

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	7
KAPITEL I: DIE GRUNDLAGEN UNSERES GELDSYSTEMS.....	15
Von Krösus zu Kryptos: Geschichte, Gegenwart & Zukunft des Geldes	15
Die Sicherheit unseres Geldes – Aktuelle Entwicklungen in Deutschland und Europa.....	20
Grundsätze des systematischen Vermögensaufbaus.....	23
Unsere (falschen) Glaubenssätze zu Geld	24
KAPITEL II: FINANZFITNESS – DAS BASISWISSEN.....	32
Finanzielle Bedürfnispyramide	32
Je older desto toller? Das Lebens- und Geldphasenmodell	35
Fehlende FinanzFitness	38
Ausgabenarmut - Unkontrollierter Konsum.....	39
Das Gesetz der Verschwendungen – Zweites Parkinson'sches Gesetz.....	44
Finanzschock.....	48
Geld als Beziehungskiller?.....	49
Einkommensarmut	50
Die Armutsformel.....	52
Einnahmearten.....	53
Sparen, Investieren und Diversifizieren	59
Schuldenarten	64
Verschuldung & Überschuldung	70
KAPITEL III: FINANZFITNESS - ERFAHRUNGEN DER ERFOLGREICHEN	76
Von den Reichen lernen	77
Die Wohlstandsformel	89
Vermögen erhalten	91
Dagobert & Methusalem – Geldvermögen, Zeitvermögen & Zinseszinseffekt	92
KAPITEL IV: FINANZFITNESSCHECK - DIE BESTANDSAUFNAHME	96
Der FinanzFitnessCheck	96

<i>FinanzFitnessSchritt 1: Budget mit Einnahmen und Ausgaben erstellen</i>	102
<i>FinanzFitnessSchritt 2: Optimierung des Cashflows</i>	107
<i>FinanzFitnessSchritt 3: Die Bilanz - Vermögen und Schulden.....</i>	113
KAPITEL V: FINANZFITNESSCHECK - DIE ZUKUNFT PLANEN.....	121
Die Bedeutung von Planung & Zielfestlegung	121
<i>FinanzFitnessSchritt 4: Lebensziele festlegen.....</i>	127
<i>FinanzFitnessSchritt 5: Finanzielle Ziele durch systematischen Vermögensaufbau erreichen.....</i>	131
<i>FinanzFitnessSchritt 6: FinanzFitnessPlan erstellen</i>	138
Die sechs wichtigsten FinanzFitnessZahlen des Lebens.....	143
KAPITEL VI: FINANZFITNESSCHECK - DIE DAUERHAFTE UMSETZUNG.....	148
<i>Disziplin und Focus</i>	148
<i>FinanzFitnessSchritt 7: Umsetzungstipps systematischer Vermögensaufbau</i>	150
<i>Finanzsoftware</i>	150
<i>Elektronischer FinanzFitness-Kalender</i>	151
<i>App zur Optimierung der Barausgaben</i>	151
<i>Aufbau eines Dividendenaktiendepots</i>	152
<i>Investition in Edelmetalle.....</i>	156
KAPITEL VII: DIE DREI SÄULEN DER ALTERSVORSORGE – SCHEIN ODER SEIN?.....	160
KAPITEL VIII: "I HAVE A DREAM..."	173
<i>Der Geldbaum</i>	173
<i>Vom Spielbein zum zweiten Standbein</i>	177
KAPITEL IX: FINANZFITNESSTIPPS - DIE ZUSAMMENFASSUNG.....	179
NACHWORT	184
DANKSAGUNG	186
ÜBER DEN AUTOR	187
RECHTLICHE HINWEISE	188