



BÆRUM
KOMMUNE

Enkelt innføringskurs i personlig økonomi

Anne Engh

Rådgiver på Flyktningkontoret i Bærum kommune

Sammen skaper vi fremtiden

MANGFOLD - RAUSHET - BÆREKRAFT

Bruk pengene dine smart

Et hjelp-til-selvhjelpskurs i personlig økonomi

 Finans Norge



Sjekkliste for faste og variable utgifter

 Husleie

 Lys/oppvarming/brensel

 TV-lisens

 Telefon/internett

 Barnehage/fritidshjem

 Forsikring

 Kommunale avgifter

 Fritidsaktiviteter barn

 Månedskort

 Abonnementer

 Kontingenter

 Mat/husholdning

 Oppussing/vedlikehold

 Klær/sko

 Personlig pleie

 Lege/tannlege

 Ferie

 Gaver

 Utgifter til bil

 Tobakk/alkohol/kaffe/brus

 Restaurantbesøk/cafe









 Kino

 Andre fritidsaktiviteter





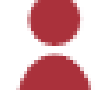



Forsikring



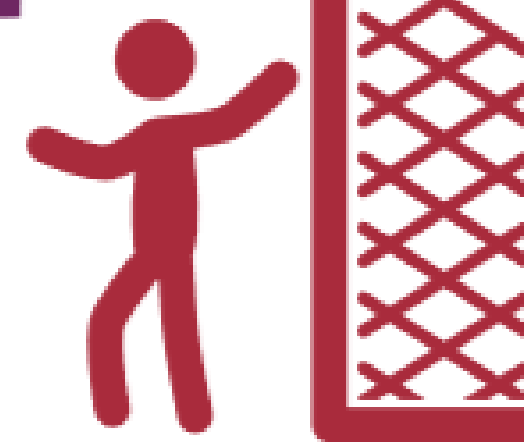
UKESKJEMA (Utgiftene for hver dag settes inn i skjema og summeres)

UKESKJEMA (Utgiftene for hver dag settes inn i skjema og summeres)										
UTGIFTER	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG		Date inn	INNTEKTER
 Husleie										Lønn
 Mat og drikke										Ekstrajobb
 Strøm										Barnetrygd
 Forsikring										Bostøtte
 Personlig pleie										NAV / sosial
 Sport/fritid										Diverse
 Transport										Inntekter (totalt)
 Telefon										
SUM UTGIFTER PR. DAG								SUM UTGIFTER PR UKE	X4 = UTGIFTER PR MÅNED	→
										-
										=
										TOTALT

MÅNEDSSKJEMA [Utgiftene for hver måned settes inn i skjema og summeres]

	JAN	FEB	MAR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEPT	OKT	NOV	DES	SUM
TOTALE INNTEKTER PR MÅNED													
 Husleie													
 Mat og drikke													
 Strøm													
 Forsikring													
 Personlig pleie													
 Sport/fritid													
 Transport													
 Telefon													
SUM TOTALE UTGIFTER PR. MÅNED													

Skatt



Spare eller sløse?



Hva koster
kaffe på kafé?

Pr dag: kr.

Pr uke:

Pr. mnd:

Pr. år:



Lenke til Finans Norges side med materialet: veilederhefte, deltakerhefte og presentasjon

<https://www.finansnorge.no/tema/ny-i-norge-bank--og-forsikringstjenester/innforingskurs-i-personlig-okonomi-for-nyankomne-flyktninger/>