



MODUL 2

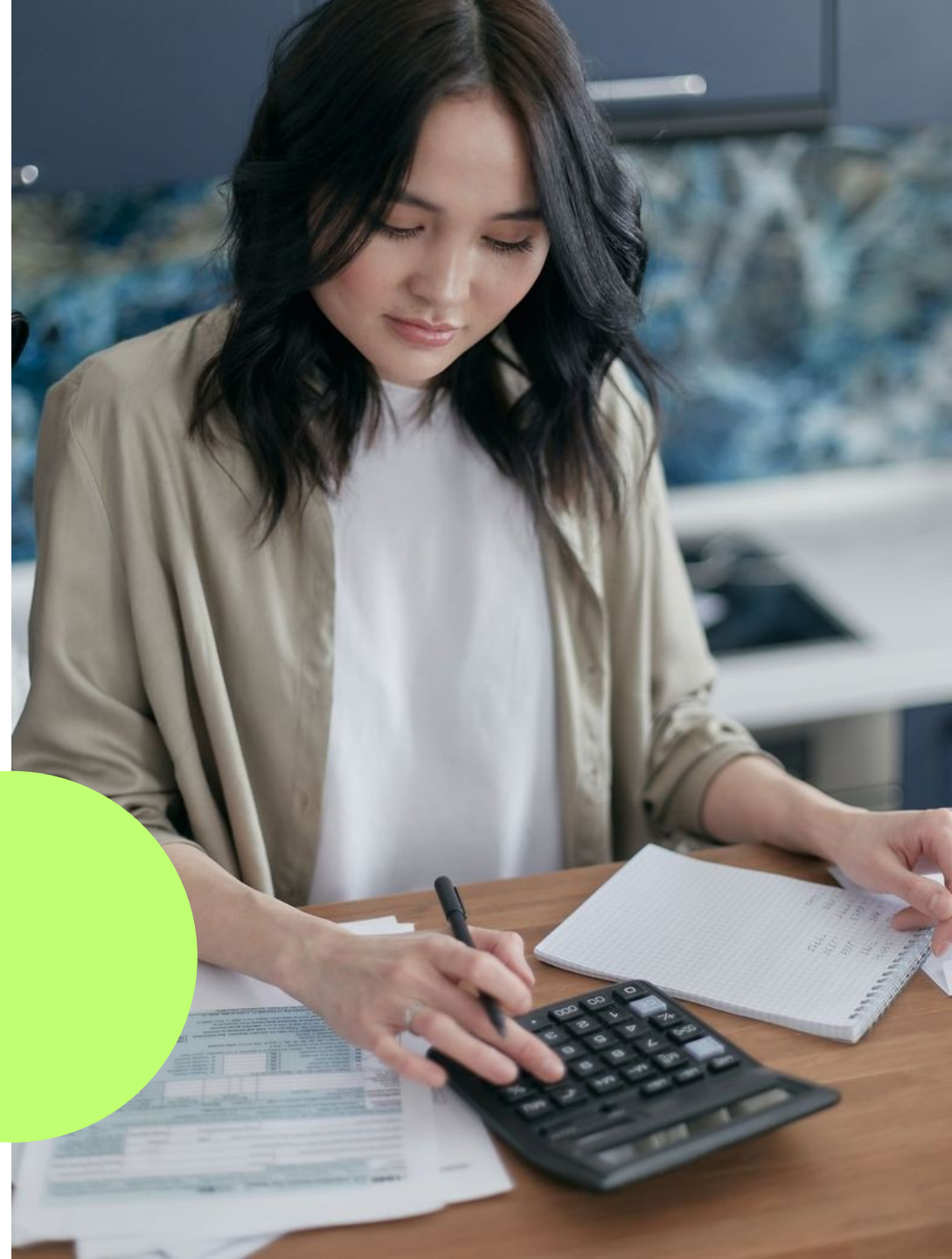
Finanzielle Unabhängigkeit aufbauen

Training für die wirtschaftliche Selbstständigkeit von Frauen • 4 Stunden



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



So funktioniert dieses Modul

Die wichtigsten Fähigkeiten rund ums Geld aufbauen: Ihr Geld verstehen, planen und sparen, mit Ihren Fähigkeiten verdienen und aus Wünschen einen realistischen Plan machen.

4 h

Lernzeit

4

Lektionen

4

Übungen

4

Reflexionen

4

Sprachen

2.1

55 Min.

Grundwissen über Geld

Übung: EX 2.1 • EX 2.2

2.2

60 Min.

**Haushaltsplan und
Umgang mit Geld**

Übung: EX 2.3 • EX 2.4

2.3

60 Min.

**Einkommen schaffen
und Fähigkeiten
aufbauen**

Übung: EX 2.5 • EX 2.6

2.4

55 Min.

**Ziele setzen und
langfristige Sicherheit**

Übung: EX 2.7 • EX 2.8



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Lernziele

Am Ende dieses Moduls können Sie:



Die Grundlagen kennen

Einkommen, Ausgaben, Vermögen, Schulden, Nettovermögen und Zinsen verstehen, und warum Geld auf Ihren Namen wichtig ist.



Sicher planen

Drei Methoden für den Haushaltsplan vergleichen, Schritt für Schritt einen Plan machen und einen Notgroschen anlegen.



Einkommen schaffen

Ihre Fähigkeiten benennen, auch aus unbezahlter Arbeit, und Wege zu Einkommen und geförderter Weiterbildung finden.



Ziele setzen und erreichen

Aus vagen Wünschen SMARTe Ziele machen, sie in kleine Schritte teilen und für langfristige Sicherheit planen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 2.1 • 55 MIN.

Grundwissen über Geld

Hinweis zum Inhalt: Diese Lektion enthält eine kurze Geschichte über wirtschaftliche Gewalt. Machen Sie Pausen, wann immer Sie möchten.

IN DIESER LEKTION

- Was finanzielle Unabhängigkeit heißt
- Die sechs Bausteine des Geldes
- Warum Geld auf Ihren Namen wichtig ist
- Warum die Lücken für Frauen wichtig sind

Modul 2 • Finanzielle Unabhängigkeit



L2.1 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Finanzielle Unabhängigkeit mit eigenen Worten erklären



Einkommen, Ausgaben, Vermögen, Schulden, Nettovermögen und Zinsen beschreiben



Vier Grundlagen nennen, mit denen Sie Ihr Geld in der Hand behalten



Erklären, warum Lohn- und Rentenlücken Unabhängigkeit dringend machen

DIESE LEKTION

L2.1

Dauer: 55 Min.

Übung: EX 2.1, EX 2.2

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L2.1, einfach erklärt.

Finanzielle Unabhängigkeit

Genug Geld erreichen und darüber bestimmen können, um den eigenen Bedarf zu decken und selbst zu entscheiden.

Vermögen

Dinge, die Ihnen gehören und einen Wert haben, zum Beispiel Ersparnis, ein Auto oder eine Wohnung.

Schulden

Geld, das Sie jemandem schulden, zum Beispiel für einen Kredit, eine Kreditkarte oder ein überzogenes Konto.

Nettovermögen

Was Ihnen gehört, minus das, was Sie schulden. Es zeigt, wo Sie heute stehen.

Zinsen

Der Preis fürs Geldleihen, oder das Geld, das Sie fürs Sparen bekommen.

Eigenes Konto

Ein Bankkonto nur auf Ihren Namen. Niemand sonst kann es ohne Ihre Erlaubnis sehen oder nutzen.

Was finanzielle Unabhängigkeit wirklich heißt

EINE EINFACHE ERKLÄRUNG

**Finanziell unabhängig heißt:
Sie kommen an genug eigenes
Geld, um Ihren Bedarf zu
decken und selbst zu
entscheiden.**

Dafür muss man nicht reich sein. Es geht um Zugang, Wissen und Kontrolle.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Ein Weg, keine Ziellinie

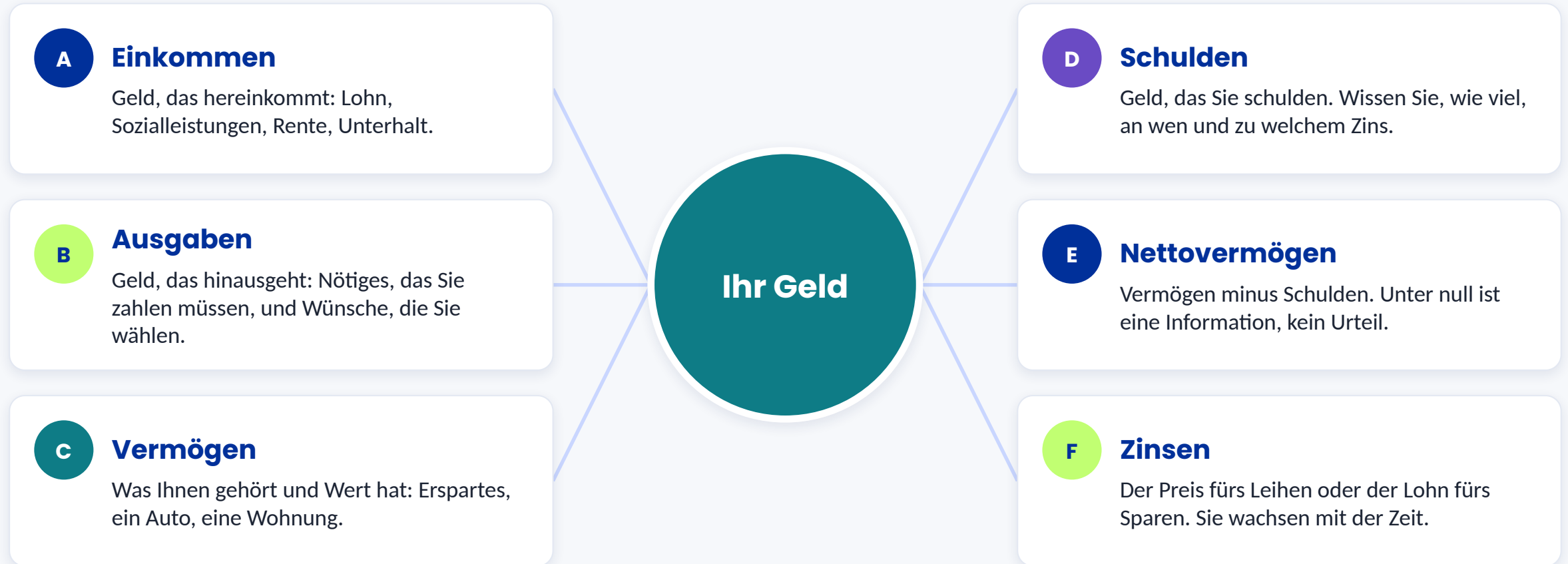


Unabhängigkeit entsteht aus Gewohnheiten im Alltag, auch mit kleinem Einkommen. Jeder kleine Schritt bringt mehr Freiheit und Sicherheit.

- Kennen Sie Ihre Zahlen
- Halten Sie Geld auf Ihren eigenen Namen
- Geben Sie Geld mit Plan aus
- Planen Sie voraus, auch nur ein wenig



Die Bausteine des Geldes



Geld, an das Sie wirklich kommen

Einkommen auf dem Papier reicht nicht, wenn Sie nicht daran kommen. Diese vier Dinge halten Ihr Geld in Ihrer Hand.



Ein eigenes Bankkonto

Ein Konto nur auf Ihren Namen, das nur Sie sehen und verwalten. Das ist die wichtigste Grundlage.



Eigener Online-Zugang

Eigene Zugangsdaten und PIN, nie unter Druck geteilt. Wer Ihren Zugang kontrolliert, kontrolliert Ihr Geld.



Ihre Zahlen kennen

Ihr Kontostand, wann Ihr Geld kommt und Ihre festen Kosten. Dann kann Sie niemand täuschen.



Papiere in Sicherheit

Ausweis, Bankdaten, Unterlagen zu Leistungen und Steuern: an einem Ort, an den nur Sie kommen.

Wohin Ihr Geld gehen sollte

Gesunde Finanzen folgen einer einfachen Reihenfolge. Sie verteilen das Geld auf heute, morgen und Ihre Ziele.

1



Geld rein

Zählen Sie Ihr ganzes Einkommen im Monat zusammen. So wissen Sie, was Sie haben.

2



Erst das Nötigste

Decken Sie, was das Leben am Laufen hält: Wohnen, Essen, Rechnungen, Fahrten, Betreuung.

3



Sich selbst bezahlen

Legen Sie vor dem Ausgeben etwas zur Seite. Behandeln Sie es wie eine Rechnung, die Sie zahlen müssen.

4



Ziele und Wünsche

Vom Rest bezahlen Sie Ihre Ziele und Dinge, die Ihnen Freude machen.

Die Lücken, die Frauen kennen sollten

In der ganzen EU haben Frauen durch Lücken bei Lohn und Rente ein Leben lang weniger Geld.

11,1 %

Lohnlücke pro Stunde in der EU: etwa
89 Cent pro Euro

~23 %

Lücke beim Jahresverdienst, wenn
Teilzeit und Pausen im Beruf
mitzählen

24,9 %

Rentenlücke bei Menschen ab 65
Jahren

Quelle: Eurostat, 2024 (Lohn-, Verdienst- und Rentenlücke zwischen Frauen und Männern); EIGE



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Concetta lernt ganz neu, mit Geld umzugehen

FALLBEISPIEL • ITALIEN

Concetta, 42



Was passiert ist

Concetta trennt sich von einem Partner, der sie mit Geld kontrolliert hat. Er hat ihr Ersparnis ausgegeben und Schulden auf ihren Namen gemacht. Sie hat zwei kleine Töchter, wenig Berufserfahrung und einen alten Lebenslauf. Sie hat kein eigenes Geld und weiß nicht, was sie schuldet. Nach Jahren mit Beleidigungen und Schlägen hat sie kein Selbstvertrauen mehr.

Was sich verändert hat

Sie ging zu einer Beratungsstelle für Arbeitnehmerrechte. Dort erfuhr sie, welche Leistungen ihr zustehen, und bekam kostenlose Beratung. Schritt für Schritt lernte sie, einen Haushaltsplan zu führen und ihre Schulden zu regeln.

DENKEN SIE DARÜBER NACH

- Welche Warnsignale sehen Sie?
- Was muss sie als Erstes lernen?
- Wer könnte sie jetzt unterstützen?

Italien hat öffentliche Programme, die benachteiligten Frauen, auch nach Gewalt, in Arbeit helfen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Was heißt finanzielle Unabhängigkeit? Erklären Sie es mit eigenen Worten.



Was ist der Unterschied zwischen Vermögen und Schulden?



Warum ist ein Konto auf Ihren eigenen Namen so wichtig?



Warum machen Lohn- und Rentenlücken Unabhängigkeit für Frauen dringend?



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Zum Weiterlernen

Sie möchten mehr wissen? Diese Angebote sind kostenlos und vertrauenswürdig.



Eurostat: Statistiken zum Gender Pay Gap (auf Englisch)

https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Gender_pay_gap_statistics



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



L2.1 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



Finanzielle Unabhängigkeit heißt Zugang, Wissen und Kontrolle, nicht Reichtum.



Einkommen, Ausgaben, Vermögen, Schulden, Nettovermögen, Zinsen: Basis jeder Entscheidung.



Geld auf Ihren Namen, mit eigenem Zugang, ist die Grundlage echter Kontrolle.



Lohn- und Rentenlücken summieren sich im Leben. Ihre eigene Stärke zählt.



Kostenlose Beratung hilft beim Neuanfang, Schritt für Schritt, wie bei Concetta.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

Die Wörter des Geldes

Auf der Plattform • etwa 10
Minuten



ÜBUNG 2.1

Die Zahlen lesen

20 Min. • Allein



REFLEXION 2.2

Ihre Geschichte mit Geld

15 Min. • In der Gruppe •
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

5 Multiple- Choice-Fragen

70 % zum Bestehen • beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 2.2 • 60 MIN.

Haushaltsplan und Umgang mit Geld

Hinweis zum Inhalt: Über Geld zu sprechen kann belasten. Sie müssen nie Ihre eigenen Zahlen nutzen.

IN DIESER LEKTION

- Drei Wege zum Haushaltsplan
- Ein Haushaltsplan in vier Schritten
- Bedarf, Wünsche und Sparen
- Gewohnheiten für einen Notgroschen

Modul 2 • Finanzielle Unabhängigkeit



L2.2 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Die 50/30/20-Regel, den Null-Plan und die Umschlag-Methode vergleichen



Einen einfachen Haushaltsplan in vier Schritten machen



Kosten in Bedarf, Wünsche und Sparen einteilen



Kleines, regelmäßiges Sparen für einen Notgroschen planen

DIESE LEKTION

L2.2

Dauer: 60 Min.

Übung: EX 2.3, EX 2.4

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L2.2, einfach erklärt.

Haushaltsplan

Ein Plan für Ihr Geld: wie viel hereinkommt und wohin jeder Euro geht.

Bedarf

Kosten, die Sie nicht vermeiden können, zum Beispiel Miete, Strom, Essen, Medikamente und Fahrt zur Arbeit.

Notgroschen

Geld nur für Überraschungen, zum Beispiel eine kaputte Heizung oder einen verlorenen Job.

Nettolohn

Das Geld, das Sie nach Steuern und Abzügen bekommen.

Wünsche

Dinge, für die Sie sich entscheiden, zum Beispiel Essen gehen oder Abos.

Dauerauftrag

Ein Auftrag an Ihre Bank, jeden Monat am selben Tag einen festen Betrag zu überweisen.



Drei Wege zum Haushaltsplan

Es gibt nicht die eine richtige Methode. Der beste Plan ist der, den Sie wirklich durchhalten.



Die 50/30/20-Regel

Nettolohn aufteilen: 50 % Bedarf, 30 % Wünsche, 20 % Sparen oder Schulden. Einfach und leicht anzupassen.



Der Null-Plan

Jeder Euro bekommt eine Aufgabe (Bedarf, Wünsche, Sparen, Schulden), bis nichts mehr ungeplant ist. Gut bei wenig Geld.



Die Umschlag-Methode

Ein Limit für jeden Bereich, in Umschlägen mit Bargeld oder als „Töpfe“ in der Banking-App. Ist einer leer: Stopp.

Tipp: Viele beginnen mit 50/30/20 und passen die Anteile dann an ihr Leben an.

50/30/20 bei 1.500 € im Monat

Ein Beispiel mit 1.500 € Nettolohn im Monat.

Teil	Wofür	Bei 1.500 €
Bedarf: 50 %	Miete, Rechnungen, Essen, Fahrten	750 €
Wünsche: 30 %	Essen gehen, Kleidung, kleine Freuden	450 €
Sparen: 20 %	Sparen oder Schulden abzahlen	300 €
Hohe Miete? Anpassen	Aufteilung 65 / 25 / 10	975 € / 375 € / 150 €

Ihre Anteile können anders sein. Wichtig ist, dass jeder Euro einen Plan hat.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Ihr Haushaltsplan in vier Schritten

Einen Plan aufzustellen dauert unter einer Stunde. Ihn zu pflegen nur ein paar Minuten pro Woche.

1



Einkommen zählen

Zählen Sie alles Geld zusammen, auf das Sie sich diesen Monat verlassen können.

2



Kosten aufschreiben

Schreiben Sie alles auf, was Sie ausgeben: Bedarf, Wünsche und Sparen.

3



Grenzen festlegen

Geben Sie jedem Bereich einen realistischen Betrag, mit einer der drei Methoden.

4



Prüfen und anpassen

Schauen Sie einmal pro Woche nach. Verschieben Sie Geld, wenn sich das Leben ändert.

Regelmäßig dranbleiben ist wichtiger als die Methode, die Sie wählen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Bedarf und Wünsche unterscheiden

Wo Bedarf endet und Wünsche beginnen, ist persönlich. Ehrlichkeit dabei lässt einen Haushaltsplan funktionieren.



Bedarf zuerst

Miete, Strom, Essen,
Medikamente, Fahrt zur
Arbeit, Kinderbetreuung.
Ein Haushaltsplan deckt das
immer zuerst.



Dann die Wünsche

Essen gehen, Abos, kleine
Freuden. Sie sind nicht
„schlecht“, aber bei wenig
Geld fallen sie zuerst weg.



Sparen ist Bedarf

Sparen ist wie eine
Rechnung an sich selbst.
Schon ein paar Euro im
Monat bauen die
Gewohnheit auf.



Vorsicht, Grauzone

Manche Kosten wirken
nötig, lassen sich aber
kürzen: ein teurer
Handyvertrag, Abos, die Sie
nicht nutzen.

Ihr Notgroschen ist Ihr Schutzschild

EIN POLSTER AUFBAUEN

Mit einem Notgroschen müssen Sie sich auf niemanden verlassen, wenn etwas schiefgeht.

Fangen Sie mit ein paar hundert Euro an. Bauen Sie dann drei bis sechs Monate Ihrer nötigen Kosten auf.



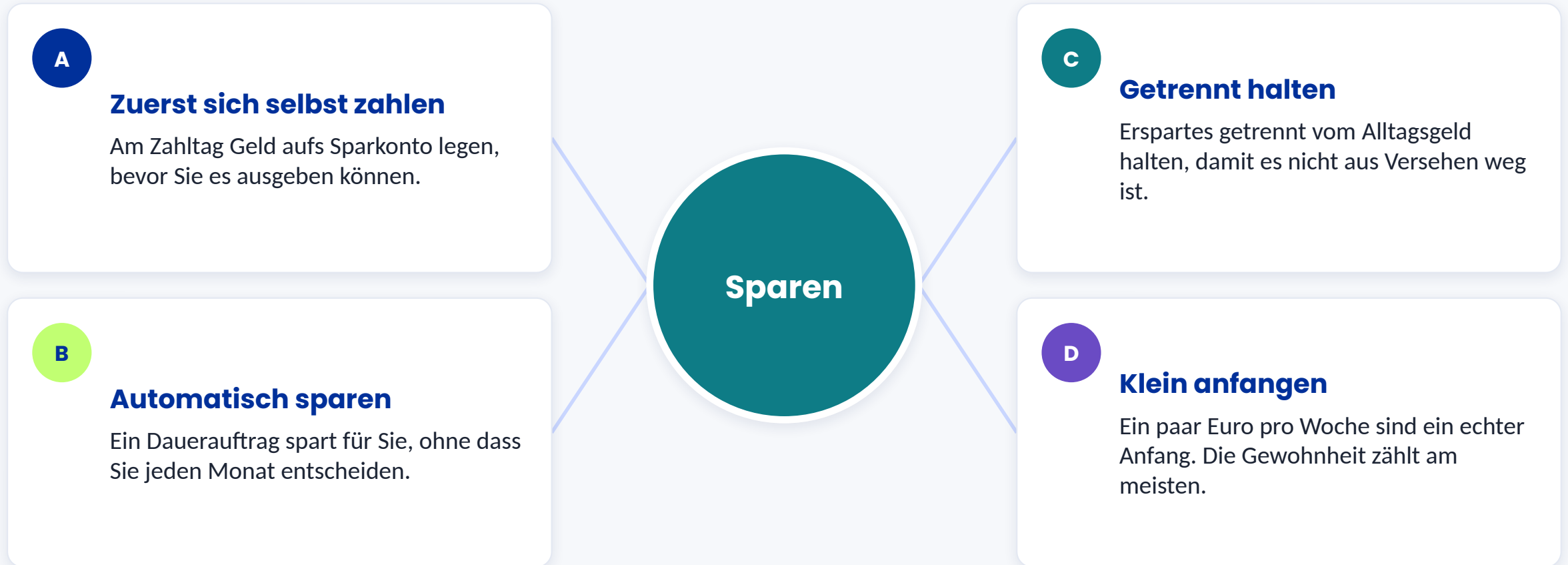
Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Spar-Gewohnheiten, die bleiben



Gewohnheiten, die aufbauen oder auszehren

Kleine Entscheidungen, über Monate und Jahre wiederholt, prägen Ihre Zukunft mehr als eine große Entscheidung.



Baut Ihr Geld auf

- Vor dem Ausgeben einen festen Betrag sparen
- Einmal pro Woche die Konten prüfen
- Ein Polster für Überraschungen haben
- Etwas mehr zahlen, um Schulden schneller loszuwerden
- Geld für jährliche Rechnungen zurücklegen



Zehrt Ihr Geld auf

- Ausgeben, was nach den Rechnungen übrig ist
- Kontoauszüge und Kontostand nicht anschauen
- Geld leihen, um feste Monatskosten zu zahlen
- Bei Schulden nur den Mindestbetrag zahlen
- Kein Plan für unregelmäßige jährliche Rechnungen



Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Wie teilt die 50/30/20-Regel Ihren Nettolohn auf?



Welche vier Schritte führen zu einem Haushaltsplan?



Warum sollten Sie Sparen wie Bedarf behandeln?



Wofür ist ein Notgroschen da, und wie können Sie damit anfangen?

L2.2 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



Ein Haushaltsplan gibt Ihnen Kontrolle. Er ist keine Strafe.



Wählen Sie die passende Methode: 50/30/20, Null-Plan oder Umschläge.



Behandeln Sie Sparen als Bedarf: automatisch und getrennt vom Alltagsgeld.



Ein Notgroschen ist Ihr Schutzschild: klein anfangen, stetig aufbauen.



Kleine Gewohnheiten, jede Woche wiederholt, machen Sie dauerhaft stärker.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

Bedarf, Wunsch oder Sparen?

Auf der Plattform • etwa 10
Minuten



ÜBUNG 2.3

Einen 50/30/20- Plan aufstellen

22 Min. • Zu zweit



REFLEXION 2.4

Was im Weg steht

15 Min. • In der Gruppe •
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

5 Multiple- Choice-Fragen

70 % zum Bestehen • beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 2.3 • 60 MIN.

Einkommen schaffen und Fähigkeiten aufbauen

Hinweis zum Inhalt: Sofias Geschichte erwähnt eine kontrollierende Beziehung. Machen Sie Pausen, wann immer Sie möchten.

IN DIESER LEKTION

- Viele Wege zu einem Einkommen
- Die Fähigkeiten, die Sie schon haben
- Wie Sie geförderte Weiterbildung finden
- Wie Sofia in Portugal neu verdiente

Modul 2 • Finanzielle Unabhängigkeit



L2.3 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Verschiedene Wege zum Einkommen beschreiben, nicht nur eine Vollzeitstelle



Fähigkeiten aus unbezahlter Arbeit und Hausarbeit benennen



Diese Fähigkeiten mit Arbeit verbinden, in der sie gefragt sind



Mit vier Schritten geförderte Weiterbildung finden

DIESE LEKTION

L2.3

Dauer: 60 Min.

Übung: EX 2.5, EX 2.6

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L2.3, einfach erklärt.

Übertragbare Fähigkeiten

Fähigkeiten, die Sie an vielen Orten nutzen können, zum Beispiel Planen, Pflegen oder Sprachen.

Kleinstunternehmen

Ein sehr kleines Geschäft, oft von einer Person von zu Hause aus geführt.

Geförderte Weiterbildung

Ein Kurs, der für Sie kostenlos ist, weil öffentliche Gelder oder ein Zuschuss ihn bezahlen.

Selbstständigkeit

Für sich selbst arbeiten, nicht für einen Arbeitgeber. Steuern und Papiere regeln Sie selbst.

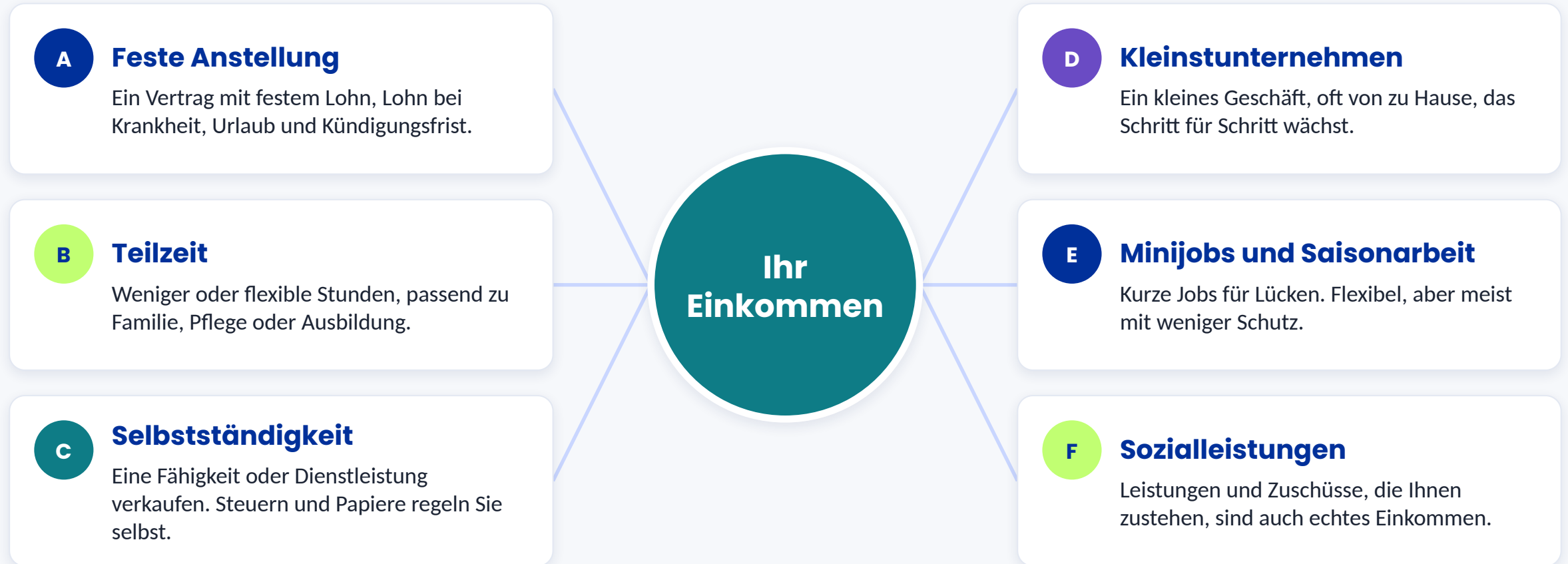
Mikrokredit

Ein kleiner Kredit, um ein sehr kleines Geschäft zu starten oder zu vergrößern.

Lebenslauf

Ein kurzes Dokument für Arbeitgeber mit Ihren Fähigkeiten, Erfahrungen und Ihrer Ausbildung.

Viele Wege, Geld zu verdienen



Kleine Anfänge, die wachsen können

Einkommen heißt nicht immer eine Vollzeitstelle. Viele Frauen verbinden mehrere Quellen.



Verkaufen, was Sie machen

Aus Kochen, Backen oder Handarbeit kann ein kleines Geschäft entstehen, manchmal mit Mikrokredit oder Zuschuss.



Eine Dienstleistung anbieten

Melden Sie sich selbstständig und bieten Sie eine Fähigkeit an. Sie gewinnen Freiheit und regeln Ihre Steuern selbst.



Etwas Neues lernen

Kostenlose Kurse, online oder vor Ort, können neue Türen öffnen.

Holen Sie sich, was Ihnen zusteht



Leistungen, Zuschüsse und Hilfen, die Ihnen zustehen, zu kennen und zu beantragen, ist ein echter und fairer Teil Ihres Einkommens. Es ist kein Almosen.

- Lassen Sie bei einer Beratungsstelle prüfen, was Ihnen zusteht
- Bewahren Sie Briefe und Bescheide zu Leistungen sicher auf



Fähigkeiten, die Sie schon haben

IHR WERT

Jahre unbezahlter Arbeit zu Hause bringen echte Fähigkeiten. Sie fallen nur deshalb nicht auf, weil niemand dafür bezahlt hat.

Ihre Fähigkeiten benennen: der erste Schritt, um damit Geld zu verdienen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Vom Familienleben ins Berufsleben

Fähigkeiten aus unbezahlter Arbeit haben Namen, die Arbeitgeber kennen.

Was Sie getan haben	Die Fähigkeit	Wo sie gefragt ist
Einen Haushalt mit wenig Geld geführt	Haushaltsplanung, Planen, Probleme lösen	Büro, Einzelhandel, Projektarbeit
Familie gepflegt und betreut	Geduld, Einfühlung, guter Umgang mit Menschen	Gesundheit, Pflege, Bildung
Familien- und Schulfeste organisiert	Organisation, Zeitplanung	Veranstaltungen, Büro, Kundenservice
Spricht mehrere Sprachen	Sprachen, Brücken zwischen Kulturen	Arbeit mit Kundschaft, Gastgewerbe



Ihr Weg zur Weiterbildung

In der ganzen EU ist viel Weiterbildung kostenlos oder gefördert. Oft gibt es Hilfe bei Kosten und Kinderbetreuung.

1



Klären

Wählen Sie die Fähigkeit oder den Abschluss, der Ihnen die gewünschte Tür öffnet.

2



Finden

Schauen Sie bei Stellen vor Ort, Volkshochschulen und EU-geförderten Programmen.

3



Finanzieren

Prüfen Sie Zuschüsse, kostenlose Kurse und Hilfe bei der Kinderbetreuung.

4



Abschließen

Beenden Sie den Kurs und holen Sie sich ein anerkanntes Zertifikat.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Sofia verdient dank Weiterbildung wieder Geld

FALLBEISPIEL • PORTUGAL

Sofia, 38



Was passiert ist

Sofia hat eine kontrollierende Beziehung verlassen. Jahrelang hat ihr Partner sie vom Arbeiten abgehalten. Sie hatte keinen aktuellen Lebenslauf, keine Referenzen und wenig Selbstvertrauen. Man hatte ihr gesagt, sie „schaffe das nicht“, und sie dachte, eine Weiterbildung sei zu teuer. Sie glaubte, sie würde nie eine Arbeit finden.

Was sich verändert hat

Die Arbeitsvermittlung und eine Frauenberatungsstelle halfen ihr, ihre Erfahrung zu benennen. Sie fand einen geförderten Kurs in Hotelverwaltung, mit Kinderbetreuung.

DENKEN SIE DARÜBER NACH

- Was hielt Sofia von Arbeit ab?
- Welche Hürden lagen im Selbstvertrauen?
- Was half ihr beim ersten Schritt?

In Portugal bietet die öffentliche Arbeitsvermittlung (IEFP) geförderte Kurse und Hilfe beim Lebenslauf.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Nennen Sie drei verschiedene Wege zu einem Einkommen.



Welche Fähigkeiten kann unbezahlte Arbeit zu Hause aufbauen?



Welche vier Schritte führen zu geförderter Weiterbildung?



Was hat Sofia geholfen, wieder zu arbeiten?



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Zum Weiterlernen

Sie möchten mehr wissen? Diese Angebote sind kostenlos und vertrauenswürdig.



Europass: kostenlos einen Lebenslauf erstellen

<https://europass.europa.eu/>



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



L2.3 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



Einkommen kann aus mehreren Quellen kommen, nicht nur aus einer Vollzeitstelle.



Unbezahlte Arbeit und Hausarbeit bringen echte Fähigkeiten: Lernen Sie, sie zu benennen.



Zu beantragen, was Ihnen zusteht, ist ein fairer Teil Ihres Einkommens.



Kostenlose und geförderte Kurse helfen bei Hürden wie Kosten und Kinderbetreuung.



Arbeitsvermittlung und Beratungsstellen helfen Ihnen beim Start.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

Benennen Sie Ihre Fähigkeiten

Auf der Plattform · etwa 10
Minuten



ÜBUNG 2.5

Von Fähigkeiten zum Einkommen

22 Min. · Zu zweit



REFLEXION 2.6

Hürden und Brücken

15 Min. · In der Gruppe ·
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

5 Multiple- Choice-Fragen

70 % zum Bestehen · beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE · Financial Resilience · Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



LEKTION 2.4 • 55 MIN.

Ziele setzen und langfristige Sicherheit

IN DIESER LEKTION

- Ziele SMART machen
- Vom Ziel zum Plan
- Kurz-, mittel- und langfristige Ziele
- Ihre Zukunft absichern

Modul 2 • Finanzielle Unabhängigkeit



L2.4 Lernziele

Am Ende dieser Lektion können Sie:



Aus einem vagen Wunsch ein SMARTes Ziel machen



Ein Ziel in kleine Schritte mit Datum teilen



Schnelle Erfolge und langfristige Sicherheit verbinden



Mit einer Checkliste die eigene Unabhängigkeit verfolgen

DIESE LEKTION

L2.4

Dauer: 55 Min.

Übung: EX 2.7, EX 2.8

Quiz: 5 Fragen, 70 % zum Bestehen



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Wichtige Begriffe

Die Wörter aus Lektion L2.4, einfach erklärt.

SMARTes Ziel

Ein Ziel, das spezifisch, messbar, erreichbar, relevant und terminiert ist.

Kurzfristiges Ziel

Ein Ziel, das Sie in etwa einem Jahr erreichen können.

Langfristiges Ziel

Ein Ziel, das fünf Jahre oder länger dauert, zum Beispiel eine sichere Wohnung oder eine Rente.

Rente

Geld, das Sie bekommen, wenn Sie im Alter nicht mehr arbeiten. Sie bauen es im Berufsleben auf.

Schuldnerberatung

Eine kostenlose Stelle, die Ihnen hilft, Ihre Schulden zu verstehen und das Abzahlen zu planen.



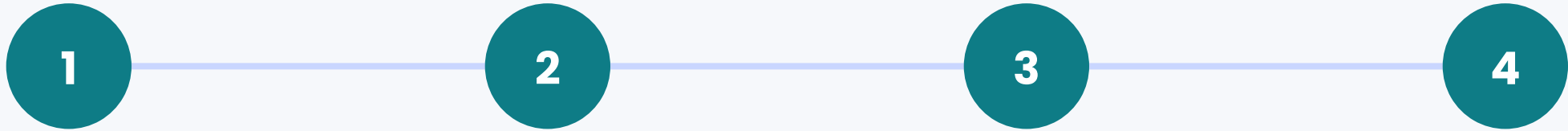
Machen Sie Ihre Ziele SMART

Ein vages Ziel ist schwer zu erreichen. SMART macht aus „mehr sparen“ etwas, das Sie tun können.

Buchstabe	Bedeutung	Beispiel
S: Spezifisch	Sagen Sie genau, was Sie wollen	300 € für eine Mietkaution sparen, nicht nur „Geld sparen“
M: Messbar	Eine Zahl, die Sie prüfen können	25 € im Monat, geprüft am Ersten jedes Monats
A: Erreichbar	Eine Herausforderung, aber realistisch für Sie	25 € passen zu dem Geld, das nach dem Nötigsten übrig ist
R: Relevant	Es ist wichtig für Ihre Unabhängigkeit	Mit der Kauton kann ich eine eigene Wohnung mieten
T: Terminiert	Geben Sie ihm eine Frist	In 12 Monaten, bis Dezember

Vom Ziel zum Plan

Große Ziele sind machbar, wenn Sie sie in kleine Schritte mit Datum teilen.



Festlegen

Schreiben Sie ein klares SMARTes Ziel auf, das Ihnen wichtig ist.



Aufteilen

Teilen Sie es in kleine Beträge oder Aufgaben pro Woche oder Monat.



Planen

Geben Sie jedem Schritt ein Datum. Geldschritte möglichst automatisch erledigen.



Prüfen

Prüfen Sie jeden Monat Ihren Fortschritt. Ändern Sie den Plan, nicht das Ziel.



Kofinanziert von der Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Ziele für jeden Zeitraum

Ein guter Plan verbindet schnelle Erfolge, die Mut machen, mit längeren Zielen, die Sicherheit geben.



Kurzfristig

Innerhalb eines Jahres:
einen kleinen Notgroschen
anlegen, eine Schuld
abzahlen oder ein eigenes
Sparkonto eröffnen.



Mittelfristig

In 1 bis 5 Jahren: einen
Abschluss machen, eine
Mietkaution sparen oder
ein festes zweites
Einkommen aufbauen.



Langfristig

In 5 Jahren oder mehr: eine
sichere Wohnung, eine
Rente auf Ihren Namen und
dauerhafte Unabhängigkeit.



Den Plan schützen

Papiere sicher
aufbewahren,
Versicherungen prüfen und
Ihre Rechte auf Leistungen
kennen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Es ist nie zu spät, anzufangen



Kleine, regelmäßige Schritte schließen die Lücke mit der Zeit. Anfangen ist wichtiger als der Betrag, mit dem Sie anfangen.

- Ein paar Euro im Monat sparen ist ein echter Anfang
- Kleine Rentenbeiträge heute zählen später trotzdem
- Kostenlose Beratung kann Ihnen beim Planen helfen



Aylin plant ihre Unabhängigkeit

FALLBEISPIEL • DEUTSCHLAND

Aylin, 45



Was passiert ist

Aylin und ihr Mann hatten ihr Geld immer zusammen. Sie hatte kein Ersparnis und keine Rente auf ihren eigenen Namen. Nach der Trennung wusste sie nicht, welche Schulden und Rechnungen ihre waren. Sie fühlte sich überfordert, wusste nicht, wo sie anfangen sollte, und dachte, es sei „zu spät“ zum Planen.

Was sich verändert hat

Mit einer kostenlosen Schuldnerberatung eröffnete sie ein Konto auf ihren eigenen Namen. Sie setzte sich ein SMARTes Ziel: ein Polster für drei Monate. Und sie begann, kleine freiwillige Beiträge in eine Rente einzuzahlen.

DENKEN SIE DARÜBER NACH

- Warum dachte Aylin, es sei zu spät?
- Welche ihrer Ziele sind langfristig?
- Warum war ihr eigenes Konto wichtig?

Kostenlose Schuldnerberatung gibt es in ganz Deutschland.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Kostenlose Beratung in Ihrer Nähe

Kostenlose Stellen helfen bei Schulden, Haushaltsplan und Ihren Rechten. Sie müssen das nicht allein schaffen.

ITALIEN

inps.it

Reddito di Libertà (Freiheitseinkommen)

Staatliche Hilfe für Frauen nach Gewalt: bis 530 € im Monat, 12 Monate lang. Antrag über die Gemeinde (Comune).

DEUTSCHLAND

VZ- schuldnerberatung.de

Anerkannte Schuldner- und Insolvenzberatung

Anerkannte Beratungsstelle finden. Die Kosten sind regional verschieden: vor der Beratung danach fragen. Vorsicht bei Online-Angeboten.

PORTUGAL

gov.pt

Unterstützungsnetz für Bankkundinnen (RACE)

Kostenlose Beratung, wenn Sie einen Kredit nicht zahlen können. Man berät Sie, verhandelt aber nicht für Sie.

kostenlos

IN DER GANZEN EU

116 006

Hilfetelefon für Opfer von Straftaten (wo verfügbar)

EU-Nummer für Opfer von Straftaten. Aktiv in Deutschland und Portugal. In Italien kein Dienst unter 116 006: 1522 anrufen, in Gefahr 112.



Im Notfall rufen Sie 112 an.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Ihre Checkliste für finanzielle Unabhängigkeit

Eine Checkliste, die mit Ihnen wächst. Sie haben nicht alles auf einmal: Jedes Häkchen ist ein Schritt nach vorn.



Geld und Konten

- Ein Bankkonto nur auf meinen Namen
- Ein einfacher Monatsplan, den ich nutze
- Ein Notgroschen, den ich aufbaue
- Ersparnis getrennt vom Alltagsgeld
- Mindestens ein Einkommen, über das ich bestimme



Pläne und Schutz

- Ein SMARTes Ziel mit Frist
- Ich kenne meine Leistungen und Rechte
- Wichtige Papiere sicher aufbewahrt
- Eine Rente oder ein langfristiger Sparplan
- Eine Beratung oder Stelle, an die ich mich wenden kann



Haben Sie es verstanden?

Versuchen Sie, diese Fragen mit eigenen Worten zu beantworten.



Wofür steht jeder Buchstabe von SMART?



Welche vier Schritte führen vom Ziel zum Plan?



Nennen Sie ein Beispiel für ein kurzfristiges und ein langfristiges Ziel.



Was hat Aylin geholfen, ihre Unabhängigkeit zu planen?

L2.4 Das Wichtigste

Merken Sie sich diese fünf Punkte für die nächste Lektion.



SMARTe Ziele machen aus vagen Wünschen klare, messbare Ziele mit Frist.



Teilen Sie große Ziele in kleine Schritte mit Datum und prüfen Sie jeden Monat.



Verbinden Sie schnelle Erfolge mit langfristiger Sicherheit wie Erspartem und Rente.



Es ist nie zu spät: Kleine, regelmäßige Schritte schließen die Lücke.



Kostenlose Schuldnerberatung hilft beim Planen und Dranbleiben.



Jetzt in die Praxis

Schließen Sie die Lektion auf der FIRE-Lernplattform oder in Ihrer Gruppe ab.



INTERAKTIVE AKTIVITÄT

Ein SMARTes Ziel bauen

Auf der Plattform • etwa 10
Minuten



ÜBUNG 2.7

Machen Sie es SMART

22 Min. • Allein



REFLEXION 2.8

Stellen Sie sich Ihre Unabhängigkeit vor

15 Min. • In der Gruppe •
Privat: Nur Sie sehen Ihre
Antworten



QUIZ ZUR LEKTION

5 Multiple- Choice-Fragen

70 % zum Bestehen • beliebig
oft wiederholbar



Kofinanziert von der
Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Hier finden Sie Hilfe

Diese Angebote sind kostenlos und vertraulich. Sie können für sich selbst oder für eine Person anrufen, die Sie unterstützen.

ITALIEN

1522

1522 Hilfetelefon gegen Gewalt und Stalking

Kostenlos, rund um die Uhr. Auf Italienisch, Englisch, Französisch, Spanisch, Arabisch, Deutsch. Auch Chat und App.

kostenlos • rund um die Uhr

DEUTSCHLAND

116 016

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Kostenlos, anonym, rund um die Uhr. Dolmetscherinnen in vielen Sprachen und Gebärdensprache. Chat (täglich 12 –20 Uhr) und E-Mail auf Deutsch.

kostenlos • rund um die Uhr

PORTUGAL

800 202 148

Informationsdienst für Betroffene häuslicher Gewalt

Kostenlos, rund um die Uhr, vertraulich: Information und Vermittlung. Auch SMS an 3060 oder E-Mail violencia@cig.gov.pt.

kostenlos • rund um die Uhr

IN DER GANZEN EU

116 006

Hilfetelefon für Opfer von Straftaten (wo verfügbar)

EU-Nummer für Opfer von Straftaten. Aktiv in Deutschland und Portugal. In Italien kein Dienst unter 116 006: 1522 anrufen, in Gefahr 112.



Im Notfall rufen Sie 112 an.



Kofinanziert von der Europäischen Union

FIRE • Financial Resilience • Modul 2: Finanzielle Unabhängigkeit

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Zusammenfassung des Moduls

Was Sie nach Modul 2 können

- ✓ Sie verstehen die Sprache des Geldes und warum Unabhängigkeit für Frauen wichtig ist.
- ✓ Sie können einen Haushaltsplan machen, regelmäßig sparen und einen Notgroschen anlegen.
- ✓ Sie verbinden Ihre Fähigkeiten mit Einkommen und finden geförderte Weiterbildung.
- ✓ Sie können SMARTe Ziele setzen und für langfristige Sicherheit planen.
- ✓ Sie wissen: Kostenlose Beratungsstellen helfen Ihnen beim nächsten Schritt.

IM NÄCHSTEN MODUL

Modul 3 zeigt Ihre Rechte und Hilfen: die Gesetze, die Sie schützen, die Stellen, die Sie unterstützen, und wie Sie um Hilfe bitten.

Machen Sie das Abschlussquiz (70 % zum Bestehen) und erhalten Sie Zertifikat und Badge für Modul 2.



ENDE VON MODUL 2

Danke, dass Sie mit FIRE gelernt haben

Weiter auf der FIRE-Lernplattform: fire.elnlab.eu



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der italienischen Nationalagentur Erasmus+ INDIRE wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden. Projekt 2025-1-IT02-KA210-ADU-000354693