

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>2</b>
<b>Teil I Ursachen und Chancen</b>	<b>5</b>
<b>Armes Deutschland</b>	<b>5</b>
<b>Was haben Prioritäten und Kreativität miteinander zu tun?</b>	<b>6</b>
<b>Sind arme Menschen glücklicher?</b>	<b>8</b>
<i>Eine kleine Geschichte</i>	8
<b>Verschuldet bis zur Halskrause</b>	<b>12</b>
<b>Bedeutet Minimalismus der Verzicht auf einen coolen Lifestyle?</b>	<b>13</b>
<b>Schritt 1: Gehirn einschalten</b>	<b>14</b>
<b>Schritt 2: Nachdenken</b>	<b>21</b>
<b>Schritt 3: Ideen sammeln</b>	<b>21</b>
<b>Teil II Ideen für die Praxis</b>	<b>23</b>
<b>Einsparpotenzial</b>	<b>23</b>
Ernährung	23
Haushalt	26
Kosmetik	30
Elektronik	31
Kleidung	31
Unterwegs	32
Urlaub	33
Freizeit	33
Extras	34
Verträge und Versicherungen	34
Finanzielles	35
Die Einrichtung	38
Auf ein Wort	38
<b>Teil III Urlaub und Freizeit für wenig Geld</b>	<b>40</b>
<b>Urlaub</b>	<b>40</b>
<b>Brainstorming zum Thema Urlaub</b>	<b>41</b>
Zusammenfassung für den günstigen Urlaub - Ideenschmiede	46
<b>Hobby und Freizeit - Marktplatz der Anregungen</b>	<b>47</b>
Zusammenfassung für Hobby, Freizeit und Sport - Sammelsurium	51
<b>Teil IV Wie man sich schnell das nötige Kleingeld verdienen kann</b>	<b>53</b>
Mit dem Handy/per App	53
Blutspenden	53
Aushilfe	53
Reinigungskraft	54
Servicekraft	54
Erntehelfer	54
Bügler/in	54
Aushilfsfahrer	54
Nachhilfeunterricht	54

Untervermietung	55
Promotion und Studentenjobs	55
Secondhand und Flohmärkte	55
Betreuungsdienste	56
Babysitting	56
Oma/Opa sein	56
Hunde ausführen	56
Handarbeit	57
Märkte und Selbstgefertigtes	57
Geld verdienen im Urlaub	57
Küchenhilfe	58
Arbeiten und Urlaub	58
Computer und Internet	58
Online-Umfragen und Produkte testen	61
Spieletester	61
Programmierer	61
Daten erfassen	61
Kugelschreiber, Wundertüten, Montagearbeiten	61
<b><i>Letzter Teil Das Wichtigste im Leben</i></b>	<b>63</b>
<b>Zum guten Schluss</b>	<b>63</b>
<b>Schritt 4: Aktiv werden</b>	<b>63</b>
<b>Schritt 5: Zufrieden nach vorne schauen</b>	<b>64</b>
<b><i>Impressum</i></b>	<b>66</b>
<b><i>DISCLAIMER</i></b>	<b>67</b>
<b><i>Buchempfehlung</i></b>	<b>68</b>