

EUR

was kostet mich?

Persoenlicher Inflations-Check

Eigene Ausgaben statt Durchschnittshaushalt - ausfuellbar und druckbar

1. Vergleich festlegen

Haushalt / Name		Personen		Region	
Referenzmonat		Aktueller Monat			

Tragen Sie fuer dieselben Kategorien Ihre tatsaechlichen Monatsausgaben in beiden Zeitraeumen ein. Einmalige Ausgaben bitte auf einen Monatswert umlegen. Sparen und Kredittilgung sind keine Konsumausgaben.

2. Eigener Warenkorb

Kategorie	Frueher EUR	Heute EUR	Differenz EUR
Wohnen inkl. Nebenkosten			
Haushaltsenergie			
Lebensmittel & Getraenke			
Verkehr & Mobilitaet			
Gesundheit & Pflege			
Freizeit, Reise & Kultur			
Kommunikation			
Sonstige Konsumausgaben			
Gesamtausgaben			

Rechenweg

Persoenliche Veraenderung = $(\text{Gesamtausgaben heute} / \text{Gesamtausgaben frueher} - 1) \times 100$. Vergleichen Sie gleiche Monate, damit Saison und Urlaubszeit das Ergebnis weniger verzerren.

EUR

was kostet mich?

Auswertung und Plausibilitätscheck

Das Ergebnis einordnen, Sonderfälle notieren und nächste Schritte planen

3. Ergebnis eintragen

Eigene Veränderung

Amtlicher VPI

Abweichung

Prüfdatum

4. Was hat sich wirklich geändert?

- ☐ Gleiche Mengen und Leistungen verglichen
- ☐ Qualitäts- oder Tarifwechsel getrennt notiert
- ☐ Gleiche Monate oder Saisonunterschiede berücksichtigt
- ☐ Einmalige Ausgaben auf Monatswerte umgelegt
- ☐ Sparen und Tilgung nicht als Konsum verbucht

Groesste Kostentreiber

5. Nächste Schritte

- ☐ Tarif oder Vertrag prüfen
- ☐ Vergleichsangebot einholen
- ☐ Monatsbudget und Rücklagen anpassen
- ☐ Amtliche Teilindizes gegenprüfen

Notizen

Wichtig

Dieses Arbeitsblatt ist eine Budgethilfe, kein amtlicher Index. Für die offizielle persönliche Inflationsrate nutzen Sie den Rechner des Statistischen Bundesamtes. Daten, Methode und Erläuterungen: [was-kostet-mich.de/ratgeber/inflation-persoenliche-inflation.html](https://www.was-kostet-mich.de/ratgeber/inflation-persoenliche-inflation.html)