

Økonomisk Selvhjælp

Bryd tabuet

Dårlig økonomi påvirker næsten altid ens velbefindende negativt - psykisk og fysisk. Man kan ligefrem blive syg af det! Det kan også gøre det vanskeligt at fokusere på andre vigtige ting, som fx uddannelse og job m.v.

Derfor: Bryd tabuet og gør noget ved det **NU!** Det værste, du kan gøre, er at lade stå til. Det gør kun ondt værre. Tal eventuelt med en god ven om dit problem. Det letter, og måske kan vennen også hjælpe dig med noget af nedenstående.

Skab overblik

Start med at skabe overblik over din økonomi.

Lav en liste over din gæld, og hvad der skal betales herpå hver måned. Gælden kan du sikkert finde i rykkerbreve fra kreditorer. Husk også at tjekke e-boks. På nedenstående link kan du måske også finde gældsposter:

- www.dininfo.dk. Her kan du se, om du er registreret i RKI og for hvilke beløb.
- www.skat.dk. Se sidste "Årsopgørelse" og "Skatteoplysninger". Gæld til Skat (Gældsstyrelsen) kan desværre ikke aflæses direkte i Årsopgørelsen. Her må du ringe på telefon 7015 7304.
- www.kreditstatus.dk/minkreditstatus/. Her indberetter mange banker og finansieringsselskaber deres tilgodehavender.
- www.borger.dk. Under Økonomi / gæld kan du finde gæld til Kommunen.

Lav et budget. Notér alle dine faste udgifter og indtægter, og sæt dem ind i et budgetskeama fordelt over 12 måneder. Her kan kontoudtog fra banken være en stor hjælp. Husk at være realistisk ved vurdering af dine udgifter og indtægter. Afsæt gerne et beløb til uforudsete udgifter. Alle faste betalinger bør tilmeldes betalingsservice. Budgettet bør også kontrolleres mindst én gang om måneden.

Et budgetskeama kan du finde på www.ksa-silkeborg.dk under Økonomisk rådgivning. Der er 2 skemaer at vælge imellem. Ét med og ét uden budgetkonto. Det kan være en fordel at oprette en budgetkonto, hvor der automatisk hver måned bliver overført et fast beløb til betaling af dine faste udgifter. Du kan også finde hjælp på www.raadtilpenge.dk.

Ud over et budgetskeama med de faste udgifter, kan det være en god idé at finde ud af, hvad du bruger dine øvrige penge til. Det giver dig mulighed for at se, hvor der er penge at spare. Du kan enten gemme dine boner og lave et regnskab hver uge, eller bruge apps som fx lommebudgettet.

NB: Snyd ikke dig selv, ved ikke at tage alt med!

Prioriter

Nu har du oversigt over din gæld og dine udgifter og indtægter. Så skal du prioritere, hvis ikke der er penge til det hele.

Det vigtigste er, at dine faste udgifter bliver betalt,

- at du har tag over hovedet,
- at der er mad på bordet, og
- at du eventuelt kan komme på arbejde.

Du skal derfor altid først betale dine boligudgifter (husleje, el, vand og varme) og afsætte et minimumsbeløb til mad m.v. (= dit rådighedsbeløb). Er det svært at få rådighedsbeløbet til at strække over hele måneden, så del det op på ugebasis.

Når der er afsat penge til disse udgifter, bør du som udgangspunkt prioritere gæld til det offentlige frem for private kreditorer. Dette bl.a. fordi Skat i nogle tilfælde har mulighed for at trække en del af din indkomst, før du får den udbetalt.

Hvis ikke der er penge til alle kreditorer, kan du kontakte dem og bede om henstand, afdragsnedsættelse og/eller eventuelt rentestop. Hvis du har tilbudt dine kreditorer det, du har råd til ifølge dit budget, og de ikke vil acceptere tilbuddet, må du erkende, at det ikke er muligt at lave en aftale. Du må derfor stoppe betalingerne indtil bedre tider, uanset hvad de siger eller skriver til dig. Bliver du eventuelt indkaldt til Fogedretten, skal du dog altid møde op, men du skal ikke acceptere en afdragsordning, som du ikke har råd til, når både dine faste udgifter og dit rådighedsbeløb er på et minimum.

Det er naturligvis en selvfølge, at du ikke optager nye lån. Det hjælper ikke at optage lån for at betale af på andre!

Har du brug for hjælp ?

Lykkes det dig ikke at få styr på din økonomi med ovennævnte råd, så kan du fx kontakte en sagsbehandler ved Kommunen.

Du er også meget velkommen til at sende en ansøgning om økonomisk hjælp os på www.ksa-silkeborg.dk.

På følgende hjemmesider, er der også hjælp at hente:

www.gaeld.taenk.dk/raadgivning-om-gaeld. Forbrugerrådet TÆNK's gældsrådgivning

www.kfumsoc.dk/projekter/gratis-gaeldsraadgivning. KFUM's gældsrådgivning

www.dinretshjaelp.dk. Din retshjælp i Aarhus