

FRUGALISMUS



Bildquelle: biletskiyevgeniy.com / Shutterstock.com

Der Traum vom Leben in finanzieller Freiheit

bia||o.de

Ihr Geld verdient mehr.

Frugalismus

Der Traum vom Leben in finanzieller Freiheit

von Ines Baur



Was macht uns glücklich? Laut einer Umfrage des Sinus Instituts sind es Gesundheit, eine gute Partnerschaft, eine intakte Familie, ausreichend Geld und Freiheit. Nicht gelistet sind ein begehbarer Kleiderschrank mit einem Haufen Designerklamotten, ein flotter Sportwagen oder für jede Jahreszeit ein passendes Porzellan-service.

Der Lockdown hat viele Menschen dazu gebracht, über ihr Hab und Gut nachzudenken. Eingeschlossen in den eigenen vier Wänden wurden sie mit ihrem Überbesitz konfrontiert. Das große Ausmisten begann. In einigen Drogeriemärkten waren Müllsäcke ausverkauft, mehrere Sozialkaufhäuser verhängten einen Aufnahmestopp und Altkleidercontainer quollen über.

Nicht wenige bemerkten, dass sie gar nicht so viel Dinge brauchen. Und ärgerten sich, dass sie sich für Überflüssiges abrackern, Überstunden schieben und sich sogar verschulden oder den Dispo bis ans Limit ausreizen. Wo ist der Punkt, ab dem man nicht noch mehr braucht, um das Leben zu genießen? Dieser und ähnliche Gedanken beschäftigen eine Gruppe meist jüngerer Menschen schon länger. Die Frugalisten.

Was ist Frugalismus? Wie leben Frugalisten? Welche Bedeutung hat dieser Lebensstil in einer Zeit, in der Überkonsum und die Suche nach Zufriedenheit aufeinandertreffen? Und ist es realistisch mit 40 in Rente zu gehen?



Mit einem Klick zur gewünschten Plattform:



Was ist Frugalismus?

Der Begriff Frugalismus lässt sich vom englischen Wort frugal ableiten, was so viel wie bescheiden, sparsam oder genügsam heißt. Wortverwandtschaften finden sich weiter im Lateinischen. Frugalitas, bedeutet beispielsweise Mäßigkeit, das Adverb frugaliter wird mit enthaltsam, ordentlich oder wirtschaftlich übersetzt. (Quelle: frag-caesar.de). Das deutsche Wort Frugalist oder Frugalismus prägte nach eigenen Angaben Oliver Noeltig, Inhaber von Website und Blog frugalisten.de.

FIRE, Beginn des Frugalismus

Der Ursprung des Mindsets findet sich in den USA. Das Land der unbegrenzten Möglichkeiten gilt weithin als eine der größten Konsumgesellschaften der Welt. Bereits in den 90er Jahren entwickelte sich hier die Bewegung FIRE als Gegentrend zum Überkonsum. FIRE steht für Financial Independence, Retire Early. Zu deutsch: finanzielle Unabhängigkeit, frühzeitiger Ruhestand.

Die Bewegung zeigt eine Alternative zum „Nine-to-Five-Till-65“ mit viel Konsum und Überschuldung. Sie steht dafür, weniger Geld auszugeben, mehr zu sparen und das Ersparte anzulegen. Denn das macht es möglich, etliche Jahre vor der gesetzlichen Rente ausgesorgt zu haben und ein einfaches, aber glückliches Leben zu leben.

Wer das Ziel finanzielle Unabhängigkeit erreicht, kann in den Ruhestand gehen oder nicht. Aber er kann auf alle Fälle tun und lassen, was er will, ohne darauf angewiesen zu sein, Geld zu verdienen.



Bildquelle: Alliance Images / Shutterstock.com

Bekannter Kopf aus der Bewegung ist **Mr.Moneymustache**. Der Name ist das Pseudonym des Bloggers Peter Adeney. Der Software-Ingenieur und seine damalige Frau gingen 2005 im Alter von 30 Jahren in den Ruhestand. „Das haben wir nicht durch Glück oder besondere Leistungen erreicht.“ Sondern dadurch, dass sie einen Lebensstil geführt hätten, der rund 50 Prozent günstiger war als der vieler Altersgenossen.

„Den Überschuss haben wir in sehr langweilige, konservative Vanguard-Indexfonds und ein oder zwei Miethäuser investiert, bloggt Adeney. Er ist überzeugt, dass viele Menschen aus der Mittelschicht weniger Geld ausgeben und weniger Materielles besitzen sollten. Sie könnten finanziell unabhängiger sein, glücklicher leben und gleichzeitig ihren ökologischen Fußabdruck verringern.“



Frugalismus bedeutet mehr

Der Trend kam über den Teich, erreichte Europa und findet seine Fans. Im deutschsprachigen Raum gilt die Rente mit 40 als Kerngedanke des Frugalismus.

Vermutlich wegen des gleichnamigen Buchs von Florian Wagner. Wer nicht am Titel hängenbleibt, wird lesen, dass für Wagner und andere der Frugalismus viel mehr bedeutet als Sparen, Anlegen, frühe Rente. „Entgegen dem verbreiteten Vorurteil wird Erfolg im Frugalismus nicht an Pfennigfuchseriei gemessen, sondern an der Fähigkeit, bewusst materielle Dinge zu genießen und selbst zu erkennen, was uns wahre Freude bereitet“, schreibt Wagner. Frugalismus sei etwas Subjektives und jeder könne selbst entscheiden, wie er ihn umsetzen möchte. „Wenn wir zehn Paar Schuhe besitzen, aber immer noch das Gefühl haben, nichts anzuziehen zu haben, könnte es sein, dass wir Frustkäufer sind. Wenn wir jedoch zwanzig Paar Schuhe haben und diese über Jahre hinweg täglich mit großer Freude anziehen, ist das frugalistisch.“

Finanzielle Freiheit und das Simple Life

Frugal leben, bedeutet bescheiden und sparsam zu sein. Das – gern als „Fuck-you-money“ – bezeichnete Vermögen ist Mittel zum Zweck, Muße für Freunde und Familie zu haben. Freizeit und die Chance, seinen Interessen nachzugehen. Zeit für Jobs oder Projekte, die Spaß machen und die eigene Entwicklung voranbringen. Es bedeutet, arbeiten können aber nicht müssen.

Wie lebt es sich frugal?

Oder – wenn das Sparen zum schönen Nebeneffekt wird

Frugalisten versuchen unnötige Ausgaben zu vermeiden. Schritt eins ist es, ein Bewusstsein zu schaffen, wohin das Geld eigentlich geht. Einfaches Tool sind Haushaltsbücher oder Finanzplaner. Es gilt, Wünsche, Bedürfnisse und finanzielle Mittel aufeinander abstimmen.

Wie reduzieren Frugalisten konkret ihre Ausgaben?

- **Kostenfresser erkennen:**
Wer es ernst meint, geht das Thema diszipliniert an und checkt pragmatisch den finanziellen Status Quo. Von der Miete über Versicherungen, Abos, Mobiltelefonverträge bis hin zum wöchentlichen Lebensmitteleinkauf. Posten, wie **Gebühren für Kreditkarten** werden genauso unter die Lupe genommen wie Kosten von Girokonten. Ist ein Konto zu teuer, wird es gewechselt, lockt ein Anbieter mit Prämien, wird genauer hingesehen.



Biallo-Tipp:

Erfahren Sie hier, wo es noch kostenlose Girokonten gibt: <https://www.biallo.de/girokonto/ratgeber/kostenloses-girokonto/>

- **Mietkosten senken:**
Fast obligatorisch ist die Reduzierung der Wohnkosten. Mieten stellen oft einen enormen Kostenfaktor dar. Ist die Miete zu teuer, hilft manchmal nur ein Umzug. Anstelle der hochpreisigen Dreizimmer-Wohnung im hippen Viertel, geht es in eine günstige Wohnung am Stadtrand. Gerne in der Nähe des Arbeitsplatzes. Damit lässt sich eventuell auf einen weiteren Kostenfresser – das eigene Auto – verzichten.
- **Alltagskosten reduzieren:**
Bücher in Bibliotheken leihen, nicht kaufen. Kleidung, Mobiliar oder Alltagsgegenstände, wie einen Wäscheständer gibt es bei Second-Hand-Portalen um ein Vielfaches günstiger als im Neukauf.
- **Ernährung:**
Die meisten Frugalisten legen Wert auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung. Sie sparen nicht, indem sie sich von billigen Fertiggerichten oder einseitig ernähren. Eher kaufen sie wenig industriell verarbeitete Lebensmittel. Gerne in Bio-Qualität. Ausgaben für gesunde oder Bio-Lebensmittel reduzieren sie, indem sie bei **Cash Back Programmen** mitmachen.

Sparen wird zum schönen Nebeneffekt

Wer weniger konsumiert, spart außer Geld Ressourcen. Wer den Kreislauf gebrauchter Konsumgüter unterstützt, spart Geld und hilft Müll und Energieverbrauch zu reduzieren.

Wer einen kaputten Gegenstand nicht gleich in die Tonne wirft, sondern selbst repariert, spart Geld und hat ein Erfolgserlebnis. Deutschlands Frugalist Nummer 1 Oliver Noelting schwärmt im Spiegel Podcast vom Ich-habe-Feuer-gemacht-Effekt. Im Film „Cast Away“ schafft es Chuck (Tom Hanks), am Strand Feuer zu machen. Man sieht ihn, wie er „... dann völlig in Ekstase um dieses Feuer herumtanzt und sich auf die Brust trommelt, weil er es geschafft hat, (...) Feuer zu machen. Das ist so ein bisschen dieser Effekt, den man hat, wenn man es geschafft hat, selbst was zu reparieren oder was Neues zu lernen, (...) das macht einfach glücklich.“ Geld zu sparen sei dann eigentlich nur ein positiver Nebeneffekt.



Wie legen Frugalisten Geld an?



Bildquelle: ADragan / Shutterstock.com

Frugalisten haben langfristige Anlagehorizonte. Wie andere Anleger mit langfristiger Sicht, stellen sie sich breit auf, setzen sie auf ETFs. Auch kostengünstige Fonds oder dividendenstarke Aktien sind interessant. Immer mit im Portfolio sind – darf man Blogbeiträgen und Diskussionen in Foren glauben – Sparpläne auf die Klassiker MSCI World oder MSCI Emerging Markets. Wer bereit ist Risiken einzugehen, versucht seine Anlage zu boostern. Bedeutet, neben dem Kerninvestment investiert man in risikoreiche Produkte. Kryptowährungen, Themen-ETFs, Einzelaktien oder Peer-to-Peer-Kredite.

Lese-Tipp:

Erfahren Sie hier, wie Sie günstig ETFs einkaufen können: <https://www.biallo.de/fonds/news/kostenloser-etf-sparplan/>

Kosten fressen Rendite auf

Depot und Konto sind – nicht nur für Frugalisten – ein Werkzeug, um ein Vermögen anzusparen. In den vergangenen Jahren haben immer mehr Kreditinstitute ihre Preise erhöht. Da sich Kosten und Gebühren empfindlich auf Renditen auswirken, sind **günstige Depots** und kostenlose Girokonten quasi ein Muss.

Sparquoten von Frugalisten

Viele deutsche Haushalte sparen monatlich Geld. Doch wie hoch sind die Sparquoten von Frugalisten? Zur Erklärung: Sparquoten beschreiben den prozentualen Anteil des monatlichen Einkommens, der zum Sparen und nicht für den Konsum verwendet wird. Laut Statista lag 2020 die Sparquote der privaten Haushalte in Deutschland bei etwa 16,2 Prozent. (Nebenbei bemerkt: ein Rekordwert, der allerdings dem Corona bedingten Lockdown geschuldet ist). Die Sparquoten von Frugalisten beginnen bei 40 Prozent. Oliver Noelting, Deutschlands wohl bekanntester Frugalist, kommt nach eigenen Angaben auf Sparquoten von bis zu 70 Prozent.

Beispiel:

Bei einem monatlichen Nettoeinkommen von 3.000 Euro und einer Sparquote von 60 Prozent gehen 1.800 Euro pro Monat in den Vermögensaufbau. Für alltägliche Ausgaben stehen somit die übrigen 1.200 Euro zur Verfügung.



Nur ein Klick

www.biallo.de/bibliothek

und in unserem Archiv
finden Sie weitere
hochwertige Ratgeber
zu verschiedenen
Themen

Geldanlage

Immobilien

Girokonten

Darlehen

Soziales

Sparen

Verbraucherschutz

So können Sie uns unterstützen

Wenn Ihnen unser ausführlicher und werbefreier Experten-Ratgeber gefallen hat, dann können Sie unser Team unterstützen, indem Sie als Wertschätzung eine Tasse Kaffee oder Tee spendieren.

PayPal: <https://www.paypal.me/biallode/1,90>

Banküberweisung: IBAN DE17 7009 1600 0002 5462 13
Stichwort: RDW

Frugalisten-Rechner – wie viel Geld ist monatlich zu sparen?

Wie viel Kapital ist für die finanzielle Freiheit nötig? 250.000 Euro, eine Million Euro? Im Internet finden sich diverse Rechner für Frugalisten oder zum Thema Finanzielle Freiheit. Je nach Rechenmodell, Rechner oder Entnahmestrategie fallen die finalen Beträge sehr unterschiedlich aus. Die Frugalisten-Community nutzt gerne die vier Prozent-Regel als Faustformel.

Die 4-Prozent-Regel

Wieviel Geld brauche ich, um nicht bankrott zu gehen? Mit dem Thema haben sich bereits 1998 Wissenschaftler der US-amerikanischen Trinity-Universität auseinandergesetzt. In ihren Studien investierten sie einen fiktiven Betrag über einen Zeitraum von 30 Jahren in Aktien und Anleihen. Ihr Ergebnis: Wer jährlich vier Prozent seiner Ersparnisse zum Leben verwendet, hatte am Ende der Zeitperiode noch Geld auf dem Konto.

Beispiel:

- Der Anlagebetrag ist eine Millionen Euro. Der Plan ist, 25 Jahre lang jedes Jahr 40.000 Euro abzuheben (= vier Prozent). Der angelegte Betrag wächst trotz Entnahmen jedes Jahr dank Zins und Zinseszins. Das macht jährlich sogar eine Steigerung des Entnahmebetrags möglich.
- Zur Berechnung des eigenen Bedarfs lässt sich ableiten: Das 25-fache des eigenen Jahresbedarfs sollte angespart werden, um über die Runden zu kommen. Beispiel: 25 x 1.500 Euro x 12 = 450.000 Euro

Aber:

Die Studie ist über zwanzig Jahre her. Die Papiere des Portfolios sind heute nicht mehr repräsentativ. Im Berechnungszeitraum gab es andere Zinsen und Renditen. Weiter berücksichtigt diese amerikanische Studie keine Steuern, wie sie etwa in Deutschland auf Gewinne abzuführen sind.

Mit dem kostenlosen
biallo.de Newsletter
immer aktuell informiert



Wer ansatzweise überschlagen möchte, kann seine monatlichen oder jährlichen Ausgaben mit einem Wert zwischen 20 und 30 (je nachdem, wie lange die Rentenzeit eingeschätzt wird) multiplizieren.

1.500 Euro x 12 Monate x 30 Jahre = 540.000 Euro

Mit dem [Zinseszinsrechner von biallo.de](#) lässt sich im nächsten Schritt berechnen, welche Sparrate Sie benötigen, um auf den erforderlichen Betrag zu kommen. Sollen die 540.000 Euro innerhalb von 25 Jahren angespart werden und geht man von einer Rendite von fünf Prozent aus, so wäre eine monatliche Sparrate von 918 Euro nötig. Steuerabzüge sind hier noch nicht berücksichtigt.

Möchten Sie wissen, auf welche Sparsumme Sie über die Jahre bei einer bestimmten Sparrate kommen, lässt auch das sich mit dem Zinseszinsrechner berechnen. Können Sie beispielsweise monatlich 800 Euro beiseite legen, ergibt das bei einer angenommenen Rendite von fünf Prozent über 25 Jahre einen Kapitalstock von 470.589,19 Euro. Zum Vergleich: Ohne Zinseszins wären es lediglich 240.000 Euro.

Kapitalstock erhalten

Eine andere Variante „für später“ ist es, nicht Gelder aus dem Kapitalstock zu entnehmen, sondern nur Kapitaleinkünfte (Zinsen oder Dividende) für das Leben zu verbrauchen. Hierfür ist allerdings noch einmal eine deutlich höhere Sparsumme nötig.

Die Berechnungen sind als Zahlenspiele zu sehen.

Denn:

- Je nach persönlicher Entwicklung oder unvorhergesehenen notwendigen Entnahmen, wird das Geld schneller oder langsamer verbraucht.
- Bedacht werden sollte auch die Inflation. Sind 1.500 Euro Rente aus heutiger Sicht ausreichend, kann das in einigen Jahren deutlich zu wenig sein.
- Je nach Anlagestrategie kann der Betrag während der Entnahmephase mehr oder weniger werden.
- Die Langlebigkeit der westlichen Bevölkerung sollte mit in die Berechnung einfließen. Wer mit 40 in Rente gehen möchte, sollte besser mit mindestens vierzig Jahren planen.
- Wer als Single beginnt, doch irgendwann Familie hat, muss neu rechnen.
- Die monatlichen Kosten sollten gegebenenfalls eine Steigerung der Versicherungsbeiträge – speziell der Krankenversicherung – berücksichtigen.
- ETFs und Aktien als Anlage sind volatil. Je nach Wirtschaftslage kann sich die Höhe des Vermögens stark nach oben oder unten ändern.



Funktioniert Frugalismus für Geringverdiener?

Single und 5.000 Euro Nettoeinkommen. So lassen sich leicht 2.000 bis 3.000 Euro monatlich zur Seite packen. Ist Frugalismus demnach nur etwas für Reiche, Gutverdiener oder sogenannte DINKS, Double-Income-No-Kids? Oder können Geringverdiener ebenfalls von einer Rente vor dem offiziellen Ruhestand träumen?

Florian Wagner berichtet in seinem Buch von einem Studenten mit monatlichen Einnahmen von 1.160 Euro. Der Student begann irgendwann seine alltäglichen Ausgaben zu notieren. „Ich bekam ein Gespür dafür, welche Ausgaben sich für mich lohnen und welche nicht.“ Und was er sah, gefiel ihm nicht. Er war geschockt, wieviel Geld er monatlich „rausblase“, ohne dass es ihn wirklich glücklich macht. Dass er das erste Mal einen Überblick über seine Finanzen hatte, spornte ihn an, sein Konsumverhalten zu ändern. Ohne sich zu kasteien, spart er in einem Jahr ein Vermögen von 6.000 Euro an.

Mit 40 in Rente zu gehen ist sicher für wenige Normalverdiener realistisch. Doch das Beispiel des Studenten zeigt, dass es sich rechnet, sein Konsumverhalten zu hinterfragen. Einen Überblick über Einnahmen und Ausgaben zu bekommen. Und sich Sparziele zu setzen. Einen Kapitalstock fürs Alter in Form einer privaten Altersvorsorge können sich auch Menschen mit geringem Einkommen aufbauen.



Der Unterschied zwischen Frugalismus und Minimalismus

Sicher sind einige Minimalisten zugleich Frugalisten und so mancher Frugalist pflegt einen minimalistischen Lebensstil. Frugalismus und Minimalismus werden gerne in einen Topf geworfen. Oder miteinander verwechselt. Doch es gibt Unterschiede:

Frugalisten

überdenken ihren Konsum, sparen, investieren ihr Geld und wollen frühzeitig in Rente. Sie führen ein einfaches Leben, legen keinen Wert auf Statussymbole oder Dinge, die sie persönlich nicht weiterbringen.



Bildquelle: Zoriana Zaitseva / Shutterstock.com

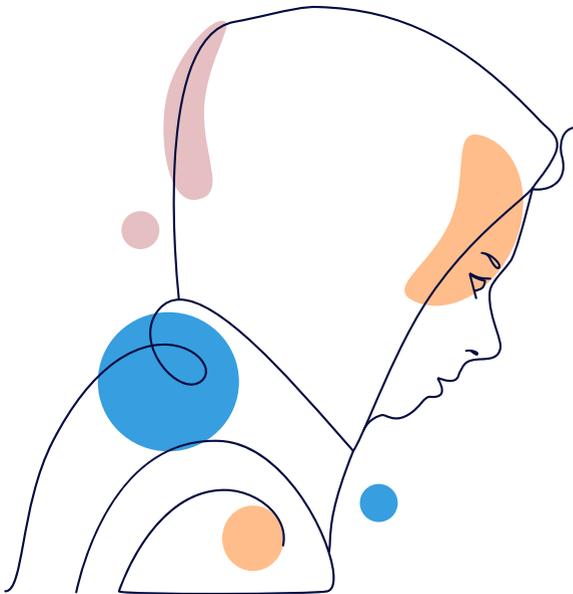
Minimalisten

verzichten weitgehend generell auf Konsum, reduzieren ihr Hab und Gut. Minimalisten fühlen sich häufig von zu vielen Sachen erschlagen. Eigentum verpflichtet. Sie wollen ein Maß an Hab und Gut erreichen, mit dem sie sich wohlfühlen.

Allerdings geben Minimalisten viel Geld aus für qualitativ hochwertige Gegenstände. Stichwort: Qualität vor Quantität. Im Schrank hängt dann beispielsweise **eine teure und hochwertige Winterjacke, statt zehn Fast-Fashion-Produkte**. Fürs Wohnzimmer kaufen sie ein kostbares Designmöbel und behalten das auf immer.

Lesetipp:

Ausmisten und sinnvoll verwerten - wie das am besten geht, erfahren Sie in unserem Ratgeber: <https://www.biallo.de/soziales/news/ausmisten-und-sinnvoll-verwerten/>



Bildquelle: savastrionokk / Shutterstock.com

Frugalismus: Spartipps – für Einsteiger

The screenshot shows a spreadsheet with the following data:

Monat	Fixkosten / Daueraufträge	Betrag
Januar	Miete	1.200,00 €
	Heizung	
	Strom / Gas	
	Wasser	
	Versicherungen	

Notwendige Kosten	Betrag	Datum der Zahlung	Weitere
Lebensmittel	250,00 €		Kino
Telefon	80,00 €		Kleidung
Abonnements	45,00 €		

Summe=0

Haushaltsbuch führen:

Wer regelmäßig Ausgaben und Einnahmen notiert, erkennt unnötige Ausgaben und Kostenfresser. Um einmal hochzurechnen, welche Beträge im Laufe der Zeit zusammenkommen und wie sich Zins und Zinseszins auswirken, können Sie die sogenannte 752-Regel anwenden. Sie veranschaulicht, wie viel Sparpotenzial eigentlich in kleinen Geldfressern steckt. Das Ergebnis zeigt den Betrag, der nach zehn Jahren inklusive Zinsen auf dem Konto wäre.

Beispiel:

Wöchentliche Ausgaben für den Coffee-to-go und das Sandwich auf dem Weg ins Büro: 50 Euro. Rechnung: $752 \times 50 \text{ Euro} = 37.600 \text{ Euro}$.

Die 752-Regel ist allerdings keine akkurate mathematische Formel. Sie geht seit ihrer „Erfindung“ als Modellrechnung von einer Rendite von sieben Prozent aus.

Die neue Bescheidenheit klingt interessant? Nicht jeder muss gleich sein Leben über den Haufen werfen und frugal oder minimalistisch leben. Einfache Alltagstipps bringen ein bisschen Frugalismus in jedes Leben, sorgen als schöner Nebeneffekt für Nachhaltigkeit und ein Plus in der Haushaltskasse.

Bonusprogramme nutzen:

Immer mehr Banken bieten zu ihren Filialkonten Einkaufsrabatte und Extra-Leistungen. Viele Unternehmen bieten Bonusprogramme an, mit denen sich Geld sparen lässt.



Bildquelle: grandbrothers / Shutterstock.com

Fixkosten reduzieren:

Miete, Versicherungen, Smartphone-Verträge, Stromkosten machen einen großen Teil der Ausgaben aus. Angebote vergleichen und wo möglich, günstigere wählen.

Impulskäufe meiden:

Eine große Falle sind Impulskäufe. Um Kaufimpulse zu steuern, kann man drei Tage warten und sich dann fragen, ob der Gegenstand wirklich nötig ist.

Reparieren statt neu kaufen:

Statt kaputtes wegzuschmeißen und neu zu kaufen, lohnt es sich oft zu reparieren. Do-It-Yourself Anleitungen und Videos finden sich im Internet.

Wocheneinkauf:

Den Wocheneinkauf planen. Rezepte für die ganze Woche zusammenstellen und gezielt einkaufen. Das hat den schönen Nebeneffekt, dass weniger unverbrauchte Lebensmittel im Müll landen.

Biallo-Tipp:

Wer nur überschlagen möchte, kann seine Kostenfresser auch ganz ohne Zinseszins berechnen - auch in diesem Fall ist ein Wow-Effekt garantiert:

Wöchentlich 50 Euro für
Kaffee & Co. x 52 Wochen x 10 Jahre
= 26.000 Euro.



Bildquelle: Hadrian / Shutterstock.com



Bildquelle: jorgen mclaman / Shutterstock.com

Biallo Tipp:

Wie sehr man sich auch anstrengen mag und diszipliniert sein „Ding“ durchzieht, letztlich gibt es keine Garantie, dass die finanzielle Freiheit zum gewünschten Zeitpunkt erreicht ist. Schicksalsschläge, eine Veränderung der familiären Situation, unbeeinflussbare Faktoren wie eine Wirtschaftskrise oder ein Crash können sich auf Investitionen auswirken und alle bisherigen Pläne über den Haufen werfen.

Quellenangaben:

Florian Wagner: „Rente mit 40“

Carl Tillessen: „Konsum“

<https://www.sinus-institut.de/media-center/presse/deutsche-sind-gluecklich-und-optimistisch>

<https://www.spiegel.de/familie/rente-mit-40-und-frugalismus-mit-weniger-geld-zum-gluecklicheren-leben-a-ff697155-2393-4291-8b8d-21a9a090d88e>

<https://www.mrmoneymustache.com/2013/03/19/a-lifetime-of-riches-is-it-as-simple-as-a-few-habits/>

<https://www.domradio.de/themen/corona/2021-02-27/wohin-mit-all-dem-zeug-das-grosse-ausmisten-im-lockdown>

<https://karrierebibel.de/752-regel/>



Impressum

Biallo & Team GmbH

Bahnhofstr. 25
Postfach 1148
86938 Schondorf

Telefon: 08192 93 379 - 0
Telefax: 08192 93 379 - 19
E-Mail: info@biallo.de
Internet: www.biallo.de

Vertretungsberechtigte Geschäftsführer: Horst Biallowons, Samuel Biallowons
Registergericht: Amtsgericht Augsburg
Registernummer: HRB 18274
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer gemäß
§ 27 a Umsatzsteuergesetz: DE 213264656

Inhaltlich verantwortlich gemäß §§ 5 TMG, 55 RStV: Horst Biallowons

Haftungshinweis: Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Urheberrecht: Alle in diesem Dokument veröffentlichten Inhalte und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Form der Verwertung bedarf unserer vorherigen schriftlichen Zustimmung. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Be- und Verarbeitung, Speicherung, Übersetzung sowie Wiedergabe von Inhalten in Datenbanken oder anderen elektronischen Medien und Systemen. Downloads von unseren Webseiten sind nur für den persönlichen, privaten und nicht kommerziellen Gebrauch gestattet.

Wir verwenden Bilder von www.shutterstock.com, lizenzfreie Bilder sowie lizenzierte Bilder mit Genehmigung.

Das Impressum von biallo.de gilt auch für unsere Seiten auf

[Youtube](#)



[Facebook](#)



[Linkedin](#)



[Twitter](#)



[Instagram](#)

