



Övning: Uppskatta dina utgifter och inkomster

Mål

Du skriver ner vilken uppfattning du har av dina månatliga inkomster och utgifter.

Anvisning

Skriv ner dina månatliga inkomster och utgifter i listan nedan. Gör en helhetsbedömning från minnet av hur situationen ser ut under en månad. Du behöver inte kontrollera summorna.

Den här uppgiften kan också göras i familjen, och då räknar man med inkomster och utgifter från flera personer.

Du kan skriva ner summorna i svarsrutorna här nedan. Spara uträkningen.

1. **Inkomster.** Börja med att skriva in det nettobelopp som du tror kommer in på ditt konto varje månad. Nettobeloppet är den mängd pengar som kommer in på ditt konto efter att det har dragits av skatt.

Kom ihåg att ta med alla möjliga summor från inkomster. Det kan till exempel vara

- lön
- pension
- sjukdagpenning
- barnbidrag
- underhållsbidrag eller underhållsstöd
- bostadsbidrag
- övriga inkomster.

Skriv ner en uppskattning av alla inkomster du får per månad.



2. Utgifter. Fundera nu på alla utgifter som du lägger pengar på under en månad.

Det kan till exempel vara:

- kostnader för hyra + vatten
- bolagshyra + bolagslån
- amortering + ränta på bostadslån
- kollektivtrafik
- bensin
- matvaror
- mat på jobbet
- restaurangbesök
- alkohol
- tobak och spel
- telefon + internet
- dagvårds- och eftermiddagsklubbsavgifter för barn
- hälso- och sjukvårdskostnader samt läkemedel
- lån (annat än bostadslån)
- övriga utgifter.

Skriv ner alla utgifter du har under en månad.



Sporadiska utgifter. Fundera på om du har utgifter som du inte behöver betala varje månad.

Det kan till exempel vara:

- el
- uppvärmning
- hemförsäkring och andra försäkringar
- bilförsäkring & andra bilkostnader
- större inköp och renoveringar
- dina barns eller dina egna fritidsintressen
- övrigt.

Skriv ner sporadiska utgifter som du inte behöver betala varje månad.

3. Dina utgifter och inkomster under en månad. Räkna först ut totalsumman för både inkomster och utgifter. Dra av utgifterna från dina inkomster.

Hur mycket pengar blev det kvar?

Blev det pengar över för överraskande utgifter?

Räckte din inkomst eller går du minus varje månad?

Dra nu av dina månatliga utgifter från din månatliga inkomst.