

# Hur kan vi hjälpa nyanlända flyktingar att inte bli skuldsatta?

## Vardagsekonomi

- Bra att veta för att få koll på pengarna



Budget-och skuldrådgivningen i Upplands Väsby

# Upplands Väsby kommun



[www.upplandsvasby.se](http://www.upplandsvasby.se)

# Bakgrund

Arbeta mer förebyggande med nyanlända

Målgrupp: Ensamkommande  
flyktingungdomar

# Häftet

Konsument  
verket • KO

 Kronofogden



ESL pedagogik

# Lektionerna

- Liten grupp
- Helst utan tolk
- Få med boendestödjare
- Dialog



# Smakprov från häftet - mat

## Mat



Matkostnaden är en stor utgift. Är man många i familjen får man räkna med att stor del av inkomsten går till mat. Många har kanske en onödigt stor matkostnad. Den går att påverka själv genom att man handlar smart.

Vi gör alla olika när vi handlar. Hur gör du?

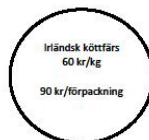
Köper du mat varje dag eller storhandlar du?

Handlar du i närbutiken eller åker du till en stormarknad?

Köper du stora förpackningar/3 för 2 eller bara det du just nu behöver?

Smarta sätt att handla	Dåliga sätt att handla

Vilken förpackning ger dig mest mat för pengarna?



## Jämförpris

Om du ska ta reda på vilken vara som är billigast är det bra att titta på "jämförpriset". Det visar vad varan kostar per kilo eller per liter. Det är för att du enkelt ska kunna se vilken vara som är billigast oavsett förpackningens storlek. Affärerna måste ange jämförpriser på de flesta matvaror.

Vilken information kan du få från hylletiketten?



Tänk på att olika butiker kan ta olika priser för exakt samma vara.

Att handla på Pressbyrån, OK/Q8, Statoil och liknande ställen är väldigt dyrt. Även om du bara ska ha mjölk, bröd eller smör är det mycket dyrare på en mack än om du skulle handla i en större mataffär som till exempel Willy's, ICA eller Coop.

## Matttips!

- Kolla jämförpriser
- Extrapriser
- Färdigätter = dyrt
- Handla frukt och grönt efter säsong
- Handla inte hungrig
- Skriv veckomatsedel
- Skriv inköpslista
- Hembakat
- Köp storpack och frys in
- Egna matlådor
- Minska köttintaget
- Billiga och bra livsmedel är till exempel rotsaker, bönor och linser
- Handla inte mer än vad som går åt
- Släng inte rester – det blir en bra matlåda
- Gör storkok

# Smakprov från häftet - småinköp

## Vad kostar småinköp?

Räknar man ihop sina småinköp upptäcker man hur mycket pengar som har gått åt.

Så här mycket kostar småinköpen på ett år:

Fika på stan	1 gång/vecka x 50 kr	2600 kr
Red Bull	5 st/vecka x 23 kr	5980 kr
Lösgodis	3 hg/vecka x 8 kr	1248 kr
Cigaretter	1 paket/dag x 53 kr	19345 kr
Snus	3 dosor/vecka x 46 kr	7176 kr
Tidning	2/månad x 50 kr	1200 kr
Trisslott	1 trisslott/vecka x 30 kr	1560 kr

Hur ser dina egna småinköp ut?

---

---

Hur mycket skulle du kunna spara på ett år om du drar in på onödiga småinköp?

---



# Smakprov från häftet – buffert

## Buffert

Buffert är pengar som du lägger undan för att klara oväntade utgifter. Det kan till exempel vara ett tandläkarbesök eller att mobilen går sönder. Om du får lägre inkomst på grund av arbetslöshet eller sjukdom har du ändå dina utgifter.

Alla behöver en buffert för att kunna ha en fungerande ekonomi. Hur stor buffert du behöver beror på hur du lever och bor. Har du familj, hus och bil krävs en större buffert än om du bor själv i en hyresrätt.

Många tycker det är svårt att lägga undan pengar. Det är bättre att lägga undan en liten summa varje månad än inget alls.



En guldtia varje dag i en 1,5 liters petflaska ger på sikt en stor summa pengar. En full flaska motsvarar ca 10000 kr.

Om du sparar 50 kr i månaden blir det 600 kr på ett år.

Kan du lägga undan 100 kr i månaden blir det 1200 kr på ett år.



Har du haft några oväntade utgifter?

---

---

Hur skulle du själv kunna bygga upp en buffert?

---

---

---



# Smakprov från häftet - sparande

## Sparande

Förutom ditt buffertsparande kan du ha spara till något du önskar dig eller vill göra. Det kan till exempel vara en resa, ett körkort eller en iPad.

Om du bestämt dig för att spara pengar är det bra att bestämma hur det ska gå till, till exempel hur mycket du vill spara och hur du ska göra. Så här kan du göra för att planera ditt sparande.

1. Bestäm vad du vill spara till.

\_\_\_\_\_

2. Ta reda på vad det du vill spara till kostar.

\_\_\_\_\_

3. Titta i din budget och tänk efter hur mycket du klarar av att spara varje månad.

\_\_\_\_\_

4. Räkna ut hur lång tid det tar att spara ihop summan.

\_\_\_\_\_

5. Bestäm hur ditt sparande ska gå till, till exempel sparkonto med automatisk överföring eller lägga pengar i ett kuvert.

\_\_\_\_\_

## Exempel

Abbe vill göra en resa till sin syster i Malmö. Han har tagit reda på att en bussresa fram och tillbaka kostar 900 kr. Han kan bo och äta hos sin syster under besöket. Abbe får inte mycket pengar över efter att alla räkningar är betalda men räknar med att kunna spara 150 kr i månaden. Hur länge måste Abbe spara för att kunna åka till Malmö?

Svar: \_\_\_\_\_



# Smakprov från häftet – budget

## Hur får du koll på dina pengar?

Det är mycket som pengarna ska räcka till. Du har varje månad räkningar som ska betalas förutom mat och andra kostnader. Det är viktigt att man inte gör av med mer pengar än vad man har i inkomst.

För att få koll på dina pengar kan du göra en egen budget. En budget gör man genom att skriva ned alla inkomster och alla utgifter under en månad. Utgifterna får inte vara högre än inkomsterna. För att ta reda på hur mycket utgifterna är på tittar du på dina räkningar, kontoutdrag och kvitton.

Här kan du göra din egen budget:

	Budget - idag	Budget – eget boende
Inkomster		
Summa inkomster		
Utgifter		
Hyra		
El		
Mat		
Hygien		
Förbrukning		
Bredband, TV		
TV-licens		
Hemförsäkring		
Fack- avgift/A-kassa		
SL		
Mobil		
Kläder, skor		
Fritid		
Rökning/snus/alkohol		
Övrigt		
Sparande		
Buffert		
Summa utgifter		

# Smakprov från häftet – låna

En kompis vill låna pengar av dig, men du vill inte eller så har du inte råd. Hur kan du göra då?

# Smakprov från häftet – råd & tips

## Råd och tips!



- Ordning och reda på papper hjälper dig mycket.
- Gå igenom dina utgifter. Kanske betalar du onödigt mycket för till exempel el och mobil.
- Ha koll på dina matkostnader. Den utgiften kan du påverka mycket själv.
- Småutgifterna kan bli stora summor. Här kan du spara mycket.
- Gör din egen budget och följ den.
- Bygg upp en buffert för oförutsedda utgifter.
- Betala alltid hyra, el och hemförsäkring först.
- Betala dina räkningar i tid.
- Tänk efter innan du lånar.

# Smakprov från häftet – ordlista

## Ordlista

A-kassa	Försäkring så att du får pengar om du blir arbetslös
Anstånd	Rätt att vänta med betalning
Autogiro	Om du godkänt autogiro kommer dina pengar dras automatiskt från ditt konto
Automatisk överföring	Om du godkänt automatisk överföring kommer dina pengar gå från ett konto till ett annat utan att du gör något mer
Avtal	Något man kommit överens om och måste följa
Bankgironummer	Numret tillhör ett bankkonto som ska ta emot dina pengar
Betalningsanmärkning	En prick som visar att du inte betalat räkningar i tid
Betalningsmottagare	Den som ska ha pengarna
Budget	Lista över alla inkomster och utgifter
Buffert	Pengar som du lägger undan för att klara oväntade utgifter
Effektiv ränta	Allt det kostar dig att ta ett lån i ett år
Faktura	Papper som visar hur mycket du ska betala
Fakturanummer	Nummer som visar vilken räkning det gäller
Förfallodag	Senaste dag som pengarna ska vara hos den som skickade fakturan
Hemförsäkring	Avtal med försäkringsbolag som gör att du kan få ersättning om det händer något med ditt hem och dina saker. Råkar du skada andra människors saker eller blir överfallen kan du också få ersättning
Inkassobolag	Företag som arbetar med att få in pengar för obetalda räkningar
Inkomst	Pengar du får in varje månad
Kreditupplysning	I en kreditupplysning ser man dina inkomster, skulder och dina eventuella betalningsanmärkningar
Kronofogden	Myndighet som arbetar med skulder
Namnteckning	Namnteckning är ditt eget sätt att skriva ditt namn på som inte är lätt för andra att härma
OCR-nummer	Siffror som hjälper betalningsmottagaren att veta vilken räkning du betalar
Plusgironummer	Numret tillhör ett bankkonto som ska ta emot dina pengar.
Påminnelseavgift	Extra avgift för att påminna den som inte betalat en räkning
Räkning	Papper som visar hur mycket du ska betala
Ränta	Priset på lån av pengar
Skuld	Pengar som du är skyldig någon och måste betala tillbaka
Spara	Samla på något, till exempel pengar för att använda senare
Sparkonto	Bankkonto där du sätter in pengar för att spara
Utgifter	Allt du betalar för

Referenser  
ESL Ekonomi 2013  
Konsumentverket  
Kronofogden  
Finansinspektionen

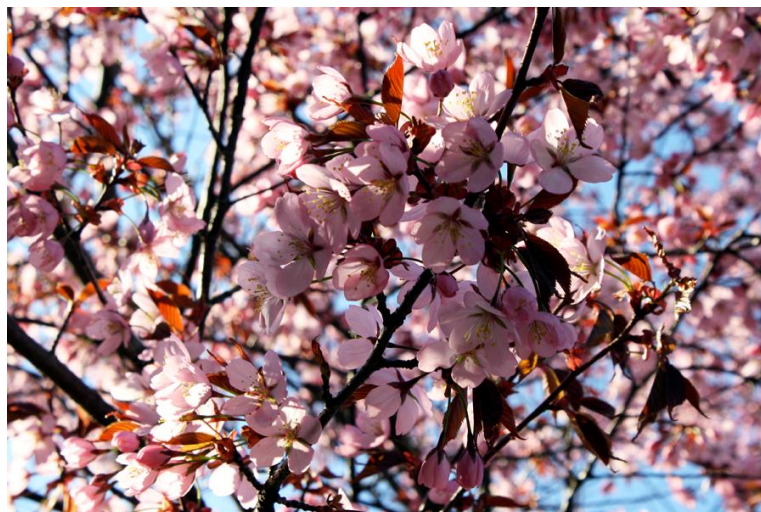


# Hur kan häftet användas?

- Finns på portalen
- Uppdatera
- Gör ändringar om ni vill
- Använd det som ni vill



# Tack!



[www.upplandsvasby.se](http://www.upplandsvasby.se)



Upplands Väsby  
kommun