

# Vi stiller opp for hverandre

Siden LO ble etablert i 1899 har grunntanken vært at vi står samlet og at vi stiller opp for hverandre.

Fra utsiden er det nok jobben vi har gjort for å sikre arbeidstakeres rettigheter og vilkår som har fått mest oppmerksomhet. Men det har også vært viktig å gi medlemmene trygghet i privatlivet. Allerede i 1967 kunne vi tilby vår egen innboforsikring. LOfavor Kollektiv Hjem er med årene blitt landets beste innboforsikring både i forhold til innhold og pris.

Selv om behovene endrer seg, og velferds-samfunnet i dag tar hånd om mye, er det fortsatt en viktig oppgave for LO å bidra til medlemmenes trygghet, også i privatlivet. Grunntanken er som i 1899, å stå samlet og stille opp for hverandre. I dag har vi samlet produkter og tjenester som trygger medlemmene i privatlivet under en paraply – LOfavor.

Det er tidkrevende, dyrt og slitsomt å stå alene når du skal orientere deg i jungelen av forsikringer, banktilbud og strømvtaler. Havner du i en privat konflikt eller trenger juridisk hjelp privat er det ikke lett å finne en dyktig advokat uten at kostnaden blir stor.

Gjennom LOfavor bruker vi vår forhandlingsstyrke til å sikre gode og konkurransedyktige avtaler innen områder som er viktige for oss i privatlivet. Det er ikke nødvendigvis kun snakk om lav pris. Innholdet i tjenestene vi forhandler fram er vel så viktig. Flere har opplevd etter et forsikringsoppgjør at en forsikring ikke nødvendigvis er en god forsikring. LOfavor gir oss trygghet for at innholdet er av høy kvalitet og at prisen vi betaler for tjenesten eller produktet er konkurransedyktig.



LOs nestleder Gerd Kristiansen overtok ansvaret for LOfavor i 2011. Siden har hun engasjert seg sterkt i arbeidet for å gi LOs medlemmer trygghet privat gjennom best mulig avtaler. Foto: Trond Isaksen.

I denne utgaven av Informasjon fra LOfavor er temaet personlig økonomi. Forbrukerøkonom Magne Gundersen gir oss råd og tips til hvordan vi kan få god kontroll på familieøkonomien gjennom relativt enkle tiltak. Du vil blant annet få informasjon om hvordan du kan bruke et familiebudsjett for å få oversikt over egen økonomi.

I denne utgaven kan du også lese et intervju med tømrer Magnus Myhr, som er organisert i Fellesforbundet. Når han blir kontaktet av telefonselgere passer han umiddelbart på å varsle at han er LO-medlem og har kjøpt tjenester gjennom LOfavor. Da forstår de at de ikke kan gi ham et bedre tilbud og legger på røret. Det er et godt tegn.

Jeg håper at du finner mye nyttig informasjon på de følgende sidene og at du vil sende oss dine kommentarer via [www.lofavor.no](http://www.lofavor.no) ■

Gerd Kristiansen



# – Etabler gode økonomivaner

En rotete privatøkonomi kan oppleves som både slitsomt og krevende. Forbrukerøkonom Magne Gundersen fra Sparebank 1 har hjulpet flere personer med å rydde opp i økonomien, blant annet som ekspert og rådgiver i programmet "Luksusfellen" på TV3.

I dette eksklusive intervjuet med Informasjon fra LOfavør gir Magne Gundersen deg råd og tips til hvordan du kan få bedre oversikt over familieøkonomien.

– For å få en tryggere og mer oversiktlig økonomi er det viktig at man gjør en del tiltak og etablerer gode vaner, sier Gundersen. Ett slikt tiltak kan være å sette opp et budsjett. Et budsjett er en plan for hvordan du skal disponere pengene dine.

## Lett med budsjett

På nettsidene til Statens Institutt for Forbruksforskning, [www.sifo.no](http://www.sifo.no), er det svært lett å lage et enkelt husholdningsbudsjett. Både enkle og mer avanserte budsjettmodeller finnes også på bankenes hjemmesider. Ellers er det bare å google "privatbudsjett". Da kommer det fram mange fiks ferdige oppsett for et husholdningsbudsjett.

Gundersen anbefaler også å bruke nettbanken aktivt for holde oversikt og kontroll over økonomien.

For å gjøre det enkelt er det lurt at flest mulig av faste utgifter og regninger går som automatiske trekk fra en konto. Dette ordner man selv i nettbanken ved å opprette Avtalegiro i nettbanken for flest mulig av regningene.

– Det kan være lurt å opprette en egen konto for de faste utgiftene, både de som kommer hver måned og de som kommer sjeldnere. Denne kontoen vil ikke gå i null hver måned, men når regningene kommer, vil det alltid være penger å betale med.

## Samarbeid om økonomi

Det å forholde seg til økonomi i et parforhold kan være både vanskelig og utfordrende. Gundersen slår fast at det er viktig å samarbeide om økonomi og være enige om hvordan pengene skal brukes. Og han anbefaler at begge har tilgang til regningskontoene i sin nettbank.

– For mange fungerer det godt å ha en fast tid i uka til å gå gjennom økonomien. Sett av en halvtime for å gå gjennom regningsbunken, registrere betalinger i nettbanken, sjekke saldo og forfallsregisteret og planlegge neste ukes innkjøp. En fast økonomihalvtime er ofte nok til at begge blir oppdatert på den økonomiske situasjonen, sier Gundersen.

Et budsjett kan være vanskelig å følge om man ikke har kontroll på hva pengene blir brukt til. Et godt tips er å bruke bankkortet til flest mulig av innkjøpene. Da er det lett å følge med på kontoutskriften for å sjekke forbruket.

## Gode handlevaner

Mange bruker mye mer enn de er klar over på mat og dagligvarer. Årsaken er manglende planlegging og mye impuls kjøp.

– Med gode handlevaner er det mulig å spare mye, samtidig som kjøleskapet blir like fullt som før, sier Gundersen.

Hans oppskrift er enkel, men effektiv: Lag en måltidsplan for hele uken, skriv handleliste og følg denne listen når du er på butikken. En hovedhandling i uken er nok, i tillegg til noe supplering av varer du plutselig går tom for.

– Poenget er at når du går sjelden i butikken og bare kjøper det som står på handlelista, så blir det slutt på dyre og unødvendige impuls-kjøp, sier Gundersen. ■

## GODE TIPS NÅR DU HAR DÅRLIG RÅD:

- 1) Ikke kjøp på avbetaling
- 2) Ikke ta opp nye kortsiktige lån eller kreditter
- 3) Betal regningene ved forfall
- 4) Ikke kjøp eller bestill noe for penger du ikke har
- 5) Spare først, og så bruke
- 6) Ikke ta private lån
- 7) Ingen nye prosjekter som koster penger
- 8) Om dere er to: Vær åpen og samarbeid om alt som har med regninger og økonomi å gjøre
- 9) Hjelp hverandre til å spare
- 10) Si NEI til nye utgifter

## GODE HANDLEVANER:

Ønsker du å redusere forbruk og utgifter? Da er det mye å spare på gode handlevaner.

Her er noen praktiske tips:

- Skriv handleliste. Ikke kjøp mer enn det som står på lista, med mindre dere har glemt en nødvendig vare.
- Handle heller stort og sjeldent enn lite og ofte. Jo oftere du handler, desto større er faren for å plukke med seg noe "ekstra".
- Unngå dagligvarekjøp på bensinstasjonen, i kiosken osv.
- Si opp alle medlemskap og abonnementer som ikke er helt nødvendige.
- Ikke hoppe på tilbud om gratisvarer eller velkomstgaver, som binder til senere kjøp. Selv om det er mulig å melde seg ut etter at du har motatt varene, er det en fare for at det blir glemt og du ender opp med nye utgifter.
- Det er dyrt å spise og/eller drikke ute på restaurant. Lag heller mat og kos dere hjemme.

## SLIK SKAFFER DU DEG BUDSJETTVERKTØY:

- Få bedre oversikt over økonomien din med **LOfavørs Budsjettkalkulator**: Du kan laste ned appen gratis i Appstore eller Google Play.
- SIFOs Referansebudsjett viser alminnelige forbruksutgifter [www.sifo.no](http://www.sifo.no), klikk på "Standardbudsjett".
- Sjekk bankenes hjemmesider. Her finner du både enkle og avanserte budsjettmodeller.



## Budsjettpluss ble nytt hus

– Vi drev og leide og lurte på hvor penga forsvant hen. Så kom vi til et punkt hvor vi måtte ta et valg, fortsette å leie eller kjøpe, forteller tømrer Magnus Myhr (26). Magnus og hans samboer Sissel hadde lenge drømt om eget hus i Elverum, men var usikre på om de hadde råd. Så laget Magnus og Sissel et budsjett.

– Vi satt opp en oversikt for å se om vi hadde råd til å kjøpe hus. Her la vi inn hva vi fikk inn av inntekter og diverse utgiftsposter, kommunale avgifter, forsikringer, mat og klær. Det ble pluss så da ble det et lite hus, forteller Magnus.

Men først måtte de ta en tur til banken og sikre seg et huslån. Han tok med budsjettet til Sparebank1. Magnus er medlem i Fellesforbundet så de fikk et gunstig tilbud gjennom LOFavor.

– Vi brukte budsjettet som argument da vi søkte om lån, og la fram våre dokumenterte utgifter. Banken synes det var veldig allright. De så at vi hadde innsikt og at vi kunne styre økonomien vår, og da fikk vi det lånet vi ba om, forklarer Magnus.

Det var en stor dag for Sissel og Magnus da de fikk tilslaget på et lite hus i Elverum. Men de sluttet ikke med budsjett disiplinen selv om huset var kjøpt. Og godt var det, for etter et års tid bestemte de seg for å flytte til Hamar. Da var det godt å kunne gå til banken med en oppdatert oversikt over familieøkonomien.

– Vi kjøpte oss et hus med utleiedel i Hamar. Banken ordnet mellomfinansiering basert på vårt oppgraderte budsjett, sier tømreren. Så endret livet seg igjen. 8. mai i år ble Sissel og Magnus lykkelige foreldre til en datter. Med et slikt ansvar blir det spesielt viktig å ha kontroll på økonomien.

– Da vi fikk unge så la vi til nye bokser i budsjettet. Da så jeg at jeg måtte stramme til her og der for å få det til å gå rundt.

Engangsinvesteringer som barnevogner og sånt er ikke billig. Nå har vi begynt å legge av penger i en bufferkonto for å forberede oss på at ungen blir større, forteller en lykkelig far.

Magnus og Sissel oppdaterer budsjettet sitt fortløpende. Kommer det en ny regning legger de den inn i budsjettet og ser da om de må knipe inn på andre budsjettposter. Lønningene kommer inn på lønningskonto, og så går det et større trekk over til en regningskonto hver måned. De har på forhånd beregnet størrelse på regningene som skal dekkes fra kontoen, slik at det månedlige trekket er stort nok.

### Har du noen råd til andre som vil ha like god kontroll på økonomien som deg?

– Man må bruke en kveld eller to på å gå gjennom status, verre er det ikke. Ta vare på betalte fakturaer, og ha en egen mappe for ubetalte og en for betalte fakturaer. Da kan du gå tilbake og se hva du har betalt og dele det opp i månedlige summer til bruk i budsjettet.

### Hva når du har budsjettet på plass? Hvordan sørger du for å få ting til å gå rundt?

– Sjekk alltid hva ting koster, se om du kan få det billigere et annet sted. Hent inn tilbud fra banker og forsikringsselskaper og strømleverandører. Selv foretrekker jeg det som er billig over tid, jeg løper ikke etter lokketilbud. Heldigvis er det lett å undersøke alternative tilbud på nett, forteller Magnus.

Magnus Myhr har ofte brukt tilbudene han får via LOFavor.

– Jeg synes LOFavor-tilbudene er gode. Når telefonsejlerne ringer sier jeg at jeg er LO-medlem med LOFavor, og da gir de seg som regel. Det er ingen av sejerne som har slått LOFavor-tilbudene enda, gliser Magnus. ■

### BANKPRODUKTER FRA LOFAVØR

SpareBank 1-bankene tilbyr rådgivning, og de til en hver tid beste produktene til deg som er medlem av et LO-forbund. Du får fordeler på brukskonto, sparekonto og boliglån. På brukskontoen får du gratis uttak i SpareBank 1 sine minibanker og gebyrfri bruk av bankkort til kjøp av varer og tjenester i inn og utland. På sparekontoen får du den høyeste renten banken tilbyr fra første krone. Boliglånet er også gebyrfritt ved etablering, og du kan refinansiere så mye som en gang i året uten ekstra omkostninger. I tillegg kan du få BSU konto med ekstra gode betingelser. Husk også at dersom behovet skulle oppstå kan du søke om konfliktlån og forskudd på lønnsgaranti.

Les mer på [www.lofavor.no](http://www.lofavor.no).

**Vår samarbeidspartner SpareBank 1 har dyktige rådgivere som kan gi deg en gjennomgang av økonomien din. Send økonomi til 2440 for å bli kontaktet av en rådgiver**

## Bruk kredittkort med vett



På [www.kortvett.no](http://www.kortvett.no) får du råd og tips om riktig bruk av kredittkort.

Det er over 2,6 millioner kredittkort i Norge, og hver nordmann har i snitt vel 10.000 kroner i gjeld til kredittkortselskapene. Vi

hadde ikke greid oss uten kortene i lommeboken, og brukt riktig kan kortet gi deg større sikkerhet. Forbrukerombudet og samtlige banker anbefaler for eksempel at du benytter kredittkortet når du handler på Internett. Det er med andre ord viktig å bruke vettet når vi bruker kredittkort.

På [kortvett.no](http://kortvett.no) kan du lese om alt fra hva det koster å ha et kredittkort, hva du gjør om du får betalingsproblemer, om sikkerhet og beskyttelse samt riktig og gal bruk av kredittkort.

Kortvett.no er en tjeneste utviklet av uavhengige rådgivere for LOfavor. Rådgiverne vil hjelpe deg slik at du kan bruke kredittkortet ditt riktig, og unngå fellene. De svarer også på spørsmål om økonomi, sikkerhet og betalingsproblemer. ■

## Enklere med budsjettet i lomma

Nå har vi gjort budsjettering enklere for deg. LOfavor's Budsjettkalkulator for mobil gir deg rask og enkel oversikt over økonomien din. Du kan justere postene ettersom du lærer mer om utgiftene dine, og du kan dele budsjettet med samboeren din hvis du vil. Applikasjonen er gratis, og kan lastes ned i Appstore eller Google Play. ■



## Regn med lav strømpris

En våt sommer har sørget for fulle vannmagasiner over mesteparten av landet. Dermed har strømprisen vært svært lav. Stina Johansen i Nord Pool forteller til Stavanger Aftenblad at strømmen i midten av juli kun kostet én fjerdedel sammenlignet med strømprisen på samme tid i fjor. Kraftbørsen Nord Pool selger strøm til energiverk i hele Norden. I midten av juli ga de nesten strømmen vekk. 6,9 øre per kilowatt time kostet strømmen da. I fjor på samme tid kostet strømmen hos Nord Pool 27,8 øre per kWh.

Men det er store forskjeller på prisene som landets over 100 strømleverandører vil tilby forbrukerne i høst og vinter. LOfavor tilbyr LO-medlemmer prisgaranti gjennom samarbeidet med NorgesEnergi.

– Vår LOfavor-garanti gir deg en kraftpris som på årlig basis alltid vil være én av de 5 rimeligste målt mot en representativ referanseliste over konkurrentene våre, sier Monica Liland, partneransvarlig i NorgesEnergi. Listen dekker 4 av 5 av landets husstander. ■

## 3 På gata

**Hva er ditt beste tips til noen som har problemer med privatøkonomien?**



**TRINH TRAN**

– Ikke overdrive pengebruken, og ikke bruke penger du ikke har på konto.



**SANNA LJUKKONEN**

– Et godt tips er å sette opp et budsjett med inntekter og utgifter slik at man får et overblikk over sin egen økonomi.



**LARS BAYER**

– Mitt beste tips er å skaffe seg oversikt over hva du har og hva du bruker. Deretter bør man lage et budsjett med forbruket sitt, slik at man kan gjøre justeringer om det trengs.



Ring Medlemstelefonen  
815 32 600 – tast 3 så 2



LOfavor  
Postboks 778 Sentrum  
0106 Oslo



<http://www.lofavor.no/>



[post@lofavor.no](mailto:post@lofavor.no)



[facebook.com/lofavor.no](https://facebook.com/lofavor.no)



Telefaks 21 02 89 50