Migros-Magazin # 35 | migros.ch/magazin | 25. August 2025

M MAGAZIN

Mikrowelle: Die besten Tipps
→ Seite 16

Wir Sparsamen

Wofür wir unser Geld ausgeben und wie wir im Alltag mit weniger durchkommen → Seite 19

Baby-Windeln: Die Geschichte eines Hygienestücks
→ Seite 56

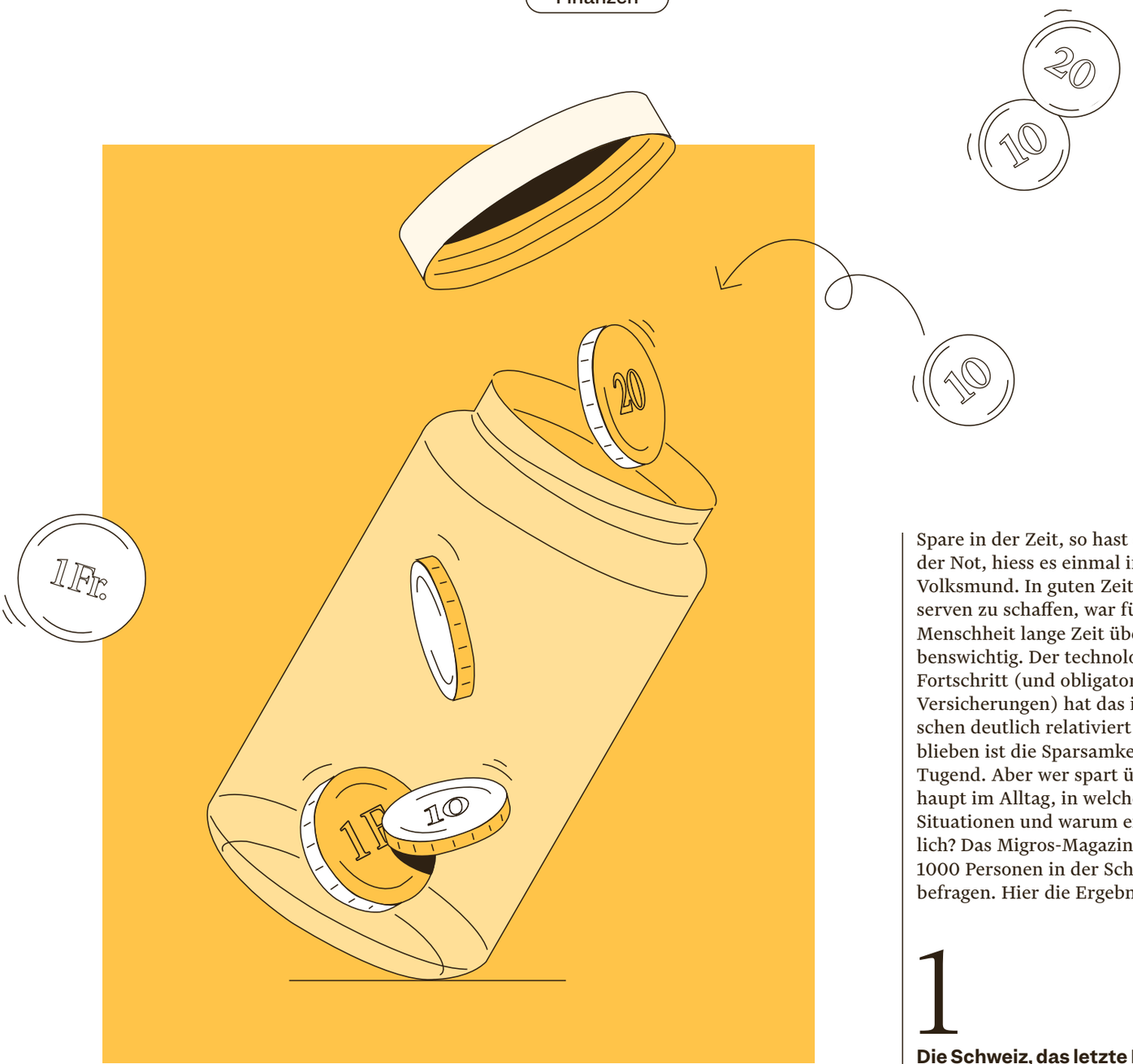
Gentech: Biobauer und Forscher im Streitgespräch
→ Seite 48

Kochen mit Aktionen: Voller Geschmack zum kleinen Preis
→ Seite 24

Ausgabe Aare, Post CH AG, AZA 1953 Response Zentral

Bild: Getty Images; Illustration: Migros-Magazin

Bitte Wohnungswechsel der Post melden oder dem regionalen Mitgliederdienst: Tel. 058 565 84 01, E-Mail: genossenschaftsregister@migrosaare.ch



So sparsam ist **die Schweiz**

Wer spart, wann und warum? Diesen Fragen geht das Migros-Magazin in einer repräsentativen Umfrage auf den Grund. Ein bekanntes Sprichwort scheint sich dabei zu bewahrheiten.

Text: Kian Ramezani

Spare in der Zeit, so hast du in der Not, hiess es einmal im Volksmund. In guten Zeiten Reserven zu schaffen, war für die Menschheit lange Zeit überlebenswichtig. Der technologische Fortschritt (und obligatorische Versicherungen) hat das inzwischen deutlich relativiert – geblieben ist die Sparsamkeit als Tugend. Aber wer spart überhaupt im Alltag, in welchen Situationen und warum eigentlich? Das Migros-Magazin liess 1000 Personen in der Schweiz befragen. Hier die Ergebnisse:

1

Die Schweiz, das letzte Land mit einem Mittelstand

Vordergründig hätten wenig Menschen in der Schweiz Grund zum Sparen. Gefragt nach ihrem Lebensstandard geben 42 Prozent der Befragten an, über genügend finanzielle Mittel zu verfügen, sich jedoch nicht alle Wünsche erfüllen zu können. 36 Prozent sagen sogar, sich keinerlei finanzielle Sorgen zu machen oder zumindest sich fast alle Wünsche erfüllen zu können. 22 Prozent müssen sich stark einschränken oder geben an, dass ihr Einkommen nicht ausreicht, um alle Ausgaben abzudecken. Diese Verteilung ist in allen Sprachregionen gleich.

Fortsetzung auf Seite 20

Illustrationen: Getty Images, Migros-Magazin

Fortsetzung von Seite 19

2

Wer hat, ist trotzdem sparsam (ausser die Kinderlosen)
Eine andere Volksweisheit lautet: Bei den Reichen lernt man sparen. Die Umfrageergebnisse scheinen das zu bestätigen: Die Mehrheit, 77 Prozent, spart im Alltag «meistens» oder «immer» Geld. Personen, die nach Selbsteinschätzung einen hohen Lebensstandard haben (siehe Punkt 1), geben signifikant häufiger an, im Alltag «meistens» oder «wann immer möglich» Geld zu sparen. Personen mit tiefem oder mittlerem Lebensstandard geben häufiger an, «seltener» Geld zu sparen. Personen ohne Kinder sind offenbar finanziell unabhängiger und geben deutlich häufiger als diejenigen mit Kindern an, «gar nicht bewusst aufs Geldsparen zu achten».

Migros-Sparwochen: mit starken Rabatten

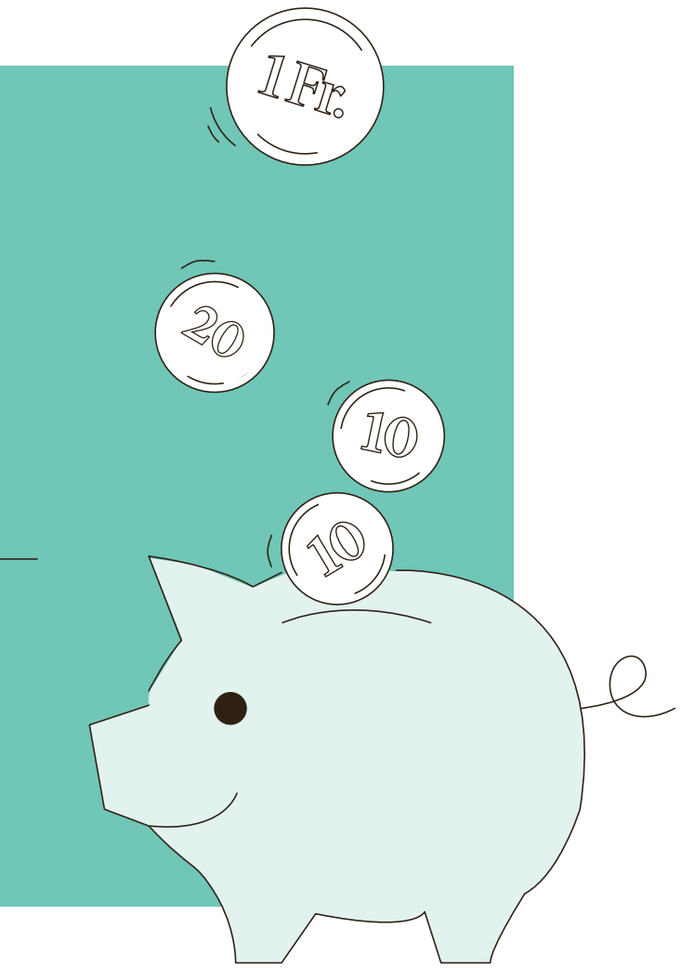
Vom 26. August bis 8. September hilft die Migros mit Rabatten bis 50 % und 2-für-1-Aktionen beim Sparen. Eine günstige Gelegenheit, daheim die Vorratskammer wieder aufzufüllen.

3

Gründe, sparsam zu sein
Trotz engmaschigen Sicherheitsnetzes halten viele Menschen in der Schweiz die Selbstverantwortung hoch: Knapp die Hälfte spart, um auf Notfälle oder unerwartete Ausgaben vorbereitet zu sein. 36 Prozent verbinden Sparsamkeit mit einem Gefühl der Sicherheit, und 34 Prozent finden es grundsätzlich wichtig, Geld beiseitezulegen. Letzteres wird in der Deutsch- und Westschweiz häufiger genannt als im Tessin. 30 Prozent haben ein konkretes Sparziel vor Augen, und 26 Prozent sind sparsam, weil es für sie finanziell sonst gar nicht aufginge.

Weshalb sparen Sie?

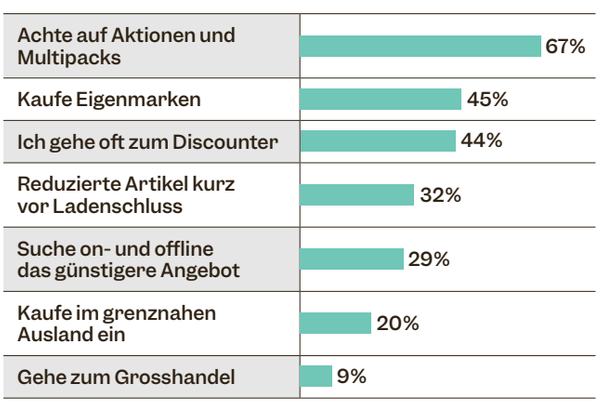
Für Notfälle oder unerwartete Ausgaben	49%
Gibt mir ein Gefühl von Sicherheit	36%
Es ist mir wichtig, Geld beiseitezulegen	34%
Ich möchte mir später etwas Besonderes leisten	30%
Aus Prinzip sparsam	28%
Weil ich sonst Lebensunterhalt nicht bestreiten könnte	26%
Spare nicht gezielt	4%
Andere Gründe	3%



5

Sparen beim Einkaufen
Mit Abstand die beliebteste Art, beim Einkaufen zu sparen, sind Aktionen. Zwei von drei machten bei dieser Frage bei «Aktionen und Multipacks» das Kreuz. Fast die Hälfte wählt zudem Eigenmarken statt Markenartikel oder geht zum Discounter. Es gibt regionale Unterschiede: Deutschschweizer geben signifikant häufiger an, auf Aktionen und Multipacks zu achten, als Personen aus dem Tessin. Ebenso greifen sie häufiger zu Eigenmarken oder kaufen im Discounter ein als Westschweizer. Einkaufstourismus ist vor allem im Tessin ein Thema, hier gaben 44 Prozent an, regelmässig im grenznahen Ausland, also Italien, einzukaufen.

Wie sparen Sie beim Einkaufen?



4

Wer den Rappen nicht ehrt …
Noch vor 100 Jahren gaben Menschen rund die Hälfte ihres Einkommens für Lebensmittel aus. In der Schweiz sind es heute im Schnitt noch etwas über 6 Prozent! Trotzdem wird im Alltag am häufigsten bei Lebensmitteln und Gütern des täglichen Bedarfs auf den Preis geschaut, nämlich von knapp der Hälfte der Befragten (49 Prozent). Auch häufig genannt werden Kleidung (39 Prozent) sowie Restaurantbesuche/Ausgang (33 Prozent).

Fortsetzung auf Seite 23

Spartipps für den Alltag

Ein Haushaltsbudget machen
Wer sparen will, sollte sich zuerst einen Überblick über seine Finanzen verschaffen. Der erste Schritt ist die Auflistung aller Ausgaben. Mit Budget-Apps wie «MoneyControl» oder «Mein Budget» ist das ganz einfach.

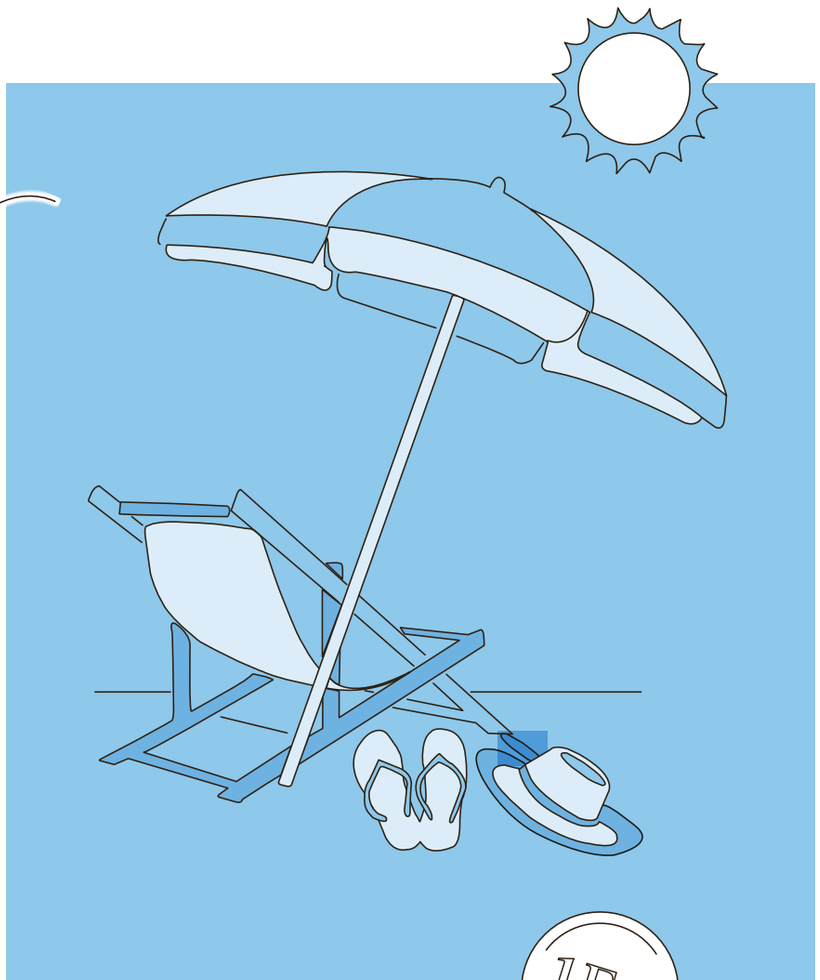
Schnäppchen jagen
Die Migros ist voller Schnäppchen, besonders die über 1000 Tiefpreise helfen dabei, 365 Tage im Jahr zu sparen. Hinzu kommen Wochenaktionen, die von Dienstag bis Montagabend laufen. Welche Produkte reduziert sind, steht im Aktions-Flyer, der dem Migros-Magazin beiliegt, oder in der Migros-App. Wer es noch bequemer magst, kann sich jeden Sonntag per Whatsapp über die nächsten Aktionen informieren.

Günstig Essen retten
Zu viele Lebensmittel landen im Abfall. Mit der App «Too Good To Go» findet man unverkaufte, überschüssige Lebensmittel aus Lieblingsläden und -restaurants zu einem fairen Preis. Die Migros macht mit.

Mahlzeiten mitnehmen
Hier ein Brötchen, da einen Zmittag, dort einen Kaffee: Was wir an einem (Arbeits-)Tag konsumieren, läppert sich ganz schön zusammen. Wer Essen und Trinken von zu Hause mitnimmt, spürt schnell einen Spareffekt.

Mieten statt kaufen
Unterhaltungselektronik ist oft teuer, und Autos sind es sowieso. Warum nicht mieten statt kaufen? Mit Mobility-Carsharing nutzt man ein Auto nur dann, wenn man es braucht. Bei Sharely gibts Computer, Beamer und vieles mehr zur Miete. Wer lieber kaufen möchte, sollte sich die Preise von Revendo mit seiner Occasion-Unterhaltungselektronik ansehen.

Fortsetzung von Seite 21



Für Ferien geben die meisten Menschen Geld aus, ohne auf Preise zu achten.

Umfragefakten

Wer wurde befragt?
Die Umfrage wurde im Auftrag des Migros-Magazins vom Zürcher Institut Innofact vom 14. bis 21. Juli 2025 online durchgeführt. Teilgenommen haben 1024 Personen im Alter von 16 bis 74 Jahren aus der Deutsch- und Westschweiz und der italienisch-sprachigen Schweiz.

6

Wer macht ein Budget?
Gemäss der sogenannten 50-30-20-Regel soll man 50 Prozent seines Einkommens dafür ausgeben, was man braucht, 30 Prozent dafür, was man will, und 20 Prozent auf die Seite legen. Dies bedingt ein Budget, und ein solches stellen 43 Prozent der Befragten auf. Die grosse Mehrheit (79 Prozent) hält sich weitgehend daran.

7

Man gönnt sich ja sonst nichts
Spontan gefragt, wann sich Befragte das letzte Mal etwas gegönnt haben, ohne auf den Preis zu achten, werden deutlich am häufigsten Reisen bzw. Ferien genannt (31 Prozent), gefolgt von Restaurantbesuchen (10 Prozent). Sowohl Reisen und Ferien als auch Restaurantbesuche werden besonders häufig von Deutschschweizern genannt. Westschweizer hingegen geben häufiger (12 Prozent) an, beim Shoppen bzw. dem Kauf von Kleidung und Schuhen nicht auf den Preis geachtet zu haben – von Deutschschweizern wird dies von nur 5 Prozent genannt.

Was haben Sie sich zuletzt geleistet, getreu dem Motto «Geld spielt keine Rolle»?

Ferien	31%
Restaurant	10%
Handy/TV etc.	8%
Freizeit	8%
Shoppen	7%
Auto/Velo	7%
Schmuck	4%