

**nfu**

Norsk Forbund for  
Utviklingshemmede



**Pengene mine**



Denne boken er utarbeidet av osv.



# Forord

Dette er en bok  
som handler om penger.  
Penger er viktig.  
Du trenger penger til mat.  
Du trenger penger til klær.  
Du trenger penger til husleie.  
Det meste koster penger.

Det er ikke lett  
å holde orden på pengene sine.  
Vi håper denne boken  
kan være nyttig for deg.  
Ikke vær redd for å spørre  
Noen du kjenner om råd.

Når det er noen ord du lurer på,  
kan du slå opp bakerst i boken.  
Der er det ordforklaringer.

Du må jobbe med økonomi for å lære det.  
Når du ser linjen hvor det står \*\*\* økonomi \*\*\*  
Betyr det at det er noe å snakke om eller øve på.  
Ikke vær redd for å be om hjelp.

Hilsen Inger Johanna og Sissel

# Innhold

## Penger og betalingsmåter ..... s. 7

Sedler.....	s. 8
Mynter.....	s. 8
Ta vare på pengene.....	s. 8
Måter å betale på.....	s. 8
Sjekk.....	s. 8
Bankkort.....	s. 8
Bruk av kort.....	s. 8
Banktjenester.....	s. 8
Renter.....	s. 8
Lån.....	s. 8
Trenger du hjelp?.....	s. 8

## Hvor kommer pengene fra? ..... s. 6

Jobb og lønn.....	s. 8
Utbetaling av lønn.....	s. 8
Attføring.....	s. 8
Trygd.....	s. 8
Økonomiske støtteordninger.....	s. 8
Grunnstønad og hjelpestønad.....	s. 8
Egne notater.....	s. 8

## Hva går pengene til? ..... s. 8

Dagligvarer.....	s. 8
Klær og sko.....	s. 8
Leie bolig.....	s. 8
Eie bolig.....	s. 8
Inventar.....	s. 8
Telefon.....	s. 8
Forsikringer.....	s. 8
Helse.....	s. 8
Reiser.....	s. 8
Fritid.....	s. 8

## Økonomi..... s. 10

Hva er økonomi?.....	s. 8
Å bo.....	s. 8
Dyrt og billig.....	s. 8
Tilbud.....	s. 8
Avbetaling.....	s. 8
Når butikken kommer til deg.....	s. 8
Kjøpsloven.....	s. 8
Forbrukerrådet.....	s. 8
Kjøre brukt.....	s. 8
Eie eller leie?.....	s. 8
Skatt og avgifter.....	s. 8
Bankboks.....	s. 8
Regnskap.....	s. 8
Budsjett.....	s. 8
Ringperm.....	s. 8

## Litteratur..... s. 12

## Stikkord..... s. 14



# **Penger og betalingsmåter**





# Sedler

Vi har fem slags sedler.  
Sedlene har ulik verdi.

- 50 kroner
- 100 kroner
- 200 kroner
- 500 kroner
- 1000 kroner

Sedlene har ikke samme farge.

De er ikke like store.

Den grønne femtikrone-seddelen er minst.

Hundrelappen er rød og bare litt større.

Tohundrelappen er blå og grønn og den er litt større enn hundrelappen.

Femhundrekroner-seddelen er brunaktig.

Tusenlappen er lys lilla. Den er størst og har størst verdi.

## Økonomi

Jo større sedlene er, jo mer kan du kjøpe for dem.

Hva kan du få for 50 kroner, for 100 kroner?

Hva kan du få for 200 kroner, og for 500 kroner?

Hvilket bilde er det på en tusenlapp?

# Mynter

Hvor mange penger har du i lommeboka?  
Det er sikkert både mynter og sedler.

Se på myntene.

De er ikke like store.

Noen er store og noen er små.

Fargen er heller ikke den samme.

Noen ser ut som de er laget av sølv, og noen ser ut som de er laget av gull.

De har ulik størrelse og noen har hull i midten så du kan kjenne forskjell selv om du ser dårlig.

Vi har fem ulike mynter:

20-kronen og 10-kronen er gullfarget.

5-kronen, 1-kronen er sølvfarget

50-øren er laget av kobber.

## Økonomi

Sorter myntene etter verdien.

"Gull" er mer verdt enn "sølv".

Store "sølvpenger" er mer verdt enn små "sølvpenger".



# Ta vare på pengene

Pass godt på pengene dine!

Det er lett å miste lommeboka.

Noen kan stjele den, særlig hvis den er lett å se.

Da er det dumt å ha mye penger i lommeboka.

Hvis du mister bankkortet ditt, må du si fra til banken med en gang.

Banken sperrer da kontoen din, slik at ikke andre kan bruke kortet ditt.

Du bør også si fra til politiet.

Lønn eller trygd blir som regel satt i banken.

Den blir satt inn på bankkontoen din.

Banken sender oversikt over innskudd og uttak.

Du kan ta ut kontanter i minibanken, og i de fleste butikker når du handler.

Det er ikke lurt å ta ut for mye om gangen.

Trenger du kontanter når du har bankkort?

## Økonomi

Det kan være billige og dyre varer.

Prøv de billige varene,  
ofte er de like gode.

Sammenlign prisen på store og små pakninger.

Er de store alltid billigst?



# Måter å betale på

Å betale kontant betyr å betale med en gang.

Du kan betale kontant med penger eller kort.

Det er billigst å betale med penger.

Når du bruker kort, må du ofte betale avgift til banken.

Det kalles gebyr. Bankene tar ikke like store gebyrer.

Nettbank er billigst.

Vil du ikke betale kontant, kan du få en regning.

Den kan du betale med bankgiro eller over nettet. (se side 8)

Nettbanken er rask.

Beløpet på regningen blir trukket fra kontoen din.

Også her må du betale et lite gebyr.

Du kan også kjøpe på avbetaling.

Da blir prisen delt opp i mindre beløp, og du betaler litt om gangen.

Som regel må du betale mer til sammen.

## Økonomi

Betaler du med penger eller kort?

Hva koster en TV når du betaler kontant?

Hva koster det på avbetaling?



# Nettbank

## Økonomi





# Bankkort

Har du konto i banken, kan du få bankkort.  
Det finnes flere typer bankkort.

På kortet er det mye informasjon:

- hvilken type kort det er – visa, axept eller master
- nummeret på bankkontoen.
- eierens navn og personnummer
- fotografi av eieren
- kontrollnummer og varighet
- korteierens signatur

I den svarte streken ligger en tallkode.

Bare du og en du stoler på, skal kjenne den.

Du må huske koden din, for å få ut penger.

Når du skal betale, trekker du kortet gjennom en betalingsterminal.

Da får banken vite hvor mange penger du har brukt.

## Økonomi

Det er lurt å velge en kode som er lett å huske.  
Ikke velg fødselsdagen din, for den står på kortet.  
Øv på koden hver dag til du kan den!  
Hvorfor skal koden din være hemmelig?



# Bruk av kort

Bankkortet kan du bruke i alle minibanker.  
Etter stengetid må du kanskje betale gebyr.  
Du kan betale med kort i de fleste butikker.  
I mange av dem kan du ta ut kontanter også.

Personalet i banken og på posten kan lære deg å bruke minibanken.  
Minibanken har en liten skjerm.  
På den står det hvordan du får ut penger.  
Du blir også spurt om du vil ha kvittering.

Ikke fortelle koden til andre enn hjelperen din.  
Pass på at ingen ser på når du slår inn koden din.  
Ikke skriv ned koden noe sted der andre kan få fatt i den.

## Økonomi

Tror du at du kan lære deg å bruke minibank?  
Hvem kan du spørre om hjelp?  
Når du bruker minibank,  
bør du gjemme kvitteringene.  
Bruk kvitteringene når du fører regnskap.





# Banktjenester

Personalet i banken er der for å hjelpe deg.

Du kan avtale at banken skal

- betale husleien din hver måned
- betale strøm og telefon hvert kvartal
- betale forsikringer, som regel hvert halvår

Banken betaler med penger som står på kontoen din.

De fører regnskap over pengene som kommer inn, og hva du bruker.

Du må betale gebyr for tjenestene, men så slipper du å gjøre på det selv.

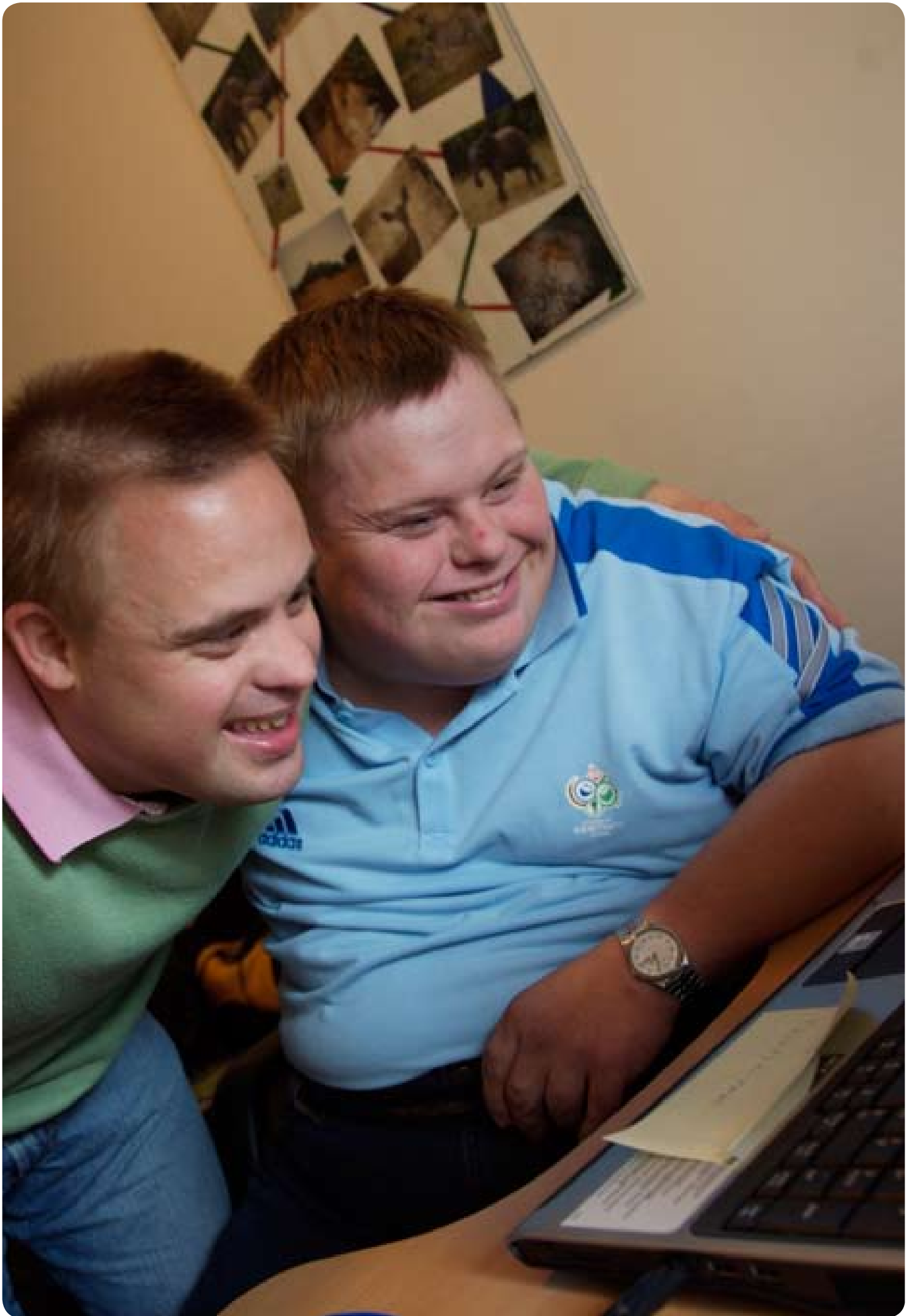
Banken sender kontoutskrift hver måned.

## Økonomi

Øverst på utskriften står det debet og kredit.

Tallene under debet er det som kommer inn, tallene under kredit er det du bruker.

Hvorfor er det viktig at debet er størst?



# Renter

Lønn og trygd blir satt inn på konto.

Av og til kan du tjene litt ekstra eller du kan få penger i gave.

Det kan lønne seg å sette pengene i banken.

Banken låner ut pengene som står inne.

Det betaler de for. Det kalles renter.

Banken betaler mest renter for penger de vet skal stå lenge inne.

Vi har mange ulike kontoer.

Spør i banken hvilke kontoer som passer deg.

Du får minst rente på en konto du bruker ofte.

Brukskonto eller lønnskonto gir lav rente.

Sparekonto gir høyere rente.

## Økonomi

Spør i banken hvilken rente du kan få

- på sparekonto

- på brukskonto

Ungdom får ekstra høy rente når de sparer til bolig.

# Lån

Når du låner penger, må du betale renter.

Du må også betale avdrag på lånet.

Du må ikke låne mer enn at du kan klare å betale renter og avdrag med den inntekten du har.

Selv om du har spart mange penger,

må du oftest låne hvis du skal kjøpe bolig.

Det er mest vanlig å låne i Husbanken.

Du kan også låne i den banken du har kontoen din.

Skal du låne penger til møbler og annet utstyr til boligen din, må du betale høyere renter.

Det kalles forbrukslån.

De fleste må ha hjelp til å ordne med lån.

Du kan få hjelp av familie, hjelpeverge eller ansatte i banken.

## Økonomi

Å betale avdrag betyr å betale tilbake pengene du har lånt, litt etter litt.

Skal du betale lånet fort, blir det store avdrag.

På boliglån betaler du små avdrag i mange år.

# Trenger du hjelp?

Mange har en hjelpeverge.

En hjelpeverge er en som skal hjelpe deg med å holde orden på økonomien din.

Familie, venner og personalet i banken kan også hjelpe deg med økonomien.

Ofte kan du trenge hjelp når du skal kjøpe dyre ting.

Ikke alt du ønsker deg er nødvendig.

Det er godt å ha noen å diskutere med,

Får du voksenopplæring, kan læreren gi deg råd.

Det er bedre å spørre en gang for mye enn en gang for lite.

## Økonomi

Du har lyst på ny sykkel, men har du råd til det?

Du vil ha noen nye CDer.

Hvor er de billigst?

Det er en som vil selge en støvsuger til deg.

Er det et godt tilbud?

Diskuter det med noen.





**Hvor kommer pengene fra?**

# Jobb og Lønn

Det er mange ulike arbeidsplasser.  
Du og vennene dine jobber kanskje

- på et verksted
- på et gartneri
- i en kantine
- på et kontor
- i en barnehage
- på et lager
- i skogen

eller på et annet sted.

Når du jobber, får du lønn.

Det er viktig at du trives med jobben din, slik at du har lyst til å gå på jobb.

## Økonomi

Ikke alle har lik lønn.

Den som har jobbet lenge, tjener mer enn den som nettopp har begynt å jobbe.

Hva tjener du?

Hva er timelønnen din?

Forslag til link: [NAV arbeid](#)





# Jobb og Lønn

Når du begynner i en ny jobb, har du mye å lære.  
Noen steder får du derfor lav lønn den første tiden.

Hvis du skulker, får du ikke lønn.  
Er du borte, må du ha egenmelding.  
Er du syk mer enn tre dager, må du gå til lege og få sykemelding.  
Da kan du få sykepenger.

Noen har deltidsjobb.  
Da kan de få både trygd og lønn.

Når du har trygd blir trygden redusert dersom du tjener mye.  
På NAV-kontoret kan de fortelle seg  
Hvor mye du kan tjene før trygden blir redusert.

## Økonomi

Liker du jobben din?  
Er du fornøyd med lønnen din?  
Har du hatt andre jobber?  
Tjente du mer da?

Forslag til link: NAV trygd





# Utbetaling av lønn

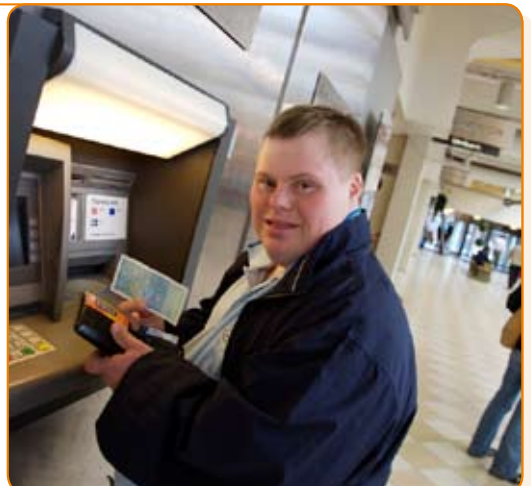
De fleste får lønn en gang hver måned.  
Lønnen kan bli satt inn på kontoen din.  
Du får ikke se pengene, men du får en lønsslipp.  
På lønsslippen står det hvor mye du har tjent.

Skal du ikke bruke pengene med en gang, kan du la dem stå i banken.  
Da kan du ikke miste dem, og dessuten får du litt renter.

Stønad, trygd og pensjon betales også ut en gang om måneden.

## Økonomi

Hvor ofte får du lønn?  
Hvor mye får du i lønn?  
Har du penger helt til du får lønn igjen?



# Attføring

Mange med nedsatt funksjonsevne kan klare en jobb når arbeidet er lagt til rette.

Noen tåler ikke den jobben de har.

Det kan være mange tunge løft så de får vondt i rygg og armer.

Det kan være stoffer de er allergiske mot.

Hvis de blir dårlige, må de gå til legen.

Legen kan sykemelde dem og gi dem medisiner eller annen behandling.

Da får de sykepenger i stedet for lønn.

Er du sykemeldt og ikke kan gå tilbake til den jobben du har, kan du få attføring.

Da kan du få hjelp til å finne en jobb du klarer.

Du kan også få hjelp til å lære en ny jobb.

I Norge har vi et inkluderende arbeidsliv.

Det betyr at alle skal få mulighet til å jobbe.

Det finnes mange støtteordninger

for de som må ha hjelp til å komme i arbeid.

Spør på NAV-kontoret.

## Økonomi

Har du hatt en jobb du ikke klarte eller tålte?

Har du vært på attføring?

Hvor mye fikk du i attføringstrygd?

Fikk du tilbud om en ny jobb som passet bedre?

Forslag til link: [NAV trygd](#)



# Trygd

Noen klarer ikke å arbeide så mye fordi jobben ikke er lagt tilrette for dem. Da blir ikke lønnen høy nok til å leve av. De må få trygd i tillegg.

Har du nedsatt funksjonsevne, kan du søke attføring. Får du ikke jobb etter attføringen, må du søke uføretrygd.

Folketrygd er felles navn for alle trygdene. Alle som får lønn betaler noe til folketrygden hver måned. Arbeidsgiveren og staten betaler resten. NAV-trygd regner ut trygden din.

NAV omfatter arbeids-, trygde- og sosialkontor. De betaler også ut alderstrygd.

## Økonomi

Får du trygd? Hvor mye får du?  
Vi har uføretrygd, syketrygd,  
arbeidsløshetsstrygd  
og alderstrygd. Hva slags trygd får du?

Forslag til link: [NAV trygd](#)





# Økonomiske støtteordninger

Både stat og kommune har støtteordninger.

Husbanken gir tilskudd og billige lån.

Du kan få lån om du må ha mer plass eller spesiell innredning på grunn av en funksjonshemning.

Du må søke NAV-trygd om støtte til rullator, rullestol og spesialbil eller hjelpemidler som lysklokke, tidsplanlegger...

Noe må du kjøpe, noe får du låne fra Hjelpemiddelsentralen.

Du kan få hjelp til å søke på NAV-kontoret.

Fra kommunen kan du søke bostøtte og startlån.

Hvis ikke lønnen eller trygden strekker til, kan du søke om ekstra støtte fra NAV-sosial.

Ingen mennesker i Norge skal mangle penger til det nødvendige som mat, klær og bolig.

## Økonomi

Har du fått tilskudd fra Husbanken?

Får du bostøtte?

Vet du hva slags støtte du har rett til å få?

Hvor kan du be om råd og hjelp?

Forslag til link: NAV trygd



# Grunnstønad og hjelpestønad

Stønad betyr støtte.

Grunnstønad er støtte til

- ekstra utgifter på grunn av sykdom
- spesiell mat på grunn av diett
- tøy som slites mye
- kjøp av bleier
- bilholdtelefon og transport

Hjelpestønad går til å betale en privat hjelper slik at eldre, syke og de som har nedsatt funksjonsevne, kan bo hjemme.

Stortinget bestemmer hvor stor støtten skal være.

Det må ikke betales skatt av stønadene.

## Økonomi

Får du grunnstønad?

Hva får du grunnstønad til?

Hvor fikk du hjelp til å søke?

Får du hjelpestønad?

Forslag til link: NAV arbeid





# Egne notater



**Hva går pengene til?**

# Dagligvarer

Mat, drikke, såpe, tannkrem og papir bruker vi daglig.

Det kaller vi dagligvarer.

Det er mye mat som ikke holder så lenge.

Derfor må vi handle dagligvarer ofte.

Det er dårlig økonomi å kaste mat.

Melk som står varmt, blir sur.

Pålegg som står varmt, tørker.

Det er god økonomi å lagre riktig.

Melk, smør, ost, pålegg og grønnsaker

holder seg best i kjøleskap.

Kaffe, te, mel, sukker, knekkebrød og andre tørre varer

kan du ha i kjøkkenskap.

I fryseren kan du ha et lite lager av kjøtt, fisk og bakervarer.

## Økonomi

Hvor mye bruker du til dagligvarer hver uke?

Hvorfor bør du ikke kjøpe mer enn du trenger?

Hvordan finner du ut at mat er blitt for gammel?

Hva kan du bruke rester til?



# Dagligvarer

Innkjøp må planlegges.

Følg med på tilbudene i butikkene.

Før du går i butikken, bør du lage handleliste.

Ellers har du lett for å kjøpe for mye eller glemme noe.

Ha mynten klar til handlevognen.

Finn frem det du skal ha og kryss av på handlelisten.

Ikke legg frosne varer inntil varme varer.

Har du kalkulator, kan du slå inn prisene for hver vare.

Da vet du hva du skal betale.

Ikke legg salat og druer underst!

Pant tomflasker. Bruk bæreposene flere ganger.

Det er miljøvennlig, og du sparer penger.

## Økonomi

Det kan være billige og dyre varer.

Prøv de billige varene, ofte er de like gode.

Sammenlign prisen på store og små pakninger.

Er de store alltid billigst?





# Klær og sko

Klær og sko er dyrt.

Du må planlegge innkjøpene godt.

Tenk på at det nye du kjøper, skal passe til det du har fra før.

Hverdagsklærne blir mye brukt.

De må være av god kvalitet.

Moteklær er ekstra dyre og blir fort umoderne.

Det lønner seg ikke alltid å kjøpe siste nytt.

Se hva det står i klærne du kjøper.

Kan de vaskes, eller må de renses?

Det er billigere å vaske selv enn å rense.

Det er smart å kjøpe strykefritt.

Regntøy, joggesko, støvletter og boblejakke er dyre ting som du må spare til.

Lag en plan for hvordan du skal bruke pengene.

En slik plan kalles et budsjett.

## Økonomi

Hva koster en T-skjorte og  
hva koster en Ola-bukse?

Hvorfor er noen joggesko dyrere enn andre?

Setter du av penger til klær hver måned?

Det du sparer en måned, kan du  
trenge den neste.



# Klær og sko

Vi føler oss vel i nye klær.

Derfor hender det vi kjøper klær og sko vi ikke trenger.

Se på budsjettet ditt før du handler klær.

Skriv opp hvilke størrelser du bruker

- i sko
- i bukser og jakke
- i sokker og strømper
- i undertøy

Sko og store plagg må du alltid prøve.

Kjøp gjerne klær sammen med en venn.

Da er dere to til å se om plagget er pent.

Kjøp flere par like sokker om gangen.

Hvis en går i stykker, har du fremdeles par.

## Økonomi

Lønner det seg alltid å kjøpe klær på utsalg?

Kjøper du noen gang bare fordi det er billig?

Hvorfor blir kvalitetsklær solgt til halv pris?

Sammenligner du priser i flere butikker?





# Leie bolig

Det koster å bo! Boutgifter er den største posten på budsjettet ditt. Noen leier og noen eier.

Når du leier betaler du en fast husleie.

Den kan inkludere

- forsikring av leiligheten
- kommunale avgifter: vann, kloakk, renovasjon
- utvendig vedlikehold
- kabel-TV og internett

I tillegg må du betale for lys og varme, for innvendig vedlikehold og forsikring av innbo.

Husk å sette av penger til telefon og TV-lisens.

Er boligen møblert, betaler du ekstra for det.

I borettslag både eier og leier du.

Der betaler du først et innskudd.

I tillegg betaler du husleie for hver måned.

## Økonomi

Hva er husleien din? Hva dekker den?

Hvor stor strømregning har du?

Hvem eier huset du bor i.

Hvem skal ha penger for vann, kloakk og renovasjon?

Forslag til link: Husbanken og Finn bolig





# Eie bolig

Når du har kjøpt boligen din, eier du den.

Når du eier boligen din, må du betale:

- renter og avdrag på lån
- kommunale avgifter: vann, kloakk og renovasjon
- tomteleie hvis du ikke eier tomten din
- innvendig og utvendig vedlikehold
- utgifter til lys og varme
- forsikring av hus og innbo
- telefon, internett og TV
- eventuelle fellesutgifter

Noe betaler du hver måned,  
noe betaler du 2 – 4 ganger i året.

Det lønner seg å sette av  
en fast sum hver måned til boutgifter.

Har du lån, kan det ta mange år før lånet er betalt.

## Økonomi

Eier eller leier du boligen din?

Har du lånt penger til å kjøpe den?

Hvor mye betaler du i renter og avdrag hver måned?

Hvor mange år er det igjen før lånet er betalt?

Forslag til link: Husbanken og finn bolig

# Inventar

Du kan leie en møblert leilighet.  
Da skal det være alt du trenger der.  
Det er dyrere å leie møblert enn umøblert,  
derfor vil mange heller kjøpe møbler selv.

Møbler og utstyr er dyrt, du kan ikke få alt på en gang.  
Du bør skaffe deg det viktigste først og siden spare og kjøpe litt etter litt.

Det er ikke bare møbler du trenger.  
På kjøkkenet må du ha kjøleskap, kokeplate, komfyr eller mikrobølgeovn.  
Du må ha kjeler, redskaper og servise.  
Det er dyrt å fylle skuffer og skap!  
Vaskemaskin, tørkeskap, støvsuger,  
kaffetrakter og vaffeljern trenger du vel også?

## Økonomi

Hva har du på kjøkkenet?  
Hvor mye tror du det koster til sammen?  
Du har utstyr for mange tusen i boligen.  
Hvor mye har du forsikret det for?



# Forsikring

Forsikring betyr sikkerhet.

Hvis et hus brenner eller noe blir stjålet, vil eieren tape mange penger.

Forsikringen skal hjelpe deg om noe går galt.

Du kan tegne forsikring mot brann, tyveri og ulykker.

Du får et skriv fra forsikringsselskapet der det står hva du er forsikret mot.

Det kalles polise.

Du betaler penger til forsikringsselskapet

Det kalles premie.

Hvis det brenner, om noen stjeler fra deg,  
eller noe annet går galt uten at det er din skyld,  
betaler forsikringsselskapet penger til deg.

Du må betale noe selv. Det kalles egenandel.

Noen varer er forsikret ett år fra du kjøper dem.

## Økonomi

Er du forsikret? Se på polisen din.

Hva er du forsikret mot?

Hvor stor er egenandelen?



# Telefon

Telefon er et viktig hjelpemiddel, men den kan bli svært dyr.

Mange har en fastavgift hver måned.

Noen bruker kontantkort, men det kan være dyrt.

Du må betale for hvert minutt du snakker når du selv ringer til noen.

Husk at du også betaler for SMS-tjenester.

Når andre ringer til deg, er det de som betaler.

Det finnes mange ulike abonnement og priser.

Det er dyrere å ringe til utlandet.

Det er ekstra dyrt å bruke teletorget.

Med mobiltelefonen er du alltid tilgjengelig.

derfor har mange har sagt opp fasttelefonen.

Du kan også ha telefon via internett IP-telefon

Mister du mobiltelefonen, kan mobilselskapet sperre abonnementet.

## Økonomi

Hvor stor telefonregning har du?

Det kan være dyrt å kjøpe billig mobiltelefon.

Sammenlign prisene på mobilabonnement.

Hva er et familieabonnement, og hva koster det?







# Helse

Noen har god helse, andre er ikke så heldige.  
Alle kan gjøre noe for å ta vare på helsa si.  
Riktig kosthold og mosjon er viktig.  
Pass på å gå regelmessig til fastlegen din.

Når du går til lege, må du betale egenandel  
hvis du ikke har frikort. Du får frikort  
når du har betalt en viss sum i egenandel.  
Egenandelen skal registreres på et kvitteringskort.  
Er du kronisk syk, får du medisiner på blå resept.

Tennene er det viktig å passe på  
Det kan bli dyrt å reparere tennene hvis du ikke passer på dem.  
Ha fast avtale med tannlegen to ganger i året.  
Utsatte grupper kan få støtte til tannbehandling.

Føttene dine er også en viktig del av helsa.  
Vonde føtter trenger regelmessig pleie.

## Økonomi

Vet du hvor mye du må betale i egenandel før du kan få frikort?  
Hvorfor bør du gå regelmessig til tannlege?  
Hva betyr "ansvar for egen helse"?

Forslag til link: på google står det alt om sykdommer...

# Reiser

Kan du gå eller sykle til jobben?

Hvis ikke må du bruke tog, buss, båt eller trikk.

Blir du hentet i bil fra arbeidsstedet ditt?

Eller kanskje du tar drosje?

Transport til jobben koster penger og må være med på budsjettet.

Liker du å reise i ferien?

Enten du reiser i Norge eller i andre land, koster det penger.

Du må spare litt hver måned hvis du skal få råd til å reise.

På reisebyrået kan du få kataloger.

Der kan du lese om og se bilder av reisemålet.

Hver gang du har satt penger i banken, kan du drømme om ferien!

Du kan se mye på en liten tur, du må ikke reise til Syden for å oppleve noe.

## Økonomi

Reiser du ofte, kan du kjøpe månedskort, kekort eller klippekort.

Da får du rabatt.

Hva sparer du mest på?

Vet du hva et TT-kort er?



# Fritid

I fritiden skal du gjøre noe du har lyst til!

Gå på kino, på konsert, på diskotek, på kafé.

Du kan trimme: Sparke fotball, spille håndball eller boccia, gå i helsestudio, i svømmehall eller på ski.

Du kan ha hobbyer eller gå på kurs.

Alt dette koster penger.

Noen liker best å være hjemme og se på TV.

Du må betale lisens for å se på TV.

Har du kabel-TV må du betale ekstra.

Hvis du heller vil se på bilder eller lese, må du kjøpe blader og bøker.

Det eneste som er gratis, er å gå tur - eller gå på biblioteket!

Du må også ha penger til blomster og gaver til familie og venner.

## Økonomi

Har du penger til fritid på budsjettet ditt?

Har du en hobby? Koster den noe? Hvor mye?

Abonnerer du på en avis? Hva koster det?

Hva betaler du i TV-lisens?

Hva går lisenspengene til?





**Økonomi**

# Hva er økonomi

Dette kapitlet handler om økonomi.

Økonomi betyr å ta vare på.

Når vi sier økonomi, tenker vi mest på penger.

Egentlig betyr det å ta vare på alt vi har.

Vi snakker om å ha orden i økonomien.

Det betyr at vi vet hvor mange penger vi har, og hvor mye vi bruker.

Du har sett ordet Økonomi mange ganger nå.

Det står nederst på hver side for å gi tips om hva du kan jobbe med for å lære om økonomi.

Økonomi er vanskelig, derfor er det lurt å spørre om hjelp.

Den som tar vare på pengene sine, er økonomisk.

## Økonomi

Penger, lønn, trygd, gebyr, dyrt, billig, gratis, bank, lån, renter, sparing, rabatt, tilbud, regnskap, budsjett, sjekk, pris, bankkort, personkort, postbankbok, inntekt, utgift, skatt, avgift...

# Å bo

Det koster mange penger å bo enten du eier eller leier.  
Hvis du skal kjøpe bolig,  
må du ha egenkapital. Kapital betyr penger.  
Trenger du lån? Da kan banken hjelpe deg.  
Når du skal skaffe deg et sted å bo, trenger du hjelp.  
Det er mange du kan spørre:  
familie, venner eller hjelpeverge.  
Du kan også få hjelp på sosialkontoret.  
Du må finne ut hvor mye du har råd til å betale for å bo.

Finn ut hva du helst vil, kjøpe eller leie.  
Det er ikke alltid det er dyrest å kjøpe.  
Det er mange måter å bo på:  
hybel, leilighet, rekkehus eller enebolig.  
Mange bor på hybel mens de sparer til noe større.

## Økonomi

Liker du å bo alene, eller sammen med andre?  
Hvordan bor du?  
Er det fellesutgifter der du bor?  
Er det husregler?



**RISEN!**

**95**

maskin!

**Happy**  
Delbetaling på  
**3000**  
i 33 mnd.  
Kredittkjøpspris



# Dyrt og billig

Dyrt og billig sier noe om prisen.

Dyrt betyr at noe koster mye, billig betyr at noe koster lite.

Samme vare kan være dyr i en butikk og billig i en annen.

Det lønner seg alltid å sammenligne priser.

Du kan spare mye på å handle i lavprisbutikker.

Middagsmat kan også være billig eller dyr.

Kylling er sunn og billig mat og koster mindre enn biff.

Du kan få billige bukser og dyre bukser.

Det kan lønne seg å kjøpe den dyre hvis den er av bedre kvalitet.

Billige klær kan krympe eller farge av.

## Økonomi

Har du funnet et varemerke som er godt og billig?

Husk å spørre etter det neste gang du handler.

Er det flere butikker der du bor?

Har du sammenlignet priser?

# Tilbud

SALG og TILBUD er ord du ofte ser.

Du ser det i butikken, i avisen, på gata.

Hver uke kommer det egne tilbudsaviser for mat.

Tilbudene skal lokke deg til butikken.

Det er reklame.

Det skal stå på varer som er på tilbud og salg hva de kostet før.

Det står ofte FØR og NÅ på prislappen.

Da ser du hva du sparer.

Det lønner seg å bruke tilbud og gå på salg når det er ting du trenger.

Det er dyrt å kjøpe ting du ikke trenger.

Det kaller vi impuls kjøp.

Ting som ikke er på moten, kommer på salg.

De er like gode, og prisen er mye lavere.

## Økonomi

Ser du på datoen på mat som er på tilbud?

Det er ofte tilbud på mat som snart går ut på dato.

Den er like god, men du må ikke kjøpe mye!

Nedsatt melk må du bruke samme dag.



# Avbetaling

Av og til trenger du noe du ikke har nok penger til.

Du har bare penger til å betale halvparten.

Da kan du kjøpe på avbetaling.

Det betyr at du kan betale resten litt etter litt.

Det heter å betale avdrag.

Avbetaling er dyrt, du må betale høye renter.

Butikken låner deg penger som du betaler renter for.

Hvis du har penger, kan du betale kontant og kanskje få rabatt.

Det er økonomisk.

Avbetaling lønner seg ikke!

## Økonomi

Skal du kjøpe mikrobølgeovn eller en liten fryser?

Se hva det koster når du betaler kontant.

Hva blir prisen når du kjøper på avbetaling.

Hva sparer du på å betale kontant?



# Når butikken kommer til deg

Kataloger med fine bilder frister deg til å kjøpe.

Det er dumt å kjøpe varer du ikke har sett eller prøvd.

Ting som ser fine ut på et bilde, kan likevel ha dårlig kvalitet.

Katalogprisene kan være lave, men du må betale porto og gebyr i tillegg.

Telefonen ringer og en hyggelig stemme sier:

"Hei på deg!" og sier navnet ditt.

"Fint du var hjemme, jeg har et tilbud til deg."

Bli medlem av en bokklubb, truseklubb, sokkeklubb...

"Jeg sender deg en prøve så kan du se selv.

Angrefristloven gjelder, vet du."

Du kan gi beskjed til registeret i Brønnøysund, at du ikke vil bli ringt opp av telefonselgere.

Bruker du internett?

Nettbutikken kan også lure deg.

Du får ikke se eller prøve det du bestiller.

Tenk før du kjøper!

## Økonomi

Er du blitt lurt av kataloger og telefonselgere?

Hvorfor er det vanskelig å sende en vare tilbake?

Hva må du betale selv om du ikke beholder varen?

Hvorfor er det lurt å vente med å kaste emballasjen?

# Kjøpsloven

Mye reklame kommer i posten.

Reklamen skal friste deg til å kjøpe.

Du får kataloger med fine bilder i postkassen.

Noen ganger står det navnet ditt i dem.

Ikke la det narre deg til å tro at du må kjøpe.

Hvis du ikke vil ha reklame i posten, setter du en lapp på postkassen din.

Gir du beskjed til registeret i Brønnøysund, kan du unngå telefonselgere.

Heldigvis er det en lov som sier at du kan sende tilbake varer du ikke vil ha.

Denne loven heter Kjøpsloven.

Kjøpsloven gjelder alt du kjøper, gjennom posten, telefonen eller ved døren.

Det siste kaller vi dørsalg.

Ved dørsalg og telefonsalg har du angrefrist.

Hvis du angrer, bør du levere tilbake varen straks!

## Økonomi

Hvor lang pleier angrefristen å være?

Hva skal til for at du kan klage på en vare?

Har du fått postordrekatalog med navnet ditt i?

Er varene billige når du legger til porto og gebyr?

Forslag til link: Forbrukerrådet

# Forbrukerrådet

Alt som selges skal være av god kvalitet.  
Forbrukerrådet tester alle slags varer og skriver om hvordan de er.  
Hvis du skal kjøpe en vaskemaskin, kan du ringe og spørre  
om hvilket merke som passer til ditt bruk.

Forbrukerrådet krever at alle varer skal ha varedeklarasjon.  
Det skal stå hva de er laget av og hva de tåler.  
På store ting får du et garantibevis.  
Hvis du oppdager feil fabrikken har gjort,  
får du gratis reparasjon eller ny vare.

Alle kommuner har en klagenemnd for forbrukersaker.  
Der kan du få hjelp hvis du er blitt lurt.

## Økonomi

Har du fast plass for garantibevisene dine?  
Er du blitt lurt til å kjøpe noe du ikke trenger?  
Hadde du hørt om Kjøpsloven da?  
Har du garantimerke bak på TV-apparatet ditt?

Forslag til link: [Forbrukerrådet](#)





# Kjøpe brukt

Når en ting er brukt, blir den mindre verdt.  
Den koster mindre, men den kan være like god for det.  
Noen butikker selger bare brukte ting.  
Fretex er en slik butikk.  
Der kan du kjøpe klær, møbler og annet utstyr.

På loppemarked kan du finne gode brukte ting.  
Der er de ekstra billige.  
Folk averterer i avisene når de har noe å selge.  
Noen setter oppslag i nærbutikken eller på jobben.  
Gjenbruk er god økonomi.

Veldig gamle ting kaller vi antikviteter.  
De kan være mye verdt.  
Ikke selg noe gammelt før du vet om det er verdifullt.

## Økonomi

Har du noe pent brukt som du vil selge?  
Kjenner du noen som trenger det?  
Hvor mye skal de betale?  
Kanskje dere har noe å bytte?



# Eie eller leie

Du kan eie eller leie boligen din.

Har du hørt om leiebil?

Da betaler du for å ha bil noen dager.

Det kan være billigere enn å kjøpe hvis du ikke trenger bil ofte.

Har du sett reklame for utleie av TV, DVD,

vaskemaskin, dypfryser eller komfyr?

Det er ikke så lurt å leie noe du skal bruke ofte.

Hvis du bare ser et par filmer i året, lønner det seg å leie DVD-spiller.

Leier du en spiller hver helg ett år, har du betalt nesten like mye i leie som det koster å kjøpe den.

Det er lurt å spare. Opprett en konto for noe du ønsker deg: DVD, fotoutstyr, sykkel...

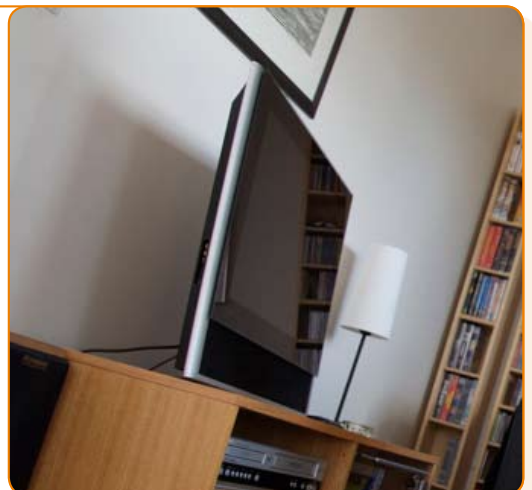
## Økonomi

Har du noe pent brukt som du vil selge?

Kjenner du noen som trenger det?

Hvor mye skal de betale?

Kanskje dere har noe å bytte?





# Skatt og avgifter

Vi betaler skatter for at det skal bli penger til skoler, sykehus, rådhus, kino, bibliotek, veier, trygd...

De som får lønn, må betale skatt av den.

Du betaler skatt i den kommunen du bor.

Noe av skatten du betaler, går til staten.

Det kaller vi statsskatt.

Noe av skatten går til kommunen.

Det er kommuneskatten.

Ligningskontoret beregner skatten din.

Det sender deg en ferdig utfylt selvangivelse.

Den må du kontrollere og signere.

Har du hørt om moms? Det er skatt på varer.

Ca fire delen av prisen på de fleste varer er moms.

Momsen på mat er mindre.

På alkohol og tobakk må du betale ekstra avgifter.

## Økonomi

Hvorfor betaler vi skatt?

Har du skattefrikort?

Hvorfor er det ekstra avgifter på øl og røyk?

Hvor kan du få hjelp til å kontrollere selvangivelsen?

Forslag til link: folkeregisteret

# Bankboks

Hvis du har noe du er redd for å miste, kan du leie en bankboks.  
Der er det trygt å legge verdisaker.

Det er mange slags verdisaker, smykker, sølvtøy, verdipapirer,  
og filmen til bilder du er spesielt glad i.

Verdipapirer kan være vitnemål, fødselsattest, aksjebrev eller poliser.

Noe kan du alltid ha liggende i bankboksen.  
Noe legger du der når du reiser bort.

Bankboksen ligger i hvelvet til banken.  
Det er brannsikkert og vanskelig å bryte seg inn i.

## Økonomi

Har du leiet bankboks?

Er det andre verdisaker du ville ha i en bankboks?

# Regnskap

I budsjettet skriver du det du regner med å bruke.  
Så fører du regnskap og sammenholder med budsjettet.

Du bør ha en egen regnskapsbok eller en mappe for regnskap på PCen din.  
Der skriver du alt du bruker penger til.  
På en side kan du skrive hva maten koster.  
Så kan du ha en side til klær og sko, en til bolig, en til transport, en til helse...

Bruk kalkulator og legg sammen det du har brukt i en måned.  
Mat og bolig koster omtrent det samme hver måned.  
Noen måneder bruker du mye penger til klær.  
Andre måneder kjøper du kanskje ikke klær.  
Sånn er det med mange ting.

## Økonomi

Hvor mange penger bruker du  
til mat hver måned?  
Hva bruker du til andre dagligvarer?  
Hva betaler du i husleie?  
Hvor kan du spare?



# Budsjett

I budsjettet skriver du det du regner med å bruke.  
Så fører du regnskap og sammenholder med budsjettet.

Du bør ha en egen regnskapsbok eller en mappe for regnskap på PCen din.  
Der skriver du alt du bruker penger til.  
På en side kan du skrive hva maten koster.  
Så kan du ha en side til klær og sko, en til bolig, en til transport, en til helse...

Bruk kalkulator og legg sammen det du har brukt i en måned.  
Mat og bolig koster omtrent det samme hver måned.  
Noen måneder bruker du mye penger til klær.  
Andre måneder kjøper du kanskje ikke klær.  
Sånn er det med mange ting.

## Økonomi

Hvor mange penger bruker du til mat hver måned?

Hva bruker du til andre dagligvarer?

Hva betaler du i husleie?

Hvor kan du spare?

# DVD/ringperm

PENGENE MINE er en bok om økonomi.

Til boka er det laget en DVD/ringperm den kan være et godt hjelpemiddel til å holde orden på økonomien.

I denne ringpermen vil du blant annet finne:

- hvordan du bruker permen
- budsjettark
- beskrivelse av budsjettposter
- årsregnskap
- månedsregnskapsark
- fakatopplysninger om Forbrukerrådet, kjøpslov, angrefrist, klagenemnd, autogiro og brevgiro

Bak i permen vil du også finne plastlommer til:

- kopioriginaler til budsjettark og regnskapsark
- kvitteringer
- kontoutskrifter
- autogiro
- brevgiro
- garantibevis
- bruksanvisninger

**Økonomi**