

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 34 (1958-1959)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Unser Haushaltbuch ist das Postcheckkonto  
**Autor:** H.E.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073230>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

№ 50

195

	Fr.	c.
Unser		
Haushaltungs-		
buch		
ist das		
Postcheckkonto		
von		
H. E.		

57. Format A 7 (74 x 105).

Der Artikel von Herrn K. O. in der Januar-Nummer über die Buchführung im Haushalt hat mir sehr gut gefallen. Dessen Methode ermöglicht es, auf die Führung der in vielen Haushaltungen anzutreffenden diversen Käseli zu verzichten, ruft jedoch an jedem Monatsende einer ziemlich zeitraubenden Abrechnung von Plus- und Minusposten.

Gerne will ich daher den Lesern des «Schweizer Spiegel» zeigen, wie ich es, als Buchhalter von Beruf, noch einfacher mache. In der Aufstellung unseres «Postcheck-Budgets» sind zudem die Zahlen, im Gegensatz zum Beitrag von Herrn K. O., nicht willkürlich gewählt, sondern sagen ziemlich genau aus, wie das Einkommen in unserem vierköpfigen Haushalt wieder ausgegeben wird.

Als ich noch ledig war, führte ich zwar während sieben Jahren eine sehr detaillierte doppelte Privat-Durchschreibebuchhaltung mit etwa 50 verschiedenen Konten. Damals hatte ich genügend Zeit für dieses Hobby. In der Verlobungszeit kamen wir natürlich auch auf unser zukünftiges Haushalt-Budget zu sprechen, und ich begriff bald, daß man seiner

Gattin eine solche peinliche Rechenschaft über jeden Fünfer nicht zumuten darf.

So suchte ich denn emsig nach verantwortbaren Vereinfachungen und fand eine Lösung, wie sie wohl kaum zeitsparender sein könnte, aber sich in unserem fünfjährigen Haushalt bisher durchaus bewährt hat. Vorerst hielt ich fest, welche Auslagen normalerweise im Verlaufe eines Jahres mittels Postcheck-Einzahlungsschein bezahlt werden. Hierüber legte ich Statistikblätter mit allen nötigen Angaben, besonders über die jeweiligen Verfalldaten, an. Einmal erstellt, benötigt die Fortführung dieser Kontrolle monatlich etwa eine Viertelstunde. Jährlich einmal ermitteln wir anhand dieser Blätter innert weniger Minuten die Gesamtsumme, welche pro Jahr für unsere Zahlungen per Postcheck erforderlich ist:

	jährlich	monatl.
Lebensversicherungen	600.—	50.—
Sparkassen-Einlagen	900.—	75.—
Elektrizität	300.—	25.—
Telephon und Telephon-		
rundspruch	240.—	20.—
Wohnung und Heizung	2400.—	200.—
Steuern	1200.—	100.—
Krankenkasse	480.—	40.—
Mobiliar- und Haftpflicht-		
versicherung	60.—	5.—
Verbands- und Vereins-		
beiträge	90.—	7.50
Bus-Jahresabonnement	210.—	17.50
Zeitungen, Zeitschriften	150.—	12.50
Unvorhergesehenes u. Div.		
(Zahnarzt, karitative		
Sammlungen usw.)	570.—	47.50
	<u>7200.—</u>	<u>600.—</u>

Statt nun Monat für Monat mindestens einmal am Geldpostschalter Schlange zu stehen, lassen wir uns von der Firma, bei der ich angestellt bin, monatlich die runde Summe von 600 Franken direkt auf unser privates Postcheckkonto überweisen. Zusammen mit einem relativ kleinen Grundstock von wenigen hundert Franken haben wir dann dort jederzeit die für die nächsten 30 Tage benötigte Summe verfügbar, auch wenn die Verbindlichkeiten in gewissen Monaten den Durchschnittsbetrag von 600 Franken wesentlich übersteigen (Verfall von jährlichen Versicherungsprämien usw.).



Die barocke Mode des 17. Jahrhunderts, so wie sie im Bilde die Mutter des Sonnenkönigs Ludwig XIV. trägt, ist durch viele berühmte Gemälde verewigt. Doch kein Heldenbuch kündigt von der Mühe der Frauen, die in rastloser Arbeit Stich an Stich reiheten, bis das Prunkkleid fertig war. – Hätten sie wenigstens Zwicky-Nähseide oder den guten mercerisierten Baumwoll-Nähzwirn Ursus gekannt! Denn Zwicky-Nähseide und Ursus-Nähfaden gleiten leicht durch jeden Stoff; sie sind solid und schlüpfig.

# ZWICKY

Zwicky-Nähseide  
Ursus Nähfaden



## Bücken

ist gesund, aber eine Qual für Dicke. Beugen Sie rechtzeitig vor durch Gebrauch der seil 40 Jahren bewährten

**Boxbergers Kissinger  
Entfettungs-Tabletten**

50 St. 3.45  
100 St. 5.75



Gratismuster durch La Medicalia GmbH., Casima / Ti.

Der oben erwähnte Grundstock schafft als eisene Reserve automatisch den «Finanz-Ausgleich»!

Monatlich einmal sehen wir nun unsere Statistikblätter durch und schreiben die Girozettel für alles heraus, was innert der nächsten 30 Tagen fällig wird. Dies geschieht anhand unserer wenigen Kontrollblätter so genau, daß wir noch nie gemahnt werden mußten oder gar eine Nachnahme erhielten, nicht einmal für ein Zeitschriftenabonnement! Elektrizität und Telefon lassen wir dem Postcheckkonto monatlich belasten, so daß wir dafür keinen Finger zu rühren brauchen.

Bei einem Monatseinkommen von 1250 Fr. verbleiben nach erfolgter Überweisung von 600 Franken auf das private Postcheckkonto noch 650 Franken, die wie folgt aufgeteilt werden: Für die allgemeine Ergänzung des Lebensmittelvorrates im Sinne der behördlichen Weisungen und für den Ankauf von Milchmarken für einen Monatsbedarf geben wir rund 100 Franken aus. Für die übrigen Lebensmittelauslagen (Haushalt von vier Personen) besorgen wir pro Monat 30 Zehner-Noten, also zusammen weitere 300 Franken. Diese Banknoten nummerieren wir leicht mit Bleistift von 1–30, und meine Gattin kann dann ohne weitere Kontrolle pro Tag durchschnittlich 10 Franken für den laufenden Lebensmittelbedarf ausgeben und hat lediglich Sorge zu tragen, daß die Nummernfolge auf den Noten auf das jeweilige Monatsdatum keinen Vorsprung bekommt! Die Banknoten sind also gleichsam datiert.

Über diese Lebensmittelauslagen von monatlich total 400 Franken machen wir keine Notizen. Wir wissen also nicht, wieviel wir im Detail für Fleisch, Brot, Gemüse, Obst, Butter usw. ausgeben. Und seltsamerweise konnte ich mich trotz meinem Buchhalter-Beruf ganz gut mit diesem kleinen Schlendrian abfinden. Wir sind froh, daß es bei uns keine Abende gibt, wo man mit roten Köpfen über Zahlen brütet und aufgeregt Differenzen sucht, und sich damit den entspannenden Feierabend vergällt.

Bis hierher sieht also unser Haushalt-Résumé wie folgt aus:

Monats-Einkommen	1250.—
Überweisung auf das private Postcheckkonto	600.—
Verbleibt	650.—

Im Traubensaft sind 15 Aminosäuren enthalten - wovon 7 unentbehrliche und für den Organismus lebenswichtige - und die Glutaminsäure ist besonders wertvoll für den Gehirnstoffwechsel und die Denkarbeit.



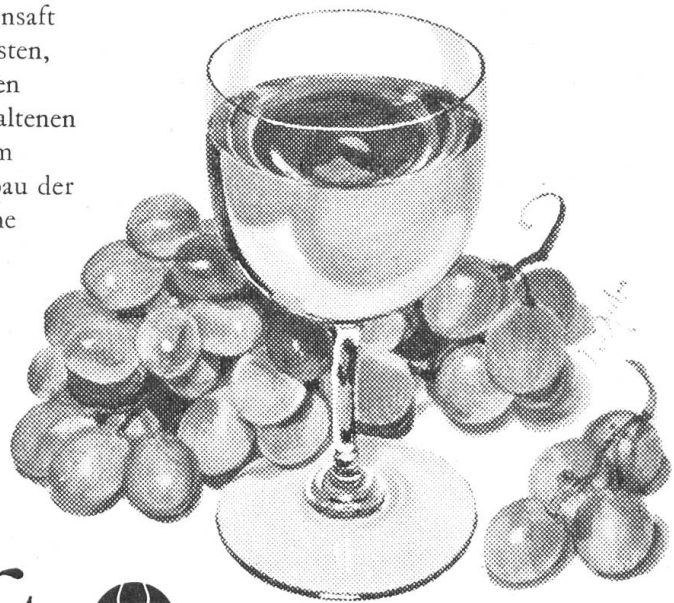
(Mikrofoto der Glutaminsäure in Kristallform)



SPZ 57/Hans Gfeller BSR

## Traubensaft für die Denkarbeit!

Eine erfreuliche Nachricht für alle geistig Tätigen, für Erwachsene, Studierende und Schüler: Traubensaft hilft denken! Was viele längst aus Erfahrung wussten, ist jetzt durch neuste wissenschaftliche Forschungen bestätigt worden: Von den 15 im Traubensaft enthaltenen Aminosäuren ist die Glutaminsäure direkt wirksam auf den Gehirnstoffwechsel, beschleunigt den Abbau der Ermüdungserscheinungen, hilft Leistungsschwäche überwinden, stärkt Gedächtnis und Ausdauer und steigert die Leistungsfähigkeit im intuitiven und schöpferischen Arbeiten. Diese günstige Wirkung wird noch ergänzt und unterstützt durch die übrigen im Traubensaft enthaltenen Nähr- und Aufbaustoffe. Machen Sie selbst die Probe, trinken Sie während einiger Zeit täglich ein Glas naturreinen Schweizer Traubensaft. Sie werden die belebende Wirkung bald feststellen.



# Traubensaft



das Getränk mit dem grossen Plus!

# Jugendbücher auf Ostern

Max Schreck

## Hans und Fritz in Argentinien

Bilder von Marcel Vidoudez  
12.-14. Tausend. Gebunden Fr. 9.60

Gesunde Buben, rechte junge Schweizer, erleben Argentinien in seinem arbeitsamen Alltag und seinen Freuden und Abenteuern. Dieses Buch ist unserer Jugend ans Herz gewachsen. Für Knaben und Mädchen von 10 Jahren an.

Ralph Moody

## Bleib im Sattel

Vater und ich waren Siedler im Wilden Westen

Mit 20 Bildern von Edward Shenton  
7.-9. Tausend. Gebunden Fr. 14.25

Frei von blutrünstiger Wildwestromantik, erzählt der Verfasser seine eigene Jugend als Cowboy. Unsere Jugend wird das Buch verschlingen. Aber auch Erwachsene werden es mit dem gleichen Genuß lesen.

Eleanor Estes

## Die Moffat-Kinder

Illustrationen von Louis Slobodkin  
3. Auflage. Gebunden Fr. 12.25

Dieses Buch der anerkannten Klassikerin der amerikanischen Jugendliteratur darf den besten schweizerischen Jugendschriften, wie etwa den «Turnachkindern», zur Seite gestellt werden. Es spielt in einer kleinen amerikanischen Stadt. Aber es vermittelt uns nicht den Eindruck «wie fremd ist uns diese Welt» sondern «wie vertraut ist uns diese Welt». Für Knaben und Mädchen von 8 Jahren an.

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG ZÜRICH 1

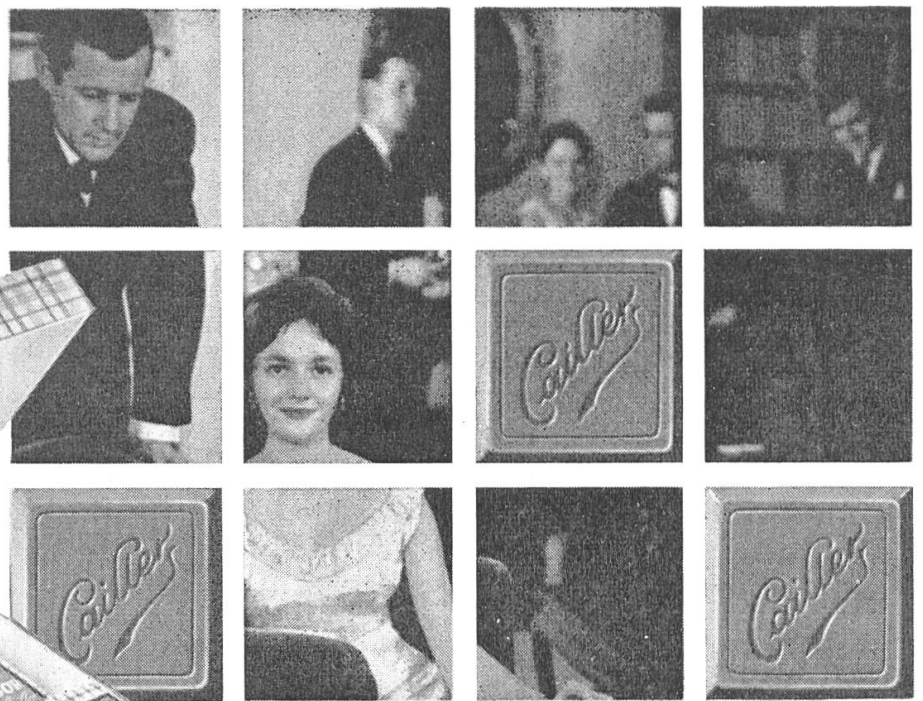
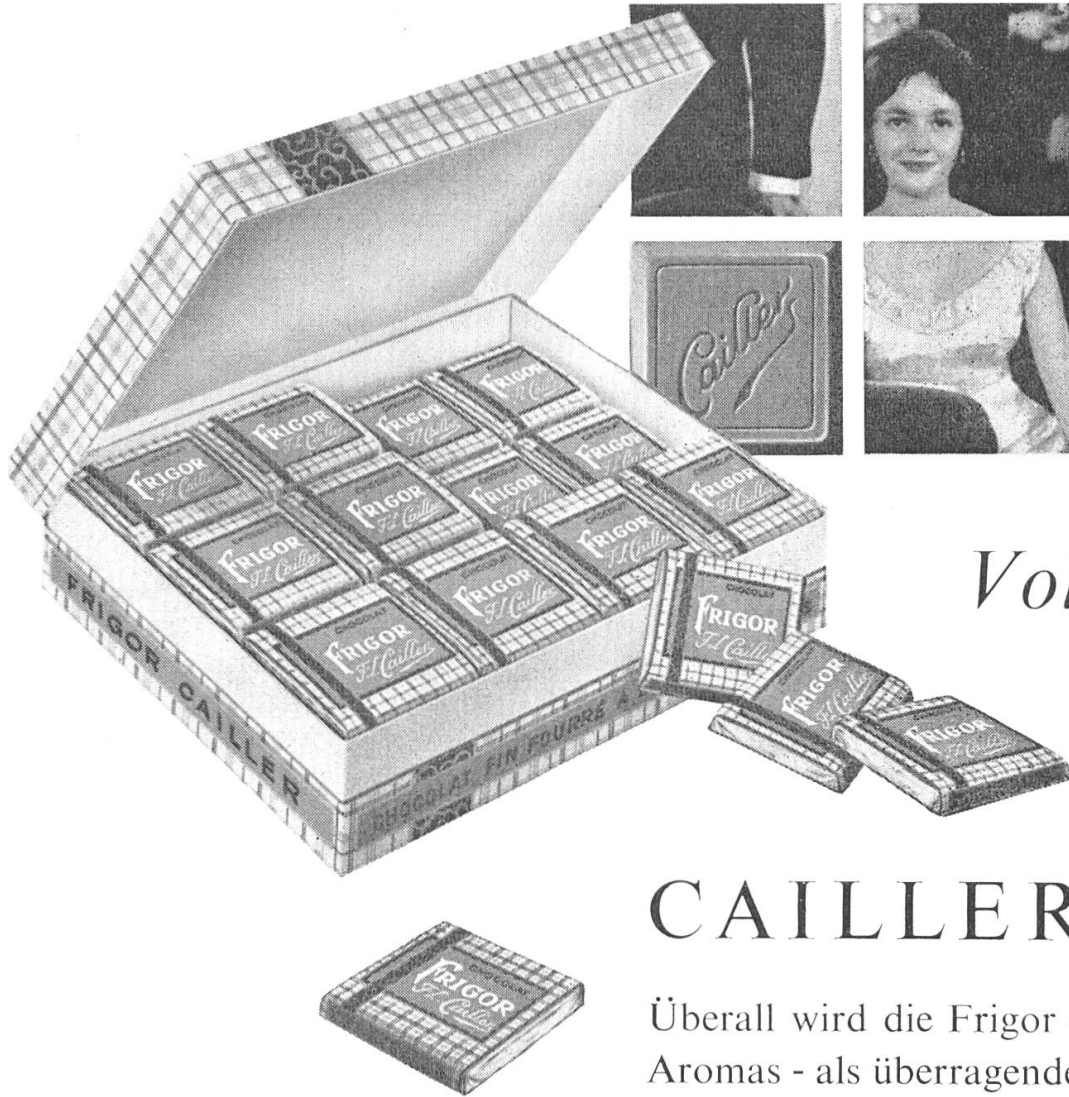
### Lebensmittel:

Vorratsergänzung und Milch	100.—	
Übrige Lebensmittelauslagen = pro Tag		
10 Franken	300.—	400.—
Rest		<u>250.—</u>

Dieser Rest von 250 Franken muß nun einfach unbedingt durchschnittlich ausreichen für die übrigen Bedürfnisse, wie: Kleider und Wäsche, Waschmittel und Toiletten-Artikel, Bücher, Papeterie, Briefmarken, Unterhaltung und Ausflüge, Geschenke, Trinkgelder, Taschengeld usw. Über die Verwendung dieser restlichen 250 Franken erstellen wir kein langfristiges schriftliches Budget, sondern verwenden den Betrag von Monat zu Monat nach Maßgabe des jeweiligen dringendsten Bedarfes. Hingegen führen wir über diese Auslagen ein kleines Notizbüchlein, dessen Saldo am Monatsende einigermaßen mit dem verbliebenen Bargeld übereinstimmen sollte. Aber auch hier lassen wir uns wegen kleiner Differenzen keine grauen Haare wachsen. Dieses «Laisser aller» ist ein angenehmer Kontrast zur Präzision, die für mich im Berufsleben natürlich eine unbedingte Selbstverständlichkeit ist. Indessen ist dabei jederzeit die Möglichkeit gewahrt, später einmal diese Posten anhand unseres Notizbüchleins «statistisch auszuwerten», wenn wir dazu einmal Lust verspüren sollten.

Daß die paar hundert Franken, die durchschnittlich als eiserne Reserve auf dem Postcheckkonto liegen, keinen Zins tragen, ist im Verhältnis zu den geschilderten Vorteilen nicht so schlimm, um so weniger, als der Verkehr über ein Bankkonto bei diesen relativ kleinen Umsätzen umständlicher und zeitraubender wäre. Wie einfach ist es doch, seine monatlichen Verpflichtungen durch Einwurf des grünen Postcheck-Couverts in den nächsten Briefkasten loszuwerden, statt unter Umständen einen weiten Weg zum Postamt zu machen und dort noch Schlange zu stehen!

Jenen, die auf eine größere Genauigkeit und Detaillierung der Lebensmittelauslagen Wert legen, will ich mit meinem Beitrag die Freude an einer präzisen Haushaltbuchführung nicht nehmen. So, wie für mich diesbezüglich eine gewisse Großzügigkeit eine Wohltat bedeutet, mag für jemand anders gerade die Führung eines der «klassischen» Haushaltbüchlein ein Hobby sein. Jedem das Seine!



*Vollkommenheit  
im  
Geschmack:*

## CAILLER FRIGOR

Überall wird die Frigor - dank ihres vollkommenen Aromas - als überragende Edel-Schokolade geschätzt. Ihre gediegene goldgeschmückte Verpackung unterstreicht noch die Güte, und der unerreichte Schmelz ihrer Mandelcrème erhebt sie zum auserlesenen, bei alt und jung beliebten Genuss.

**Cailler**

**EXTRAFEINE  
SCHOKOLADEN**

Sammeln Sie NESTLÉ, PETER, CAILLER, KOHLER Schokoladepackungen. Diese können gratis gegen Bilderserien für unsere schönen Alben umgetauscht werden, die sowohl für Kinder als auch für Erwachsene interessant sind. Als Ermunterung legen wir jedem Album einen Gutschein für zwei Bilderserien bei. Auskunft durch

NPCK-BILDERDIENST, VEVEY.

