

**GELD UND
SELBSTBESTIMMUNG -
als Mutter unabhängig bleiben**



GELD UND SELBSTBESTIMMUNG

Das Thema Geld begleitet Frauen ein ganzes Leben lang. Viele grundlegende Lebensentscheidungen sind auch Finanzentscheidungen. Finanzielle Selbstbestimmung ist ein Baustein für ein unabhängiges Leben.

Ein wichtiger Schritt ist die bewusste Beschäftigung mit dem Thema Geld. Folgende Fragen helfen dabei:

- Welche Glaubenssätze und verinnerlichte Bilder beeinflussen meine Geldentscheidungen?
- Bin ich finanziell unabhängig? Habe ich ein eigenes Konto und eigenes Einkommen? Was kann ich tun, um unabhängig zu bleiben bzw. unabhängiger zu werden?
- Wer betreut die Kinder? Wer kümmert sich um alles, was da noch dazugehört? Ist diese Sorgearbeit fair verteilt?
- Kenne ich meinen aktuellen Pensionsanspruch?
- Sollte ich mich aufgrund von Karenzzeiten und Teilzeitarbeit besonders um meine Altersvorsorge kümmern? Habe ich z. B. in meiner Partnerschaft das Thema Pensionssplitting besprochen?



Kinder brauchen ihre Mutter. Vollzeit arbeiten nur Rabenmütter.

Männer bringen das Geld nach Hause, Frauen geben es aus.

Beim Geld kennen sich Männer einfach besser aus!

Wenn Männer zu Hause bleiben, ist das schlecht für ihre Karriere.

Spontan Pflegeurlaub zu nehmen, ist bei Männern sicher nicht möglich.



DIE GEBURT EINES KINDES VERÄNDERT EIN FRAUENLEBEN.

Mutter zu sein, bringt viele wundervolle Momente und Erfahrungen. Gleichzeitig bringt es viele Entscheidungen mit sich, die sich langfristig finanziell auswirken.

- Sie verfügt über ein geringeres Einkommen, weil sie
 1. in Karenz geht und
 2. danach in Teilzeit arbeitet, um ihr Kind zu versorgen.
- Sie leistet einen Großteil der unbezahlten Sorgearbeit. Dazu zählen die Kinderbetreuung, die Fürsorge, das Pflegen, das Sich-Kümmern.
- Im Alter ist sie häufiger von Armut betroffen. Weil sie oft unbezahlt für Familie und im Haushalt gearbeitet hat, hatte sie weniger Zeit für Erwerbsarbeit.

Die NÖ Landesrätin für Frauen, Christiane Teschl-Hofmeister, betont:

„Die Gesellschaft hat viele und klare Erwartungen an Mütter. Diese Vorstellungen hemmen Frauen oftmals bei einer freien Entscheidung, wie sie Familien- und Berufsleben gestalten wollen, und legen Entscheidungen nahe, die die finanzielle Selbstständigkeit behindern.“

Aufgabe von Politik und Wirtschaft ist es, Rahmenbedingungen bereitzustellen, die eine chancengleichere Verteilung von Sorgearbeit ermöglichen und die Vereinbarkeit von Familie und Beruf erleichtern.“

Gleichzeitig gilt:

JEDE FRAU KANN SELBST AKTIV WERDEN - FÜR MEHR UNABHÄNGIGKEIT UND SELBSTBESTIMMUNG!

WENN EINE FRAU SICH MIT DEN EIGENEN FINANZEN AUSEINANDERSETZT, KANN SIE HERAUSFORDERUNGEN UND RISIKEN ERKENNEN. OFT KANN SIE DADURCH FINANZIELLE NACHTEILE VERMEIDEN.

Mein Partner und ich nehmen Karenz und Elternteilzeit in gleichem Ausmaß in Anspruch, damit wir uns beide um die Kinder kümmern können.

Ich arbeite derzeit in Teilzeit. Mein Partner und ich haben das Pensionssplitting beantragt.

Ich leite meine Abteilung gemeinsam mit einer Kollegin im Job-Sharing.

Ich habe mich bei einer Frauenberatungsstelle beraten lassen und bin mir der Unterschiede zwischen Ehe/Partnerschaft und Lebensgemeinschaft bewusst.

DER GUTE UMGANG MIT GELD IST ERLERNBAR!

Diese sechs Schritte helfen dabei, Finanzentscheidungen zu treffen, die ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen:

- Ich habe meine Einnahmen und Ausgaben im Blick und gebe nicht mehr aus als ich habe.
- Ich kann zwischen Dingen, die ich wirklich brauche, und Dingen, die ich (nur) will, unterscheiden.
- Ich weiß, dass mein Kaufverhalten durch Werbung, Gruppendruck, Gewohnheiten etc. beeinflusst wird und versuche hier gegenzusteuern.
- Ich bin auf Unerwartetes vorbereitet und habe ein finanzielles Polster.
- Ich setze mir finanzielle Ziele (z. B. den nächsten Urlaub, eine Weiterbildung) und setze die nötigen Schritte, um diese Ziele zu erreichen.
- Ich denke an die Zukunft und Sorge fürs Alter vor.

Frauen, die sich bewusst mit diesen Punkten auseinandersetzen, legen einen ersten Grundstein für die eigene finanzielle Unabhängigkeit.

Konkret bedeutet das auch: Sie haben weniger Stress durch weniger Geldsorgen. Sie sind sicherer, weil sie den Überblick über das eigene Budget haben. Sie können freier entscheiden und selbst bestimmen.

GUTE PLANUNG = GUTES GELDLEBEN

Die Geburt eines Kindes ist eine grundlegende Veränderung – auch in Bezug auf das Geldleben. Daher gehört zu den Vorbereitungen auf die Elternschaft auch eine gute finanzielle Planung.

Diese Fragen helfen dabei:

- Wie hoch werden die Mehrkosten, die durch ein Kind entstehen, sein? Wie können sie gedeckt werden?
- Wie lange geht welcher Elternteil in Karenz?
- Sollte im Vorfeld gespart werden, um den Einkommensverlust während der Karenz auszugleichen?
- Welche staatlichen Leistungen können in Anspruch genommen werden?



Die durchschnittlichen monatlichen Kosten für ein 7-jähriges Kind inkl. anteiliger Miete, Versicherungen, Schule etc. belaufen sich laut Referenzbudget der Schuldnerberatung auf rund € 800 (Stand 2022).



Schreib die eigenen Einnahmen und Ausgaben über einen gewissen Zeitraum hinweg auf. Dann hast du einen Überblick und kannst auch (Ein-)Sparmöglichkeiten entdecken.

GLEICHBERECHTIGTE PARTNERSCHAFT

In einer gleichberechtigten Partnerschaft sprechen und verhandeln die Partnerinnen darüber, wie Geld und Sorgearbeit aufgeteilt werden und wie die gegenseitige Absicherung geregelt wird.

Folgende Fragen lohnt es sich zu klären:

- Wie sichert mich meine derzeitige Beziehungsform (Ehe, eingetragene Partnerschaft oder Lebensgemeinschaft) finanziell ab? Braucht es weitere schriftliche Vereinbarungen für den Krankheits-, Trennungs- oder gar Todesfall?
- Sind unsere Haushaltsausgaben unter Berücksichtigung des jeweiligen Einkommens fair verteilt? Welche Lösung empfinden wir als gerecht? Welches Modell ermöglicht beiden finanzielle Unabhängigkeit?
- Wie organisieren wir unsere Konten? Wer hat Zugriff? Ist für uns ein Gemeinschaftskonto für gemeinsame Ausgaben sinnvoll?



Ersparnisse und Wertanlagen, die während einer Ehe/eingetragenen Partnerschaft erwirtschaftet werden, gehören immer beiden PartnerInnen.



Macht regelmäßige Finanz-Dates, in denen ihr gemeinsam eure aktuelle finanzielle Lage in Bezug auf Einnahmen/Ausgaben, Sparziele etc. prüft. So behaltet ihr den Überblick und könnt Vereinbarungen an die aktuelle Lebenssituation anpassen.

ELTERN SEIN IN DER ARBEITSWELT

Damit Frauen finanziell unabhängig sind, müssen unbezahlte Sorgearbeit und bezahlte Erwerbsarbeit fair aufgeteilt sein. Es braucht daher klare Vereinbarungen in der Partnerschaft.

Fragen, die geklärt werden sollten:

- Wer geht wann in Karenz und wie lange? Wer arbeitet danach eventuell in Teilzeit?
- Wie wirkt sich das langfristig auf die Finanzen aus? Vor allem für jene Person, die die unbezahlte Sorgearbeit übernimmt?
- Wie wird ein finanzieller Ausgleich für jene Person geschaffen, die aufgrund der Sorgearbeit weniger verdient und dadurch weniger Pensionseinzahlungen hat?



Eltern können für die Jahre der Kindererziehung ein Pensionsplitting vereinbaren. Dabei wird ein Teil des Pensionsbeitrags eines Elternteils auf das Pensionskonto des anderen übertragen. Das sichert jenen Elternteil ab, der aufgrund von Sorgearbeit geringere Pensionseinzahlungen tätigt.



Es gibt zahlreiche Beratungsangebote rund um die Themen Karenz, Elternteilzeit, Pensionsplitting etc. Nimm sie in Anspruch, wenn du Fragen hast!

FAIRNESS BEI DER SORGEARBEIT

Eltern-Sein bedeutet, unbezahlte Sorgearbeit für Kinder zu übernehmen: Jemand muss den Haushalt führen, die Kinder betreuen und versorgen (auch: Care-Arbeit). Arzttermine müssen vereinbart, Familienfeste und andere Events organisiert, Bring- und Holwege geplant werden (auch: Mental Load). Schließlich müssen Kinder getröstet, gefördert, gefordert werden, Aufmerksamkeit und Zärtlichkeiten erhalten (auch: Gefühlsarbeit). Gleichberechtigte Elternschaft braucht eine möglichst ausgeglichene Aufteilung dieser Sorgearbeit.

Fragen, die dabei helfen, die Situation zu beleuchten:

- Wie wird Erwerbsarbeit, Sorgearbeit und Zeit für sich selbst aufgeteilt?
- Sollte der Großteil der Sorgearbeit von einer Person übernommen werden? Warum ist das so? Gibt es Bereiche, die anders aufgeteilt werden können? Wieviel ist die Sorgearbeit in der Partnerschaft wert - finanziell und nicht-finanziell?



Wenn Eltern gleichberechtigt sind, sind alle in der Familie zufriedener.



Der Mental-Load-Test macht unsichtbare Sorgearbeit sichtbar und unterstützt die gerechte Verteilung.



UNTERSTÜTZUNG UND INFORMATION

www.frauundgeld.at



SCAN MICH



Gut zu wissen



Tipp

GELD UND EMOTIONEN

Neben einer finanziellen Seite haben Lebensentscheidungen auch immer eine emotionale Seite. Von Mädchen und Frauen wird meist erwartet, bei ihren Entscheidungen Beziehungen (zu PartnerInnen, Eltern, Kindern etc.) in den Vordergrund zu stellen. Es braucht Mut, diese Muster zu durchbrechen.



Studien zeigen, dass Frauen, die finanzielle Entscheidungen alleine treffen müssen, sehr gut damit umgehen können. Jede Frau kann die notwendigen Kompetenzen aufbauen, um für sich die richtigen Entscheidungen zu treffen.



Um die eigenen Entscheidungen zu überprüfen, stelle dir diese Fragen:

- Wenn mein Partner/Bruder/Vater in meiner Situation wäre, nach welchen Kriterien würde er die Entscheidung treffen? Wie würde sie ausfallen?
- Was wäre auf emotionaler Ebene das Schlimmste, was passieren kann, wenn ich diese Entscheidung nur aufgrund finanzieller Überlegungen treffe? Wie wahrscheinlich ist es, dass dieser Fall eintritt?
- Welches Vorbild will ich für mein Kind sein? Was möchte ich ihm in Bezug auf Selbstbestimmung mitgeben?

BLICK IN DIE ZUKUNFT

Viele Mütter beschäftigen sich ausgiebig mit der Zukunft der Kinder, der Blick in die eigene Zukunft wird dabei häufig vernachlässigt. Dabei ist gerade die finanzielle Unabhängigkeit im Alter ein wichtiger Baustein für ein selbstbestimmtes Leben.

Folgende Fragen sollte sich jede Frau stellen:

- Wie stelle ich mir mein Leben in der Pension vor? Was wünsche ich mir für mein Leben im Alter?
- Wie hoch ist mein aktueller Pensionsanspruch? Welchen Betrag werde ich zusätzlich für ein gutes Leben im Alter benötigen?
- Was kann ich jetzt tun, um meinen Pensionsanspruch zu verbessern? Welche Möglichkeit ist für meine Situation passend - freiwillige Höherversicherung, Pensionsplitting, Anlage am Kapitalmarkt?



Altersarmut ist weiblich. Die durchschnittliche Pension von Frauen beträgt rund € 1.200 netto pro Monat, die eines Mannes liegt bei rund € 1.800 pro Monat (Stand 2021).



Bei der Altersvorsorge gilt das Motto: Je früher, desto besser – und es ist nie zu spät. Mach dir selbst ein Bild und rufe deinen Pensionsanspruch über das Pensionskonto auf www.neuespensionskonto.at ab.



PRAKTISCHE TIPPS



Ein guter Umgang mit Geld muss nicht immer direkt etwas mit Zahlungen, Verhandlungen und Planung zu tun haben. Hier ein paar leicht umsetzbare Tipps für ein besseres Geldleben im Alltag:

- **Bilde Netzwerke!**
Beruflich wie privat sind Frauen-Bündnisse ein wichtiger Hebel - egal ob es um den Austausch von Erfahrungen oder Spielzeug geht, um gegenseitiges Babysitten oder um die Empfehlung für den Traumjob.
- **Wappne dich gegen Einflüsse von außen!**
Mütter sind beliebte Ziele von Marketing und Werbung. Zusätzlich kann gesellschaftlicher Druck Stress verursachen. Wenn eine Frau weiß, was sie will und was für sie wichtig ist, dann ist sie nicht so leicht beeinflussbar.
- **Triff informierte Entscheidungen!**
Wer sich informiert oder beraten lässt, kann sinnvolle und nachhaltige Entscheidungen treffen.
- **Unterscheide zwischen Brauchen und Wollen!**
Zu bewussteren Konsumentscheidungen führt die Frage „Brauch ich's oder will ich's?" Es gibt Dinge, die eine Familie für ein gutes Leben braucht. Diese Bedürfnisse müssen zuerst erfüllt werden.

BEIHILFEN UND ZUSCHÜSSE



Um die zusätzlichen Kosten und einen möglichen Einkommensverlust abzufedern, stehen Frauen mit Kind(ern) verschiedene finanzielle Unterstützungsleistungen zu:

- **Kinderbetreuungsgeld:** Es stehen zwei Modelle zur Auswahl - einkommensabhängiges Kinderbetreuungsgeld oder Kinderbetreuungsgeld-Konto.
- **Familienbeihilfe:** Anspruchsberechtigt sind Eltern, deren Lebensmittelpunkt sich in Österreich befindet und deren Kind mit ihnen zusammen in einem Haushalt lebt oder für das sie überwiegend Unterhalt leisten.
- **Familienbonus:** Der Familienbonus ist ein steuerlicher Absetzbetrag, der im Rahmen der ArbeitnehmerInnenveranlagung die jährliche Steuerlast von Eltern reduziert. Er wird von der zu zahlenden Steuer abgezogen.
- **Unterhalt:** Lebt ein Elternteil des Kindes nicht im selben Haushalt, hat das Kind Anspruch auf Unterhalt, der an den betreuenden Elternteil ausgezahlt wird.
- **Spezielle Leistungen für Alleinerziehende**

Diese Broschüre entstand im Rahmen
des Projekts „GeldHeldinnen -
selbstbestimmter Umgang mit Geld
in jeder Lebensphase“. Weitere
Informationen dazu:
www.frauundgeld.at.

Inhaltliche Konzeption und Gestaltung:



Medieninhaber: Three Coins GmbH
Druck: Alpha Card Media GmbH, München | 03/23