

2009

Koll på **pengarna**

Konsumentverkets
beräkningar



Så räcker dina
pengar
längre

RÅD OCH TIPS OM DIN EKONOMI

Min ekonomi

Försvinner dina pengar alldeles för fort? Genom att ha koll på din ekonomi får du pengarna att räcka längre.

Att du har börjat läsa denna broschyr är ett första steg till förändring. Här kan du få tips och råd som gör det lättare att avgöra vad du ska köpa och vad du kan avstå från.

De flesta av oss drömmer. Vi vill resa, köpa en bostad eller slippa oroa oss för att pengarna inte ska räcka månaden ut. Med ordning på ekonomin blir det mycket lättare att förverkliga våra drömmar.

Läser du vidare kan du få bättre grepp om dina inkomster och utgifter. Du får reda på vad som kan vara rimligt att lägga ut på mat, kläder och fritid.

Fyll i de olika tabellerna och för över summorna till sista sidan. Sedan fyller du på med dina övriga utgifter. Du har då gjort en budget och fått en översikt över din ekonomi.



Varför budget?

En budget ger överblick över inkomster och utgifter och kan bli ett viktigt hjälpmedel om du vill förändra något i din ekonomi. Jämför dina utgifter med Konsumentverkets beräkningar så får du en uppfattning om du spenderar mycket eller lite pengar på olika saker. Du kanske utan att tänka på det har mycket höga kostnader för något? Med hjälp av budgeten kan du skära bort onödiga utgifter så att du får råd till annat du hellre vill ha.



Anja och Olle är syskon. Anja är 15 år och Olle är 12 år. Olle får 210 kronor i månaden i fickpengar. De ska räcka till godis, serietidningar, skoldiskon, dataspel, inträden och andra småsaker han vill köpa. Olle tycker att hans pengar räcker bra. Anja får 580 kronor i månaden och hon köper delvis sina kläder själv. Anja diskuterar med föräldrarna om att få ta hand om hela barnbidraget. De är eniga om att hon då skulle få betala alla kläder själv förutom godis, böcker, tidningar, musik, bio, hårklippning, medlemsavgifter och presenter. Men föräldrarna är oroliga att Anja kommer att få svårt att planera sin ekonomi så att hon får råd till större inköp som vinterjacka och stövlar. Familjen har inte så höga inkomster att föräldrarna kan skjuta till pengar om hon misslyckas. Samtidigt tycker de att Anja skulle må gott av att få ta ansvar. Beloppen i exemplet kommer från Swedbank (Institutet för Privatekonomi).

Inkomsterna

Hushållets inkomster fyller du i här nedan. När det är gjort får man en bättre överblick över dem.

Kan du öka inkomsterna?

Kan du öka din arbetstid? Du kanske ska skattejämka? Får du de bidrag du är berättigad till? Fråga hos Försäkringskassan eller kommunen. Kan du få stöd till utbildning eller praktik? Vänd dig till Arbetsförmedlingen. Du som har studiestöd kan arbeta, men inte hur mycket som helst utan att både lån och bidrag sjunker. Vänd dig till CSN.

Inkomster och bidrag per månad **efter skatt**

	Person 1	Person 2	Sammanlagd inkomst
Lön			
Barnbidrag			
Underhållsbidrag/ underhållsstöd			
Bostadsbidrag			
Studiestöd/utbildningsbidrag			
Arbetslöshetsersättning			
Sjuk-/föräldrapenning			
Pension, sjuk- och aktivitetsersättning			
Övriga inkomster (andra bidrag, stipendier mm)			
Summa inkomster efter skatt per månad			

För in summan på raden "Sammanlagda inkomster" på sid 16.

Du har väl arbetslöshetsförsäkring?

Från den får du inkomster om du förlorar ditt jobb.

Mamma och pappa bestämmer inte allt

Så länge du är omyndig kan dina föräldrar bestämma en hel del. Men inte riktigt allt.

Har du fyllt 16 år och arbetar på helger och lov har du rätt, enligt lagen, att själv bestämma över dina inkomster. Du kan köpa ett enda par skor eller 20 cd-skivor. Du bestämmer.

Ska du köpa något dyrt, som till exempel en dator, får du ändå vara beredd på att säljaren vill kontrollera att du har dina föräldrars tillstånd. Annars löper butiken risken att föräldrarna kräver att köpet ska gå tillbaka. Många researrangörer kräver också föräldrarnas tillstånd när minderåriga köper resor.

Vid 16 år får du öppna eget bankkonto och kan få eget uttagskort. Men så länge som du är under 18 år får du inte handla på kredit eller ta lån.

Hushållet

Se hur Konsumentverket beräknar kostnaderna per månad. Prognos för år 2009.

Individuella kostnader per månad

	Kvinnor				Män			
	18–30 år	31–60 år	61–74 år	75 år –	18–30 år	31–60 år	61–74 år	75 år –
Livsmedel, utom lunch 5 dagar/vecka	1 220	1 190	1 110	1 080	1 590	1 520	1 380	1 220
Livsmedel, alla mål äts hemma eller matlåda	1 580	1 540	1 420	1 380	2 050	1 950	1 760	1 540
	18–30 år	31–49 år	50–60 år	61 år –	18–30 år	31–49 år	50–60 år	61 år –
Kläder/skor	530	530	530	530	520	520	520	520
Fritid/lek (inklusive mobil)	530	530	530	530	530	530	530	530
Hygien (personlig)	360	360	340	340	300	300	300	300
Barn-/ungdomsförsäkring (sjuk & olycksfall)								
Summa kostnader, exklusive livsmedel	1 420	1 420	1 400	1 400	1 350	1 350	1 350	1 350

! Beräkningarna innebär inte miniminivå, men medger ingen lyx. Du ska klara dig även på längre sikt. Du har inga funktionshinder eller sjukdomar som innebär extra utgifter för t ex mediciner eller hjälpmedel. Du bor i lägenhet och har inga utgifter för trädgård eller reparationer.

Vill du ha reda på din andel av hushållskostnaderna här intill så tar du uppgiften för ditt hushåll och dividerar med antalet familjemedlemmar

Konsumentverket räknar varje år ut skäliga levnadskostnader för hushåll av olika storlek. Du kan ha nytta av siffrorna på flera sätt. De kan vara en utgångspunkt när du vill gå igenom din ekonomi. Du är kanske osäker på hur stora olika utgifter är eller så jämför du våra beräkningar med dina egna utgifter. Går det att skära ned någonstans?



Gemensamma kostnader per månad

Förbrukningsvaror

Hemutrustning (inklusive dator)
Media, fast telefon, internet m m
Hemförsäkring
storstad
mellanstor stad
mindre tätort

Summa gemensamma kostnader
storstad
mellanstor stad
mindre tätort

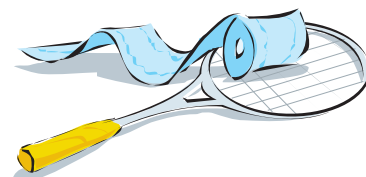
Hushållsel, förbrukning/ månad i kilowattimmar

Spara kvitton eller för kassabok ett par veckor

Den ger dig svart på vitt hur du gör av med dina pengar. Skriv upp allt! Då är det lättare att få koll på alla små inköp.

Jonas är 30 år. Han ska flytta ihop med Tove och hennes två barn i Karlstad. Hur stor andel av hushållskostnaderna kommer Jonas att stå för?

Maten (Jonas äter lunch ute)	1 590
Hygien	300
Förbrukningsvaror	60
Hemutrustning (inklusive dator)	220
Media, fast telefon, internet m m	220
Hemförsäkring	30
Summa Jonas hushållskostnader:	2 420



5

Maten

Vi lägger ner en hel del pengar på mat. Den kostar åtminstone en dryg tusenlapp per vuxen och månad om du är kvinna och ytterligare ett par hundralappar om du är man. Många lägger ner ännu mer. Samtidigt tillhör maten de utgifter du kan påverka genom att välja vad du stoppar i matkorgen.

Satsa tid och spar pengar

- Bönor, kikärtor och linser är nyttiga alternativ till kött. Du kan köpa dem relativt billigt färdigkokta eller spara pengar genom att koka en stor sats själv. Frys in i portionsförpackningar. Det är bra till soppor och sallader.
- Laga fler portioner än vad som går åt till middag och gör resterna till matlåda att ta med till jobbet.
- Om du har tid och lust kan du baka ditt eget bröd. Det spar pengar. Och dessutom vet du vad brödet innehåller.

Bra mat för dig som tränar

Bra mat innebär bland annat kolhydrater. Äter du potatis, rotfrukter, pasta, ris och bröd får kroppen mycket av den varan. Bra mellanmål som smörgås, yoghurt och frukt gör dig piggare och du orkar mer. Drink rikligt under hela dagen och ät något efter träningspasset.

Hemlagad barnmat eller färdiglagad på burk?

Hemlagad barnmat är betydligt billigare än den färdiglagade maten på burk. Vill du laga egen barnmat men känner dig osäker? Köp eller låna en kokbok om barnmat. Burkmat är anpassad för olika åldersgrupper (näringssinnehåll och konsistens) och är ett bra alternativ/komplement till hemlagad mat. Vare sig du väljer att laga maten själv eller köper färdiglagad är ekologiskt ett alternativ.

Våra matvanor påverkar miljön

Vad vi äter och hur vi tillagar maten har stor betydelse för miljön. Lyckligtvis är det så att det som är bra för miljön för det mesta också är bra för vår hälsa.

Du kan minska din miljöpåverkan genom att:

- Äta mer ekologiskt och närodlat.
- Äta mindre mängd kött och i stället äta mer av arter, bönor och linser.
- Välja kött från djur som betat på naturbetesmarker, exempelvis lamm och nöt.

- Tillaga, planera och förvara maten så att du slipper slänga.
- Kombinera matlagning och bakning eftersom ugnen kräver mycket energi att värma upp.
- Om möjligt kombinera dina bilturer till affären med andra ärenden. Ibland kanske bilen kan bytas mot cykel eller en promenad.



Veckohandla så sparar du både tid och pengar

De flesta besök i matbutiken leder till impuls-köp av sådant du egentligen inte hade tänkt att köpa.

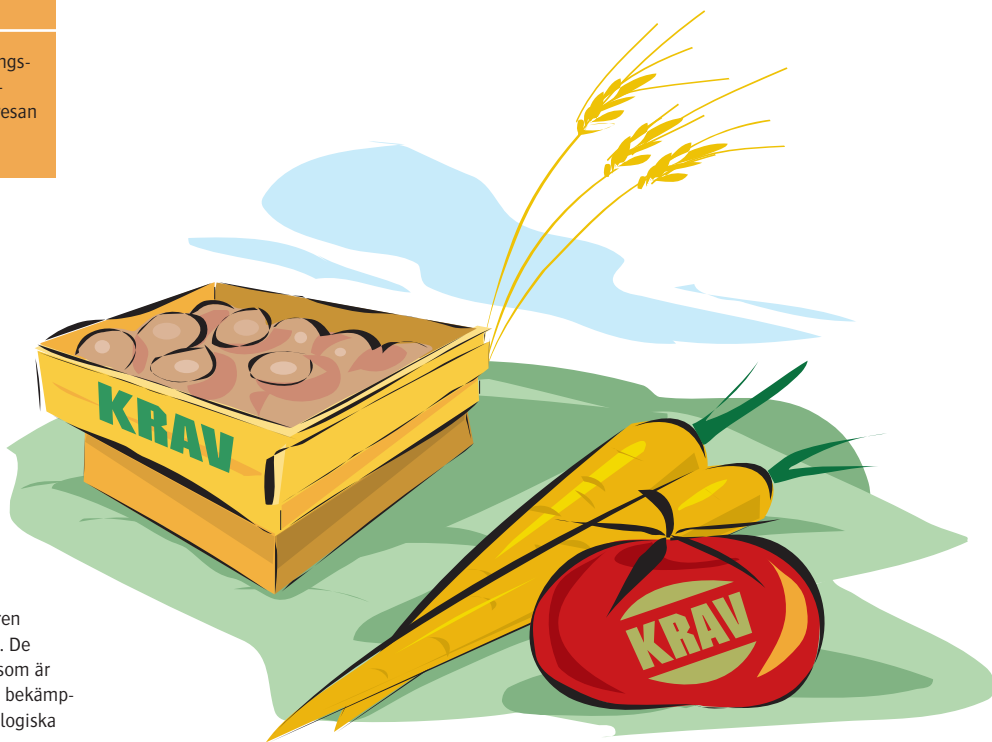
Bli pris-pirat

Kolla jämförpriser när du handlar mat och förbrukningsartiklar. Prisnivån varierar mellan olika butiker. Stormarknader har ofta lägre priser än närbutiker, men resan kostar också, i synnerhet för miljön.

Ekologisk mat

Ekologiska livsmedel märks oftast med KRAV-märket och måste vara certifierade antingen enligt KRAV:s regler och/eller enligt EU:s regler för ekologisk produktion. Ekologiska produkter får inte innehålla konstgjorda ämnen. Därför tillåts inte syntetiska färg-, arom- och smakämnen. Genetiskt modifierade organismer (GMO) är inte heller tillåtna. Råvaror och tillsatser får varken innehålla eller vara framtagna med hjälp av GMO. KRAV-märkta livsmedel finns i stort sett i alla butiker men med varierat utbud.

Lantbrukare och livsmedelsindustrin måste följa givna regler. I ett ekologiskt lantbruk utfodras djuren i stor utsträckning med foder från den egna gården. De är ute på bete vilket gynnar växt- och insektsarter som är beroende av betande djur. Konstgödsel och kemisk bekämpning används inte. Skadegörare bekämpas med biologiska bekämpningsmedel.



Välj dina utgifter

Katarina är 23 år. Hon vill skaffa ny skidutrustning. Därför tänker hon ta med matlådor till jobbet några månader framåt. Då kan hon spara runt 1 000 kronor i månaden.

Matkostnader inklusive 20 uteluncher à 70 kronor	2 620 kr
Matkostnader med matlådor	1 580 kr

Köpa färdigt eller laga själv?

När du har ont om tid köper du kanske färdiglagat. Oftast är den maten dyrare, men inte alltid. Lagar du maten själv vet du dessutom vad den innehåller. Investera i en bra grundkokbok. När du lärt dig grunderna kan du efter egen smak och fantasi variera recepten. Det finns också mängder av spännande recept på nätet.

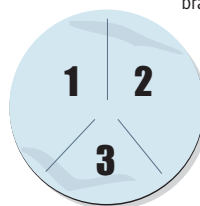


Tallriksmodellen visar hur man komponerar en bra måltid och hur proportionerna bör vara mellan olika livsmedel. Tallriken delas in i tre delar, delarna 1 och 2 är lika stora, del 3 är mindre.

Del 1 är: potatis, ris, pasta eller liknande + bröd

Del 2 är: rotfrukter, grönsaker + frukt och bär

Del 3 är: kött, fisk, ägg eller vegetariskt protein



Småköpen gröper ur din plånbok

Kostnaden blir per år följande om du köper

Fika på stan	1 gång i veckan à ca 50 kronor	2 600
Glasspinne	1 st per dag under juni, juli och augusti à ca 15 kronor	1 380
Chips, 200 g	2 per vecka à ca 23 kronor	2 390
Läsk, 33 cl	1 st per dag à ca 10 kronor	3 650
Mineralvatten, 50 cl	4 st per vecka à ca 18 kronor	3 700
Starköl	12 flaskor per månad à ca 15 kronor	2 160
Cigaretter	1 paket per dag à 49 kronor	17 900
Tidskrift	2 per månad à ca 50 kronor	1 200

Lästips

Mer tips kan hämtas på

www.konsumentverket.se

- ekologiska kvitton – detta händer när du köper ekologisk mat
- handla ekologiskt, broschyr- och rapportserie 2002–2004 www.folkhalsoguiden.se/smart
- åt S.M.A.R.T.

Bostaden

När du flyttar hemifrån ökar dina kostnader. Du ska betala för en lägenhet och dessutom är ett litet hushåll dyrare än ett stort eftersom färre delar på de gemensamma utgifterna för telefon, el, möbler, hemförsäkring, tv-licens. Förbered dig på att ha mindre pengar att röra dig med så kan du njuta av att stå på egna ben.

Hur lätt eller svårt det är att få en egen bostad skiljer sig åt beroende på var i landet du vill bo. Ofta måste du stå i kö för att få en lägenhet, särskilt i de större städerna och i universitetsstäderna. Bara några enstaka kommuner har bostadsförmedling, men många kommuner har information på sina webbplatser om vilka hyresvärdar som finns i kommunen. Du måste själv kontakta dessa för att ställa dig i kö. Ibland tar de ut köavgifter och det har de rätt till. Det går också att ta hjälp av privata hyresförmed-

lare. De får maximalt ta ut 1 000 kronor för ett rum eller 3 000 kronor för att förmedla ett första- eller andrahandskontrakt på en lägenhet. De har bara rätt att ta ut avgiften om de lyckats att förmedla en bostad till dig. Du som söker studentbostad bör ställa dig i kö i god tid innan studierna börjar. På vissa orter är kötiden minst ett år.

Hyreslägenhet

När du hyr en lägenhet har du både rättigheter och skyldigheter. Du ska betala hyran

i tid, sköta om lägenheten väl och inte störa grannarna. Hyresvärden ansvarar för att lägenheten är i gott skick. Om till exempel spisen går sönder eller om det blir stopp i avloppet ska hyresvärden reparera felen. Med jämna mellanrum måste värden också måla och tapetsera om. Hyresvärden måste tåla ett normalt slitage av dig men alla andra skador kan du behöva betala för när du flyttar. Hyresgästföreningen hjälper sina medlemmar att förhandla med värden om medlemmarna behöver hjälp och de kan ge god rådgivning i olika boendefrågor.

Hyra i andra hand

Ska du hyra en lägenhet i andra hand så se till att förstahandshyresgästen har skriftligt tillstånd från hyresvärden eller bostadsrättsföreningens styrelse. Annars kan du bli tvungen att flytta. Du bör också skriva ett kontrakt med den du hyr hyres-tiden. Den hyrestid ni kommit överens om gäller även om förstahandshyresgästen plötsligt skulle ändra sig. Hyr du möblerat bör ni också göra en gemensam inventarierlista över möbler och tillbehör. Då får du vara beredd på att per år betala mellan 5 och 10 procent av inventariernas värde för slitage. Är möblemanget värt 12 000 kronor är det alltså skäligt att betala 100 kronor i månaden. Tycker du att hyran verkar hög jämfört med en likvärdig lägenhet så kan du kontakta hyresnämnden. Anses hyran oskäligt hög kan den du hyr av bli skyldig att betala tillbaka.

Köpa bostadsrätt

Du kan både tjäna och förlora pengar på en bostadsrätt. Månadsavgiftens storlek beror på föreningens ekonomi. Innan du köper en bostadsrätt bör du därför granska årsredovisningen och fråga styrelsen om några särskilda investeringar är på gång. Läs stadgarna och be att få en lägenhetsförteckning. Där kan du se att lägenheten inte är pantsatt. Undersök lägenheten och gemen-



Bo själv eller hemma hos dina föräldrar

Utgifter per månad	Bo hos föräldrar		Bo själv	
	Kvinna	Man	Kvinna	Man
Mat hemma, ej lunch 5 dag/vecka	1 220	1 590	1 320	1 690
Förbrukningsvaror	60*	60*	100	100
Hemutrustning (inkl dator)	220*	220*	560	560
Media, fast telefon, internet m m	220*	220*	810	810
Hyra, el	1 800*	1 800*	4 800	4 800
Hemförsäkring	30*	30*	90	90
Summa hushållsutgifter	3 550	3 920	7 680	8 050
Att betala hemma	3 550	3 920		
Övriga utgifter				
Hygien (personlig)	360	300	360	300
Kläder/skor	530	520	530	520
Fritid (inklusive mobiltelefon)	530	530	530	530
Utelunch (20 ggr/månad)	1 400	1 400	1 400	1 400
Kollektiva lokalresor	640	640	640	640
Fackmedlemskap (inkl A-kassa)	530	530	530	530
Summa utgifter	3 990	3 920	3 990	3 920
Total kostnad	7 540	7 840	11 670	11 970

* En fjärdedel av hushållets kostnad då det är ett fyrapersonshushåll.

I exemplet ovan har vi räknat med att både kvinnan och mannen är 20 år och bor i Karlstad. Hemma hos föräld-rarna bor de i ett hushåll med fyra personer i en lägenhet på fyra rum och kök. Den egna bostaden är på två rum och kök. Utgifter som exempelvis hälso-/sjukvård, semester och sparande finns inte med.



Möbler och utrustning

Köper du bara nya möbler och utrustning till din lägenhet blir det dyrt. Du kanske får ta med dig något hemifrån? Låna av släkt och vänner? Eller köpa begagnat? Äldre möbler och porslin är ofta både bra och billiga och ger dig ett personligt hem. Och du – skjut upp en del av inköpen. Det är först när du bott i din lägenhet en tid som du vet vad du behöver och vad som fungerar för dig.

Så mycket kan din första lägenhet kosta att utrusta

Utrustning för en person	Nytt	Begagnat
Matlagningsutrustning	2 500	
Porslin och bestick	1 500	
Städ- och tvättutrustning		
inkl skovård och verktyg	2 500	
Linne – handdukar, badlakan m m	100	
Sängkläder, överkast	700	
Summa	7300	

Kök

– matbord, fyra stolar, lampa, gardin 1 000

Sovrum

– säng, madrass, lampa, sängbord, matta, rullgardin, byrå, stol 2 500

Vardagsrum

– soffa, två bokhyllor, soffbord, fåtölj, matta, taklampa, golvlampa, gardiner 4 500

Tv, stereo, radio, tv-bänk 5 500

Dator och skrivare 6 000

Hall och badrum

– spegel, lampa, pall, duschdraperi 500

Summa 20 000

Total kostnad 27 300

Tror du att din bostadsyta är mindre än den du betalar för?

Mät din bostad! På www.sis.se finns en broschyr om hur bostäder ska mätas. Bostadsytan påverkar hyra och bostadsstöd. Har du köpt en bostadsrätt via mäklare kan du ha rätt till skadestånd om denne uppgivit för stor bostadsyta.

samma utrymmen som källare, vind och tvättstuga nog. Det går inte att få ersättning för fel och brister som skulle ha gått att upptäcka. Som bostadsrättsinnehavare får du själv ansvara för underhållet i din lägen-

het. Du får på egen bekostnad måla och tapetsera eller byta ut kylskåpet när det är dags. Då kan det vara bra att ha sparat lite pengar till detta. Du har större möjlighet att vara med och påverka ditt boende genom att vara med på möten eller ta ett styrelseuppgift i föreningen.

Spara till bostad

Ska du köpa hus eller bostadsrätt behöver du betala en kontantinsats. Hos HSB, Riksborgen, SBC och några stora byggföretag finns möjlighet att bospara och samtidigt köa till nyproducerad bostadsrätt. Banken erbjuder olika sparalternativ. Oavsett vilken boendeform du flyttar till kan det vara bra att ha sparat lite extra till bland annat flytt-

anmälan, hemförsäkring, nya gardiner eller annan inredning som behövs.

Betala hemma

När du gått ut gymnasiet har dina föräldrar inte skyldighet att försörja dig längre. Har du regelbundna inkomster är det rimligt att du betalar för dig om du bor hemma. Se exempel i tabell på sid 8.

Lästips:

- www.konsumentverket.se
 - boende, Telepriskollen
- www.hsb.se
 - En handbok i konsten att flytta hemifrån

Bilen

Att ha tillgång till bil innebär en stor frihet. Samtidigt medför bilen stora kostnader och att köra bil belastar miljön.

Kostnaden för en bil varierar mycket beroende på bilens ålder och storlek. Värde-minskningen drabbar nyare bilar hårdare än äldre, medan driftkostnaderna brukar vara högre för äldre bilar än för nya. Större bilar drar i allmänhet mer bensin än mindre. Genomsnittsbilisten sparar cirka 800 kronor per år om bilen förbrukar fem centiliter mindre per mil.

Ett bilpris är alltid förhandlingsbart. Ska du köpa en ny bil bör du kontakta olika bilhandlare och jämföra priser. Utgående modeller säljs ofta billigare.

Tänker du låna pengar till bilen så var noga med att utvärdera de olika finansieringsalternativens totalkostnad.

Priset på begagnade bilar kan variera kraftigt. Läser du dagstidningarnas annonser, kollar internet och skaffar bil-



Det finns många sätt att kapa bilkostnaderna – det bästa är att välja rätt från början. Köper du en mindre bil blir kostnaderna för bränsle, fordonsskatt, försäkring och värdeminskning oftast betydligt lägre.

branschens prislister får du en känsla för prisläget.

Att köpa privat blir oftast billigare än hos bilhandlaren. Nackdelen är att konsumentköplagen inte gäller då. Därför bör du vara noggrann med att testa bilen före köp. Köper du från en handlare ska du kräva att få en varudeklaration.

Snålkör – spara miljö och pengar

Att köra fort är dyrt. Snabba accelerationer och häftiga inbromsningar drar bensin och sliter på bil och däck. Billigast och bäst för miljön är att köra på högsta möjliga växel, om möjligt hoppa över tvåan och fyran. Använd motorvärmare i 1,5 timmar vid -15 grader och i 1 timme vid nollgradigt. Då slipper du kallstarter. Kontrollera lufttrycket i däckerna regelbundet. Montera bort takräcke/takbox och lasta ur onödig last. Gå in på www.snalbil.se för fler tips och mer info.

Syna försäkringen

Trafikförsäkring är obligatorisk för alla bilar, men därutöver kan du välja det försäkringsskydd du vill ha. Omfattningen av försäkringen varierar mellan olika bolag och det kan vara stora skillnader i premie, flera tusen kronor per år, så jämför. Även om en bilmodell är billigast hos ett visst bolag är det inte säkert att samma bolag har lägst premier för andra modeller. Kontrollera också att du lämnat korrekta uppgifter till ditt försäkringsbolag. Om du anger att du kör 500 mil för mycket per år blir försäk-

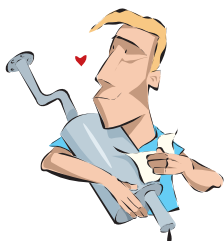
Bilmodell	Saab 9-3 Biopower Kombi	Saab 9-3 Kombi	Toyota Aygo	Nissan Micra	Din egen bil
Årsmodell	2008	2000	2008	2000	
Inköpspris	285 000	71 000	111 000	31 000	
Bränsle	E85	Bensin	Bensin	Bensin	
Bränsleutgift	16 200	14 200	7 200	9 800	
Skatt, besiktning	1 300	2 200	500	1 200	
Försäkring	5 300	5 800	3 400	4 200	
Reparationer, service m m	1 500	5 500	1 200	3 700	
Däck	2 600	2 100	1 300	1000	
Värdeminskning	44 000	11 000	17 000	5 000	
Total kostnad					
per år	71 000	41 000	31 000	25 000	
per månad	6 000	3 500	2 500	2 000	
per mil	47	27	20	16	

- Alla siffror i tabellen är ungefärliga
- Beräkningarna bygger på att bilen behålls i tre år och körs 1 500 mil/år.
- Inköpspriserna är från Nybilsguiden och www.bilpriser.se och övriga uppgifter är från Konsumentverkets Bilkalkyl.
- Bensinpris 10,50 kronor/liter. Bilar som använder E85 taknas enbart med detta. Pris E85 9,60 kronor/liter.
- Bilen halvförsäkras med lägst självrisk. Försäkringspremier från Folksam för 38-årig man i Karlstad.

För in kostnaderna för din egen bil på sid 16.

Gå med i en bilpool

Då får du tillgång till bil när du behöver till ett vettigt pris. Bilpooler finns över hela landet och är ofta knutna till hyresvärdar eller bostadsrättsföreningar.



Vad kostar bilen?

Svaret finns i bilkalkylen på www.konsumentverket.se

ringen flera hundra kronor dyrare. Det är lika viktigt att inte ange för låg körsträcka, då kan du få reducerad ersättning om du råkar ut för en olycka.

Vårda bilen ömt

Nya bilar rasar i värde. Sköter du din bil väl och är noga med underhållet kan du påverka värdeminskningen. Bilen blir också mer driftsäker.

Följ tillverkarens servicerekommendationer för den så kallade avgasgarantin. Tillverkaren ger då garanti för de avgasrenande detaljerna under fem år eller 10 000 mil.

Du kan spara tusenlappar på att tvätta bilen själv och utföra mindre reparationer. Välj miljömärkta bilvårdprodukter så undviker du att belasta miljön onödigt mycket.

Det är särskilt viktigt att reparera trafik-säkerhetsfel innan du besiktigar bilen både för säkerheten och för att slippa ombesiktning.

Lästips:

- På www.konsumentverket.se finns mer information om bilar.
- På www.konsumenternas.se kan du bland annat jämföra försäkringsvillkor.
- På www.kbv.nu finns verkstäder som alltid lämnar garanti. Där får du veta i förväg vad det kostar.

Kläderna, mobilen och internet

Allt fler kläder märks med handtvätt,

ofta trots att kläderna mycket väl klarar att tvättas i maskin.

Händer något med plagget i tvätten måste du ha följt skötselrådet för att få rätt när du klagar i butiken.

Välj också kläder du kan tvätta själv. Kemtvätt är dyrt och tveksamt ur miljösynpunkt.

Sälj dina kläder

Att köpa kläder second hand är ett sätt att klä sig personligt och samtidigt krympa klädkontot. Du kan också se dina kläder som en tillgång som du säljer när du tröttnat på dem.

Prata dig inte pank

Obetalda mobilräkningar är en vanlig orsak till att många får betalningsanmärkningar idag. Har du kollat hur mycket du faktiskt betalar för mobilen på ett år? Du kan tjäna mycket på att byta till det telefonbolag som är billigast just för dig och utnyttja lågpristaxa. Mobil med kontantkort är ett smart sätt att begränsa kostnaderna. Du betalar i förväg och slipper obehagliga räkningar på tusentals kronor.

Handla på internet

Handlar du på internet bör du noggrant läsa igenom vilka regler och villkor som gäller. Har du returrätt? Ingår moms, tullavgifter och porto? Vad händer om varan går sönder? Kan den repareras i Sverige? Gäller garantin?

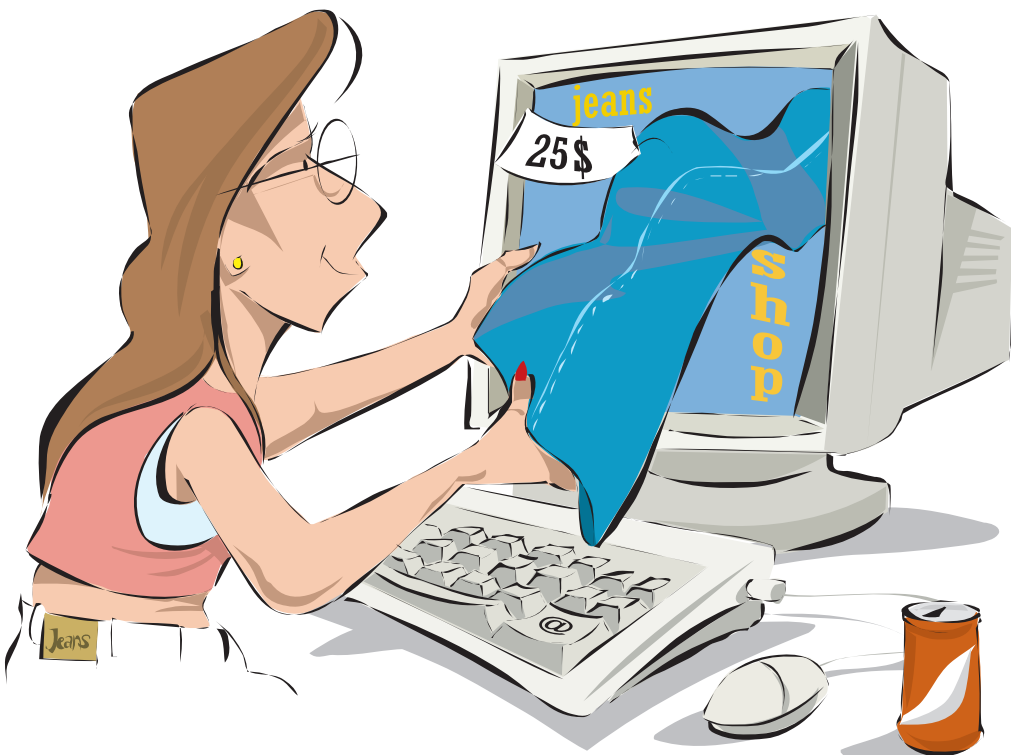
På internet är det vanligt och bekvämt att betala med kontokort. Men var försiktig med att uppge ditt kontonummer till företag du inte känner till.

Betalar du i förväg förlorar du möjligheten till påtryckning om varan inte kommer fram.

Lästips:

Råd & Röns bilagor till exempel Dina kläder och Res och shoppa på www.radron.se.

Mer information om internet och telefoni finns på Konsumenternas telefon och internetbyrå www.ktib.se.



Försäkringarna

Utan försäkringar kan en olycka utvecklas till en personlig katastrof. Alla behöver vara försäkrade – unga, barn och äldre. Vi behöver försäkra våra saker och oss själva.

Hemförsäkringen viktigast

Du behöver en hemförsäkring, även om du tycker att det du äger inte är så mycket värt. Förutom ersättning för ägodelar som stjäls eller förstörs ger hemförsäkringen rätts-, ansvars- och överfallsskydd. Blir du indragen i en rättstvist täcker rättskyddet kostnaderna för juridisk hjälp upp till ett visst belopp. Ansvarsskyddet gäller om du råkar skada andras egendom. Överfallsskyddet täcker utgifter om du blir överfallen, som läkarvård, ersättning för förlorad arbetsinkomst och en engångssumma om du blir invalidiserad.

En hemförsäkring kan vara mer eller mindre omfattande. Välj en som motsvarar dina behov. De flesta försäkringar innehåller ett reseskydd. Om du reser mycket kan du teckna till ett utökat reseskydd med avbeställningsförsäkring, ett prisvärt alternativ till de avbeställningsskydd som researrangörerna säljer. Har du en dyr cykel bör du kolla om hemförsäkringen täcker den.

Allriskförsäkring är ett komplement till hemförsäkringen som ger ett vidgat skydd för din egendom och gäller till exempel om du snubblar och tappar kameran i sjön. Den är också ett alternativ till att ha flera specialförsäkringar, en för klockan och en annan för kameran.

Glöm inte dig själv

En olycksfallsförsäkring ersätter kostnader för läkarvård om du blir skadad i en olycka. Blir du invalidiserad kan du få ett engångsbelopp.

Har du familj kan du behöva en livförsäkring. Om du dör i förtid får din make/maka och dina barn en engångssumma.

De flesta som jobbar är försäkrade via arbetsgivaren. Ta reda på vilka försäkringar du har! Du kan komplettera med gruppförsäkringar genom facket eller med individuella försäkringar.

Egen försäkring till barnen

Barn och ungdomar får en mycket måttlig ersättning, ca 85 000 kronor per år i sk. aktivitetsersättning om de blir så arbetsoförmögna att de aldrig kommer ut i arbetslivet. Därför behöver de ha en sjuk- och olycksfallsförsäkring. En sådan kan i svåra fall ge ett engångsbelopp på ett par miljoner, mycket pengar kan tyckas, men de ska räcka ett helt liv. När du blir 18 år kan du ofta förlänga försäkringen så att du får ett bra skydd fram till du börjar förvärvsarbete.

Begär prisuppgifter från fler försäkringsbolag. Premien kan variera mycket!



Anna är 20 år. Hon har just flyttat in i sin första lägenhet, en etta på 35 kvadratmeter i centrala Karlstad. Hennes saker, möbler, skivor, böcker, köksutrustning, skidor och cykel är värda 75 000 kronor. Hennes hemförsäkring kostar 1 000 kronor per år. Anna är ganska slarvig med sina saker och funderar på att även teckna en allriskförsäkring. Den kostar 450 kronor per år. Hon vill också ha en olycksfallsförsäkring som ger henne en engångssumma på cirka 950 000 kronor om hon skulle bli svårt skadad och invalidiserad till följd av en olycka. Den kostar cirka 600 kronor per år.

Lästips:

Konsumenternas försäkringsbyrå kan ge dig hjälp och stöd. På www.konsumenternas.se finns mycket information bland annat marknadsöversikter.



Kollektiva försäkringar som omfattar en hel grupp, exempelvis medlemmar i ett fackförbund eller en idrottsklubb är ofta billigare än motsvarande individuell försäkring. Eventuella hälsoprövningar brukar inte heller vara lika omfattande.

Barn

Med första barnet förändras ekonomin totalt. Inkomsterna brukar sjunka när ni blir en till i familjen. Samtidigt är det en bra tid att skaffa nya vanor. Hela livet har ju vänts upp och ned.

En del blir faktiskt billigare

När du är föräldraledig sjunker ofta din inkomst eftersom ersättningen från föräldraförsäkringen är lägre än lönen. Vissa arbetsgivare kompenserar dock en del av inkomstbortfallet.

Men föräldraledigheten ger viss möjlighet att leva billigare. Du behöver inte lägga ned pengar på arbetsresor och arbetskläder. Ofta sjunker också matkostnaderna trots att kvinnor som ammar behöver mer mat än annars. Den som är hemma med barnet kanske har mer tid att laga mat och kan äta lunch hemma.

När föräldraledigheten är över brukar inte ekonomin bli så mycket bättre. Många

Stora prisskillnader på blöjor

Du köper blöjor för tusentals kronor, det lönar sig att jämföra priser. Miljömärkta blöjor innebär inga extra kostnader. Billigast och miljövänligast är tygblöjor.

väljer att jobba deltid och avgiften för barnomsorgen är dryg.

Många behöver en större bostad när de får barn. För låginkomsttagare kan bostadsbidraget för barnfamiljer i viss utsträckning mildra de ökande boendekostnaderna.

Billig eller dyr babyutrustning?

Linda, Petra och Karin väntar sina första barn. Linda och Joakim studerar och lever på lån. De lånar kläder, badbalja och stol till sitt barn. Vagnen köper de begagnad. De får också presenter från släkt och vänner. Babyutrustning kan vara billig och kosta runt ett par tusen kronor.

Petra och Staffan har arbetat i några år. De övertar en del utrustning från sina syskon som redan fått barn men vill köpa en del nytt, bland annat en vagn och en säng, eftersom de planerar att skaffa fler barn. De köper också en del nya kläder och väljer då basplagg från varuhuset. Babyutrustningen kostar då ytterligare tusenlappar.

Karin och Mikael har mycket god ekonomi och när de äntligen får barn vill de köpa exakt den utrustning de tycker bäst om. De köper en lyxig vagn, babykorg, skötbord och mycket annat samt dyrbara märkeskläder. Babyutrustningen kan nu kosta betydligt mycket mer, nästan hur mycket som helst.



Spara och låna

Det är bra med en buffert för utgifter som kommer senare. Man vet att utgifter för läkar- och tandläkarbesök, reparationer och annat kommer, frågan är bara när.

Med en buffert kan du också leva billigare. Du kan passa på att köpa grejer du behöver på rea, du har råd att köpa kontant i stället för att hyra eller köpa på kredit.

Hur mycket du behöver i buffert beror på hur du lever och bor. Den som bor i hus behöver mer än den som bor i lägenhet.

Buffertpengar bör vara lätt tillgängliga, exempelvis finnas på ett sparkonto i bank.

Vid sidan av buffertsparandet vill du kanske målspara. Målet kan vara en cykel, en resa, en soffa, en bil eller kontantinsatsen till ett hus. Eller så sparar du utan att ha något direkt mål i sikte.

Målsparar du på längre sikt kan du fundera på att placera pengarna i aktier eller i fondsparande. Historiskt sett är aktier den placering som givit bäst avkastning. Men aktiesparande innebär en viss risk och du ska helst inte hamna i en situation där du tvingas sälja när aktiekursen är låg. Obligationer med kort eller lång löptid är också bra alternativ för det långsiktiga sparandet.

Pensionsspara eller inte?

Du behöver kanske inte börja pensionsspara när du är ung. Då ska pengarna räcka till så mycket annat. Skaffa bostad, möbler och en buffert för oförutsedda utgifter. Om du skaffar barn växer utgifterna, många vill köpa hus och måste spara till kontantinsatsen.

Somliga börjar ändå pensionsspara redan som unga och det är inte alls fel. Fördelen är att du bara behöver spara ett par hundra i månaden för att din framtida pension ska öka rejält, du kommer ju att spara under så många år.

Å andra sidan är det inte för sent att börja pensionsspara senare, i medelåldern. Det kanske är först nu, som du har råd att sätta undan pengar. Pensionssparande är trots allt ett bundet sparande och du kan inte röra pengarna ens om du mister jobbet eller blir sjuk.

Lästips:

www.konsumenternas.se



Dyrt att hyra

Elsa har sett en tv som kostar 6 995 kronor. Hon kan inte köpa den kontant. Ska hon hyra eller köpa på kredit?

Månadshyran för apparaten är 299 kronor, avi- och uppläggningsavgifter tillkommer. Köper hon ut apparaten kontant efter tre år, den kostar då 2 099 kronor, blir hennes totalkostnad 13 958 kronor. Om hon i stället betalar tv-apparaten med sitt kreditkort som har en effektiv ränta på 15 procent blir totalkostnaden 10 050 kronor och hon betalar tillbaka skulden på 3,5 år.



Har du skulder på tusentals kronor på dyra kreditkort? Försök få ett banklån och betala av alla krediterna.

Välj rätt kredit

Att låna kostar alltid. Men kostnaderna varierar för olika krediter.

För kontokrediter kan det variera mycket, somliga är väldigt dyra.

En lönekontokredit är jämförelsevis billig. Banken kopplar den till ditt lönekonto och den utlöses när du betalar med kort eller tar ut pengar i uttagsautomaten trots att lönen är slut. När du får lön betalar du krediten automatiskt.

En lönekontokredit kostar ett par, tre hundra kronor i årsavgift oberoende av om du utnyttjar krediten eller inte.

Skaffar du ett kreditkort är det smart att välja ett som gäller i alla butiker. Då betalar du bara eventuella uppläggnings-, års- och avavgifter för ett konto. Bankerna brukar ha rimlig månadsränta för denna typ av krediter. Till de dyraste krediterna hör t.ex. olika postorderkonton. Den effektiva räntan kan ligga på drygt 30 procent!

Räntefri inte kostnadsfri

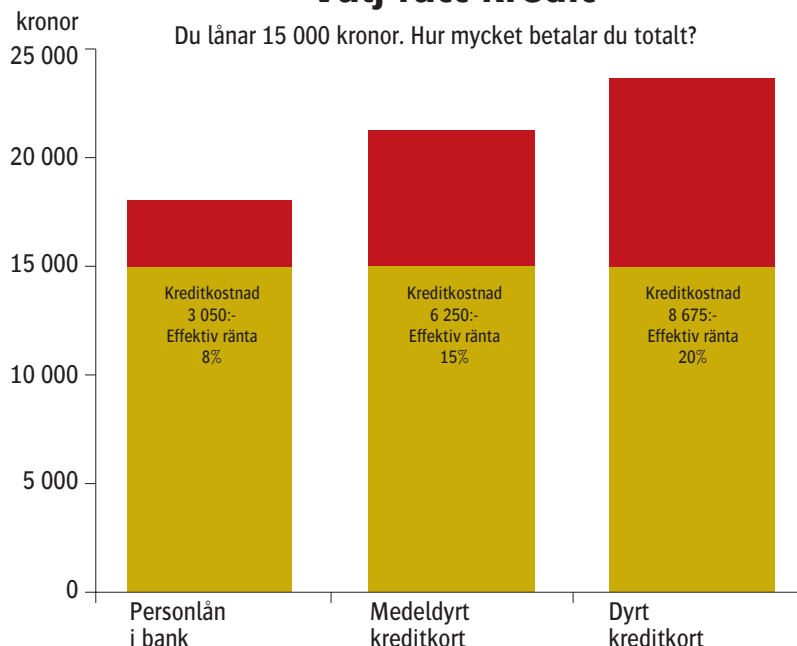
Köper du en tv, dator eller vitvaror erbjuds du kanske en så kallad räntefri kredit, som kan vara ett bra alternativ speciellt när det rör sig om lite större belopp. En räntefri kredit är förstås inte kostnadsfri eftersom du betalar en uppläggningsavgift och en avavgift varje månad. Du måste också vara noga med att din månadsbetalning når kreditgivaren i tid annars kan den räntefria krediten automatiskt slå över till en vanlig kontokredit med hög effektiv ränta eller så får du betala en hög straffavgift.

De billigaste lånen utan säkerhet är normalt så kallade medlemslån som medlemmar i facket t.ex. kan få i Nordea och Swedbank. Dessa lån har förhållandevis låg månadsränta. Liknande personlån finns också hos andra banker, men villkoren är ofta inte lika förutbestämda. Det lönar sig att ringa runt till några banker och fråga!

De allra billigaste banklånen fordrar en säkerhet i form av en villa eller bostadsrätt. Aktier och fonder går också att belåna. Hur hög räntan blir får du förhandla med banken om.

Välj rätt kredit

Du lånar 15 000 kronor. Hur mycket betalar du totalt?



Effektiv ränta är ett jämförpris på krediter.

I den ingår månadsränta, uppläggningskostnad, aviavgifter och andra eventuella avgifter. Kreditgivaren är skyldig att upplysa dig om den effektiva räntan.

Se upp för snabba SMS-lån!

De är absolut dyrast och kan ha en effektiv ränta på över 700% – och ska betalas efter mycket kort tid, i regel 30 dagar.

Tappar du kontrollen blir det dyrt

En liten skuld växer snabbt om du inte betalar den

Skuld	100
Skriftlig betalningspåminnelse	50
Inkassokrav	160
Ansökan till kronofogden om betalningsföreläggande	300
Inkassobolagets ombudsarvode	340
Indrivningsavgift	600
Summa:	1 550

Räkningar måste betalas i tid, dvs. det datum som anges på inbetalningskortet. Observera att det kan ta ett par dagar för pengarna att nå mottagaren.

Om du inte betalar din hyra i tid kan du bli vräkt. Får du svårigheter att betala dina räkningar, tveka inte att kontakta den som du fått fakturan av, du kanske kan få en betalningsplan.

Om du har lån som du inte kan betala, kontakta banken eller kreditinstitutet för att få hjälp.

Behöver du råd och stöd med din ekonomi och skuldsituation, vänd dig då till kommunens budget- och skuldrådgivare som ger kostnadsfri rådgivning.

Alla skulder över 100 kronor som registrerats hos kronofogden finns också i kreditupplysningsföretagens register som så kallade betalningsanmärkningar. En sådan står kvar i tre år, även om du under denna tid betalat din skuld. Har du en betalningsanmärkning kan du få problem att få banklån och andra krediter. Du kan också bli nekad telefon-, mobil- och internetabonnemang. Det allra värsta är att det också kan bli omöjligt att få ett eget hyreskontrakt så länge som betalningsanmärkningen finns kvar.

Budgeten

Har du fört över uppgifter om inkomster och utgifter från tabellerna?
Fyll nu i dina övriga utgifter.

Budgeten är färdig! Är det något du vill ändra på? Köpa mer eller mindre av? Vill du spara mer? Nu har du överblick och kan se vilka möjligheter du har till förändring.



Inkomster och utgifter per månad

Nuvarande ekonomi

Budget

Sammanlagda inkomster (från sid 3)

Utgifter (från sid 5)

Livsmedel

Utelunch/kaffe (från sid 7)

Kläder/skor

Fritid/lek (inklusive mobiltelefon)

Hygien (personlig)

Barn- och ungdomsförsäkring

Förbrukningsvaror

Hemutrustning (inklusive dator)

Media, fast telefon, internet m m

Hemförsäkring

Hushållsel

Bil (från sid 10)

Övriga försäkringar

Bostad

Lån (amorteringar och räntor)

Kollektivresor

Arbetslöshetskassa och fackavgift

Läkare/tandläkare/medicin

Barnomsorg, underhåll

Sparande

Övrigt (månadspeng, alkohol, tobak, godis, tips, presenter, husdjur, semester m m)

Sammanlagda utgifter

Resultat: inkomster – utgifter

Betala smart

Betala dina räkningar med giro eller via internet. Har du autogiro så dras summan automatiskt från ditt konto dagen innan räkningen ska vara betald. Ha gärna en stående överföring till ett sparkonto så att du har pengar när du ska göra större inköp.

Vill du ha fler broschyrer?

De finns hos kommunens konsumentvägledare och budget- och skuldrådgivare. Den kan också beställas från Konsumentverket. Den finns även på Konsumentverkets och Råd & Rönns hemsidor: www.konsumentverket.se
www.radron.se
Pris: 10 kronor

Här kan du beställa våra skrifter:

Publikationer

Box 48, 651 02 Karlstad
Telefon 054-19 41 30, fax 054-19 41 95
publikationer@konsumentverket.se
www.konsumentverket.se

För Konsumentverkets skrifter gäller följande villkor: leverans sker fraktfritt mot faktura och betalningsvillkoren är 30 dagar netto. Angivna priser är inklusive moms och gäller tills vidare. Ångerrätt inom 14 dagar från mottagen leverans eller när du fått information om din ångerrätt. Returporto återbetalas inte.

Teckningar Lasse Widlund

Layout Madelene Olsson/The Factory of Design

Tryck Elanders Sverige AB

Konsument
verket • KO



Konsumentverket, januari 2009