

**Under augusti kommer de flesta tillbaka efter sköna semesterveckor. Men smakar det så kostar det och många upptäcker efter sommaren att det är tunt i plånboken. Ylva Yngveson, chef för Institutet för Privatekonomi ger råd om hur man klarar av ekonomin efter semestern.**

– Om man har problem får man hushålla med det man har. Det kan vara bra att sätta sig ner, räkna på utgifterna och fråga sig hur man kan klara det, säger Ylva Yngveson.

Hon ger bland annat rådet om att dra ner på löpande utgifter som kläder, mat och bensin om det krisar en viss månad. Det ger resultat direkt, till skillnad från exempelvis byten av abonnemang. Hon tipsar om att lägga tid på matlagning för att minska kostnaderna.

– Gå inte ut och ät på restaurang. Ta med matlåda till jobbet och utnyttja varor som är billiga för årstiden, menar hon. Om man måste köpa kläder kan man titta på begagnat i second hand-butiker. Annars gäller det att göra ett tillfälligt stopp.

– Skjut upp saker som inte är livsnödvändiga. Nya kläder, hårklippning och renovering får helt enkelt vänta om man får tillfälliga problem med ekonomin, säger Ylva Yngveson

Hon tipsar även om att man kan sälja sådant som man inte behöver till exempel genom att ordna en loppis eller sälja på nätet.



## **Handgripliga sätt att få pengarna att räcka lite längre**

### **Hjälp här och nu**

- Ställ bilen. Ta cykeln eller gå i stället.
- Skippa restaurangen. Laga maten hemma och ta med matlådor till jobbet.
- Köp matvaror som är billiga för årstiden. I september blir till exempel rotsaker, lök och morötter billigare.
- Om du måste ha något – köp begagnat.
- Sälj saker du inte behöver.
- Jobba extra.

### **Vid långvariga eller akuta problem**

- Ring och be om att få dela upp eller skjuta på räkningar du inte har råd med.
- Gör en omfattande genomgång av ekonomin. Titta på lån, räkningar och avtal. Vad måste vara kvar? Vad kan strykas?
- Ta kontakt med budget- och skuldrådgivaren i din kommun.

### **Spartips på lite längre sikt**

- Tänk framåt. Försök betala för det du konsumerar nu, betala inte i efterskott. På så sätt behåller du din frihet.
- Se till att du har marginaler. Spara pengar och var förberedd på oväntade utgifter

Skribent

Eva Jiretorn