

# CARITAS regional

**Mit  
Schulden  
leben**

Schwerpunkt

## Überschuldung

Wenn finanzielle Not  
das Leben bestimmt

Hintergrund

## Auswege aus der Schuldenspirale

Mögliche Lösungen  
zur Entschuldung

Aus der Region

## Einkaufen für einen guten Zweck

Modisches in unseren  
Secondhand-Läden



Bild: zvg

Schuldenberater Lorenz Bertsch setzt sich dafür ein, dass Betroffene Unterstützung erhalten und neue Perspektiven entwickeln können.

#### Schwerpunkt

## Mit Schulden leben

Geht es um Schulden, sind die Meinungen in der Öffentlichkeit schnell gemacht. Den Betroffenen wird entweder massloser Konsum oder spekulative Geldgeschäfte unterstellt: Schulden seien selbstverschuldet. So erstaunt es nicht, dass sich trotz jährlich hunderten von durchgeführten Schuldenberatungen bei Caritas keine überschuldete Person fand, die mit ihrem Gesicht hinstehen und ihre Geschichte erzählen wollte. Zu gross ist die Scham und zu stark belastet das Stigma der Selbstverschuldung. Schulden führen zu Schuldgefühlen. In dieser Ausgabe gibt Caritas-Schuldenberater Lorenz Bertsch Einblick in die Ursachen von Verschuldung und die Lebensumstände von verschuldeten Personen und verschiedene Expert\*innen zeigen mögliche Auswege aus der Schuldenspirale auf. Zudem beleuchten wir die rechtlichen Grundlagen: Wo steht die Schweiz aktuell beim Thema und wer verdient eigentlich an Schulden?

Wir wünschen Ihnen eine aufschlussreiche Lektüre!

**ab Seite 4**

# Inhalt

## 3 Editorial

### Schwerpunkt

## 4 Wenn finanzielle Not das Leben bestimmt

### Hintergrund

## 8 Es gibt Auswege aus der Schuldenspirale

### Kommentar

## 9 Restschuldbefreiung: kein Freipass, sondern zweite Chance

### Expert\*innen-Interview

## 10 Kredite um jeden Preis? Missstände im Kreditwesen

### Freiwilligenporträt

## 11 Das eigene Gärtchen öffnen

### Caritas-Markt

## 12 News aus den Regionen

### Caritas Zürich

## 14 Caritas Secondhand: Einkaufen für einen guten Zweck

## 16 Schuldenberatung – ein Überblick

## 18 In Zahlen: Achtung Schuldenfalle

## 19 Fokus Zürich: Schlusslicht mit Folgen

## 22 Lebensmittel retten – Menschen helfen

### Kolumne

## 23 Ungeliebtheit

# Liebe Leser\*innen

Ein Schicksalsschlag, eine unerwartete Trennung oder der Verlust des Arbeitsplatzes und schon kann sich nicht nur die persönliche, sondern auch die finanzielle Situation ändern. Die Wohnung wird zu teuer und man muss allein für die Kinder sorgen. Rechnungen bleiben liegen, weil das Geld fehlt und der Druck und die Sorgen immer grösser werden. Reichen die monatlichen Einnahmen nicht mehr aus, entsteht plötzlich eine Verschuldungsdynamik.

In diesem Magazin schildern wir drei Schicksale von Menschen, die von Schulden betroffen sind und Einblick geben, wie jemand in eine solche Situation geraten kann. Besonders belastend ist der Umstand, dass Schulden in der Schweiz häufig lebenslanglich sind – entsprechend wichtig sind Präventionsangebote, aber auch politische Massnahmen, um seine Schulden hinter sich lassen zu können. Denn mit unserer Schuldenberatung können wir zwar in Schulden geratene Menschen dabei unterstützen, wie sie mit ihrem knappen Budget den Alltag bewältigen, doch für langfristige Lösungen sind die Hürden zurzeit enorm hoch.

Unterstützung leisten wir auch, indem wir schmale Budgets mit unseren günstigen Angeboten wie den Caritas-Märkten entlasten. Hier ist gerade vieles in Bewegung, sowohl in den Regionen als auch in der Stadt Zürich. So ziehen der Caritas-Markt und die KulturLegi Anfang 2026 vom Kreis 4 nach Zürich Altstetten. Mehr dazu erfahren Sie in diesem Magazin.

Herzlich



Björn Callensten  
Direktor Caritas Zürich



Bild: zvg

**Björn Callensten**  
Direktor Caritas Zürich

«Caritas regional», das Magazin der regionalen Caritas-Organisationen, erscheint zweimal jährlich: im April und im Oktober.

**Gesamtauflage:**  
32 050 Ex.

**Auflage ZH:**  
13 500 Ex.

**Redaktion:**  
Karin Faes (regional)  
Christine Gerstner (national)

**Gestaltung, Produktion und Druck:**  
Stämpfli Kommunikation, Bern

**Papier:** Profibulk, FSC-zertifiziert  
**Versandfolie:** «I'm eco»  
(aus recycelten Altfolien)

**Caritas Zürich**  
Beckenhofstrasse 16  
Postfach  
8021 Zürich  
Tel. 044 366 68 68  
info@caritas-zuerich.ch  
www.caritas-zuerich.ch  
IBAN CH38 0900 0000 8001 2569 0



Der Café-Besuch bleibt Luxus –  
das Portemonnaie entscheidet  
über Teilhabe im Alltag.



# Wenn finanzielle Not das Leben bestimmt

Wenn sich Rechnungen türmen und das Geld fehlt, ist neben der finanziellen auch die emotionale Not gross. Wie schnell sich Schulden anhäufen und wie schwierig es ist, den Kreislauf zu durchbrechen: Caritas-Schuldenberater Lorenz Bertsch über Schicksale und Neuanfänge.

Text: Mirjam Oertli Bilder: Stephan Rappo

**D**er lachende Gartenzwerg mit der Schubkarre weist den Weg. Einmal ums Eck des Hauses, vor dem er steht, und schon zeigt sich das kleine, ebenerdige Gebäude, mitten im Sarganser Wohnquartier. Früher habe es einen Kindergarten beherbergt, sagt Lorenz Bertsch, und zeigt auf die tief liegenden Garderobenhaken, als er ins Haus hineinführt. Bertsch ist Sozial- und Schuldenberater bei Caritas St. Gallen-Appenzell und Leiter der Regionalstelle Sargans. Hier berät er Menschen in sozialen und finanziellen Notlagen. Letzteres öfters: «Von zehn Anrufen geht es bei acht um Schulden.»

Eine Wandtafel steht im Beratungsraum. Eine Figur, mit bunter Kreide gemalt, ist darauf zu sehen. Das Kind einer Klientin habe sie gezeichnet. Ob Menschen sich überwinden müssen, herzukommen? Das glaubt Bertsch nicht. Scham, ja, die spüre er hie und da. «Aber ich frage dann immer: «Warum schämen Sie sich? Es kann jede und jeden treffen».»

250 Schuldenberatungen führt allein Caritas St. Gallen-Appenzell jährlich durch und fast immer sei einer von vier Gründen im Spiel. Bertsch zählt auf: Arbeitslosigkeit, Scheidung, Krankheit oder Unfall und, bei jungen Erwachsenen, fehlende finanzielle Kompetenz. «War vorher schon wenig da, braucht es dann nicht mehr viel.»

## Last kann erdrückend sein

Bei Thomas Eugster\* zum Beispiel führte ein Jobverlust in die Abwärtsspirale. Eugster heisst eigentlich

anders und es ist Bertsch, der seine Geschichte schildert. Zu ungern sprächen Betroffene über ihr Schicksal, wenn es nicht sein müsse. Eugster also, 55-jährig, blieben noch dreissig Taggelder, als er die Schuldenberatung aufsuchte. Eineinhalb Monate und er wäre ausgesteuert und auf Sozialhilfe angewiesen.

**«Ich fühle mich wertlos und allein.  
Selbst meine Freunde  
haben sich von mir abgewendet.»**

Thomas Eugster\*

Seinen Job im Baugewerbe hatte er wegen einer Reorganisation verloren. 300 Bewerbungen hatte er seither verschickt – erfolglos! Fast zwei Jahre musste er mit nur 70 Prozent seines früheren Lohns auskommen. «Anfangs konnte er sich durchhangeln.» Doch bald blieben Rechnungen unbezahlt, flatterten Betreibungen in den Briefkasten. Oft sei auch Unwissenheit ein Faktor, schiebt Bertsch ein. Viele, auch Eugster, wüssten nicht, dass sie Krankenkassenkosten beim Betreibungsamt zurückfordern könnten – und häuften so noch vermeidbare Schulden an. Bei Eugster waren es mittlerweile 23 000 Franken, hauptsächlich bei Steueramt und Krankenkasse.

«Er war verzweifelt, sagte, er fühle sich wertlos», so Bertsch. «Selbst seine Freunde hätten sich abgewen-

det.» Dies sei oft der Fall. Die Last der Betroffenen sei erdrückend, mache sie müde und raube ihnen doch nachts den Schlaf. «Hast du dann keinen zum Reden, wirst du krank.»

Bertsch versucht, zu helfen, wo es geht. Nennt Vereine, die keine Mitgliederbeiträge erheben, sorgt dafür, dass Betroffene eine KulturLegi erhalten, mit der es Rabatte auf verschiedenste Angebote gibt. Vor allem aber versucht er, Perspektiven aufzuzeigen.

## «Ich will gesund werden, aber die Schulden machen mich fast noch kränker.»

Nadine Frei\*

Nicht immer sind sie rosig. Für eine Schuldensanierung etwa, die auf Teilverzicht von Gläubigern fusst, war bei Eugster schlicht zu wenig Geld da. Auch ein Privatkonkurs wäre nur mit einer Anstellung infrage gekommen. Eine solche fand er nicht mehr. Heute lebt er von Sozialhilfe. Läge seine Rente nach der Pensionierung über dem betreibungsrechtlichen Existenzminimum (BEX), könnten Gläubiger ihn erneut betreiben. «So bliebe er ewig im Schuldenkreislauf gefangen.»

Für eine Mutter, die jeden Franken zweimal umdrehen muss, ist ein Geschenkkauf für einen Kindergeburtstag eine Schwierigkeit.



Eine Tragik, die sich laut Bertsch mit einer Restschuldbefreiung verhindern liesse, wie sie im Parlament diskutiert werde.

### Neuanfänge sind möglich

Manchmal aber sind Neuanfänge möglich. Der Schuldenberater erinnert sich an Nadine Frei\*. Sie kam auf Anraten ihrer psychiatrischen Tagesklinik. Seit der Kindheit hatte die 29-Jährige psychische Probleme. Eine Berufslehre musste sie abbrechen. Jahre folgten, in denen sich Hilfsjobs, Arbeitslosigkeit und Klinikaufenthalte abwechselten. Ihr Krankentaggeld: prekär. Elterliche Unterstützung: inexistent. Irgendwann konnte sie die Steuerrechnung nicht mehr stemmen. Und während sie um ihr psychisches Wohl kämpfte, wuchs ihr Schuldenberg auf 35 000 Franken.

«Sie wollte gesund werden», so Bertsch. «Doch machten die Schulden sie fast noch kränker, wie sie sagte. Da arbeitest du Kindheitstraumata auf, kommst aus der Klinik und es warten nur Briefe von Gläubigern und vom Betreibungsamt.»

Doch Frei blieb stabil – und fand einen Job. So werden nun monatlich 1300 Franken ihres Lohns gepfändet. Gut zwei Jahre und ihre Schuld könnte abbezahlt sein. Wären da nicht die Steuern. Sie sind im BEX nicht eingerechnet. Daher verschulde man sich laufend neu, was den Prozess auf Jahre verlängere. Bertsch erstellt für Klient\*innen deshalb oft einen Plan mit Zeitlinie, ein Bild also, das hilft, das Ziel im Blick zu behalten. Erstreckt sich dieses aber über zwölf, dreizehn Jahre – was keine Seltenheit sei –, könne einen das kaputt machen. Bei Nadine Frei dürften vier Jahre reichen. Gelingen es ihr, in dieser Zeit «nur» Steuerschulden zu machen, habe sie gute Chancen, den Kreislauf zu durchbrechen.

## «Wofür schämen Sie sich? Es kann jede und jeden treffen.»

Lorenz Bertsch

### 13 Franken für eine Woche

Hin und wieder erlebt der Schuldenberater auch Geschichten, in denen es gut kommt, bevor es schlechter wird. Als Isabelle Baumann\* ihn aufsuchte, war sie noch nicht verschuldet. Sie und ihr Mann Marco\* kamen mit ihren beiden kleinen Kindern knapp über die Runden. Allerdings stagnierte Marcos Lohn, 3500 Franken für Vollzeit in Schicht, seit Jahren, während Lebensmittel, Benzin und Miete laufend teurer geworden waren. «Im Vergleich zu vor ein paar Jahren haben Baumanns bis zu 500 Franken Mehrkosten monatlich.»

**«Mit 13 Franken muss  
ich Lebensmittel  
für die ganze Familie  
kaufen, für eine  
Woche. Ich möchte  
weinen.»**

Eine Mutter



Dosen statt Frisches: Satt werden hat Vorrang, auch wenn die Essensqualität auf der Strecke bleibt.

«Viele Familien müssen sich dann, wie die Baumanns, überlegen, ob sie Rechnungen oder Lebensmittel bezahlen sollen», sagt Bertsch. Einmal sei eine Mutter den Tränen nah gewesen, weil ihr noch 13 Franken für das Essen einer Woche blieben – und ihr Kind ein Geschenk für eine Geburtstagseinladung brauchte.

Baumanns hatten gespart, wo es ging. Eine längst fällige Zahnbehandlung verschob Isabelle laufend auf später. Als nun noch eine vierstellige Nebenkostenabrechnung auf dem Tisch landete, war sie verzweifelt und suchte die Schuldenberatung auf. Hier fand sie Unterstützung in Form einer Überbrückungshilfe. Eine solche kann unter bestimmten Bedingungen gesprochen werden und deckte im Fall Baumanns Zahnbehandlung und Nebenkostenabrechnung ab. Zudem erhielt Isabelle die Chance, sich weiterzubilden. Heute arbeitet sie 20 Prozent als Hilfspflegerin, während Marco in Schichtpausen die Kinder betreut.

«Wer früh zu uns kommt, kann oft Schlimmeres verhindern», so Bertsch. Leider kämen viele erst, wenn schon Schulden bestünden. Braucht es also doch Überwindung? Ist es die Scham, die einen abhält, Hilfe zu suchen? Er glaube eher, dass viele überzeugt seien, es

selbst zu schaffen. «Es dauert zwei, drei Jahre, bis das Kartenhaus zusammenfällt und sie merken: Allein komme ich da nicht raus.»

**«Es dauert zwei, drei Jahre,  
bis das Kartenhaus zusammenfällt  
und man merkt: Allein komme  
ich nicht aus den Schulden.»**

Lorenz Bertsch

Einfach ist der Weg hinaus auch mit Beratung nicht. Von 100 Klient\*innen, schätzt Bertsch, schaffen je fünf den Ausstieg über Schuldensanierung oder Konkurs. Bei den restlichen 90 gehe es darum, so wenig neue Schulden wie möglich zu machen. Und einem Drittel davon gelinge das Abzahlen über Jahre. Nein, einfach ist es nicht. Aber manchmal beginnt er hier, der Weg aus den Schulden, im kleinen Gebäude des früheren Kindergartens, hinter dem lachenden Gartenzwerg.

\* Namen geändert

# Es gibt Auswege aus der Schuldenspirale

**Heute haben überschuldete Menschen wenig Chancen, ihre Schulden loszuwerden. Diese Perspektivlosigkeit schadet nicht nur den Betroffenen, sondern kommt auch die Allgemeinheit teuer zu stehen. Dabei gäbe es gute Lösungen.**

Text: Melanie Keim, Grundlagen und Sozialpolitik, Caritas Zürich Illustration: Isabelle Bühler

**M**it Hypotheken und Krediten ist Verschuldung ein integrativer Teil unseres Wirtschaftssystems. Ohne Schulden würde unsere Wirtschaft nicht funktionieren, doch gleichzeitig ist Überschuldung eines der grössten Tabus unserer Gesellschaft. Über Geld spricht man nicht, über Schulden schon gar nicht. So erstaunt es nicht, dass verschuldete Privatpersonen oft Jahre warten, bis sie Unterstützung suchen: Bei den Schuldenberatungsstellen sind 40 % der Ratsuchenden zum Zeitpunkt der Kontaktaufnahme schon mehr als fünf Jahre verschuldet, ein Viertel sogar schon über zehn Jahre. In dieser Zeit steigt der Schuldenberg und verringert sich damit die Chance, die Schulden jemals wieder zurückzuzahlen.

In der Schweiz lebt gemäss aktuellen Zahlen des Bundesamts für Statistik jede siebte Person in einem Haushalt mit Zahlungsrückständen. Jede 20. Person bzw. 400 000 Personen wurden gemäss Angaben der Wirtschaftsauskunftei CRIF im gleichen Zeitraum sogar betrieben oder hatten ein laufendes Konkursverfahren. Die Gründe für die Verschuldung sind vielfältig: Sie reichen von einem zu tiefen Einkommen über administrative Überforderung bis hin zu risikoreichem Anlageverhalten. Häufig aber steht am Anfang einer Überschuldung ein Schicksalsschlag: Eine Krankheit oder ein Unfall, der Verlust des Arbeitsplatzes, eine Trennung, eine Scheidung oder ein Todesfall bringen die finanzielle Situation aus dem Lot. Die viel zitierte Schuldenspirale beginnt: mit Stress durch Betreibungen und Anwaltsschreiben, den Nachteilen auf dem Arbeitsmarkt, die Betreibungen oder eine Lohnpfändung mit sich bringen, und neu hinzukommenden Schulden.

Zu dieser Abwärtsdynamik tragen Kredite bei, die aufgenommen werden, um Betreibungen abzuwenden, aber auch die Tatsache, dass laufende Steuern

nicht in die Berechnung des betreibungsrechtlichen Existenzminimums (BEX) einbezogen werden, das im Falle einer Lohnpfändung ausbezahlt wird. Die gepfändete Person muss dennoch Steuern auf ihren (gesamten) Lohn zahlen und häuft automatisch neue Steuerschulden an. Das wird sich bald ändern: Nach der Zustimmung des Parlaments zum Einbezug der Steuern in die Berechnung des BEX muss der Bundesrat nun einen konkreten Gesetzesentwurf vorlegen.

Es ist ein erster politischer Schritt, damit verschuldete Menschen aus der Schuldenspirale herausfinden. Der zweite ist das vom Bundesrat vorgeschlagene Sanierungsverfahren mit Restschuldbefreiung, das im Parlament zur Debatte steht. Dieses sieht vor, dass hoffnungslos verschuldeten Personen nach einer bestimmten Dauer mit Rückzahlungspflicht die



Schulden erlassen werden. Von einem solchen Schuldenschnitt würden nicht nur die Betroffenen und von ihnen abhängige Kinder und Angehörige profitieren, sondern auch die Gesamtwirtschaft: Ein Neustart ohne Schulden ermöglicht eine Wiederintegration in den Wirtschaftskreislauf, was neben sinkenden Sozial- und Gesundheitskosten auch neue Steuereinnahmen zur Folge hätte. Ein dritter Hebel, damit Menschen gar nicht erst in die Schuldenspirale kommen, wäre ein Direktabzug von Steuern und Krankenkassenprämien vom Lohn. Denn heute haben die Klient\*innen der Schuldenberatungsstellen über 48 % ihrer Schulden beim Staat: in Form von Steuerschulden, von den Kantonen übernommenen Krankenkassenprämien schulden und Unterhaltsbeiträgen.

Neben diesen gesetzlichen Veränderungen könnte eine bessere Verankerung der Finanzbildung in der Volksschule dazu beitragen, dass Menschen gar nicht erst in die Verschuldung geraten. Ob man lernt, wie man eine Steuererklärung ausfüllt, ein Budget aufstellt und einhält, ist heute nämlich weitgehend Glücks- oder Familiensache. Zudem bräuchte es einen anderen Diskurs rund um das Thema Geld und Geldprobleme sowie ein Wissen darum, wie man bei kritischen Lebensereignissen nicht nur fragt, wie es der Person geht, sondern auch, wie es ihr finanziell geht. Denn nur wenn das Tabu um Schulden fällt, können sich Menschen früh genug Unterstützung holen und so leichter von der Schuldenlast befreien.

*Zahlen zu den Klient\*innen der Schuldenberatungsstellen stammen aus der Statistik der Mitgliederorganisationen von Schuldenberatung Schweiz 2024*

### Wann spricht man von Überschuldung?

Wenn die Schuldenbeträge so hoch sind, dass keine Rückzahlung mehr möglich ist, spricht man von einer Überschuldung.

#### Kommentar

## Restschuldbefreiung: kein Freipass, sondern zweite Chance

Die geplante Einführung eines Sanierungskonkurses mit Restschuldbefreiung (25.019 Änderung SchKG) wirft bei vielen Menschen Fragen auf: Ist es gerecht, dass Schulden erlassen werden können? Fördert das nicht unverantwortliches Verhalten? Die Skepsis ist verständlich – doch ein genauer Blick zeigt: Die Reform ist kein Freipass für ein leichtfertiges Konsumverhalten, sondern ein verantwortungsvoller Schritt zu mehr sozialer Stabilität.

Der Vorschlag ist alles andere als lasch: Er stellt klare Zugangsbedingungen. Wer sich entschulden will, muss über ein stabiles, ausgeglichenes Haushaltsbudget verfügen und darf keine neue Schulden machen. Die Person muss einer Erwerbsarbeit nachgehen (oder sich ernsthaft darum bemühen) und während mehrerer Jahre alle pfändbaren Einkommensteile abgeben. Das heisst, die Restschuldbefreiung wird nur gewährt, wenn sich die betroffene Person im genannten Sinn redlich verhält. Wer diese Voraussetzungen nicht erfüllt, bleibt in der normalen Schuldenhaftung.

Wichtig ist auch: Überschuldung entsteht selten aus Leichtsinns. Meistens sind Krankheit, Scheidung oder der Verlust des Arbeitsplatzes die Auslöser. Ohne eine Perspektive auf Entschuldung bleiben Betroffene dauerhaft blockiert – mit Folgen für Gesellschaft und Wirtschaft: Arbeitskraft geht verloren, Sozialausgaben steigen.

Eine faire und kontrollierte Entschuldung gibt Menschen die Chance, wieder Verantwortung zu übernehmen – für sich selbst, für ihre Familie und für die Gesellschaft. Die Restschuldbefreiung ist keine Einladung zum Schuldenmachen, sondern ein Zeichen für ein modernes Rechtssystem.

**Pascal Pfister, Geschäftsleiter Dachverband  
Schuldenberatung Schweiz**

# KREDITE UM JEDEN PREIS?

## Im Gespräch mit lic. iur. Rausan Noori über Misstände im Kreditwesen

Interview: Christine Gerstner



Rausan Noori vertritt als Rechtsanwältin überschuldete Klient\*innen in Verfahren gegen Kreditbanken, die mit zweifelhaften Praktiken die Überschuldung ihrer Kundschaft fördern. Sie ist Mitherausgeberin eines Handbuchs, das die Überprüfung einer Kreditfähigkeitsprüfung ermöglicht. ([www.konsumkreditgesetz.ch](http://www.konsumkreditgesetz.ch))

### Wie hat sich das Kreditwesen während Ihrer Tätigkeit als Anwältin entwickelt?

Ich praktiziere seit mehr als zehn Jahren in diesem Bereich und in dieser Zeit sind die Gesetzesverletzungen raffinierter geworden. Früher fand ich auf Lohnabrechnungen, die den Kreditgeber\*innen vorlagen, zum Beispiel öfters Familienzulagen, ohne dass in den Kreditbudgets Ausgaben für Kinder berücksichtigt wurden. Heute sind die Budgetfehler versteckter.

### Welche Tricks oder zweifelhaften Methoden beobachten Sie am häufigsten bei bestimmten Kreditbanken?

Die perfideste Geschäftspraxis der Kreditbanken ist es, den Konsument\*innen bei der Budgetprüfung keine Fragen zu offensichtlichen Ausgaben zu stellen und diese Ausgaben dann auch nicht zu berücksichtigen. So werden zu hohe Kredite vergeben, die Überschuldung verursachen oder verschlimmern.

### Gibt es in der Schweiz gesetzliche Lücken oder Grauzonen, die Kreditbanken ausnutzen – und wenn ja, welche?

Ja, die Tatsache, dass die grossflächige Kreditvergabe nicht direkt durch eine Behörde beaufsichtigt wird und sich die Konsument\*innen auch bei weit verbreiteten gesetzeswidrigen Geschäftspraktiken individuell vor den Zivilgerichten dagegen wehren müssen, spielt den Kreditbanken in die Hände. Gerichte sind dadurch auch nicht regelmässig mit solchen Fällen konfrontiert, haben keine praktischen Erfahrungen damit und reagieren häufig unvorbereitet. So kann es passieren, dass auch die Gerichte auf Vergleiche drängen, um Urteile zu vermeiden.

### Wie gehen Banken typischerweise vor, wenn Schuldner\*innen in Zahlungsverzug geraten, und wo beginnt aus Ihrer Sicht die Grenze zur Rechtswidrigkeit?

In diesem Fall reduzieren die Banken meistens die Raten. Dadurch zahlen Schuldner\*innen manchmal jahrelang nur Zinsen, wobei der offene Saldo gleichbleibt. In solchen Fällen bewegen sich die Kreditgeber\*innen aus meiner Sicht in einem Graubereich, denn es kann rechtsmissbräuchlich sein, mit der Betreuung zu warten, um Zinsen anzuhäufen.

### Weshalb lohnt es sich für Banken überhaupt, Kredite an nicht kreditwürdige Personen zu geben, die diese unter Umständen gar nicht zurückzahlen können?

Weil es in der Schweiz ein sehr wirksames Zwangsvollstreckungssystem gibt sowie eine starke Zahlungsmoral, die auch mit dem schweizerischen Wert der Eigenverantwortung verbunden ist. Auf der einen Seite gibt es keine (gerichtliche oder andersartige) Vorprüfung der in Betreibung gesetzten Forderungen. Auf der anderen Seite haben die Lohnpfändungen direkt beim Arbeitgeber eine abschreckende Wirkung. Sie gehen zudem mit einem sehr niedrigen Existenzminimum einher. Bei Migrant\*innen kommt noch dazu, dass sie bei Schulden Probleme bei der Verlängerung ihrer Aufenthaltsbewilligungen bekommen. Das System stellt für Gläubiger also sehr wirksame Instrumente zur Verfügung.

### Was können Sie als Anwältin konkret bewirken?

Als Anwältin kann ich leider auch nur in Einzelfällen etwas bewirken. Oft sind mir die Hände gebunden, denn ich handle im Interesse einzelner Mandant\*innen, die meist verständlicherweise eigennützige Interessen haben. So lenken die meisten Mandant\*innen bei guten Vorschlägen ein und stimmen Vergleichen zu. Manchmal bin ich auch diejenige, die empfiehlt zu vergleichen, wenn eine Person zu fragil für ein Verfahren ist oder die Beweislage nicht stark genug ist.

### Wenn Sie einen Wunsch an die Gesetzgebenden frei hätten – welche Änderung im Kreditrecht würden Sie sofort umsetzen lassen?

Ich plädiere seit Jahren für eine Aufsicht der FINMA in diesem Bereich. Auch eine Dokumentationspflicht, die es aktuell nicht gibt, würde die Qualität der schweizerischen Kreditvergabe erhöhen und so die Überschuldung reduzieren. Aktuell gibt es eine Motion in diese Richtung im Parlament.

### Gibt es eine generelle Empfehlung im Zusammenhang mit Finanzen, die Sie unseren Lesenden mitgeben können?

Nehmen Sie keine Kredite auf und bevorzugen Sie eine Prepaid-Card gegenüber einer Kreditkarte. Tun Sie alles dafür, dass ich irgendwann arbeitslos werde!

# Das eigene Gärtchen öffnen

Seit ihrer Pensionierung engagiert sich Käthi Stäheli bei Caritas Thurgau. Der freiwillige Einsatz ermöglicht ihr einen realistischen Blick auf die Gesellschaft und erfüllt sie mit grosser Dankbarkeit.

Text und Bild: Liliane Elspass

Am Puls der Zeit zu bleiben, ist mir wichtig. Ich bin von Natur aus ein aktiver Mensch. Mein Leben als Mutter von inzwischen erwachsen gewordenen Kindern konnte ich zum Glück immer mit meinem beruflichen Engagement verbinden. Ich hatte nach der Geburt meiner zwei Söhne und meiner Tochter nicht mehr Vollzeit gearbeitet, konnte aber jeweils ein Pensum zwischen 30 bis 80 Prozent wahrnehmen. So war ich als Buchhalterin in einer Kirchgemeinde tätig und bildete mich später im Personalwesen weiter. Anschliessend war ich 25 Jahre lang HR-Verantwortliche bei einem öffentlichen Dienstleister im Kanton Thurgau.

## Sich sozial engagieren

Mit der Pensionierung gehen leider viele berufliche Kontakte verloren. Es liegt dann in erster Linie an einem selbst, aktiv zu werden. Auch möchte ich anderen gerne etwas zurückgeben, beispielsweise durch Mahlzeitendienste oder durch Turnen im Verein. Aus diesem Grund mache ich auch den Treuhanddienst bei ProSenectute.

## Eingebunden sein und bleiben

Seit vier Jahren engagiere ich mich zudem bei Caritas in Weinfelden. Meine Aufgabe ist es, die eingehenden Anträge für die KulturLegi auf deren Richtigkeit und Vollständigkeit hin zu prüfen. Die meisten Anträge gehen Anfang Jahr ein. Die KulturLegi wird jeweils für ein Jahr ausgestellt. Die Entscheidungen von Caritas erfolgen aufgrund der aktuellen finanziellen Situation der Antragstellenden. Ist der Nachweis korrekt, stelle ich

**Käthi Stäheli (69) arbeitete als Buchhalterin in einer Kirchgemeinde. Nach einer Weiterbildung im Personalwesen war sie 25 Jahre lang HR-Verantwortliche bei einem öffentlichen Dienstleister im Kanton Thurgau. Sie ist Mutter von drei erwachsenen Kindern und Grossmutter von acht Enkeln.**



die KulturLegi für eine einzelne Person aus oder für die bezugsberechtigte Familie.

Mich berührt jedes Mal die grosse Dankbarkeit der KulturLegi-Empfänger\*innen. Ich kann miterleben, welche enorme Bedeutung die KulturLegi für sie hat. Zudem werden alle, die aus finanzieller Not handeln müssen, bei Caritas als Mensch ernst genommen. Allein dieser Umstand ist wie ein Lichtblick im Alltag, der für viele oft sehr belastend und schwer ist.

Zudem schätze ich es, Teil eines Teams zu sein. Die Verantwortlichen hier bei Caritas Thurgau machen dies durch ihre zugewandte Art und ihre professionelle Vorgehensweise sehr angenehm. Meine Arbeit wird regelmässig wertgeschätzt. Mein Stundenpensum kann ich zudem sehr flexibel handhaben.

## Immer mehr KulturLegi-Bezugsberechtigte

Was mir jedoch Sorge bereitet, ist die steigende Anzahl an bezugsberechtigten Personen. Seit ich hier bin, beobachte ich eine deutliche Erhöhung der Anfragen. Susanne Flury, sie ist hauptverantwortlich für die KulturLegi bei Caritas Thurgau, bestätigt diese Wahrnehmung. Von 2021 bis 2024 hat sich die Anzahl ausgestellter KulturLegi-Karten mehr als verdoppelt.

Der Zugang zu diesem vielseitigen Angebot der KulturLegi ist daher enorm bedeutsam. Und dies in vielerlei Hinsicht – auch aus gesellschaftlicher Sicht. Aus meiner Erfahrung weiss ich, wer mit Leuten in Kontakt bleibt, öffnet sein eigenes Gärtchen. Das ist für uns alle wichtig und komplett altersunabhängig.

### Möchten Sie sich freiwillig engagieren?

Als Freiwillige oder Freiwilliger lernen Sie Menschen mit anderen Perspektiven kennen. Sie helfen im Alltag und machen Integration möglich. Sie können Ihr Wissen weitergeben und Neues dazulernen. Angebote für Freiwillige unterscheiden sich von Region zu Region. Bitte informieren Sie sich auf

[caritas-regio.ch/freiwilligenarbeit](https://caritas-regio.ch/freiwilligenarbeit)



Zentrallager Sempach

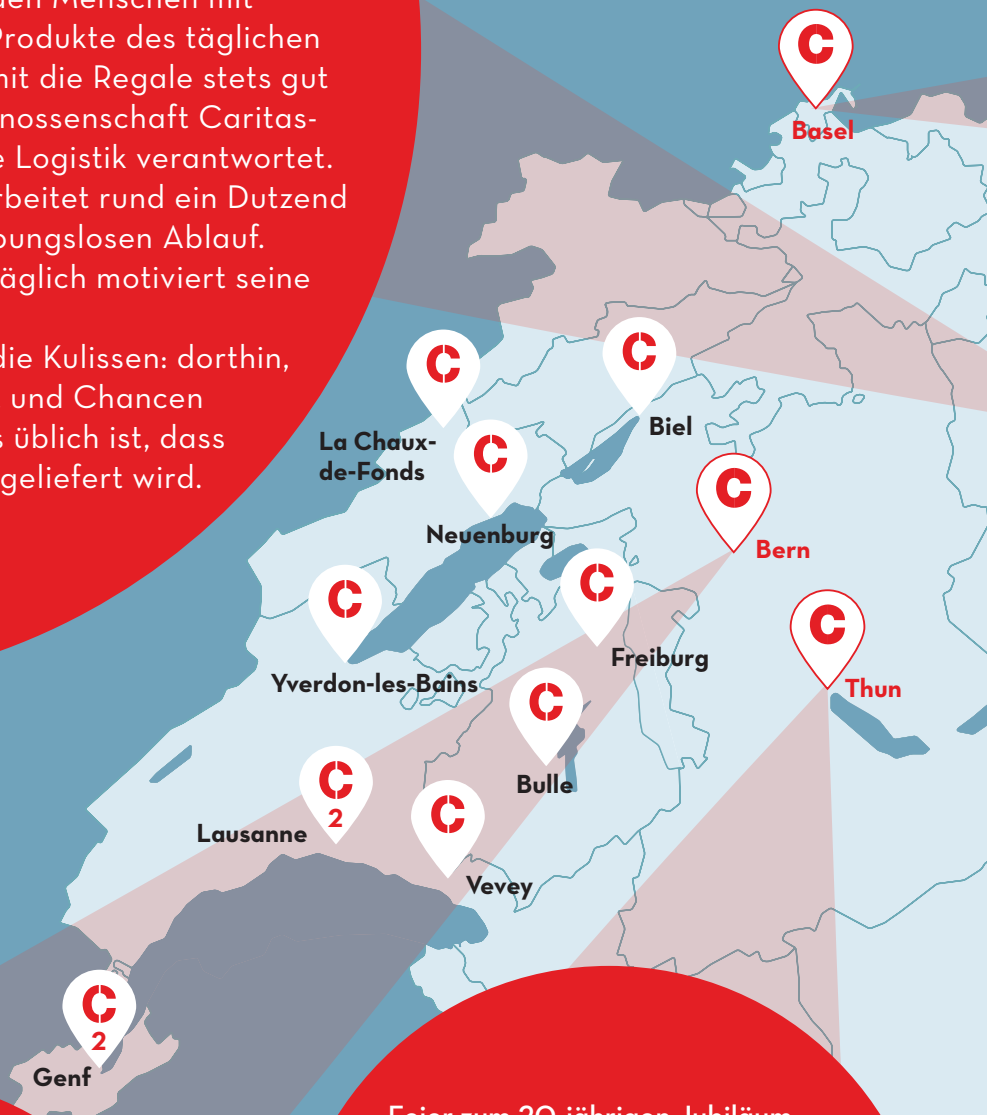
## Der Weg der Ware – von der Rampe bis ins Regal



In den 22 Caritas-Märkten finden Menschen mit kleinem Budget hochwertige Produkte des täglichen Bedarfs zu fairen Preisen. Damit die Regale stets gut gefüllt sind, braucht es die Genossenschaft Caritas-Markt, die den Einkauf und die Logistik verantwortet. Im Zentrallager in Sempach arbeitet rund ein Dutzend Personen täglich für einen reibungslosen Ablauf. Dazu gehört auch Tesfai, der täglich motiviert seine Arbeit anpackt.

Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen: dorthin, wo Produkte gelagert, sortiert und Chancen geschaffen werden. Und wo es üblich ist, dass Oster-Schoggi im Sommer ausgeliefert wird.

Lesen Sie die  
ganze Reportage



### Umzug innerhalb der Stadt

Seit August 2025 befindet sich der Caritas-Markt Bern an der Könizstrasse 19a, nur wenige Schritte vom Loryplatz entfernt. Der neue, grössere Standort wird den wachsenden Bedürfnissen der Kundschaft noch besser gerecht: Der neue Markt bietet mehr Platz, ist gut erreichbar, profitiert von viel Tageslicht und erfüllt moderne Anforderungen an Gesundheit und Ergonomie für unsere Mitarbeitenden.

**Zum Standort Bern**

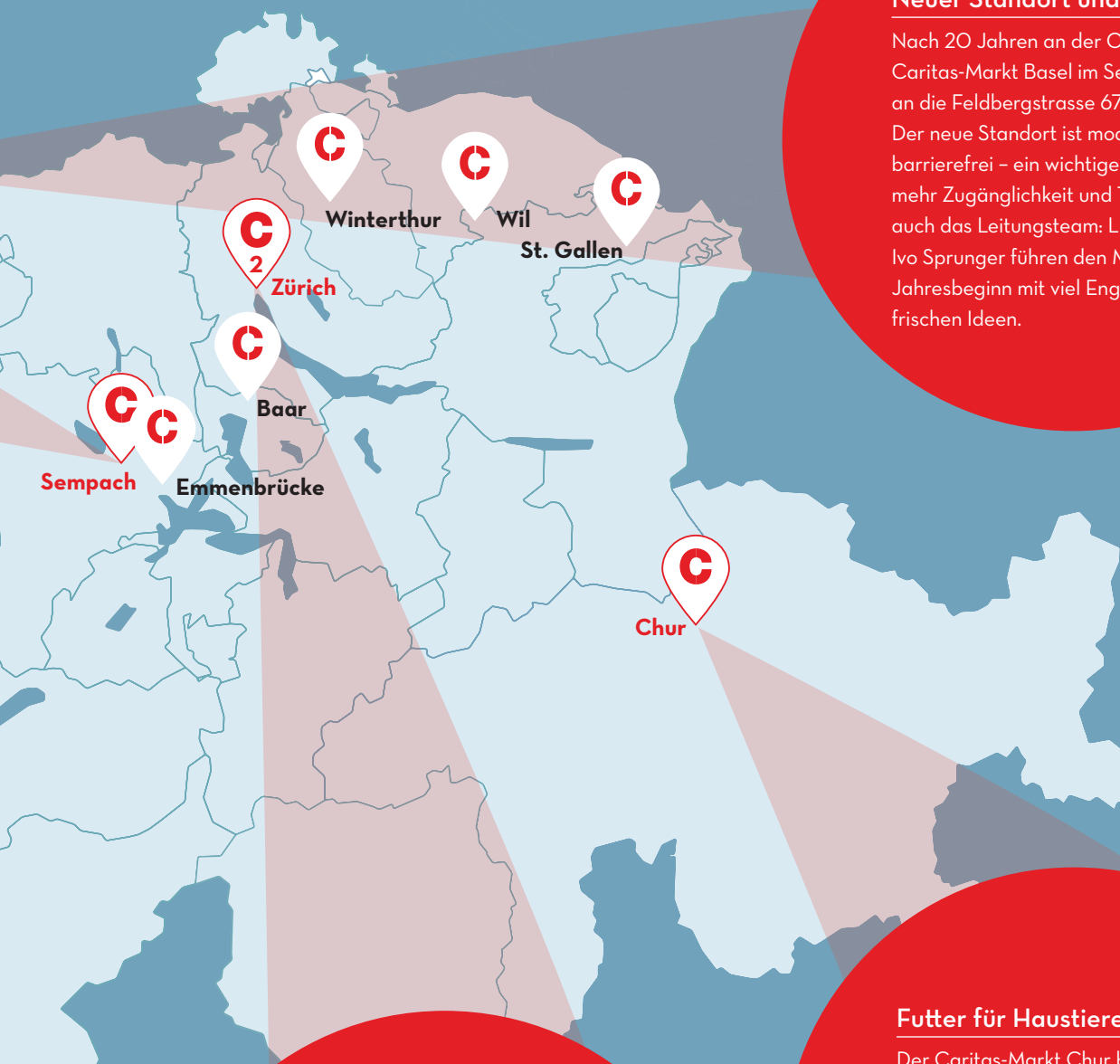


### Feier zum 20-jährigen Jubiläum

Der Caritas-Markt Thun feiert dieses Jahr sein 20-jähriges Bestehen. Seit 2005 bietet er armutsbetroffenen Menschen günstige Lebensmittel und Produkte des täglichen Bedarfs. Gleichzeitig ist er ein wichtiger Ort der Begegnung – damals wie heute ein unverzichtbares Angebot in der Region Thun.

**Impressionen des  
Jubiläumsfestes**





## Neuer Standort und Leitung

Nach 20 Jahren an der Ochsengasse ist der Caritas-Markt Basel im September 2025 an die Feldbergstrasse 67 umgezogen. Der neue Standort ist modern und endlich barrierefrei – ein wichtiger Schritt für mehr Zugänglichkeit und Teilhabe. Neu ist auch das Leitungsteam: Lina Erol und Ivo Sprunger führen den Markt seit Jahresbeginn mit viel Engagement und frischen Ideen.

## Mit der KulturLegi in Altstetten

In Zürich Altstetten tut sich was: Ab Januar 2026 gibt es an der Hohlstrasse nicht nur das Stellwerk 500 von Caritas Zürich, sondern neu auch einen Caritas-Markt mit benachbartem KulturLegi-Büro. Der Standort in der Neubausiedlung Letzibach an der Hohlstrasse 448 ersetzt die bisherigen Räumlichkeiten an der Reitergasse im Kreis 4.

**Alle Standorte im Kanton  
Zürich sowie Öffnungszeiten**



## Futter für Haustiere

Der Caritas-Markt Chur bietet neben vergünstigten Lebensmitteln neu auch Futter für Haustiere. Caritas Graubünden konnte eine Zusammenarbeit mit der Susy Utzinger Stiftung vereinbaren. Gegen Vorlegen des Pfotenpasses kann zu einem sehr günstigen Preis Tierfutter für den eigenen Hund oder die eigene Katze eingekauft werden.

## Caritas Secondhand

# Einkaufen für einen guten Zweck

Mit dem Einkauf in unseren Secondhand-Läden in Zürich und Winterthur unterstützen Kund\*innen die Projekte von Caritas Zürich und setzen zugleich ein starkes Zeichen für Nachhaltigkeit – denn Secondhand bedeutet Ressourcenschonung und gelebten Umweltschutz!

Die Läden bieten ein vielfältiges Sortiment, um sich modisch und nach seinem persönlichen Stil einzukleiden. Dank der unterschiedlichen Angebote finden sich schöne Sachen fürs kleinere und grössere Budget.

Text und Bilder: Chatrina Nicolay



### Flagship – Birmensdorferstrasse 50

- Wo der Trend zu Hause ist
- Mode entdecken, anprobieren, verlieben
- Casual Looks mit Wow-Effekt



### Gold – Birmensdorferstrasse 34

Ausgewählte Mode für alle, die das Besondere schätzen

- Wo Qualität glänzt und Stil zeitlos ist
- Für alle, die das Besondere suchen
- Lieblingsstücke, die Geschichten erzählen



### Noir – Asylstrasse 94

Wer hier stöbert, findet – und meistens etwas, das überrascht

- Alles – ausser gewöhnlich
- Zwischen Vintage-Chic und Alltagspoetik
- Secondhand mit Eigensinn und Eleganz



### Winti – Steinberggasse 54, Winterthur

Zwischen Alltag und aussergewöhnlich – alles unter einem Dach

- Ein Ort zum Entdecken – immer wieder
- Schlicht schön – und überraschend besonders
- Für jeden Stil, jeden Tag, jedes Budget



### Outlet – Schwamendingenstrasse 11

Guter Stil muss nicht teuer sein – hier gibt es mehr für weniger

- Kleiner Preis, grosser Auftritt
- Weil Stil keine Frage des Budgets ist
- Entdecken, anprobieren, sparen



### Kids – Birmensdorferstrasse 38

Lieblingsstücke für Kinder – von wetterfest bis kuschelweich

- Für kleine Menschen mit grossem Stil
- Farbenfroh, bequem, bewusst gewählt
- Von Abenteuern getragen – und bereit für neue



### Online-Shop

Für alle, die gern zu Hause stöbern – und trotzdem nachhaltig shoppen möchten

- Secondhand rund um die Uhr
- Schweizweit shoppen
- Fair. Ausgewählt. Flexibel



# Schuldenberatung – ein Überblick

**Der Schritt in die Schuldenberatung braucht viel Mut. Manchmal hilft es, gemeinsam eine Budgetübersicht zu erstellen, manchmal braucht es eine Begleitung über längere Zeit. Die Beratungssituationen sind so vielseitig wie die Gründe für eine Verschuldung.**

Text: Karin Faes Bild: Moneythek

**T**eures Auto, schicke Ferien, zu viele Kleider gekauft – schnell finden sich die vermeintlichen Gründe, wie Schulden entstehen. Die Wirklichkeit sieht anders aus, wie ein Einblick in die Schuldenberatung von Caritas Zürich zeigt. Hier arbeitet Beatrice Rimml als Schuldenberaterin und trifft häufig auf Menschen, die einen Schicksalsschlag erlebt haben. So lassen Lebensveränderungen wie Scheidung, Krankheit oder Arbeitslosigkeit die Ausgaben sprunghaft steigen oder das verfügbare Budget schrumpfen: «Stehen beispielsweise nur noch Krankentaggeld oder Arbeitslosenentschädigung zur Verfügung, dann ist es schnell einmal zu wenig. Wer vorher den Lohn so eingeteilt hat, dass es genau aufgeht, dem reicht es nun nicht mehr. Wenn dann noch die Nebenkostenabrechnung und eine Zahnarztrechnung ins Haus flattern oder vielleicht ein Leasingvertrag besteht, kann jemand von einem Moment auf den anderen in die Verschuldung geraten.»

Wer sich entscheidet, in die Schuldenberatung zu kommen, braucht aktuell viel Geduld. Rund zwei Monate ist die Wartezeit bis zum ersten Gesprächstermin. Mitzubringen sind verschiedene Dokumente über die finanzielle Situation, beispielsweise Lohnangaben, offene Rechnungen, Verträge und andere kosten- und ertragswirksame Unterlagen. Ebenso benötigt werden alle Schreiben im Zusammenhang mit dem Schuldenverlauf, wie Betreibungen, Berechnung des betreibungsrechtlichen Existenzminimums und mehr – es ist eine lange Liste. Denn der Schritt in die Beratung erfolgt in den meisten Fällen erst, wenn von den Gläubigern Fortsetzungsbegehren gestellt werden und damit eine Pfändung droht. Der Ablauf der gesamten Verfahren ist so komplex, dass es beim ersten Besprechungstermin

auch darum geht, das System und die einzelnen Schritte zu erklären. Gleichzeitig wird überprüft, wie das Existenzminimum berechnet wurde, und anhand dieser Angaben ein Budget erstellt. Befremdend ist, dass Steuern beim Existenzminimum nicht mitgerechnet werden. Für Beatrice Rimml unverständlich, denn es bedeutet, dass die Steuern aus dem Geld, das zum Leben übrig bleibt, finanziert werden müssen. «Aber die Menschen brauchen ja auch noch Geld, um zu essen und zu leben.»

## «Der Ablauf der jeweiligen Verfahren ist sehr komplex.»

Entsprechend klein ist der Spielraum, der bei der Schuldenberatung besteht. Auch wenn es Fälle gibt, bei denen dank Gesprächen mit Gläubigern und einer eisernen Kostenkontrolle eine Schuldensanierung gelingt, bleibt es für die Klient\*innen häufig bei einem Leben mit Schulden. Die psychische Belastung in dieser Situation ist enorm. Über die Situation offen reden zu können, kann bereits eine Entlastung sein. Positiv kann sich auch auswirken, zusammen mit der Beratungsperson die Administration zu regeln: beispielsweise einen Ordner anzulegen, um eine bessere Übersicht über Fixkosten und andere Ausgaben sowie die Einnahmen zu haben.

### Besuch in der Moneythek

Zu verstehen, wie eine Budgetplanung funktioniert und die eigene Administration organisiert werden kann, ist ein wichtiger Teil der persönlichen Finanzkompetenz sowie der Schuldenprävention. Unkomplizierte Unter-



Menschen mit Schulden sind in einer Situation, die nicht mehr planbar ist. Eine einzige Rechnung kann die Finanzen weiter verschlechtern. Eine Perspektivlosigkeit, für die es Veränderungen bei der Schuldsanierung braucht, um Schuldner\*innen einen Neustart zu ermöglichen.



17

# In Zahlen: Achtung Schuldenfalle!

Wer überschuldet ist, muss mit äusserst wenig Geld auskommen – und dies oft ohne Aussicht, die Schulden zurückzuzahlen. Eine breit abgestützte Finanzbildung und gezielte Präventionsangebote könnten verhindern, dass Menschen in die Schuldenspirale geraten.

Text: Melanie Keim Illustrationen: Anika Rosen

FINANZBILDUNG IST AUCH  
SCHULDENPRÄVENTION.



In der Mathematik belegen Schweizer Schüler\*innen in der PISA-Studie von 2022 Platz 8 von 81 untersuchten Ländern. Hinsichtlich ihres Finanzwissens gibt es keine Angaben: Die Schweiz nimmt nicht am freiwilligen Zusatzteil der PISA-Erhebung zur Finanzkompetenz teil.

Quelle: OECD, Resultate PISA-Studie 2022

ZIEMLICH WENIG  
ZUM LEBEN!

1200 Franken beträgt der monatliche Grundbetrag für eine alleinstehende Person gemäss Richtlinien für die Berechnung des betriebsrechtlichen Existenzminimums (ausschliesslich Mietkosten und Sozialbeiträge). Seit Juli 2009 wurde dieser Betrag nicht mehr angepasst, trotz einer Teuerung der Konsumentenpreise von 7,1%.

Quellen: Konferenz der Betriebs- und Konkursbeamten der Schweiz 2009; BfS, Landesindex der Konsumentenpreise (Stand Juni 2025)



Jede zehnte Person, die Hilfe bei einer Schuldenberatung sucht, nennt den Auszug aus dem Elternhaus als Grund für die Überschuldung.

Präventionsangebote wie eine Einladung zu einer kostenlosen Budgetplanung bei Erreichen der Volljährigkeit könnten bei einschneidenden Lebensübergängen helfen.

Quelle: Schuldenberatung Schweiz 2024



BUDGETPLANUNG  
ZAHLT SICH AUS.



Nach einer Pfändung oder einem Privatkon-

kurs kann nur ein Bruchteil der offenen Beträge je beglichen werden. Lediglich 17% aller Gelder, die als Verlustscheine bei Inkassobüros liegen, werden effektiv zurückbezahlt. Bei sehr grossen Beträgen liegt die Rückzahlungswahrscheinlichkeit noch bei etwa 5%.

Quelle: Ecoplan, Umgang mit Verlustscheinen, 2021

DA BLEIBT  
NICHTS ÜBRIG...

# Schlusslicht mit Folgen

**In keinem Kanton haben die Schuldenberatungsstellen prozentual zur Bevölkerung so wenige Stellenprozentante wie im Kanton Zürich. Das erschwert den Zugang zur Beratung.**

Text: Melanie Keim, Grundlagen Caritas Zürich

Wer in die Verschuldung gerät, sollte so schnell wie möglich Hilfe erhalten. Doch bei den beiden Schuldenberatungsstellen im Kanton Zürich gibt es lange Wartezeiten: Die Schuldenberatung von Caritas Zürich musste Anfang des Jahres einen temporären Aufnahmestopp verhängen, bei der Schuldenberatung Kanton Zürich kommt es gegenwärtig zu Wartezeiten von bis zu sechs Wochen. Das Problem ist strukturell bedingt: Mit nur 0,56 Stellenprozenten pro 1000 Einwohner\*innen liegt der



Fokus Zürich

Kanton Zürich deutlich unter dem Schweizer Durchschnitt von 2,09 Stellenprozenten – und auf dem letzten Platz einer Auswertung des Dachverbands Schuldenberatung Schweiz von 2022.

Das tiefe Angebot liegt nicht an einer besonders tiefen Verschuldungsrate der Zürcher\*innen. Die Beratungsstellen in der Schweiz sind weitgehend aus privaten Initiativen heraus entstanden. Der Kanton Zürich nimmt auch bezüglich

der Finanzierung eine Sonderstellung ein: Während Schuldenberatungen gewöhnlich kantonal oder kirchlich finanziert werden, ist im Sozialhilfehandbuch des Kantons Zürich festgehalten, dass die Schuldenberatung Sache der Wohngemeinden ist. Die über Spenden finanzierte Stelle von Caritas Zürich arbeitet unabhängig von den Gemeinden, die als Verein organisierte Schuldenberatung Kanton Zürich wird dagegen zu einem grossen Teil über die Wohngemeinden finanziert, die eine Vereinbarung mit der Stelle haben. Nur: In manchen Gemeinden brauchen verschuldete Personen eine Kostengutsprache für die Beratung. Das stellt im ohnehin schambehafteten Kontext eine zusätzliche Hürde dar. Wird eine Gutsprache aus Kostengründen abgelehnt, kann sich die Person noch an die Schuldenberatung von Caritas Zürich wenden – sofern sie noch einen Anlauf nimmt. Damit Verschuldete möglichst rasch Unterstützung erhalten, muss die Schuldenberatung im Kanton Zürich besser aufgestellt werden.

## AKTUELL

### «Wer ist schuld an Schulden?»

Diese Frage steht im Zentrum des 19. Zürcher Armutsforums vom 12. November 2025. Woher kommen Schulden? Wie erkenne ich, ob jemand in finanziellen Schwierigkeiten steckt? Wie geht das, ein Leben mit Schulden? Diesen Fragen gehen Betroffene, Expert\*innen aus der Prävention und Beratung sowie die Teilnehmer\*innen der politischen Podiumsdiskussion anlässlich unserer jährlichen Fachtagung nach.

Weitere Informationen zur Tagung und Anmeldung (bis 31. Oktober 2025) unter

[caritas-zuerich.ch/armutsforum](https://caritas-zuerich.ch/armutsforum)



### Zugang zur digitalen Welt

Immer mehr Lebensbereiche sind vor allem digital zugänglich, was Haushalte mit kleinem Budget benachteiligt. Im Rahmen des Pilotprojekts «Digitale Teilhabe für alle» können ab Herbst 2025 bis Ende 2027 insgesamt 3500 von der Stadt Zürich finanzierte Notebooks an Stadtzürcher\*innen mit einer KulturLegi ohne Sozialhilfebezug abgegeben werden. Dank Unterstützung der Winterhilfe Zürich und der katholischen Körperschaft stehen zudem 2300 Geräte für Einwohner\*innen im Kanton Zürich zur Verfügung. Infos und Voraussetzungen unter

[kulturlegi.ch/zuerich/digitaleteilhabe](https://kulturlegi.ch/zuerich/digitaleteilhabe)



### Digital informiert bleiben

Bei Caritas Zürich sind Angebote und Informationen zusätzlich auf verschiedenen digitalen Kanälen verfügbar. Am einfachsten gleich unsere Social-Media-Kanäle abonnieren und immer informiert bleiben über unsere Tätigkeit, freiwillige Engagements sowie Aktivitäten und Anlässe.



LinkedIn



Instagram



Facebook

Steuerschulden, Konto überzogen,  
bezahlt, Kreditkarte überzogen, e  
krank geworden, Lohnpfändung,  
Betreibung, Leasing zu teuer, Sch

Jetzt spenden



n, Trennung, Alimente nicht  
erste Betreuung, Stelle verloren,  
Kredit aufgenommen, zweite  
Investor angepumpt ...

Spüren Sie den Stress?

Es gibt viele Arten von Schulden, und es kann jede und jeden treffen. Schulden verursachen Stress, rauben einem den Schlaf und mindern die Lebensqualität entscheidend. Unsere Schuldenberatung unterstützt bei Fragen rund um Schulden, Geld, Budgetplanung, Betreuung und Pfändung. Mit Ihrer Spende unterstützen Sie unsere Arbeit.

Herzlichen Dank.



# Lebensmittel retten – Menschen helfen

Die Caritas-Märkte bieten Menschen mit knappem Budget die Möglichkeit, günstige und gute Lebensmittel sowie andere Produkte des täglichen Bedarfs einzukaufen. Vor einem Jahr konnte das Fleischangebot erweitert werden – dank eines gemeinsamen Food-Waste-Projekts mit Denner.

Text: Karin Faes Bilder: Mohamed Moussa, Leonidas Portmann

Lebensmittel sind oft noch problemlos geniessbar, auch wenn sie das Haltbarkeitsdatum erreicht haben. Bei Fleisch, das durchgehend gekühlt werden muss, kann eine Weitergabe heikel sein. Seit gut einem Jahr ist dies dank der Zusammenarbeit zwischen Caritas-Markt und Denner jedoch möglich: Das unverkaufte Fleisch wird von Denner geprüft, direkt in den Filialen eingefroren und den Caritas-Märkten übergeben. Damit erhalten

Kund\*innen ein breiteres Angebot an Fleischwaren zu reduzierten Preisen. Das noch einwandfreie Fleisch kommt so in einen neuen Verkaufskreislauf und findet eine sinnvolle Verwendung.

Davon haben alle etwas: grössere Produktvielfalt fürs kleine Budget und weniger Food-Waste zugunsten der Umwelt.

Spätestens bei Erreichen des Mindesthaltbarkeitsdatums friert Denner das geprüfte Fleisch für die Weitergabe ein.



Mit einem speziell für Tiefkühlprodukte eingerichteten Transporter holen Mitarbeitende des Caritas-Marktes das Fleisch ab und bringen es auf ihrer Wochentour in die verschiedenen Filialen.

Mehr Informationen zu den Caritas-Märkten allgemein



Die drei Caritas-Märkte im Kanton Zürich

- Kreis 4, Reitergasse 1, 8001 Zürich / ab Anfang 2026 neu in Zürich Altstetten, Hohlstrasse 448
- Zürich Oerlikon, Schwamendingenstrasse 41, 8050 Zürich
- Winterthur, Zürcherstrasse 77, 8406 Winterthur-Töss



Standorte und Öffnungszeiten



Neuer Standort Zürich Altstetten



In den Caritas-Märkten wird das Fleisch mit einer Spezial-etikette ausgezeichnet, die alle Angaben zur Herkunft und zum weiteren Verzehr enthält. Anschliessend wird es mit 66 % Rabatt verkauft. Das Angebot wird von der Kundschaft sehr geschätzt.



Kund\*innen in den Filialen der Caritas-Märkte haben mit dem günstig erhältlichen Fleisch zusätzliche Möglichkeiten, ihren Speiseplan abwechslungsreich zu gestalten.

# Ungeliebtheit

Text: Willi Näf Illustration: Isabelle Bühler

«Ein Neuer zieht ins Wohnquartier. «Was machst du beruflich?», frage ich ihn beim Schmalschwatz (auf deutsch: Smalltalk). «Ich bin einer der Bösen», antwortet er, «ich arbeite im Inkasso.»

«Einer der Bösen». Mein lieber Schwan. Geldeintreiber müssen wohl noch mehr Ungeliebtheit aushalten als Zahnis, bei deren Einladung zur Jahreskontrolle in die Bohrinself man sogleich den akustischen Terror vor Ohren hat, mit welchem der Bohrer Kontakt zum Zahnschmelz aufnimmt. Und trotzdem klettern Zahnis am Ende des Tages ins Bett im Wissen, dass die Leute wohl doch dankbar sind für den Service an ihren Mundwerken. Aber wie klettert «einer der Bösen» ins Bett? Einer, bei dem die Leute nicht abnehmen, wenn er anruft? Oder bleich werden, wenn er klingelt? Oder wütend?

Sein Haus hat er mit Alarmanlage und Kameras gesichert. Sein Dienstwagen ist ein Panzer. Er ist unbelastet von Humor. Bei Diskussionen im Quartier bleibt er sachlich wie ein Kühlschrank. Wer woran schuld ist, interessiert ihn nicht. Beim Inkasso hat er sich wohl auch nicht dafür zu interessieren, wer oder was schuld ist an den Schulden der Verschuldeten.

Schulden sind ja oft erst einmal Pech. Man wird gekündigt oder geschieden, krank oder alles miteinander. Oder man hat zu kurz gedacht und zu viel riskiert, hat Kreditkartenhäuser gebaut oder war überfordert mit Ausgabendisziplin oder Papierkram. Doch den Bösen hat das egal zu sein.

Ich muss ihn mal fragen, ob er nicht in einen Job wechseln will, in dem er gemocht wird. Er kann ja auf einer Schuldenberatungsstelle arbeiten, wo die Schuld an

den Schulden der Verschuldeten weniger wichtig ist als mögliche Wege in die Schuldenfreiheit. Hier kann er helfen statt drohen. Falls er seine Ungeliebtheit vermisst, kann er ja umsatteln auf Zahnmedizin. Meine Tochter hat unseren Zahni mal gebissen. Die Verzweiflung war gegenseitig. Gebissen wurde der «Böse» vermutlich noch nie, obwohl seine Kundinnen und Kunden beim Inkasso sicher genauso verzweifelt sind.

Ich frage mich öfter mal, wie man «einer der Bösen» sein kann. Dabei will ich es eigentlich lieber nicht wissen.



Bild: Willi Bouveret

Willi Näf ist Satiriker und Kolumnist. Sein letztes Buch heisst «Seit ich tot bin, kann ich damit leben – geistreiche Rückblicke ins Diesseits»

[willinaef.swiss](http://willinaef.swiss)



# Ich helfe – auch nach meinem Tod

Meine letzten Dinge bewirken viel: Mit einem Legat helfe ich armutsbetroffenen Familien im Kanton Zürich.

Spendenkonto: IBAN CH38 0900 0000 8001 2569 0

[www.caritas-zuerich.ch/legate](http://www.caritas-zuerich.ch/legate)

