

EIN PRAXISBUCH DER BEWUSSTSEINSFIBEL

Auszugsfibel

Du ziehst nicht nur aus.
Du ziehst bei Dir ein.

Von Miete und Geld bis Kochen, Putzen, Wäsche, Müll
und Internet.

*Du ziehst nicht nur aus.
Du ziehst bei Dir ein.*

GRIT S. BÖTTCHER

Impressum und Einordnung

Grit S. Böttcher Röntgenstraße 1 · 92284 Poppenricht · Deutschland
Kontakt: office@legal-boettcher.de bewusstseinsfibel.de

Erste Ausgabe, September 2026 Redaktions- und Quellenstand: 9. September 2026. © 2026 Grit S. Böttcher. Alle Rechte vorbehalten. Die Arbeitsblätter dürfen für den eigenen Gebrauch ausgedruckt und ausgefüllt werden.

Diese Fibel ist ein praktischer Begleiter für das erste eigene Zuhause. Sie ersetzt keine Rechts-, Finanz-, Versicherungs-, Gesundheits- oder Sicherheitsberatung. Mietrecht, Vertragsformen, Meldepflichten, Steuern, Versicherungen, Rauchwarnmelder, Abfalltrennung und Versorgungsverträge unterscheiden sich je nach Land, Region und Gebäude. Deshalb findest du auf Seite 39 eine lokale Prüfliste.

Sicherheitsmängel, Gasgeruch, Feuer, Stromschäden, starke Feuchtigkeit oder gesundheitsgefährdende Zustände gehören zu Vermietung, Hausverwaltung, Versorger, Fachbetrieb oder örtlichem Notdienst – nicht in einen Selbstversuch.

Das Titelmotiv wurde mit KI als Werkzeug erstellt; Text, Quellen und Satz wurden redaktionell geprüft. Es wurden keine erfundenen Erfahrungsberichte, Garantien oder Heilsversprechen verwendet.

Wo du gerade hinmusst

Bevor du unterschreibst · [Seiten 7–13](#) Budget, laufende Kosten, Vertrag, Betrugswarnzeichen und Besichtigung.

Bevor du die erste Kiste öffnest · [Seiten 14–18](#) Übergabe, Zähler, Schlüssel und die Ausstattung, die wirklich zuerst gebraucht wird.

Wenn der Kühlschrank leer ist · [Seiten 19–23](#) Vorräte, Einkaufen, fünf Kochmuster und ein Essensplan für eine normale Woche.

Wenn Haushalt plötzlich dein Job ist · [Seiten 24–29](#) Putzen, Wäsche, Feuchtigkeit, Wochenrhythmus und Ordnung ohne Perfektionsprogramm.

Damit das Zuhause funktioniert · [Seiten 30–34](#) Dokumente, Internet, Sicherheit, Müll und Nachbarschaft.

Für den echten Start · [Seiten 35–40](#) Checklisten für 24 Stunden, sieben und dreißig Tage, Wohnbudget, Quellen und Abschluss.

DIREKTER EINSTIEG

Wohnung vergleichen? [Seite 10](#). Übergabe? [Seite 14](#). Erster Einkauf? [Seite 20](#). Noch nie gekocht? [Seite 21](#). Putzplan? [Seite 28](#). Internet wählen? [Seite 31](#). Alles zu viel? [Seite 35](#).

Diese Fibel muss nicht von vorn nach hinten gelesen werden

Ein Umzug hat selten die Reihenfolge eines Buches. Vielleicht hast du den Vertrag längst unterschrieben, aber noch keinen Teller. Vielleicht ist das Bett da, nur das Internet nicht. Spring zu der Seite, die gerade eine Entscheidung leichter macht.

Arbeite mit drei Zeichen:

- **Jetzt** – Ohne diesen Schritt funktioniert der Einzug nicht sicher oder verlässlich.
- **Bald** – Das sollte in den ersten Wochen geklärt werden.
- **Später** – Das darf warten, bis du weißt, wie du wirklich wohnst.

Die Listen sind Ausgangspunkte. Streiche, was in deiner Wohnform bereits vorhanden ist. Ergänze, was dein Alltag verlangt. Ein Zimmer in einer Wohngemeinschaft braucht eine andere Ausstattung als ein Studio; eine möblierte Wohnung eine andere als vier leere Räume.

DER INTERNATIONALE GRUNDSATZ

Diese Ausgabe erklärt Vorgehensweisen, keine angeblich weltweit gleichen Gesetze. Wo ein Vertrag, eine Frist, eine Pflicht oder ein Sicherheitsstandard berührt wird, prüfst du die Regel deines Wohnorts bei einer offiziellen Stelle. Das ist kein Mangel der Fibel, sondern ein wichtiger Teil selbstständigen Wohnens.

Ziel ist nicht, beim Einzug alles zu besitzen. Ziel ist, zu wissen, was als Nächstes dran ist.

Ausziehen heißt Entscheidungen stapeln

Der erste Schlüssel fühlt sich leicht an. Was an ihm hängt, ist größer: Kosten, Fristen, Möbel, Vorräte, Geräusche aus der Nachbarwohnung und die Frage, wer jetzt eigentlich das Bad putzt.

Überforderung entsteht oft nicht, weil eine einzelne Aufgabe so schwer wäre. Sie entsteht, weil zwanzig kleine Entscheidungen gleichzeitig auf „dringend“ stehen. Genau hier hilft eine Reihenfolge.

DIE VIER EBENEN

1. **Tragfähig:** Passt die Wohnung dauerhaft zu deinem Einkommen und deinem Alltag?
2. **Verbindlich:** Hast du verstanden, was du unterschreibst, zahlst und zurückgeben musst?
3. **Bewohnbar:** Gibt es Schlafplatz, Licht, Wasser, Hygiene, etwas zu essen und einen sicheren Zugang?
4. **Persönlich:** Was macht aus den Räumen dein Zuhause?

Viele beginnen bei Ebene vier und kaufen Dekoration, bevor die laufenden Kosten geklärt sind. Das ist verständlich: Ein Kissen ist angenehmer als ein Vertrag. Trotzdem wird der Start ruhiger, wenn du die Ebenen nacheinander prüfst.

EINE FRAGE FÜR HEUTE

Was ist im Moment wirklich unklar – Geld, Vertrag, Übergabe, Ausstattung oder Alltag?

Antwort:

Dein Weg in sechs Etappen

Ein Terminplan schützt vor dem Gefühl, alles müsse am selben Wochenende geschehen.

Vor der Zusage Gesamtkosten rechnen, Lage zu Alltag und Wegen prüfen, Angebot und Kontakt verifizieren.

Vor der Unterschrift Vertrag vollständig lesen, offene Begriffe markieren, lokale Regeln und Zahlungen prüfen. Keine leeren Felder akzeptieren.

Zwei bis vier Wochen vor dem Einzug Transport, Helfende, Energie, Internet, Versicherung und örtliche Anmeldungen klären. Fristen hängen vom Wohnort ab.

Bei der Übergabe Zustand, Mängel, Zählerstände, Schlüssel und Absprachen gemeinsam dokumentieren.

In den ersten 24 Stunden Schlafen, Licht, Wasser, Hygiene, Essen, Medikamente, Ladekabel und ein freier Fluchtweg.

Im ersten Monat Tatsächliche Ausgaben mit dem Plan vergleichen. Routinen erst nach dem eigenen Alltag bauen.

MEIN NÄCHSTER FESTER TERMIN

Termin: _____

Zuständig: _____

Was muss vorher fertig sein?

Was darf ausdrücklich später kommen?

Was darf Wohnen kosten?

Die Monatsmiete allein beantwortet diese Frage nicht. Entscheidend ist, was nach allen festen Wohnkosten noch für Essen, Verkehr, Gesundheit, Lernen, Freizeit und Rücklagen bleibt.

Rechne mit deinem **verlässlichen Nettoeinkommen**, nicht mit einem guten Monat. Unregelmäßige Einnahmen werden vorsichtig gemittelt. Unterstützung, die noch nicht bewilligt oder sicher zugesagt ist, gehört nicht als feste Einnahme in den Plan.

DIE EHRliche RECHNUNG

Nettoeinkommen: _____

Grundmiete oder Nutzungsentgelt: _____

Gebäude- und Servicekosten: _____

Energie, Wasser, Heizung: _____

Internet und Telefon: _____

Versicherungen und örtliche Abgaben: _____

Verkehr und Mindestkosten des Alltags: _____

Verbleibender Betrag: _____

Es gibt keine weltweit passende Mietquote. In einer Stadt mit gutem Nahverkehr kann eine höhere Miete andere Kosten senken. Eine günstige Wohnung mit langem Arbeitsweg kann insgesamt teuer sein. Die brauchbare Frage lautet: **Bleibt nach dem Wohnen genug für einen normalen Monat und für Unerwartetes?**

Wenn die Rechnung nur aufgeht, solange nichts kaputtgeht und keine Rechnung abweicht, ist sie noch nicht tragfähig.

Die Monatskosten, die leise mitkommen

Neben der sichtbaren Miete können Kosten für Heizung, Strom, Wasser, Hauservice, Abfall, Internet, Versicherungen, Parken, Waschen, örtliche Medienbeiträge oder Steuern hinzukommen. Welche Posten enthalten sind, hängt von Land, Vertrag und Gebäude ab.

Frage nicht nur: „Wie hoch sind die Nebenkosten?“ Frage genauer:

- Welche Kosten sind in der Zahlung enthalten?
- Welche Verträge schließe ich selbst ab?
- Ist der Betrag pauschal, geschätzt oder wird später abgerechnet?
- Welche früheren Verbrauchswerte dürfen gezeigt werden?
- Wie werden gemeinschaftliche Kosten verteilt?
- Welche Erhöhungen oder Nachzahlungen sind möglich?
- Welche Kündigungs- und Wechselregeln gelten?

KOSTENAMPEL

Grün: Betrag, Leistung, Abrechnung und Fälligkeit sind schriftlich klar.

Gelb: Eine Zahl wird genannt, aber die Berechnung bleibt offen. **Rot:** Du sollst dich auf mündliche Zusagen verlassen oder sofort zahlen.

Lege für schwankende Kosten zunächst einen kleinen monatlichen Puffer zurück. Nach einigen Abrechnungen kannst du genauer planen. Ein warmer Wintermonat und ein günstiger Sommermonat sind keine verlässlichen Jahresdurchschnitte.