

## Geldspartipps für den Haushalt



### 1. Lebensmittel:

**Sozialleistungen nutzen:** Beantrage eine Lebensmittelbezugskarte (z.B. Tischlein-deck-dich-Karte) oder eine Caritas-Marktkarte für preiswerte Produkte.

**Effektiv planen:** Erstelle eine Einkaufsliste und halte dich daran.

**Vermeide Hunger:** Gehe nicht hungrig einkaufen, um unnötige Einkäufe zu vermeiden.

**Preise vergleichen:** Schau nach günstigen Produkten und vergleiche Preise.

**Ladenschlussrabatt:** Nutze Rabatte kurz vor Ladenschluss.

**Saisonal einkaufen:** Kaufe frische Lebensmittel, die gerade Saison haben, da sie oft günstiger sind.

**Reste verwerten:** Nutze übrig gebliebene Lebensmittel und koche kreative Gerichte daraus. Nutze Foodwaste-Programme wie "Too Good To Go".

**Datum flexibel:** Achte nicht zu streng auf Ablaufdaten.

### 2. Kleidung:

**Gebraucht kaufen:** Besuche Second-Hand-Läden wie das Heilsarmee-Brocki oder Online-Plattformen.

**Reparieren und aufpeppen:** Repariere beschädigte Kleidungsstücke und verleihe ihnen einen neuen Look.

**Tauschen oder leihen:** Tausche Kleidung mit Freunden oder leihe sie aus, um Abwechslung zu haben.

**Zeitlose Basics:** Investiere in zeitlose Kleidungsstücke, die vielseitig kombinierbar sind.

**Verkaufen oder spenden:** Verkaufe ungenutzte Kleidung oder spende sie, um Platz zu schaffen.

**Winterhilfe-Kleiderhilfe:** Beantrage bei Bedürftigkeit Kleiderpakete von der Winterhilfe.

### 3. Körperpflege:

**Sonderangebote nutzen:** Halte nach Sonderangeboten und Rabatten für Körperpflegeprodukte Ausschau.

**Sparsam verwenden:** Verwende nur die benötigte Menge an Körperpflegeprodukten, um Verschwendung zu vermeiden.

**Selbermachen:** Stelle DIY-Körperpflegeprodukte her, um Geld zu sparen.

**Mehrzweckprodukte wählen:** Entscheide dich für Produkte, die mehrere Funktionen erfüllen können.

**Produkte vollständig aufbrauchen:** Verwende Körperpflegeprodukte vollständig, bevor du neue kaufst.

### 4. Möbel und Haushaltsgegenstände:

**Gebraucht kaufen:** Erwäge den Kauf von gebrauchten Möbeln und Haushaltsgegenständen, um Kosten zu senken.

**Reparieren statt ersetzen:** Versuche defekte Gegenstände zu reparieren, anstatt neue zu kaufen.

**Tauschen oder leihen:** Tausche Gegenstände mit anderen oder leihe sie aus, wenn möglich.

**Auf Sonderangebote achten:** Nutze Rabatte und Sonderaktionen beim Kauf von Möbeln und Haushaltsgegenständen.

**Upcycling und DIY:** Verwandle alte Möbelstücke durch Reparaturen und kreative Gestaltung in neue und einzigartige Stücke.

**Betten bei Winterhilfe:** Beantrage bei Bedarf Betten und Matratzen, wenn du bedürftig bist.

### **Wichtige Links**

Lebensmittelhilfe: [tischlein.ch](https://www.tischlein.ch), [caritas-markt.ch](https://www.caritas-markt.ch)

Aktionsvergleich: [aktionis.ch](https://www.aktionis.ch)

Programm gegen Foodwaste: [toogoodtogo.ch](https://www.toogoodtogo.ch)

Secondhand: [brocki.ch/de/](https://www.brocki.ch/de/), [caritas-secondhand.ch](https://www.caritas-secondhand.ch), [ricardo.ch](https://www.ricardo.ch), [tutti.ch](https://www.tutti.ch), [anibis.ch](https://www.anibis.ch), [fabrikladen.ch](https://www.fabrikladen.ch), [schenkhaus.ch](https://www.schenkhaus.ch), <https://t.me/+TFhr1DGsGxWWcDMA> (unkommerzieller Marktplatz Zürich)

Öffentliche Versteigerung von Gegenständen: [bazuerich5.ch](https://www.bazuerich5.ch)

Tauschen und Ausleihen: [talent.ch](https://www.talent.ch), [sharely.ch/de](https://www.sharely.ch/de)

Betten- und Kleiderhilfe bei Winterhilfe: [zh.winterhilfe.ch/](https://www.zh.winterhilfe.ch/)