zu bestellen bei Gabriel Institut, Salpe Verlag, Postfach 180, 3123 Belp,
Tel. 031 818 01 66, info@svkk.ch

Preise exkl. Versand

Adonia

Weihnachtsgeschenke für Kids

Jan & Co. 10 – Ärger in der Eliteschule

Der 10. Fall der beliebten Krimi-Serie von David Hollenstein

Jugendkrimi und Detektivhörspiel von David Hollenstein

Annas Vater wird von einem Internethacker erpresst. Wenn dieser die Drohung wahr macht, muss Herr Diethelm seinen Arbeitsort wechseln und Anna würde in eine andere Stadt ziehen. Ohne Anna können sich die anderen Jan & Co. aber nicht vorstellen und machen sich sofort auf die Suche nach dem Hacker und den gestohlenen Daten. Die Spur führt in ein abgelegenes Schulinternat für Eliteschüler, in dem Jan & Co. nun ihre Ferien verbringen und ein Abenteuer nach dem anderen erleben.

Buch (Hc, 13.5 x 21, 208 S.) *E85095*, CHF 19.80 > ab 10 J. < **Hörspiel-CD** (Schweizerdeutsch) *E85096*, CHF 19.80 > ab 8 J. <
Set (Buch und CD) *E85095-1*, **CHF 34.80** statt 39.60

Hörbeispiele + Leseprobe auf **www.adoniashop.ch**

Einige Songs der CD Vol. 2

- Min Gott isch so gross
- Gottes Liebi isch wie d'Sunne
- Bou doch dis Huus
- Wenn de Sturm tobt
- Hüt gits en guete Tag

Neues Produkt

Min Gott isch so gross
Sunntigsschuel-Klassiker, Vol. 2

Bei diesen Songs singen alle Generationen mit!

Weitere 24 Sonntagsschulklassiker in professioneller Qualität. Sie sind auch für heutige Kinder einfach zum Lernen und von den Erwachsenen bis zu den Senioren kennt man die Lieder. So ergeben diese Klassiker ein wertvolles Generationen-Repertoire.

CD *A124501*, CHF 29.80 **Liederheft** *A124502*, CHF 9.80 **Playback-CD** *A124503*, CHF 35.–
Set «Sunntigsschuel-Klassiker» Vol. 1+2 (2 CDs und 2 Liederhefte) *A124505*, **CHF 59.80** statt 79.20

Jetzt online bestellen auf **www.adoniashop.ch**

Adonia, Trinerweg 3, 4805 Brittnau
062 746 86 46 • order@adonia.ch

Kredite bringen keine Lösung, sondern Probleme

FOTOLIA

Geschenke zu Weihnachten oder einen Skiausflug können sich viele Familien nicht leisten. Hier ist die Versuchung gross, den finanziellen Engpass Ende Jahr mit einem Kredit zu überbrücken.

«Es gibt immer eine Lösung» gaukelt uns die Kreditwerbung vor. Als Schweizerische Stiftung für die Familie ist uns in der Beratung von Familien noch nie ein Beispiel begegnet, wo ein Kredit zu einer Lösung führte. Im Gegenteil: Kredite führen in die Schuldenfalle. Viele übersehen bei einem neuen TV-Gerät oder einem neuen Familienauto, dass auch Leasing- oder Abzahlungsverträge, Kreditkarten oder das Überziehen des Bankkontos versteckte Kredite sind. Im Zusammenhang mit Krediten gibt es drei Denkfehler, die fatale Folgen haben:

1 Zinsen gehen oft «vergessen»

In der Beratung erleben wir oft, dass viele Familien bei Kreditschulden die Zinsen «vergessen» bzw. verdrängen. Bei einem Kredit von beispielsweise 10'000 Franken tönt das dann so: «Wenn ich monatlich 200 Franken zurückzahle, dann ist der Kredit in gut vier Jahren abgezahlt.» Fakt ist: Bei einem für Kleinkredite üblichen Zins zahle ich rund fünf Jahre monatlich 200 Franken zurück, d.h. beinahe ein Jahr zahle ich monatlich 200 Franken nur für die Zinsen.

2 Die Zinsen werden massiv unterschätzt

Selbst wer die Zinsen berücksichtigt, unterliegt meist einem zweiten Denkfehler. Die zum Teil exorbitanten Zinsen bei Krediten nehmen nicht linear zu, sondern exponentiell.
Was dies bedeutet, verdeutlicht ein Vergleich mit historischem Hintergrund: Zeta, der Erfinder des Schachspiels hatte als Belohnung beim Kaiser einen Wunsch zugute. Der Kaiser wunderte sich über den «bescheidenen» Wunsch: Alle Felder des Schachbrettes sollten mit Reiskörnern gefüllt werden – und zwar wie folgt: Ein Korn auf das erste Feld, zwei Körner auf das zweite, vier Körner auf das dritte – das heisst auf jedem Feld immer doppelt so viele Körner wie auf dem vorangehenden. Der Kaiser versprach, dieser «bescheidenen» Bitte nachzukommen. Der Mathematiker am Hof erklärte ihm dann, dass dieser Wunsch unerfüllbar ist. Wenn man die Reiskörner von allen 64 Feldern zusammenzählt, dann hätte der Kaiser während über 870 Jahren die Reisernte der ganzen Erde an Zeta aushändigen müssen.
Bei den für Kredite üblichen Zinsen verdoppelt sich die Schuld zwar nicht gleich zu Beginn. Aber bei Zahlungsverzug entsteht schon nach kurzer Zeit ebenfalls eine fatale Kettenreaktion, wo die Zinsen jedes Familienbudget sprengen.
Nehmen wir an, Sie benützen Ihre Kreditkarte um eine Neuanschaffung von 4870 Franken zu finanzieren. Der Kreditkartenhersteller darf dafür einen Zins von bis zu 12 Prozent verlangen. Falls Sie wegen einer finanziellen Notlage den Betrag nicht zurückzahlen können, sind Ihre Schulden bereits nach gut sechs Jahren doppelt so hoch. Und nach 10 Jahren hat sich Ihre Schuld auf 15'125 Franken mehr als verdreifacht.
Fazit: Mit den Zinsen und Zinseszinsen entwickeln sich Kredite bei einem unvorhersehbaren finanziellen Engpass zu einem Pulverfass, das schon nach kurzer Zeit jedes Familienbudget sprengt.

3 Die Alternativen zu Krediten werden ausgeblendet

Viele Familien kommen mit ihrem Geld über die Runden, aber sie haben kein finanzielles Polster für Anschaffungen oder unerwartete Ausgaben. Hier ist die Versuchung gross, eine neue Stereoanlage mit einem Kredit oder dem Überziehen des Bankkontos zu finanzieren. Allenfalls hat man sich sogar ausgerechnet, dass die Kreditrate mit dem Einkommen der Familie «problemlos bezahlt werden kann». Auf den ersten Blick erscheint es sicher als positiv, dass bei den fehlenden Finanzen die Stereoanlage nicht auf einmal bezahlt werden muss. Vergessen geht dabei, dass durch die anfallenden Zinsen die Stereoanlage massiv verteuert wird. Wer für Anschaffungen monatlich einen bestimmten Betrag auf die Seite legt, spart die teuren Zinsen, kann sich mehr leisten und entlastet das Familienbudget massiv.
Mancher mag hier einwenden, dass seine Familie den Kredit nicht für eine Stereoanlage, sondern «für etwas Sinnvolles» verwendet habe.
Die entscheidende Frage ist jedoch nicht, ob sich eine Familie mit dem Kredit etwas Sinnvolles oder Wichtiges anschafft. Viel wichtiger ist die Frage, ob man sich einen Kredit leisten kann. Eine einfache Faustregel hat sich in der Praxis bewährt:

Wenn eine Familie sich eine Anschaffung nicht leisten kann, dann kann sie sich auch nicht leisten, dafür einen Kredit aufzunehmen.

«Es gibt immer eine Lösung» – aber **nie** ist die Lösung ein Kredit. *MD*

Auf Seite 10 finden Sie ein paar Tipps, wie Sie finanzielle Engpässe ohne Kredit überwinden, sowie unter www.schulden.ch

Testament-Ratgeber

Der Testament-Ratgeber ist auf grosses Interesse gestossen (siehe Zeitschrift 2016/01). Er kann weiterhin bei uns kostenlos bezogen werden: Telefon 044 252 94 12 oder info@FamilieistZukunft.ch (Bitte vollständige Adresse und Stichwort «Testament-Ratgeber» angeben)

Wie Sie Ihre finanzielle Freiheit erweitern

Bei vielen Familien ist Ende Monat in der Kasse Ebbe. Und wenn eine grössere Zahnarztrechnung ins Haus flattert, dann sprengt dies das Familienbudget. Ein paar Tipps, wie Sie mit einem bescheidenen Einkommen Ihre finanzielle Freiheit erweitern.

Der erste Schritt zur finanziellen Freiheit ist, dass Sie als Familie ein Budget erstellen. Vorlagen für Ihr Familienbudget finden Sie unter *www.budgetberatung.ch* – inklusive Excel-Vorlagen, die Sie für Ihr Budget und Ihr Haushaltsbuch auf den PC herunterladen können. Wer will, kann Budget und Haushaltsbuch auch in Papierform führen.

Die Budget-Beispiele geben Ihnen erste Ideen. Wichtig ist jedoch, dass Ihr Budget den tatsächlich anfallenden Ausgaben entspricht. Dies ist zu Beginn mit einem gewissen Aufwand verbunden. Schauen Sie ein Jahr zurück alle Ihre Rechnungen durch und zählen Sie die jährlichen Ausgaben für jede Rubik in der Budgetvorlage zusammen.

Falls Sie Ihre Rechnungen bisher noch nicht systematisch gesammelt haben, kaufen Sie sich einen Bundesordner, wo Sie alle Ihre Rechnungen ablegen. Am einfachsten ist die chronologische Ablage, wo Sie die Postquittung an die Rechnung heften bzw. den Ausdruck des Zahlungsauftrages dazulegen.

Führen Sie ein Haushaltsbuch

Für Ausgaben wie Lebensmittel oder Kleider können Sie zu Beginn die Zahlen der Budgetberatung einsetzen (www.budgetberatung.ch – Link Budgetbeispiele). Tragen Sie alle Ihre Ausgaben täglich in eine Excel-Tabelle oder in ein Haushaltsbuch ein. Am Ende des Monats zählen Sie die Beträge für jede Rubik zusammen und vergleichen die tatsächlichen Ausgaben in Ihrem Haushaltsbuch mit dem Budget. Passen Sie Ihr Budget gegebenenfalls an.

Falls Sie das Budget nicht einhalten können und zu unnötigen Spontankäufen neigen, können Sie jede Woche den entsprechenden Barbetrag abheben, der Ihnen z.B. für Lebensmittel zur Verfügung steht. Wenn am Monatsende dann noch etwas übrigbleibt, legen Sie diesen Betrag in ein «Sparsäuli» – um sich als Familie mal etwas Besonderes zu leisten.

Separates Konto für jährlich wiederkehrende Ausgaben

In der Beratung sehen wir, dass oft jährliche wiederkehrende Ausgaben wie Billag-Gebühren, Versicherungsprämien, Steuern oder die Weihnachtszeit mit grossen Ausgaben für Geschenke das Familienbudget aus dem Gleichgewicht bringen. Hier hilft eine einfache Massnahme: Eröffnen Sie ein zweites Konto. Zählen Sie alle quartalsweise oder jährlich anfallenden Ausgaben zusammen und überweisen Sie jeden Monat den entsprechenden Betrag auf das zweite Konto.»

FOTOLIA

Berücksichtigen Sie in Ihrem Budget die Kosten für Mitbringsel und Geschenke

Nicht nur in der Advents- und Weihnachtszeit unterschätzen viele Familien die Kosten für Mitbringsel und Geschenke. Wenn Sie bei Einladungen einen Blumenstrauss oder eine Flasche Wein mitbringen, dann kommt rasch ein grösserer Betrag zusammen. Dies sind schnell mehrere hundert Franken. Schreiben Sie die Geschenke, die während dem ganzen Jahr anfallen in eine Liste und legen Sie fest, wie viel jedes Geschenk kosten darf.

Es sind nicht in jedem Fall die teuren Geschenke, die beim Beschenkten ankommen. Vielleicht hat Ihr Gastgeber mehr Freunde an einer von Hand geschriebenen Dankeskarte, wo Sie ein kleines persönliches Geschenk dazulegen. Wenn Sie von Freunden zum Essen eingeladen werden, können Sie fragen, ob Sie das Dessert mitbringen sollen. Cakes oder andere selbstgebackene Leckereien sind als Mitbringsel auch bei vielen Kindergeburtstagen sehr geschätzt (vorher mit den Eltern absprechen).

Wie Sie Zahnarztausgaben in den Griff kriegen

Im Idealfall zahlen Sie für Zahnbehandlungen jeden Monat einen Betrag auf ein separates Konto ein. Falls Sie bisher nichts für unvorhergesehene Zahnarztrechnungen auf die Seite gelegt haben, müssen Sie nach anderen Lösungen suchen. Auf keinen Fall sollten Sie Zahnarztrechnungen mit einem Bank- oder Kleinkredit bezahlen (siehe Seite 9).

Zahnärzte gewähren Familien mit einem engen Budget zum Teil einen «Sozialtarif». Sicher günstiger als die horrenden Zinsen der Kreditinstitute ist, wenn Sie Ihren Zahnarzt fragen, ob Sie die Rechnung in mehreren Raten begleichen können. Dazu sind die meisten Zahnärzte bereit. Wichtig ist, dass Sie mit Ihrem Zahnarzt schon **vor** der ersten Behandlung offen über Ihre finanzielle Situation sprechen.

Eine Spar-Alternative zu den Zahnärzten sind die Polikliniken der zahnmedizinischen Zentren der Universitäten Bern, Basel und Zürich.
Wenn die Beziehungen gut sind, können allenfalls auch Verwandte angefragt werden. Vielleicht ist die Grossmama sogar bereit, ihrer Enkelin die Zahnspange zu schenken. Falls der Betrag zurückbezahlt werden muss, halten Sie dies schriftlich fest (**zinsloses** Darlehen mit einem für Ihre Familie realistischen Rückzahlungsmodus).

Haben Ihre Schuhe die richtige Grösse?

Bei den Schuhen finden wir die richtige Schuhgrösse meist problemlos. Viel schwieriger ist dies bei den Finanzen. Hier leben viele «auf zu grossem Fuss» und haben Mühe, ihren Lebensstil den finanziellen Möglichkeiten anzupassen.
Zwei Fragen können dabei helfen, auch bei den Finanzen die richtige «Schuhgrösse» zu finden:

1. **Ist diese Anschaffung für uns nötig/wichtig?**
2. **Kann ich mir diese Anschaffung leisten?**

Falls Sie die neue Stereoanlage für Sie als wichtig erachten, aber momentan nicht das nötige Kleingeld haben, legen Sie jeden Monat einen bestimmten Betrag auf die Seite, um sich den Wunsch zu erfüllen. Oder statt den teuren Ferien im Ausland können Sie im gemeinsamen Gespräch eine Alternative suchen, die weniger kostet. Verzichten Sie in diesen Gesprächen darauf, Ihren Partner für die finanzielle Situation verantwortlich zu machen («Habe dir schon immer gesagt, dass du dir eine Stelle suchst, wo du mehr verdienst»). Diskutieren Sie lösungsorientiert.
Falls Ihr Familienbudget total aus dem Ruder zu laufen droht, bedeutet die richtige «Schuhgrösse» mehr als nur der Verzicht auf eine neue Stereoanlage. Allenfalls müssen Sie sich in Ihrem Alltag auch in andern Bereichen einschränken: Wer z.B. in der Stadt wohnt, kann in vielen Fällen auf das Auto verzichten. Wenn es eng wird, dann muss das gesamte Familienbudget nach unnötigen Ausgaben durchgekämmt werden.

«Genussfenster» statt teurem Luxus

Ob wir etwas in unserem Leben geniessen können, hängt vor allem von unserer inneren Stimmung ab. Äussere Umstände wie finanzielle Sorgen können unsere innere Stimmung zwar beeinflussen, aber Genuss ist eine bewusste Entscheidung. Eine in Deutschland durchgeführte repräsentative Genuss-Studie kommt zum Schluss: «Geniessen ist eine Frage der Einstellung, und die kann man sich aneignen.»
Bauen Sie in Ihrem Alltag «Genussfenster» ein, wo Sie sich als Familie oder alleine mit Ihrem Partner bewusst mal «ausklinken», denn «selbstbestimmte» Zeit ist die wichtigste Voraussetzung für Genuss. Dies kann die stimmungsvolle Weihnachtsbeleuchtung sein, die Sie bei einem Spaziergang mit Ihrem Partner geniessen oder etwas anderes das Ihnen Freude macht (siehe auch Artikel Seite 3). Eine besondere, stimmungsvolle Atmosphäre, die mit dem wahren Genuss verbunden ist, können Sie mit keinem Geld auf dieser Welt kaufen. Frustrierte Menschen kompensieren ihren Frust oft mit unnötigen Spontankäufen. Wer die kleinen Dinge im Alltag geniessen kann, hat mehr vom Leben – und schont nicht zuletzt seine Finanzen. *MD*

Die Schweizerische Stiftung für die Familie führt Finanzkurse durch und unterstützt Familien auch mit Budgetberatung:
— www.FamilieistZukunft.ch/kurse
— www.FamilieistZukunft.ch/beratung

Familie ist Zukunft – davon sind wir überzeugt!
Setzen Sie sich mit uns dafür ein, dass dies so bleibt.
Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Die Schweizerische Stiftung für die Familie sensibilisiert die Gesellschaft für die Anliegen der Familie.

Zu Familienthemen organisiert sie Kurse und Workshops. Sie bietet Beratung an und unterstützt bedürftige Familien.

Als gemeinnützige Institution steht sie unter der Aufsicht der Eidg. Stiftungsaufsicht und ist von allen Kantonen als gemeinnützig anerkannt.

Finanziert wird die Arbeit durch Spenden.

www.FamilieistZukunft.ch
044 252 94 12

FOTOLIA (SYMBOLBILD)

Trockenes Brot statt Weihnachtsbraten?

Über eine halbe Million Menschen leben laut Bundesamt für Statistik in der Schweiz unter der Armutsgrenze. «Wir haben kein Geld mehr, um für uns als Familie das Essen zu kaufen», erklärte kürzlich ein Vater verzweifelt am Telefon. Besonders hart trifft die Armut Familien mit Kindern in der Advents- und Weihnachtszeit.

Wenn das Einkommen einer Familie knapp ist, dann bringt schon die kleinste unerwartete Mehrausgabe das Budget total aus dem Gleichgewicht. Bei Ebbe in der Kasse ernähren sich dann einzelne Familien sogar nur von Brot oder Teigwaren (ohne irgendwelche Beilagen), um die letzten Tage bis zum nächsten Zahltag zu überbrücken. Damit die Hilfe nachhaltig ist, unterstützen wir Familien in Not nicht nur finanziell, sondern auch mit einer professionellen Beratung.
Momentan ist auch auf unserem Konto «Familien in Not» Ebbe. Darum müssen wir viele berechtigte Gesuche um Unterstützung zur Zeit zurückweisen. Ihre Spende hilft, dass wir auch in Zukunft Familien in Not helfen können – zum Beispiel:

20 Franken – Nahrungsmittel für eine 4-köpfige Familie für einen Tag
60 Franken – zwei Stunden Haushaltshilfe für kranke Mutter
150 Franken – «Zustupf» für Anschaffungen bei Neugeborenem

Herzlichen Dank für Ihre wertvolle Unterstützung!

Impressum

Herausgeber:
«Familie ist Zukunft» – Informationen der Schweizerischen Stiftung für die Familie (SSF)

Postanschrift
Schweizerische Stiftung für die Familie
Postfach 332
8042 Zürich

Telefon 044 252 94 12
info@FamilieistZukunft.ch
Der SSF-Newsletter informiert Sie zusätzlich über aktuelle Familienthemen – jetzt abonnieren:
www.FamilieistZukunft.ch/newsletter

Redaktionelle Mitarbeit:
Flavia Döbeli (FD)
Madlen Gnädinger (MG)
Fritz Imhof (FI)
Birgit Kollmeyer (BK)
Christa Leonhard (CL)
Schlussredaktion: Markus Döbeli (MD)
Layout: Peter Spahn
Druck: www.jordibelp.ch
Inserate: bruno.jordi@jordibelp.ch
Telefon 031 818 01 26
Copyright Bilder: Fotolia, Privat
Titelbild: Fotolia
Copyright Texte: SSF
Auflage: 15'800 Expl.
Erscheinung: 3 bis 4-mal jährlich
Unterstützungsabo: Fr. 15.– jährlich

Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta

Einzahlung für / Versement pour / Versamento per

60-74959-6
Schweizerische Stiftung
für die Familie SSF
5400 **Baden**

Konto / Compte / Conto **60-74959-6**
CHF

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

Die Annahmestelle
L'office de dépôt
L'ufficio d'accettazione

Einzahlung Giro | **Versement Virement** | **Versamento Girata**

Einzahlung für / Versement pour / Versamento per

60-74959-6
Schweizerische Stiftung
für die Familie SSF
5400 **Baden**

Konto / Compte / Conto **60-74959-6**
CHF

105

Zahlungszweck / Motif versement / Motivo versamento

- ☐ Unterstützungsabo 3/2016
- ☐ Hilfe Familien in Not
- ☐ SSF-Gönnerbeitrag (CHF 72.–/Jahr)
- ☐ Spende allgemein

0000 0000

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

441.02

600749596>

600749596>