

# **Fjármálalæsi á mannamáli**

**Hrafnkell Tryggvason**

# Efnisyfirlit

Inngangur.....	2
Að vera læs á fjármál og hvað er fjármálalæsi á mannamáli.....	5
Hvað er efnalegur og/eða sár skortur eða fátækt?.....	7
Ýmsar tölfræðilegar upplýsingar.....	17
Hvað er fjármálalæsi?.....	19
Hvað er fórnarkostnaður?.....	23
Hvað er nægjusemi?.....	28
Hvað er sjálfbærni eða sjálfbær þróun?.....	32
Neyslukenningin.....	42
Samskipti og samningar.....	44
Hvað eru vextir?.....	47
Hvað er virðisaukaskattur?.....	54
Hvað er átt við þegar talað er um þjóðartekjur.....	55
Ýmis gagnleg hugtök í viðskipta- og hagfræði.....	56
Aðfaralög.....	58
Einföld fjárhagsáætlun.....	59
Reikniaðferðir.....	64
Mánaðardagbók.....	67
Fjárhagsáætlun án eigin húsnæðis.....	68
Fjárhagsáætlun með eigin húsnæði.....	69
Fjárhagsáætlun án talna.....	73
Fjárhagsyfirlit.....	74
Stefnumótun Suss ehf.....	77

# Inngangur

Gerum ráð fyrir að um sé að ræða einstakling er að velta fyrir sér fjármálalæsi á mannamáli. Býr einn og getur valið á milli þess að búa við leigukjör eða í eigin húsnæði. Lágmarkstekjur eru eini valkosturinn og þarf að lifa af litlu milli tímabila. Í þessu tilfelli er tímabilið einn mánuður. Sakir veikinda er launaframfærslan byggð á greiðslu örorkubóta til framfærslu í hinu daglega lífi. Áður en til örorkunnar kom var um venjulega launaða vinnu að ræða og hafði gengið illa að ná endum saman á þeim kjörum. Töluvert var um veikindi misserin áður en til örokumatsins kom. Lífstíllinn var hærri. En við þessi tímamót verður að endurskoða fjárhag frá grunni.

Staðan var að fyrirtækið var undir eða eigin rekstur og það virtist ekki vera í góðum málum. Og að flest lögmál úr viðskipta- og hagfræði gætu gilt um heimilisreksturinn. Hvers vegna ekki að aðlaga heimilisreksturinn að þeim reglum. Með að skoða

fræðin var dagbók um útgjöld hvers dags eitthvað sem þyrfti að framkvæma. Það var nauðsynlegt að ná í blað og skrá niður hvað yrði að greiða fyrir daglegan rekstur. Eftir að hafa greitt alla reikningana sem koma áttu til greiðslu fyrir hvert tímabil eða í þessu tilfelli einn mánuð. Reikna út hvað væri afgangs eftir greiðslu reikninganna var einnig nauðsynlegt. Það eru kr. X og afgangurinn til að lifa af eru kr. Y. Það sem hann gerði var að deila fjölda daga í mánuðinum eða 30 dögum í Y þá fékk hann kr. Z á dag til daglegrar neyslu. Svo leið hver dagur mánuðarins og deilir eftirlifandi dögum í Y eða því sem eftir var af því á hverjum degi. Þannig fékkst aðhald um neyslu á hverjum degi og einnig hvað væri eftir í sjóði. Það er einnig nauðsynlegt að útbúa einfalda fjárhagsáætlun til sex mánuða. Einnig þarf að skapa yfirlit yfir líðandi mánuð eða það sem við nefnum Mánaðardagbók. Síðan var niðurstaða á Mánaðardagbókinn eða Y fært yfir í næstu Sex mánuða fjárhagsáætlun. Þannig er hægt að fylgjast með niðurstöðutölunni í lok tímabilsins og skoðað fram í tímann hvað væri að gerast 6 – 7 mánuði í fjárhagnum. Hvort um væri að ræða hagnað eða tap. Þannig var auðveldara að fylgjast með fjárhagnum

og gera viðeigandi ráðstafanir í tíma. Höfum þessa aðferð í huga þegar við förum áfram í gegnum lesturinn um fjármálalæsi á mannamáli. Þetta gæti verið grunnurinn að almennri velgengi í framtíðinni gagnvart fjárhagslegri afkomu. Með því að nýta aðferðir sem eru nýttar eru í viðskiptum og hagfræði á sitt litla en mjög mikilvæga fyrirtæki.

## Að vera læs á fjármál og hvað er fjármálalæsi á mannamáli?

Að verða læs á fjármál er eitthvað sem er kannski ekki auðvelt fyrir alla en reynum að hafa þetta eins einfalt og hugsanlega er hægt. Stefnt er á þann stað að getað verið sjálfbær í fjármálum og getað útbúið einfaldar fjárhagsáætlanir fyrir heimilið. Farið er yfir nokkur hugtök sem skilgreind verða hvert af öðru eða: Fórnaðarkostnaðarhugtakið, nægjusemina og sjálfbær fjármál ásamt því að útskýra nokkur almenn hugtök í viðskipta- og hagfræði. Hugtök sem gott er að skilja fyrir hinn almenna borgara. Það þarf útsjónasemi og ákveðni til að koma sér á fætur á ný og nýta það fjármagn sem færst um hver mánaðarmót og ekki er úr meiru að spila það tímabilið.

Nú skýrum við út hvað er fjármálalæsi á mannamáli: Það er getan til að vera sjálfbær í meðhöndlun eigin fjármuna í daglegu lífi. Að hafa yfirsýn yfir eigin fjármál og stefna að því að ná endum saman milli tímabila. Að gera einfaldar fjárhagsáætlanir

um innkomu og útgjöld. Að skoða fjárhagshegðun í tengslum við útgjöld heimilisins og stefna í leiðinni að því að ná betri árangri í fjármálum. Að læra að nota fórnarkostnaðarhugtakið, nægjusemishugtakið og tileinkunn sjálfbærra fjármála til að ná tökum á daglegri neyslu og neyslu til langs tíma. Eins að ná tökum á gerð einfaldra fjárhagsáætlana sem ná yfir 6–7 mánuða tímabila með notkun Microsoft Excel reiknilíkaninu.

# Hvað er efnalegur og/eða sár skortur eða fátækt?

Því miður býr stór hluti jarðarbúa við efnalegan og/eða sáran skort eða fátækt. Það er staðreynd og markmiðið á að vera að útrýma því af yfirborði jarðarinnar í eitt skipti fyrir öll. Leggjum okkar að mörkum þannig að svo verði í framtíðinni. Þessi handbók er innlegg í þá umræðu sem á sér stað út um allan heim í dag og markmið Sameinuðu þjóðanna um sjálfbærni er markmið sem getur vel verið raunhæft því margar hendur vinna létt verk sem getur sameiningu orðið raunveruleiki. Að sameina krafta allra ríkra og fátækra er alls ekki óraunhæft verkefni. Það er allra hagur að fátækt verði alls ekki til staðar á þessari jarðarkringlu: „Hugsað til hagsældar mannkyns og móður jarðar“ er göfugt ætlunarverk og um það ættu flestir að geta sameinast um þá ætlan. Verkefnið er mjög yfirgripsmikið og snertir alla jarðarbúa í dag. Það ófermdarástand sem ber fyrir augu í dag er algjörlega óásættanlegt fyrir alla sem málið varða. Það á að vera hægt að stýra því mikla fjármagni sem er til í fjárhirslum hina efnameiri til hinna

efnaminni. Það mun ávaxta sig með X sinnum margföldunarþætti. Hver króna sem sett er til að útrýma fátækt fer út í efnahagskerfið og margfaldar sig með jákvæðum áhrifum fyrir alla í viðkomandi efnahagskerfi. Það að stýra fjármagni til góðra verka eins og fjármálalæsi á mannamáli og halda verklegar vinnustofur og vefstofur fyrir allan þann hóp sem þarf á að halda fræðslu og kennslu. Hvernig ætti að kaupa vöru- og þjónustu og ráðstafa fé til betri vegar fyrir hvern og einn. Sjálfbærni og hlýnun jarðar er einnig stórt verkefni sem leysa má samhliða því að fræða fólk um val, ákvörðun og framkvæmd á sinni daglegu kauphegðun.

Við höfum eftirfarandi viðmið til að skilja betur hvað er að búa við efnalegan og/eða sáran skort:

1. Það að geta neytt heilbrigðar fæðu er eitt af grundvallaratriðum í lífi hvers manns. Hennar verður að vera hægt að neyta á viðráðanlegu verði og hún verður að vera sjálfbær fyrir neytan-dann. Með því að leggja áherslu á þennan þátt á að vera hægt að leggja hann að mörkum þannig að sjúkdómar og annað verði eins lítið umfangs og unnt er. Að framleiða hana með sjálfbærum hætti skapar svigrúm til að minnka orkunotkun í heiminum. Með not-

kun orku er verið að nýta orkugjafa sem geta og hafa áhrif á út-blástur lofttegunda og á aukna hlýnun jarðarinnar. Matardiskinum ætti að skipta upp í þrennt það er prótein, kolvetni og fitu og rey-na að hafa jafnt af hverri tegund fyrir sig. Staðreyndin er sú að að ekki þarf að borða eins mikið magn af próteini og fitu eins og talið er. Einungis um það bil 150–200 grömm af hvoru fyrir sig. Með því að minnka neysluna þarf ekki að framleiða eins mikið og þar af leiðandi þarf minni orku til framleiðslunnar. Einstaklingurinn er ekki einn í þessu og flest öll er stefnt að spara neysluvöruna það er vöru- og þjónustu. Með því að nota minna magn af vörunum þarf líka að leggja minna fram af peningum til að kaupa hana. Það á að vera hægt að breyta kauhegðunnni þegar viljinn er fyrir hendi. Sá mismunur sem skapast myndar óbeinan sparnað sem eykur höfuðstólinn enn frekar.

2. Einstaklingurinn fæðist nakinn og þarf þess vegna klæðnað til að halda hita og klæðast mismikið af fötum eftir því hvar búið er á jarðarkringlunni. Þar af leiðandi eru útgjöld til þessa liðar mjög mismunandi í fjárhag hvers og eins. Það er þörf fata til skiptanna og við mismunandi tilefni. Til dæmis með skófatnað þarf skó til

daglegra þarfa og til hátíðarbrigða. Eins þurfum við skófatnað til vetrarins og þar sem kuldasvæði eru til staðar. Sem sagt við getum verið meira sjálfbær í innkaupum og notkun á ýmsum fatnaði og sparað þar af leiðandi orku til framleiðslunnar og minnkað útgjöldin vegna eigins fjárhags.

3. Með vinnustofum sem eru og verða í boði fyrir alla og ókeypis til hinna efnaminni er hluti af því að mennta fólk í fjármálalæsi á mannamáli. Það er einnig hægt að ná til miklu fleiri aðila með vefstofum sem eru ókeypis fyrir fátæka en kosta fyrir aðra. Menntun felst meðal annars í því að gera þátttakendur sjálfbæra í sínum fjármálum og getað náð endum saman til langs tíma. Flestir eiga drauma sem og löngun er til að framkvæma þá einhvern tíma á lífsleiðinni. Þá er mjög gott að hafa þá lært um hvernig best sé að vinna með eigin fjármál og hvernig best sé að ráðstafa þeim í daglegu lífi. „Mennt er máttur“ og hver sem býr yfir aukinni þekkingu stendur betur að vígi í lífsbaráttunni. Sá sem tileinkar sér nýjar hugmyndir um hvernig haga skuli fjármálunum og að breyta sinni kauphegðun til hins varanlega. Þessi breyting gerist ekki á einni nóttu. Hún getur tekið langan tíma hjá sumum

en það er hægt að tileinka sér nýja hugsun og nýjar aðferðir til að ná enn betri árangri. Þetta er stanslaus aukning á menntunarstigi. Með því að skoða fjármálin og taka upp nýjan lífstíl er hægt að færa margt til betri vegar í lífinu og fjármálum.

4. Það að getað aflað sér upplýsinga er menntun. Með vinnustofum og vefstofum um fjármálalæsi á mannamáli erum við að afla upplýsinga um fjármál og leggja grunninn að sjálfbæru lífi. Vinnustofurnar eru tvær í dag sem eru verklegar og þriðja vinnustofan mun fjalla um hagkvæmni og hagnýta hagfræði húsmóðurinnar. Vinnustofa I fjallar um fórnarkostnaðinn, nægjusemi og sjálfbær fjármál ásamt því að fara í nokkur hugtök í viðskiptum og hagfræði. Vinnustofa II fjallar um einfaldar fjárhagsáætlanir gerðar í reiknilíkaninu Microsoft Excel eða Excel Online. Þessir þættir eru krufnir og þátttakendur fá skyggurnar og reiknilíkönin til notkunar. Með því að fara á verklegu vinnustofurnar og sækja sér vefstofur á vefnum gefst möguleiki að afla sér frekari upplýsinga um málefnið og verða enn sjálfbærari í hinu fjárhagslega lífi. Það vakna spurningar og þátttakendur verða forvitnari fyrir vikið. Þeir átta sig á samhenginu í fræðslu

vinnustofanna og vefstofanna. Þar af leiðandi verði hægt að gera áætlanir fram í tíma og gert sjálfstæðar einfaldar reikniaðgerðir fyrir einhver sérhæfð verkefni sem kallast á við hina nýju þörf sem skapast af þessum nýju upplýsingum við setu á vinnustofunum og vefstofunum.

5. Húsnæði er hlutur sem allir þurfa á að halda. Misjafnlega íburðarmikil en samt þau verða veita skjól og öryggi um búsetu. Það er krafan. Það verður að vera á viðráðanlegu verði og hæfa einstaklingum til búsetu. Það er sjálfbært að búa í ekki of stóru húsnæði þar sem allur kostnaður við rekstur íbúðarhúsnæðisins byggist á stærð og staðsetningu og hvað mikið er lagt í það. Við greiðum hærri fasteignagjöld, vatns- og holræsagjöld og afborganir af húsnæðinu eftir þessum meginþáttum. Við verðum að athuga þessir þættir eru greiddir af notandanum líka þrátt fyrir að við séum leigjendur á húsnæðinu. Orkukostnaður fer líka eftir stærð og rými húsnæðisins eftir því sem þessir þættir eru minni því minni fjárhagsleg útlát og kostnaðurinn við að nýta það lækkar umtalsvert. Þannig að það má verja mismuninum í aðra nytsama hluti. Eins og sparnað og fyrirhyggjusemi.

6. Hvað getum sagt um afþreyingu. Til er ýmis konar afþreying eða tómstundagaman sem er frítt. Þarf oft ekki mikla fjármuni til að stunda hana. Það er hægt að fara út að ganga smá spöl í hverfinu þar sem viðkomandi býr. Það kostar lítið sem ekkert og er afar heilsusamlegt fyrir gerandann. Andar að sér útilofti og reynir á vöðvana og hvílir hugann meðan á göngunni stendur. Allt þetta má teljast sjálfbært og hver sem er getur framkvæmt hana. Mörg önnur afþreying er ekki kostnaðarsöm og er hverjum og einum nauðsynleg til að róa hugann og auka sjálfsvirðingu, sjálfstraust og sjálfsmat. Þessi þættir verka fyrir viðkomandi sem vítamíns-sprauta á það að fást við fjármálin sín. Ástundun afþreyingar eða einhvers tómstundagamans eru mannréttindi og sjálfsögð fyrir allar manneskjur hvar í stétt þeir standa. Við almenningur þarf að geta haft efni á að hafa afþreyingu og gera ráð fyrir henni í fjárhagsáætlunum. Það þarf ekki að vera stór upphæð en samt nauðsynlegur þáttur í fjárhag hvers og eins.

7. Hvað er að hafa félagslíf er einfaldlega að vera innan um annað fólk af og til eða oft eftir smekk hvers og eins. Félagslíf er meira að stunda einhverja atburði eða



uppákomur sem viðkomandi getur samsamað sig að aðstæðum og er einn af hópnum. Þessi starfsemi þarf ekki að kosta mikið en hann kostar yfirleitt einhverjar krónur sem þarf að gera ráð fyrir í fjárhagnum. Afþreying ber kostnað og því hamlar fátæktin. En það er staðreynd að það hafa allir mjög gott af því að stunda eitthvert félagslíf og vera innan um aðra persónur. Maður er manns gaman segir einhvers staðar. Félagslíf er gott fyrir sálina og veitir fólki ró hugans og meiri fyllingu í lífinu. Einnig frekari tilgang til stærri verka og huga vel að fjárhagnum.

8. Í sambandi við lyf- og lækniþjónustu þá er það staðreynd að margir hafa alls ekki efni á því að fara til læknis eða notfæra sér lækniþjónustu sem annars hafa brýna þörf fyrir hana. Það er sárt til þess að vita að svo sé pottinn búið. Þessu þarf skilyrðislaust að breyta og það verði öllum gert að sækja lækniþjónustu eftir þörfum. Það er mjög sjálfbært fyrir efnahag viðkomandi að vera ekki veikur sökum fjárskorts. Efnahagur fólks sem hefur ekki nægt fé milli handa fer milli steins og sleggju. Hann rústast á tiltölulega stuttum tíma og það litla fé sem það annars hefur milli handa hverfur í lyf- og lækniþjónustu. Hver

einstaklingur sem fær hana fer aftur út í atvinnulífið og greiðir kostnaðinn við lækninguna margfalt til baka. Það að sprauta við hinum ýmsu vírusum og lyf við öðrum sjúkdómum er mjög þjóðhagslega hagkvæmt. Ásamt aukinni vellíðan meðal hinna veiku og veikburða. Það má segja að hver króna sem er sett í heilbrigðismál skili sér margfalt til baka til þjóðfélagsins. Við verðum að gera ráð fyrir að hinir fátæku hafi nægar fjárreiður til lyfja- og lækniþjónustu í sinni fjárhagsáætlun og eins fullnægjandi tryggingar til að getað lifað mannsæmandi lífi án þess að veikindi og sjúkdómar verði þeim byrgði. Því byrðin sem þjóðfélagið ber er hlutfallslega miklu meiri en sjúklingsins sé ekkert að gert.

Eftir að við hafa lesið þessa átta þætti og það er hægt að samsama líf sitt við þrjá þeirra þá telst viðkomandi búa við sáran skort eða lifa í mikilli fátækt. Aðra stöðu sem við getum skoðað fer eftir þeim þáttum sem við veljum. Það að búa við skort á lífs- gæðum og fara á mis við þau er mjög alvarleg staða. Okkur skortir lífsgæði sem okkur eru nauðsynleg í daglegu lífi. Það hefur verulega slæm áhrif á vellíðan okkar. Andlegri og líkamlegri heilsu hrakar og við lendum í vítahring fátæktar þar sem enginn vill vera

staddur. Félagsleg vandamál koma upp á yfirborðið og hafa áhrif á félagslíf og við getum ekki stundað áhugamál. Heilsufarið verður sífellt verra og endar með andlegum veikindum eins og kvíða, þunglyndi, vanmætti, o.s.fv. Staðan verður verulega erfið og erum í einskis manns landi með hugsanirnar og veikindi og fjárskortur er tilfinnanlegur. Næring að skornum skammti og fatnaður er ekki til að hrósa sér fyrir. Göngum í gamla frakkanum sem er orðinn það slitinn að hann ætti að vera kominn í Sorpu fyrir langa löngu.

Þetta ástand þarf að laga og það strax fyrir fjölda fólks ekki bara hér heldur líka út um allan heim.

## Ýmsar tölfræðilegar upplýsingar

Skoðum nokkrar tölfræðilegar upplýsingar um stöðu mála. Horfa á tölur um fátækt á Íslandi og hvernig þær koma fyrir sjónir. Við reynum að átta okkur á umfangi málaflokksins og hvaða afleiðingar hann hefur í för með sér. Tölurnar eru alls ekki uppörvandi fyrir þann sem les. Þær eru afar sláandi um ástand mála hjá þeim og segja meira enn nokkur orð um stöðuna í þjóðfélaginu. Það að það skuli vera svona mikil fátækt í landi sem hefur allt til brunns að bera til að veita þegnum sínum allt það besta.

Börn sem búa við verulegan skort það er sára fátæk eru u.þ.b. 2,5% þjóðarinnar eða 8.000 börn. Það getur skort húsnæði, klæði og næringu sem eru grundvallar þarfir. Stefnan skyldi vera að gera þau sjálfbær í sínu lífi og veita foreldrum þeirra fulla aðstoð til að svo verði. Börn sem búa við efnalegan skort eru u.þ.b. 9% barna eða um 30.000 börn. Þessar tölur eru allt of háar til þess að eitt þjóðfélag geri ekki eitthvað í sínum málum og leiðrétti þennan

mismun strax. Það er vel hægt með sameiginlegu átaki, menntun og fræðslu þeim til handa. Þeir sem búa við skort á efnislegum gæðum eru um 8% af þjóðinni eða u.þ.b. 26.000 manns og þeir sem eiga erfitt með að ná endum saman eru um 11.9% eða u.þ.b. 40.000 manns. Þessir hópar skarast auðvitað en vandamálið er til staðar. Framfleytendur eru í fjárhagslegum vandræðum og þurfa alla þá aðstoð sem hægt er að fá til jafnvægi komist á sjálfbæran fjárhag þeirra. Vinnustofurnar eru þáttur í þeirri viðleitni og eins vefsíða sem veitir fólki aðgang að fjármálatengdum upplýsingum og ráðgjöf á eins ódýran máta og hugsast getur.

Í dag er kostnaðarþátttaka í heilbrigðiskerfinu um 18.7% sem þegnarnir þurfa að greiða af heildarkostnaði til reksturs. Þessi kostnaður leiðir til þess að 3% eða 9.900 manns geta ekki veitt sér þessa þjónustu til fulls.

# Hvað er fjármálalæsi?

Flestir hafa komist í hann krappan gagnvart fjárhagnum einhvern tímann á æfinni. Til þess að komast út úr þeim vanda hefur þurft að hugsa fjármálin alveg upp á nýtt og komust að því að verkefnið að ná endum saman getur verið snúið. Þá þarf á öllu að halda til þess að komast út úr þeim. Fyrstu viðbrögð eru að fresta því að taka á vandanum sem gerir þá ekkert annað en safna upp enn frekari skuldum. Loks þegar vandinn er orðinn óyffirstíganlegur að förum alvarlega að hugsa um hvað skal gera í sambandi við fjárhagsvandann. Sumir leita til ættingja og vina til að fá þá til að hjálpa til. Sú leið gengur ef viðkomandi hefur þekkingu og reynslu af að leysa slíkt. Annars verður vandinn einungis meiri og erfiðara að leysa hann seinna. Þannig að það er oftast best að viðurkenna fjárhagsvandann eins fljótt og mögulegt er og taka á honum strax. Alls ekki að reyna að greiða úr honum nema viðkomandi endurskoði þekkingu sína og beiti nýjum aðferðum til að leysa núverandi fjárhagsvanda.

Þörfin kemur að tileinka sér nýjar aðferðir til greiða úr fjármálaflækjunni og þær liggja alls ekki á lausu. Þar sem viðkomandi hefur verið seinn til að taka á sínum fjármálum eða alvarleg veikindi hafi átt sér stað. Þá kemur grátt svæði. Það er að endurskoða sjálfan sig annars vegar og taka upp nýja siði í sinni kauphegðan eða hins vegar að leita sér sérfræðiaðstoðar hjá þriðja aðila. Erum sem sagt að viðurkenna að eitthvað sé að og ætlum að fást við þennan fjárhagsvanda á nýjan og opinn hátt. Þá er búið að setja fjármálin í þess konar vandræði að þörf myndast að gera eitthvað í málunum. Það er stærsti sigurinn að viðurkenna fyrir sjálfum sér að eitthvað sé að. Það þarf að afla sér aðstoðar og læra af henni. Hvernig stefnt skuli að því að verða sjálfbær í fjármálum og lifað eðlilegu lífi án fjárhagsáhyggja. Þær valda ýmsum kvillum eins og kvíða og stundum ofsakvíða, svefnleysi, einbeitingarleysi og depurð og uppgjöf á lífinu og að ekki sé unnt að leysa úr vandanum. Þetta er vítahringur sem hægt er að komast út úr með hjálp sérfræðinga og eigin sjálfsaga.

Almennt er stefnt að því að verða sjálfbær í fjármálum og lífi og getað meðhöndlað eigin fjármuni í hinu daglega lífi. Hvað við getum gert er til dæmis að hafa meiri yfirsýn yfir fjármál okkar og

stefna að því að ná endum saman yfir ákveðið tímabil og getað gert einfaldar fjárhagsáætlanir yfir ákveðið tímabil um innkomu og útgjöld. Þær eru mjög mikilvægt tæki til að ná árangri í sjálfbærni. Við skoðum betur í samhengi við fjárhagsáætlarnar fjárhagshegðun í tengslum við útgjöld heimilisins. Útgjöldin eru sum þess eðlis að það má bæta þau til lækkunar án þess að skerða lífsgæði sín. Stefnum einbeitt að því að ná betri árangri á næsta tímabili en við gerðum á því síðasta. Það fylgir honum veruleg vellíðan sem aftur hvetur til enn meiri árangurs en fyrr hafði náðst. Við setjum okkur markmið en þau þurfa að vera raunhæf og ekki draumóragjörn að neinu leiti. Þá fer fjárhagsáætlunin strax úr skorðum og leiðir til verulegra vandræða sem oft tekur langan tíma að leiðrétta. Þá sem ávallt er alltaf best að forgangsraða greiðslunum vegna skuldanna. Þeir reikningar sem mega bíða verða þá bíða. Það er lítið annað hægt að gera í stöðunni þegar fjárhagserfiðleikar blossa upp hjá viðkomandi. Þetta er eitt besta ráðið til að getað komist út úr þeim. Síðan að semja um greiðslur til lánaðrottna. Þá kemur að fjárhagsáætluninni. Hún kemur sér vel við að dreifa greiðslum og hafa heildaryfirsýn um fjárhagstöðuna. Það gefur tækifæri til að semja í tíma við lánaðrottinn og sem

skuldarar getum farið að stjórna meira fjármálunum og segja til um hvað hægt sé að greiða núna eða það sem verður að bíða greiðslu. Gleymum því ekki að vera ávallt á undan lánadrottninum það er að hann hafi ekki hin endalegu tök á greiðslugetunni. Næst verður skoðað hvernig má nota fórnarkostnaðar- og nægju- semishugtökin ásamt sjálfbærum fjármálum til að ná betri tökum á daglegri neyslu bæði til skamms og/eða langs tíma eða Neyslu-kenningun

# Hvað er fórnarkostnaður?

Hvað er fórnarkostnaður? Það er gildi vegna einhvers sem þarf að sleppa eða til að getað nálgast eitthvað annað. Stutt en ekki nógu skiljanlegt við fyrstu sýn.

Einföldum þessa setningu með dæmi um ölflösku sem er úr gleri með tilheyrandi merkingum á henni. Það er járntappi málaður með merki framleiðandans. Hún kostar 200 krónur íslenskar út úr verslun. Það er gert ráð fyrir að hún sé keypt daglega yfir einn mánuð. Það gera 6.000 krónur yfir mánuðinn. Þetta eru gildin sem fást við kaupin. Það er framkvæmalegt að vera án ölflöskunar og sparað heildarupphæðina sem fer í flöskukaupin. Það sem þarf að átta sig á er valið um kaupin eða sparnaðinn. Þar sem öllum gæðum og gildum er hægt að breyta í önnur gæði og gildi. Þá erum við að framkvæma ákveðið verk, val og taka ákvörðun tengda fórnarkostnaði. Í stuttu máli er sparnaðurinn upp á 6.000 krónur- nar er fórnarkostnaðurinn gagnvart því að ekki versla ölflöskuna fyrir upphæðina á einum mánuði. Það er ákveðinn verknaður fólgin í því að ákveða að hætta að kaupa ölflöskuna annars vegar

og hins vegar að spara andvirðið. Framkvæma þarf ákveðið val við það að hætta kaupunum. Þá verður breyting á kauphegðuninni og valið verður sparnaðinn. Ákvörðunin getur einning byggst á fleiri þáttum eins og sjálfbærni.

Fórarkostnaðarhugtakið í notkun er í sjálfu sér ekki mjög flókið. Alla daga fer fram verslun á einhverri vöru- og þjónustu af ýmsu tagi. Þegar við leggjum inn er um debet færslu að ræða. Hún er innlegg á reikninginn. Þegar tekið er út af bankareikninginum og nefnist það kredit færsla. Það minnkar innistæðuna á honum. Á víxl er um að ræða debet færslu annars vegar og kredit færslu hins vegar eða inngreiðslu og útgreiðslu.

Þegar keypt er vara- og þjónusta er verið að framkvæma útfærslu á reikninginn hjá okkur. Til dæmis ein ölflöska í verslun. Algengast er að neytendur noti greiðslukort í viðskiptum. Þau eru þægileg en geta skapað ákveðna óvissu ef ekki er haldið utan um stöðu reikningsins. Hann getur farið yfir eins og sagt er. Það er engin innstæða fyrir hendi á bankareikningum.

Það gildir það sama með fórnarkostnaðinn hann er alltaf á flakki þegar verslað er. Hugsunin er svipuð í sambandi við kaupin á ölflöskunni. Hvað væri hægt að gera í staðinn fyrir

þessi ákveðnu fyrirhuguðu kaup. Er hægt að fá hana ódýrari annars staðar. Eru einhver innifalin fríðindi eins og ábyrgð eða aukinn afsláttur á ferðinni í kaupunum. Flestir eru með samskiptakostnað vegna síma og Netsins. Hjá þeim fyrirtækjum sem bjóða þess konar þjónustu er sífellt verið að breyta áskriftakjörum og það er mjög gott að hringja af og til í símafyrirtækið sem sér um samskiptin hjá viðkomandi og fá eins og sagt er upplýsingar um nýjustu kaup þess og kjör. Fórnarkostnaðurinn er að gera ekki neitt og þá verður viðkomandi af nýjum kjörum símafyrirtækisins. Fórnarkostnaðurinn getur líka legið í því að spara í matarkaupum þegar farið er á kaffihús. Til dæmis að kaupa sér eina pylsu áður en farið er á það í staðinn fyrir að kaupa sér hamborgara á kaffihúsinu. Ef viðkomandi fer oft á kaffihús þá safnast upp mismunurinn og margt smátt gerir eitt stórt. Þarna eru dæmi um sjálfbæran sparnað og nýta fórnarkostnaðarhugtakið.

Fjárhagsstaðan getur orðið erfið en þú þarft samt að ferðast á milli staða. Það eru nokkrir möguleikar í stöðunni. Það er að fara gangandi, hjólandi, ferðast í strætó, vespu, mótorhjóli eða nota bifreið. Flestir velja þann kostinn í þessari stöðu að fara gangandi eða hjólandi sem er líka heilsusamlegast og taka strætó inn á

milli. Það má einning kaupa ódýran bíl en í því felst ákveðin fjárfesting eða X krónur. Gerum ráð fyrir að ódýri bíllinn sé skoðaður og hann endist í eitt ár en þá verður að afskrifa hann eða þangað til hann bilar alvarlega. Burt séð frá fjárfestingunni upp á X krónur þá gerum við ráð fyrir að kaupa bara bensín á bílinn og sá kostnaður gæti verið svipaður og ferðast í strætó yfir árið. Þá er fórnarkostnaðurinn þau þægindi og tímasparnaður að hafa bifreið við höndina án þess að tekið sé tillit til fjárfestingarinnar að upphæð X krónur.

Fórnarkostnaðarhugtakið er grundvallarhugtak í efnahagnum. Skýrum þetta nánar út. Dæmin sem hafa verið nefnd eru stuttar skýringar á fórnarkostnaðarhugtakinu. Með þeim má sjá glögg að þörfin á að taka tillit til hans í öllum viðskiptum sem eru framkvæmd daglega. Það skrítna er að fórnarkostnaðurinn er alls ekki reiknaður með í efnahagnum. Hann er verk, val eða ákvörðun sem liggur fyrir á hverjum tíma við viðskiptagjöfning. Hann er til en samt er hann huglægur og birtist ekki í meiri velmegun í fjárhag þínum fyrr en hann hefur verið framkvæmdur af viðkomandi aðila. Þá færir hann í betri efnahag hjá viðkomandi. Þá má mæla hann í krónum og aurum inn á bankareikninginum og í því lausafé

sem er á milli handanna. Þegar fórnarkostnaðarhugtakinu er beitt þá vænkast fjárhagur viðkomandi. Stundum er örugglega einhver bót í efnahag að ræða hjá aðilanum sem gerir sér far um að beita þessari aðferð og sjáum og skiljum að hann hefur mjög mikilvægt hlutverk í fjárhagsbatanum. Hann er í raun huglægur en við getum mælt hann meðvitað þegar við skoðum þann ávöxt sem hann gefur. Bæði fjárhagslega og andlega. Með því að beita honum eykst velliðan og fjárhagsöryggi viðkomandi verður miklu betra. Það að tileinka sér hugtakið um fórnarkostnað erum við á réttri leið til þess að verða enn sjálfbærari í fjármálunum.

# Hvað er nægjusemi?

Það er algengt að velta fyrir sér notkunargildi fjármagns og hluta. Fjármagnið vinnur fyrir sig og hlutir nýttir með aðgát og nægjusemi. Núverandi ástandi er oftast viðhaldið og viðkomandi vill ekki fórna því ef nægjusemi er ógnað. Áhættuþættir og notkunargildi er skoðað, bæði fjármagnsins og hlutanna til hins ítrasta. Stefnan er að viðhalda óbreyttu ástandi og taka ekki óþarfa áhættur í lífinu. Nema þær séu þess eðlis að það fáist eitthvað betra í staðinn með notkun fjármagnsins og hlutanna. Fórnarkostnaðurinn og nægjusemin tvinnast saman en eru þó í raun sitt hvor hluturinn í ákvörðunartökunni, valinu og verknaðunum. Bæði hugtökin eru huglæg en koma sterkt inn við kaup á vöru- og þjónustu. Þau hafa áhrif á kauphegðunina og endanleg kaup. Þess vegna er mikilvægt að gera sér grein fyrir mismuninum á þessum tveimur hugtökum við valið, verknaðinn og ákvörðunina.

Að vera nægjusamur ber vitni um lífstílinn. Hann er

venjulega einfaldur og fábrotin. Hann þarf ekki endilega að vera þannig að um fátækt sé að ræða eða skortir verulega fé til að komast yfir lífsins gæði. Þvert á móti er nægjusemi höfð að leiðarljósi og veltum fyrir okkur nægjusemishugtakinu við ráðstöfun á fjármunum og hlutum. Oft reynist einn hlutur vera alveg nóg til að uppfylla þær. Erum nægjusöm og notum aðeins einn hlut í stað til dæmis margra. Lífstíllinn einkennist að fábreytileika hins sýnilega heims í lífinu og getur í flestum tilvikum nægt til hamingjusams lífs. Það nægir oft lítil íbúð í stað íburðamikillar.

Nægjusemin endurspeglar og einkennir stöðu þína og efnahag. Hann einkennist af notagildi hlutanna og ekki vera með ofgnótt af þeim. Fólk ruglar oft saman nægjusemi við fátækt þar sem lífstíllinn er fábrotinn og einfaldur. Sannleikurinn er oftast sá að flestum vegnar betur að lifa honum með tileinkun nægjusemishugtaksins. Það á að vera vel hægt að lifa góðu og ríkulegu lífi með nægjusemi. Því í raun eru þrjú atriði sem allir þarfnast. Frumþarfirnar eru húsnæði, matur og fatnaður. Ekki er hægt að lifa án þeirra nema um stuttan tíma og ef skortur er á þessum þáttum teljumst við vera fátæk eða búa við mikinn sáran



skort. Við megum ekki rugla þessu saman. Fátækt er fátækt og því þarf að breyta. Til þess að brjótast út úr henni má í þröngum fjárhag beita nægjusemishugtakinu. Nægjusemishugsunin gildir jafnt fyrir ríka sem fátæka. Sá ríki er ef til vill efnaður með því að tileinka sér nægjusemi. Hið sama má leika eftir og ná betri fjárhagsstöðu og vellíðan.

Sjálfspurftarbúskapurinn eins og Íslendingar stunduðu öldum saman var dæmi um nægjusemi. Allar afurðirnar voru nýttar af sauðkindinni. Notuð var geymslutækni sem var til boða á þeim tíma og lifðum á afurðunum. Hann er ekki það sama og sjálfbærni það er annars konar hugtak sem við förum í næsta kafla.

Það eru til svipuð orð yfir nægjusemi eins og spara. Það er venjulega hugsað sem sparnaður að leggja fé inn á banka en við getum líka sparað mat, rafmagn, vatn, o.s.fv. sem köllum sparsemi. Að vera hagsýnn er líka talin góður kostur. Það má segja að sleppa því að kaupa sér ölflöskuna og setja andvirðið inn á banka sé gott dæmi um sparnað. Fyrirhyggjusemi er líka nægjusemi sem er til eftirbreytni. Að sjá hlutina fyrir með fyrirhyggjusemi og getað gert ráðstafanir fram í tímann veitir betri vellíðan. Forsjálnni er ekki ólík fyrirhyggju-

seminni hún er varast og gera ráð fyrir óvæntir hlutir geti komið upp í lífinu. Framsýni er að hugsa aðeins út fyrir rammann sinn. Skoða af víðsýni þá möguleika sem lífið hefur upp á bjóða og öll þau tækifæri. Að fara sparlega með er ekki níska heldur nægju-semi. Fara með eigur sínar af sparsemi. Að vera sparsamur er tileinkun nægjusemi og skoða kaup á vöru- og þjónustu með tilliti til hennar.

Að vera hófsamur er eiginleikinn að vera hófsamur og forðast allar öfgar. Hófsemi og nægjusemi eru systkini og vinna saman til að gæta hófs í allri neyslu og vera ekki nískur gagnvart sjálfum sér og öðrum. Það er auðvelt að fara út í öfgar með nægjusemina og enda í nisku. Að gæta hófs er góður kostur fyrir hvern og einn.

Skoðum sjálfsgann í tengslum við nægjusemina og það má segjast að er erfiðast af öllu. Það þarf sjálfsga til að neita sér um kaup á ölflöskunni og spara í staðinn. Þorsti og hiti sækir að. Ætlunin er að kaupa hana ekki og frestun á kaupunum verður ofan á. Svala þorstanum í eitt augnablik. Það þarf sjálfsga til að versla ekki ölflöskuna og það gildir um öll kaup á vöru- og þjónustu. Það er oft nauðsynlegt að beita sjálfsga við val, verk og ákvörðun við kaup.

# Hvað er sjálfbærni eða sjálfbær þróun?

Sjálfbær þróun er í grundvallaratriðum samansafn þriggja þátta, það er:

Umhverfisvænir, efnahagslegir og félagslegir. Þeir eru í algjöru samspil hver við annan og til að einfalda málið þá lítum við hvern fyrir sig og notum öflöskuna til skýringar á hverjum þætti. Hún er samnefnari fyrir alla vöru og þjónustu sem við notum í daglega lífinu. Hún skýrir fyrir okkur hvernig hún sem og önnur þjónusta virkar á efnahagskerfið, umhverfismálin og þau áhrif sem gæta vegna félagslegu hliðarinnar. Hún er gott dæmi um flesta þá þætti sem við eigum við stríða við kaup á vöru- og þjónustu eins og komið hefur fram áður í handbókinni. Horfum á öflöskuna frá nýju sjónarhorni sem gefur þá nýja hugmynd til að hafa við valið, ákvörðunina og verknaðinn við kaupin. Spyrjum til að byrja með hvernig hefur ein öflaska áhrif á sjálfbæra þróun, sjálfbærnina og sjálfbær fjármál?

Þegar hafðar eru í huga félagslegu hliðar málsins. Þá myndast oft félagsleg samskipti við neyslu á öflösku. Það er sest er niður og rætt er um ákveðið málefni mikilvægt eða léttvægt. Það myndast félagslegt mynstur við að setjast niður með öðrum. Ölflaskan er táknræn fyrir það annað sem við reynum að skapa félagslega með viðveru okkar með hinum.

Flest öll vara- og þjónusta hefur eitthvað með samskipti að gera og við eyðum tíma og peningum í hana til að uppfylla félagslegar þarfir okkar. Kaupum sjónvarp og útvörp til bæði skemmtunar og fróðleiks. Sitjum fyrir framan sjónvarpið og deilum tímanum með öðrum áhorfendum. Til dæmis þegar horft er á fótboltaleik í sjónvarpi er miklu skemmtilegra að deila áhorfinu með öðrum. Með því að drekka öflöskuna og horfa á sjónvarpið er ef til vill verið að eyða tíma okkar. Við gætum ráðstafað honum á nytsamlegri veg. Við höfum val, ákvörðun og verknað hvernig tímanum er eytt. Hann er ef til vill eitt af því dýrmætasta sem við eigum fyrir utan góða heilsu. Til dæmis notað tímann sem skapast til einhvers skapandi eða skapað önnur verðmæti með breyttri hegðan. Nútíma þjóðfélag miðar sífellt að því að framleiða afþreyingu fyrir mannkynið þar sem það getur ekki eða vill ekki

gera eitthvað í þá áttina að skapa ný tækifæri. Sjálfbæra þróunin sem við tölum um er erfið í framkvæmd eins og við sjáum á þessum dæmum. Hún ætti að vera framkvæmanleg taki allir á og geri eitthvað í sambandi við hinn félagslega geira. Í staðinn fyrir hinn dauða tíma sem skapast með aukinni velgengni sjálfbærninnar þá má nota tíma til dæmis til menntunar og lesa bækur til fróðleiks. Í raun og veru er verið að tala um fórnarkostnaðinn og nægjusemina í samhengi við sjálfbærnina og sjálfbæru fjármálin. Það er tíminn sem fórnað er í að gera ef til vill ekki neitt og notast við ýmsa afþreyingu sem er nauðsynleg á stundum. Í stað þess að gera eitthvað notendavænt við hann.

Vara- og þjónusta krefst þess að hún sé sköpuð og til þess þarf efnahagslíf og framleiðslu þessara þátta. Ölflaskan kallar á framleiðslu á umbúðum eða glerinu sem heldur utan um innihaldið og framleiðslu efna í innihaldið. Í innihaldinu er vatn sem út í er blandað bragðefnum og söltum. Það þarf að framleiða efni í tappann og myndskreytingu á umbúðunum. Þetta þarfnast orku. Orku sem er af skornum skammti í heiminum og dýrt að framleiða. Með að sleppa kaupunum á ölfloðskunni þá erum við að spara orkunotkunina á þeirri framleiðslu og margt smátt gerir eitt stórt í

stóra samhenginu. Félagslegi þátturinn getur dottið út úr myndinni en fórnin er sparnaður af orku við framleiðsluna. Það er hægt að lifa án þess að drekka öl en það er til ýmiss konar vara- og þjónusta sem ekki er hægt að vera án. Hún er lífsnauðsyn og þarfnast ákveðinnar orku. Það er hægt að auka framleiðslu á endurnýtanlegri orku umtalsvert til að mæta þörfum heimsins á orku. Að spara orkuna með því að hætta að drekka ölið að framleiða minna af eða næstum ekkert af kolvetnisdíoxíði sem fer þá í minna mæli út í andrúmsloftið og mengar lofthjúpinn. Það er ekki einungis verið að hugsa um eigin þarfir þegar við ákveðum að hætta að nota ölfloðskur við neysluna. Það er verið að leggja af mörkum til minni loftlagsbreytinga í lofthjúpnunum. Það fyrir bæði börnin og barnabörnin og alla framtíð þessarar jarðkringlu. Sem sagt leggjum ýmislegt af mörkum við val, ákvörðun og verknað við kaup á vöru- og þjónustu fyrir utan að spara fjármuni. Það er líka verið að minnka útblástur loftlagstegunda út í lofthjúpinn. Einstaklingurinn er ekki einn um hituna. Allir eru að leggja eitthvað af mörkum til betri veraldar í framtíðinni. Það er inntak sjálfbærrinnar, sjálfbærrar þróunar og sjálfbærra fjármála.

Umhverfisþættir sjálfbærrar þróunar eru mjög stór mála-

flokkur og tengist hinum þáttunum líka bæði beint og óbeint það er efnahagslega og félagslega.

Reynum að einfalda þessa umfjöllun og hafa ölfloškuna sem dæmi til að útskýra hvað er á ferðinni. Við sköpun hennar þarf orku eins og augljóst er og við spúum út mengun þegar við framleiðum hana. Loftlagstegundirnar sem myndast eru aðallega kolvetnis-díoxíði og metangas ásamt öðrum lofttegundum sem spilla lofthjúpnum. Aðalbaráttan vegna loftlagsbreytinganna er að minnka áhrif óæskilegra loftlagstegunda og er lögð mikil áhersla á að nota vistvæna orku til framleiðslunnar.

Ölflaskan er ágætt dæmi um framleiðslu sem þarf mikla orku til sköpunar. Þörf er hráefni sem krefst orku til að framleiða hana til bæði í sambandi við glerframleiðsluna sem þarf hátt hitastig til framleiðslunnar og efnið í tappann. Söltin og önnur efni sem eru blönduð í vatnið þurfa orku til að vera framleidd. Allt eru þetta umhverfisþættir sem skapa óvistvænar loftlagstegundir og það er gengið á orkubirgðir heimsins þegar notað er jarðefnaeldsneyti til framleiðslunnar. Það er af skorum skammti og ber að nota það varkárlega við framleiðsluna. Best er að nota endurnýjanlega orku eins og vatnsföll, jarðgufu og sólarorku til framleiðslunnar þar

sem það á við á hverjum stað. Umhverfisþættir eins og við orkuframleiðsla og þurfa að vera í jafnvægi við þol lofthjúpsins annars vegar og framleiðslunnar hins vegar þegar best er á kosið. Þetta sameiginlegt verkefni og óskin er að vanda valið, ákvörðunina og verknaðinn. Það ætti að hafa þessa þætti ofarlega í huga við kaupin. Þau geta ekki lengur verið hugsunarlaus og áætlana eða henta einungis skammtímasjónarmiðum.

Nú ætti að vera hægt að gera grein fyrir hvað eru sjálfbær fjármál. Þau tvi-nnast inn í fjármálin þegar við hugsum um sjálfbærni þeirra í fjárhagnum. Þau tengjast sjálfbærri þróun þegar við höfum sjálfbærni í huga það er áður nefndum þáttum: efnahagslegum, umhverfislegum og félagslegum. Það er sífellt verið að hafa áhrif á þessa þætti við kaup á vöru- og þjónustu með ákvörðun, verknaði eða vali. Einstaklingur fer út í búð og ákveður að kaupa ölflošku. Þá hefur farið af stað atburðarás sem áður er lýst. Það þarf að framleiða hana og dreifa henni í verslanir þannig að hægt sá að nálgast hana. Allir þættirnir fara af stað þegar kaupin á ölfloškunni fara af stað. Kaupmaðurinn fær andvirði hennar greitt inn á reikninginn sem er hinn efahagslegi þáttur og minna fé er til á reikningnum. Félagslegi þátturinn felst í því að gera sér ferð út í

búið og drekka öflöskuna með einhverjum þriðja aðila. Það er búið að hafa áhrif á umhverfisþættina þeir eru þegar komnir til með framleiðslu á öflöskunni. Það þarf að skoða hvernig verknaðinn við kaupin er nálgadur. Nýtum faratæki sem eyðir orku og mengar umhverfið eða er farið gangandi út í búið. Allt þar á milli kostar einhverja orku við gerð farartækisins sem við kjósum að ferðast á til að kaupa öflöskuna.

Sjálfbær fjármál eru mikilvæg í öllum kaupum og hafa áhrif á þau til skamms og langs tíma. Sífelld verslun á vöru- og þjónustu sem hefur áhrif á fjárhaginn og um leið bein og óbein áhrif á umhverfið. Eins rekstur heimilisins og annara í samfélaginu og félagslegu áhrifin sem sjálfbæru fjármálin gera að verkum. Áhrifin geta komið fram strax í efnahagnum til dæmis kaupunum á öflöskunni sleppt og andvirðið lagt inn á sparireikning. Það eru kölluð bein áhrif á efnahaginn og kraftar sjálfbærrar þróunar fara af stað. Eins er um þá vöru- og þjónustu sem er keypt. Sé valið að kaupa öflöskuna þá getur hið óumflýjanlega gerst eða neikvæðir kraftar hennar fara af stað með meiri orkunotkun o.s.fv.

Það sem hafa þarf í huga í sambandi við sjálfbær fjármál er að það eru margir þættir sem hafa áhrif á fjárhaginn eins og

komið hefur fram. Ný hugsun sem til skamms og langs tíma lagar fjárhaginn. Það gerast ef til vill ekki neitt kraftaverk en munurinn á gömlu hugsuninni og þeirri nýju gætir strax við kaup.

Kauphegðunin breytist allverulega og hraðinn við kaupin verður minni vegna þess að varan er gaumgæfð sem fyrirhugað er að kaupa. Valið fer að snúast um hvaða áhrif hafa kaupin á sjálfbæra þróun í heiminum og á því landsvæði sem varan er framleidd. Það er hægt að hugsa sér kaup á skyrtu framleidd í Tælandi við illar aðstæður verkafólks sem fá lítið úr bítum fyrir vinnuna. Það telst ekki sjálfbær framleiðsla. En verkamaðurinn hefur ef til vill ekki neinn annan valkost en að þiggja þessa vinnu sem er illa borguð og mengandi. Hans biður kannski að afla sér fjár með því að finna eitthvað drasl á öskuhaugunum og ber enn þá minna úr bítum. Þarna er fórnarkostnaðurinn alls ráðandi. Verkamaðurinn hefur lítið val annað en að vinna í verksmiðjunni. Hann býr við mikla fátækt og sá sem vinnur á sorphaugunum býr við sára fátækt. Heimurinn þarf að gera sér grein fyrir fórninni sem þessi aðili á við að etja og lyfta honum upp úr hinni sáru fátækt. Með menntun, fræðslu og bættri heilsugæslu má vinna þetta verk og gera kraftaverk. Hvort sem hann er verkamaður í

fataverksmiðju eða aflar sér viðurværis á sorphaugunum. Sjálfbærni kemur þá að góðum notum með því að koma einstaklingnum á sorphaugunum upp úr þeim forarpytti með sjálfbærri aðstoð eins og menntun, fræðslu og aukinni heilsugæslu.

Einstaklingurinn kemst á annað stig og getur þannig brauðfætt fleiri og dánartíðni og hungur verður minna. Þjóðfélagið nýtur einnig góðs af þessum framkvæmdum til handa hinum fátæku. Þeir fara að brauðfæða sig og gefa aftur til þjóðfélagsins margfalt á við það sem sett er til þeirra í formi fjármuna. Þeir fjármunir eru sjálfbærir eða dæmi um sjálfbær fjármál.

Hinir fátæku verða fátækir þegar ekkert er gert til að lyfta þeim út úr henni og þjóðfélagið verður líka fátækt. Skylda þegnanna er að leggja sitt af mörkum og útrýma fátæktinni í eitt skipti fyrir öll. Það á að vera sameiginlegt markmið allra að sjá um að svo sé um hnútana búið. Með því að nota sér hugmyndirnar í sambandi við sjálfbær fjármál má ná þessum markmiðum bæði gagnvart hverjum einstaklingi og öllum fjöldanum í heiminum. Eftirfarandi eru tvær skilgreiningar á sjálfbærum fjármálum:

1. Sjálfbær fjármál vísa til hverrar þeirrar gerðar af fjármálaþjónustu sem samanstendur af umhverfisvænum, félagslegum og efnahagslegum forsendum sem vísa til viðskipta og fjárfestingaákvarðana til hagsældar til lengri tíma bæði fyrir viðskiptavininn og þjóðfélagið í heild.
2. Sjálfbær fjármál stuðla að og bæta efnahagslega nýtingu, velmegun og samkeppnishæfan efnahagsbúskap. Ýmis tól sem hægt er að nota: sjálfbæra sjóði, græn verðbréf, örlán, örverkefni, virkan eignarhluta, ýmis fríðindi, sjálfbær verkefni og fjárfestinga til að gera efnahagskerfið sjálfbærara.

# Neyslukenningin

*Hvernig vinna fórnarkostnaðurinn, nægjusemin og sjálfbær fjármál saman?*

Með því að nota hugtökin fórnarkostnaður, nægjusemi og sjálfbær fjármál fæst meiri tilfinning fyrir því hvert er verið að setja fjármunina. Með að kryfja til mergjar hver kaup. Er hægt sjá og vera meira á nótunum í hvað þeir fara á endanum og hvað fæst fyrir peningana. Það má ekki heldur gleyma þeirri andlegu vellíðan þegar vel tekst til um kaupin. Oftast er tilgangurinn að fá einhvern sýnilegan ávinning af kaupunum. Það er hinn sýnilegi heimur sem kallast hinn efnislegi heimur. Það eru fasteignir og aðrir fastafjármunir sem og ýmist lausafé sem við kaupum, til dæmis flatskjá, ýmis búsaðhöld, o.s.fv. Þegar keypt er fasteign verður að vera hægt að geta greitt afborganir og viðhald af henni. Þegar eitthvað fer úrskeiðis með greiðslur kemur fram vanlíðan og hún versnar og versnar í huganum. Það fer að gæta ýmissa einkenna eins og kvíða og svefnleysis. Þá eru kaupin ekki hagstæð í þetta skipti.

Eigin er seld og önnur er keypt sem fellur betur að fjárhagnum. Og andlegi heimurinn og hinn sýnilegri verður strax betri.

Kústin við fjármálaákvörðanir er að hafa ákveðið jafnvægi þarna á milli. Það er að reisa sér ekki hurðarás um öxl og þurfa að taka neikvæðum afleiðingum kaupanna.

Vitneskjan um efnahagslegt þol eykst við að nota þessar aðferðir sem farið hefur verið í og líðanin verður betri til skamms og lengri tíma. Við val á vöru- og þjónustu sem er framkvæmd á skipulegan máta verður lífið mun auðveldara og ákvörðun-arteckt skipulegri við kaupin. Verknaðurinn sjálfur að framkvæma kaupin verður líka hnitmiðaðri og minni hætta á röng fjárfesting verði gerð. Það að beita fórnarkostnaðarhugtakinu, nægjuseminni og sjálfbærum fjármálunum er einn af lyklunum til að geta tekið rökréttar ákvarðanir um kaup. Það að geta tekið betri og upplýstrar ákvarðanir er ávallt sigur yfir mistökum sem annars gætu komið upp. Með ákveðinni yfirvegun þá verða öll kaup markvissari og minni hætta á einhverjum mistökum. Mistökum sem geta leitt af sér vanlíðan og tap á fjármunum. Mistökin eru reyndar til að læra af þeim og forðast endurtekningu. Kringumstæður við núverandi kaup eru skoðuð og berum þau sama við þau eldri. Í framhaldi athugað hvort hægt sé að gera betur í þetta skiptið. Við eigum ekki að forðast að gera kaup vegna

fyrri mistaka við eigum aðeins að bera saman núverandi kaup við þau eldri. Það eru oftast nær önnur tilvera að fást við en þegar fyrri kaup voru framkvæmd.

Lausn fjárhagslegs verkefnis verður miklu auðveldari við beitingu þessara vopna. Ný hugsun verður alls ráðandi við allar framtíðarákvarðanir. Það er að myndast eignamyndun sem sátt við myndast um gagnvart guði og mönnum. Það að geta notfært sér aðferðir sjálfbærra fjármála sem nægja við kaupin er mjög mikilvægt skref til að fjárhagsverkefnið leysist vel úr hendi. Það er framkvæmanlegt á kerfisbundinn hátt að gera kaupin. Kaup sem gerð eru sjaldan eða í örfá skipti yfir ævina eins og að kaup þak yfir höfuðið. Það veitir meira fjárhagslegt öryggi og vitneskjan að vera að nálgast kaupin á réttum grundvelli. Færri mistök verða gerð við hin ákveðnu kaup. Kaup sem þarf að búa við til ákveðins tíma. Sem sagt gerum færri mistök við kaupin og getum haldið áfram að lifa góðu og sjálfbæru lífi.

Möguleikinn að yfirstíga fjárhagsörðugleika eykst verulega til hins betra. Meðvitundin sem öðlast við að beita nýjum aðferðum og hugsun gerir það að verkum að hægt er að fara kerfisbundið í slæm fjármál. Aðferðir við að leysa úr fjárhagserfiðleikum eru eðli

sínu frekar einfaldir að gerð. Fyrst í stað lítur fjárhagspakinn ekki vel út. Óopnuð umslög með tilkynningum um ógreidda reikninga og skuldir sem þarf að standa skil á til lándrottins. Fyrsta verkið er að safna saman umslögunum og opna þau og flokka. Stundum eru margar tilkynningar um sömu skuld eða innheimtu. Besta ráðið er að hefta þau saman og flokka. Þegar það hefur verið gert þá er að skapa Fjárhagsyfirlit í reiknilíkani með því að nota til dæmis Microsoft Excel. Í Fjárhagsyfirlitinu koma fram gjalddagar, vanskil, eftirstöðvar í skilum, lánstími, heiti kröfuhafa og innheimtustig skuldarinnar. Þá er byrjað að greina hvaða skuldir eru komnar í veruleg vanskil og farnar til lánadrottins og samningar hafnir um skuldina. Með fjárhagsyfirlitinu sést hvaða skuldir eru mest aðkallandi að fást við til dæmis til að forðast árangurslaust fjárnám eða nauðungasölu. Hvort sem er bifreið eða fasteign. Það er nefnt að fara eftir reglum aðfararréttar við skil á skuldum. Í mörgum tilvikum er hægt að forðast mikið fjárhagslegt tap með því að notfæra sér það að hafa gott fjárhagsyfirlit sem tilgreinir allar skuldir sem viðkomandi hefur á herðum sér.

Aðhaldið sem skapast við það að hafa yfirsýn yfir fjármálin gerir það að verkum að minna verður um slys í þeim. Reikn-



ingar greiddir á gjalddaga og samið um að forða þeim frá að fara lögfræðiinnheimtu eða aðrar kostnaðarsamar aðgerðir. Best er tileinkunn um hugtökin sem áður hafa verið nefnd. Það er að útbúa Mánaðardagbók yfir fjármálin og einfalda Sex mánuða fjárhagsáætlun. Þegar fer að herða að er nauðsynlegt að skapa Fjárhagsyfirlit og Sex mánuða fjárhagsáætlun með öllum skuldum og byrja að semja um þær í tíma.

# Samskipti og samningar

Í daglegu lífi þarf að vera í samskiptum við aðila um alls konar efni. Eiginlega allt milli himins og jarðar hvort sem farið er út í búð eða eigum samskipti við fyrirtæki og stofnanir. Þetta umstang kallar á mannleg samskipti á einn eða annan máta. Daglegt ástand er misjafnt og fólk er mismunandi upplagt. Eins að samskipta-aðilinn getur líka átt misjafnan dag. Samskipti geta stundum reynt á sálarlífið. Það er gert ráð fyrir vera kurteis og í jafnvægi. Það getur líka skipt miklu að skilja þannig við samskiptaaðilann að hann sé hliðhollur og þá er enn þá samband við aðilann og hægt seinna að koma óskum til viðmælandans.

Það sem getur reynst erfitt við samskipti er að virka ekki auðmjúkur eða æðrulaus við væntanlega samningagerð. Áður en til dagskrár er gengið er gott að hafa í huga eftirfarandi grunnþætti í samskiptum og samningatækni:

1. Til að byrja með verður að hafa skýrt í huga hvað á að ná fram í samskiptunum og hvaða samningi á að ná. Það er að hafa ákveðið markmið í huga.
2. Markmið sé alveg á hreinu og getum kynnt það af sannfæringu við samningsaðilann.
3. Það er oft gott að hafa aukamarkmið í farteskinu ef meginmarkmiðið fer úrskeiðis.

Gott er að tala rólega og ákveðið en ekki með neinum æsingi eða hroka. Í upphafi samtalsins er spurt hvort viðmælandinn geti gert málefninu greiða. Þessi nálgun getur oft skipt sköpum um framhald samningaviðræðnanna og lokaáfangastað er fyrr náð í samningaviðræðunum. Góð framkoma af virðingu og jákvæðni flýtir fyrir góðum úrslitum. Það er sjálfsagt að gæta að snyrtimennsku og koma kurteislega fram.

Að segja „Ég vil eða óska eftir að einhver ákveðinn hlutur sé gerður fyrir mig.“ Það hljómar allt öðruvísi á viðmælandann að segja „Þú átt eða skalt gera þennan hlut fyrir mig.“ Munurinn þarna á milli er gífurlegur og árangurinn af viðræðunum getur

farið út um þúfur ef seinni setningin er notuð. Siglum beinlínis í kaf við kynna málefnið þannig. Gagnvart fyrri setningunni er verið að nálgast viðmælandann á miklu jákvæðari máta erum um leið ákveðin og kurteis. Líkurnar um jákvæða niðurstöðu stórukast við að nálgast verkefnið á þennan hátt. Að hlusta vel á samningsaðilann skiptir oft sköpum um niðurstöðu samningaviðræðanna. Hvað viðmælandinn hefur fram að færa til málefnsins og hvernig verkefnið er framsett á borði samningsaðila. Með því að hlusta er hægt á sama tíma að upphugsasvar eða athugasemd þegar viðmælandinn spyr erfiðra spurninga. Þegar allt er að fara úrskeiðis. Þá er mjög mikilvægt að anda 5x að sér eða telja upp á 10. Þá minnkar asinn og við höldum reisu. Viðmælandinn er ef til vill óréttlátur og ósanngjarn og erum reið eða skap okkar er að fara úr böndunum. Þá er gott að beita þessum aðferðum og koma heiðarlega fram og vera hreinskiptinn í samskiptum við samningsaðilann. Eins þegar ekki er hægt svara spurningu vegna ónógrar þekkingar á henni. Þá er sagt viðmælandann: „Ég kanna málið og kem svo með svarið til þín.“

Þessi samningatækni hefur reynst mörgum mjög vel og það þarf að æfa sig í henni dag eftir dag svo árangur náist. „Enginn verður óbarinn biskup.“ En útkoman við að beita henni er óum-

deilanleg og gefur sjálfstraust og væntanlega niðurstöðu í málef-  
ninu sem er verið að semja um. Að allt fari vel að lokum. Og að  
„brjóta odd af oflæti sínu“ og koma til samningaborðsins aftur  
þó eitthvað hafi misfarist í fyrri samningaviðræðum er alltaf gulls  
ígildi.

# Hvað eru vextir?

Vextir eru útskýrðir sem árleg prósentu af höfuðstól. Þeir eru  
reiknaðir með því að deila vaxtatölunni með höfuðstólnum sem  
getur breyst með verðbólguþrósentunni og stefnu Seðlabankans í  
vaxtamálum.

Vaxtatala/Höfuðstól = Vextir

eða

$10/100 = 10\%$  vextir.

Samsetning á kjörvöxtum eru þær breytingar á þeim sem taka  
meðal annars mið á breytingum á fjármögunarkostnaði  
( lánskjörum ) bankans, rekstrarkostnaði, opinberum álögum og/  
eða öðrum ófyrirséðum kostnaði, stýrivöxtum Seðlabanka Íslands  
og breytingum á vísitölu neysluverðs.

Hugtakið raunvextir er fyrirferðarmikið í öllum viðskiptum.  
Við getum hugsað okkur að vextirnir séu X% af láni sem tekið er  
tillit til fjármögnunar á einhverri fjárfestingu en við vitum hver er

samsetning þeirra. Það eru nokkrir mismunandi þættir sem geta breyst án fyrirvara. Eins og til dæmis verðtryggingarákvæði þeirra. En ávöxtunartala fjárfestingarinnar er  $Y\%$  sem þarf að vera hærri tala en  $X\%$  tala vaxtanna. Ef við drögum frá  $X\%$  frá  $Y\%$  þá fáum við mínus eða plús tölu vaxta sem nefnd er raunvextir fjárfestingarinnar eða  $Z\%$ . Við viljum ávallt hafa hana sem allra hæsta þannig að ROI (e. rate of return) fjárfestingarinnar verði sem hæst. En eins og áður sagði geta ýmsir innri þættir  $X\%$  verðið háðir breytingum. Við getum samið um breytilega vexti eða fasta vexti. Ef um er að ræða fasta vexti  $X\%$  þá eru allir þættir þess negldir niður og við tökum áhættuna af því að verðtryggingin breytist ekki. Ef hún lækkar þá er um tapa að ræða ef hún hækkar er gróði. Reiknum með breytilegum vöxtum  $X\%$  þá fylgir vaxtaþrósentan hinum breytilegu þáttum hennar eins og skýrt var út áður. Ef  $X\%$  er  $7\%$  og ávöxtunarkrafa verkefnisins  $Y\%$  er  $10\%$  þá eru raunvextirnir:  $10\% - 7\%$  eða  $3\%$  sem er sama og  $Z\%$ . Raunvextir sama sem  $3\%$  eða  $Z\%$ .

Í sambandi við verðtryggingu þá er hún reiknuð út frá hver er verðbólgan á hverjum tíma eins og vísitala neysluverðs er  $3\%$

hækkun á milli tímabila venjulega einn mánuður í senn. Þá hækkar höfðstóll skuldarinnar um þau prósent fyrir vikið. Og lánstíminn er 120 mánuðir. Þá deilum við með 120 mánuðum og þetta er fyrsta greiðsla. Þá kemur verðbólguhækkunin fram í hærri afborgun og vextir verða hærri sem nemur verðbólgunni.

Við skulum í framhaldinu setja fram skýringar á VVV þremur á eftirfarandi máta:

1. **Vextir:** Að fá 10 epli að láni, skal greiða 1 epli í lok tímabilsins venjulega eitt ár eða  $10\%$  vextir af láninu.
2. **Verðbólga:** Greiðsla samsvarar 11 eplum en færð ekki nema 10 epli til baka eftir tímabilið. Þá er verðbólgan  $10\%$ .
3. **Verðtrygging:** Þú leggur inn 10 epli í banka og verðbólgan er 1 epli. Þá áttu 11 epli eftir eitt ár.

# Hvað er virðisaukaskattur?

1. „Skatturinn er vörsluskattur og almennur neysluskattur sem innheimtur er af innlendum viðskiptum á öllum stigum. Hann er einnig innheimtur við innflutning vöru og þjónustu.
2. „Allar vörur og þjónusta, sem ekki er sérstaklega undanþegin skattinum, er skattskyld. Allir rekstraraðilar, sem hafa með höndum sölu og afhendingu á vöru eða skattskyldri þjónustu, eiga að innheimta og skila virðisaukaskatti.“
3. ...hver skattaðili innheimtir virðisaukaskatt af sölu sinni (útskatt) en við skil á skattinum í ríkissjóð dregur hann frá þann skatt sem hann hefur greitt öðrum skattaðilum eða tollstjóra við kaup eða eigin innflutning á vörum og öðrum aðföngum til nota í rekstrinum (innskatt).“\*

\*Upplýsingar frá Sýslumanninum í Reykjavík.

# Hvað er átt við þegar talað er um vergar þjóðartekjur?

„Með vergum þjóðartekjum er einfaldlega átt við allar tekjur þjóðarinnar á tilteknu tímabili, oftast einu almanaksári. Með tekjum er einkum átt við laun, hagnað fyrirtækja og vaxtatekjur. Önnur hugtök sem oft eru notuð til að lýsa svipuðum stærðum eru verg landsframleiðsla og verg þjóðarframleiðsla. Verg landsframleiðsla er þannig verðmæti allra vara og þjónustu sem framleidd er í landinu á ári en verg þjóðarframleiðsla er verðmæti allra vara og þjónustu sem Íslendingar ( eða almennt, sú þjóð sem til skoðunar er hverju sinni) framleiðir á einu ári.“

\*Vísindavefurinn, 1. Apríl 2004. Sótt 21.maí 2016: <http://visindavefur.is/svar.php?id=4122>

# Ýmis gagnleg hugtök í viðskipta- og hagfræði.

1. *Hagvöxtur*: Það er aukning vergrar – eða landsframleiðslu á ákveðnu tímabili venjulega einu ári.
2. *Afskriftir*: Viðhald, rýrnun og verðbólga sem rýrir peninga.
3. *Mannauður*: Þegar lögð er áhersla á til dæmis aukna menntun og starfsreynslu.
4. *Hið opinbera*: Skattar, útsvar og ýmis gjöld (læknisþjónusta).
5. *Efnahagsstefna hins opinbera*: Skattahækkun eða skattalækkun.

6. *Peningamálastefna Seðlabanka Íslands*: Hann notar stýrivexti til að hafa áhrif á markaðsvexti (yfirdráttarvexti eða húsnæðislán) og lánastofnanir.

7. *Gjaldeyrisvarasjóður*: Hann er til að greiða skuldir í erlendri mynt.

8. *Viðskiptajöfnuður*: Það er annars vegar viðskiptaafgangur eða hins vegar viðskiptahalli.

9. *Gengi*: Það er það verð sem við notum til að skipta einum gjaldmiðli yfir í annan.

# Aðfaralög

1. **Fjárnám:** Fjárnám er aðgerð framkvæmd af sýslumanni til að fullnægja skyldu um greiðslu peninga og felur í sér að taka veð í eignum skuldara til tryggingar kröfum á hendur honum. Fjárnám er ein tegund aðfarargerðar en um þær er fjallað í lögum nr. 90/1989 um aðför o.fl. með áorðnum breytingum (aðfararlög).
2. **Gjaldþrot:** „Gjaldþrot er yfirleitt skilgreint sem sameiginleg full-lustuaðgerð allra kröfuhafa. Í grundvallaratriðum felur gjaldþrot í sér að andvirði eigna skuldara er ráðstafað til greiðslu skulda.“
3. **Nauðungarsala:** Það er aðgerð til að koma eign í verð, án tillits til vilja eiganda hennar, oftast á opinberu uppboði, í þeim tilgangi að greiða skuldir sem á eigninni hvíla. \*

# Einföld fjárhagsáætlun

*unnin með Microsoft Excel*

Sífelld er verið að leggja fram fjármuni til kaupa á hverjum degi. Fjár er líka aflað á hverjum degi. Reynt er að lifa í deginum gagnvart fjármálunum. Það er að taka einn dag einu í því efni sem og öðrum. Það er hægt að nota sömu hugsunina yfir önnur tímabil eins og til dæmis einn mánuð í senn. Þá gerum við upp mánuðinn og fáum niðurstöður um neyslu okkar. Eins er hægt að skoða lengra tímabil eins og sex mánuði í einu lagi. Sjá þannig hvernig fjármálin eru að þróast yfir það tímabil. Fjárhagsáætluninni er í meginatriðum skipt upp í tvennt: Mánaðardagbók annars vegar og Sex mánaða fjárhagsáætlun hins vegar. Tenging á milli þeirra eru niðurstöður Mánaðardagbókarinnar hafa beint áhrif á flæði Sex mánaða fjárhagsáætlunnar. Sex mánaða fjárhagsáætlunin er í sífelldri endurskoðun með tilliti til útgjaldaliða sem og innkomu. Tekjurnar eru yfirleitt fastar eða það má notast við meðaltal fyrri tímabila við tekjuútreikningana eins og við gerum

líka gagnvart kostnaðarliðum fjárhagsáætlunnar. Tekjuhækkun virkar til þess að hún hækkar og það verður meiri afgangur yfir tímabilið. Eins virkar hún ef kostnaðarliðir hækka og tekjur eru óbreyttar þá minnkar afgangurinn að sama skapi. Það er mjög mikilvægt að nota nettótekjur við Mánaðardagbókina sem og við Sex mánuða fjárhagsáætlunina. Það er brúttótekjur að frádregnum sköttum og öðrum skyldum gera nettótekjur. Flestir kostnaðarliðir eru áætlaðir í fjárhagsáætlunum og er mjög mikilvægt að þá eins nálægt raunveruleikanum eins og unnt er. Það er líka fyrir hendi kostnaðarliðir sem eru fastir að því leiti að þeir eru áætlaðir af lánadrottni eins og til dæmis rafmagnsreikningur. Dæmi um reikning sem er áætlaður er matarreikningurinn. Hann getur bæði hækkað og lækkað sökum ytri ástæðna eins og hærri verðbólgu eða gengissigs eða meðal þess að hann hækki af óvæntum útgjöldum til heimilisins. Í Mánaðardagbókinni koma fram liðir sem eru að hreyfast yfir mánuðinn eins og matarreikninginn, bensín, o.s.fv. Greiðum alla fasta mánaðarreikninga og skiljum eftir þá sem eru á hreyfingu. Það sem er nauðsynlegt að gera sér grein fyrir með Sex mánuða fjárhagsáætlunina er skipt í

meginatriðum í tvo hluta: Tekjur og kostnaðarliði það er heimilis-kostnaður, lán og tilfallandi útgjöld sem koma ávallt upp.

Til að byrja með þegar hafist er handa við endurskipulagningu fjármálanna og fyrirhugað er að gera Mánaðardagbók og Sex mánuða fjárhagsáætlun er gott að byrja að skrifa niður hugsanlegar nettótekjur og aðra kostnaðarlið í reiknilíkanið. Með það að markmiði að finna út kostnaðinn á dag á þeim reikningum sem eru á hreyfingu yfir mánuðinn. Það er hægt að nota penna og blað til að gera sér grein fyrir kostnaðartölunni yfir daginn. Síðan má setja þessar stærðir inn í reiknilíkanið og fullvinna það þar. Þessi nálgun reynist mjög vel og er í raun og veru upphafið að því að geta gert viðunandi Sex mánuða fjárhagsáætlun sem eitthvað gagn er af og hægt er að nota við spá og hafa eftirlit með sínum fjárhag frá degi til dags og líka lengri tíma.

Í þessu samhengi er að skoða hvers við getum verið án í daglegu neyslu án þess að svelta og/eða vera naumur við sig. Alls ekki að byrja ekki með of miklum krafti. Þá er meiri hætta á falli á stuttum tíma oft innan þriggja mánuða. Gefum þessari athöfn góðan tíma við gerð fjárhagsáætlanna og við öll kaup. Athuguð



er kauphegðun, neyslumynstur og því samhengi nægjusemina, fórnarkostnaðinn og sjálfbæru fjármálin eða neyslukenningin. Það og einfaldar fjárhagsáætlanir gerir það að verkum að lifað er betra og fjárhagslega öruggara líf. Vitneskjan um betra fjárhagslegt líf eykur vellíðan.

Það að nota tvær útgjaldalínur:

1. Útgjaldalína I er til að ná endum saman yfir tímabilið er byggð á einföldu fjárhagsáætluninni.
2. Útgjaldalína II kemur til þegar um erfiðar skuldir er að ræða og ekki hægt að greiða strax eða á skipulegan máta í kerfinu.

Þær skuldir sem eru viðkomandi um megn að greiða eru settar til hliðar og útbúum Fjárhagsyfirlit um þessar þær. Fyrirkomulag þess má skoða síðar í handbókinni. Þar sem það verður útskýrt nánar. Fjárhagsyfirlitið er mjög kröftugt vopn til að ná tökum á Útgjaldalínu II bæði til skamms og langs tíma.

Ýmis stuttleg ráð sem geta komið að gagni við að við-

halda fjárhagskerfinu í heild. Það er vel hægt að skreppa á kaffihús af og til ef gert er ráð fyrir þeirri ferð í fjárhagsáætlunum. Hægt er að nýta betur allan mat og hætta eða minnka að fleygja honum. Það er matarafgöngunum. Það má nota matarafgang daginn eftir og bæta við máltíðina úr eldhúsinu eða ísskápnunum. Að hætta að reykja reynist mörgum frekar erfitt en það á að vera hægt þegar ákveðin ró hugans er til staðar. Sumir verða að hætta að reykja vegna fjárskorts. Það er hægt en krefst mikils sjálfsaga. Margir velja þann kost að kaupa frosinn mat í plastpokum í lágvörubúðum.

# Reikniaðferðir

Eftirfarandi eru helstu reikniaðferðir sem þarf á að halda til að skapa einfalda fjárhagsáætlun með Microsoft Excel.

- Að nota = merkið til að virkja reitinn til að reikna.
- Að nota =**sum()** til reikniaðgerða.
- Að nota AutoSum merkið til að leggja saman.
- Að nota + merkið til að leggja saman.
- Að nota – merkið til að draga frá.
- Að nota \* merkið til að margfalda.
- Að nota / merkið til að deila með.
- Setja inn dálka og raðir.
- Vista
- Vista sem
- Nota = merkið til að virkja reitinn
- Nota =**sum()** til reikniaðgerða
- Nota + merkið til að leggja saman

- Nota - merkið til að draga frá
- Nota \* merkið til að margfalda
- Nota / merkið til að deila
- Nota AutoSum til að leggja sama

Reiknitákn	Reiknitákn	Upphæðir
Samlagning:	+	
Mjólk		150
Brauð		300
Smjör		250
Samtals		700
Frádráttur:	-	
Tekjur		2000
Kostnaður		1500
Hagn/tap		500
Margföldun:	*	
Kostnaður per dag		3000
Dagar		30
Kostnaður per mánuð		90000
Deiling:	/	
Kostnaður per mánuð		90000
Fjöldi daga		30
Kostnaður per dag		3000

Það er tilvalið að setja þessa töflu upp í Excel og spreyta sig á að fá sömu tölur í næsta dálk. Þegar við gerum ráð fyrir kr. 3.000 á dag sé áætlun sem gæti verið nokkuð nærri veruleikanum þegar allir fastir mánaðarreikningar hafa verið greiddir. Það er lágmarksupphæð til að lifa af. Hún er hugsuð tala en ekki byggð á tölfræðilegum upplýsingum.

# Mánaðardagbók

Mánaðardagbók er nauðsynlegt tæki til að gera sér grein fyrir útgjöldum hvers mánaðar sem er að líða. Í saldolínuna setjum lausafé það er peninga sem við höfum til umráða, og stöðuna á debitreikningum og kreditkortareikningum. Síðan fyllum við út breytilega kostnaðarreikninga koll af kolli sem við höfum áætlað í Sex mánuða fjárhagsáætlunni. Og færum síðan inn daglega eyðslu í Mánaðardagbókina.

Þegar fyrst eru settar inn kostaðartölur eru þær áætlaðar til að byrja með. Síðan við áframhaldandi gerð Mánaðardagbókarinnar kemst reynsla á meðaleysðsluna og hún verður nákvæmari.

[illegible]

# Sex mánaða fjárhagsáætlun

*Fjárhagsáætlun án eigin húsnæðis.*

Tekjur	Mán. 1	Mán. 2	Mán. 3	Mán. 4	Mán. 5	Mán. 6
Laun:	220.000	220.000	220.000	220.000	220.000	220.000
Lífeyrissjóður	0	0	0	0	0	0
Vaxtabætur	0	0	0	0	0	0
Húsabætur	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000
Önnur laun	0	0	0	0	0	0
Samtals:	260.000	260.000	260.000	260.000	260.000	260.000

Kostnaður						
Heimiliskostnaður						
Matur o.fl.	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000
Húsaleiga	105.000	105.000	105.000	105.000	105.000	105.000
Bensín	15.000	15.000	15.000	15.000	15.000	15.000
Tryggingar	6.000	6.000	6.000	6.000	6.000	6.000
Samskiptakostnaður	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000
Hússjóður	0	0	0	0	0	0
Lækniskostnaður	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000
Hársnyrting	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000
Önnur snyrting		3.000		3.000		3.000
Hreyfing	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000
Lyf	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000
Áfengi/tóbak	0	0	0	0	0	0
Fatnaður	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000
Afþreying	2.000	2.000	2.000	2.000	2.000	2.000
Kaffihús o.fl.	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000
Rafmagn	5.000	5.000	5.000	5.000	5.000	5.000
Vatns-og holræsagjöld	0	0	0	0	0	0
Fasteignagjöld	0	0	0	0	0	0
Ferðakostnaður	0	0	0	0	0	0
Annað	10.000	10.000	10.000	10.000	10.000	10.000
Samtals:	215.000	218.000	215.000	218.000	215.000	218.000

Lán:						
Húsnæðislán	0	0	0	0	0	0
Banki 1	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000
Banki 2	0	0	0	0	0	0

Yfirdráttur	0	0	0	0	0	0
Kreditkort	0	0	0	0	0	0
Samtals:	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000

Tilfallandi útgjöld:						
Viðgerð á bíl	0	0	0	0	0	0
Viðhald	0	0	0	0	0	0
Ferðalög	0 0	0 0	0 0			
Sparnaður	6.000	6.000	6.000	6.000	6.000	6.000
Varasjóður	0	0	0	0	0	0
Samtals:	6000	6000	6000	6000	6000	6000

Alls tekjur	260.000	260.000	260.000	260.000	260.000	260.000
Alls kostnaður	233.000	236.000	233.000	236.000	233.000	236.000

Mismunur	27.000	24.000	27.000	24.000	27.000	24.000
----------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Sjóðsstreymi	7.100	34.100	58.100	85.100	109.100	136.100
	34.100	58.100	85.100	109.100	136.100	160.100

Í þessari Sex mánaða fjárhagsáætlun er gert ráð fyrir að viðkomandi búi ekki í eigin húsnæði eða leigi. Setjum inn þá kostnaðarliði sem við á hjá hverjum og einum, fasta kostnaðarliði sem og breytilega. Færum breytilegu liðina yfir í Mánaðar- dagbókina eins og áður sagði. Með þessari áætlun sjáum við dreifingu kostnaðarliðanna yfir sex mánuða tímabil og hver afgangurinn verður í lok þess. Hann getur verið bæði hagnaður eða tap. Þegar er um að ræða tap þá þurfum við að gera einhverjar fjárhagslegar ráðstafanir til að draga úr kostnaði. Við setjum breytingarnar inn og finnum út hvað kemur sér vel í sambandi við hvern kostnaðarlið. Reiknilíkanið einfaldlega segir okkur hvað við

getum gert til ráðstöfunar í fjármálunum. Mánaðardagbókin og Sex mánaða fjárhagsáætlunin eru hvoru tveggja sterk vopn til að halda utan um fjárhagsbúskapinn og getum með nokkurri vissu sýnt fyrirhyggju með hann.

# Sex mánaða fjárhagsáætlun

*Fjárhagsáætlun með eigin húsnæði*

Tekjur	Mán. 1	Mán. 2	Mán. 3	Mán. 4	Mán. 5	Mán. 6
Laun:	220.000	220.000	220.000	220.000	220.000	220.000
Lífeyrissjóður	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000
Vaxtabætur	17.000	17.000	17.000	17.000	17.000	17.000
Húsabætur	0	0	0	0	0	0
Önnur laun	0	0	0	0	0	0
Samtals:	277.000	277.000	277.000	277.000	277.000	277.000
Kostnaður						
Heimiliskostnaður						
Matur o.fl.	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000	40.000
Húsaleiga	0	0	0	0	0	0
Bensín	15.000	15.000	15.000	15.000	15.000	15.000
Tryggingar	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000
Samskiptakostnaður	10.000	10.000	10.000	10.000	10.000	10.000
Hússjóður	15.000	15.000	15.000	15.000	15.000	15.000
Lækniskostnaður	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000
Hársnyrting	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000
Önnur snyrting	3.000	3.000	3.000			
Hreyfing	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000
Lyf	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000
Áfengi/tóbak	0	0	0	0	0	0
Fatnaður	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000
Afþreying	2.000	2.000	2.000	2.000	2.000	2.000
Kaffihús o.fl.	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000
Rafmagn	5.000	5.000	5.000	5.000	5.000	5.000
Vatns-og holræsagjöld	6.000	6.000	6.000	6.000	6.000	6.000
Fasteignagjöld	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000	7.000
Ferðakostnaður	0	0	0	0	0	0
Annað	10.000	10.000	10.000	10.000	10.000	10.000
Samtals:	147.000	150.000	147.000	150.000	147.000	150.000
Lán:						
Húsnæðislán	85.000	85.000	85.000	85.000	85.000	85.000
Banki 1	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000	12.000
Banki 2	0	0	0	0	0	0





lánadrottni.

Loks fyllum við út lánstímann, númer veðs á eigninni og síðan athugasemdir eins og til dæmis innheimtustig og hverjar aðrar upplýsingar sem viðkoma skuldinni.

# Markmið, stefna og tilgangur fyrir Suss ehf:

**Markmiðið** er að ná til einstaklinga og fjölskyldna með verklegar vinnustofur og veita almenna fjármálaráðgjöf til fjöldans. Kenna fjármálalæsi á mannamáli og önnur fög.

**Stefnan** er að vara- og þjónustu Suss ehf verði án gjalds til fátækra með vissum skilyrðum en kostar til hinna og sé verðlögð lágt. Hún nái til sem flestra notenda með notkun nýjustu tækni á hverjum tíma.

**Tilgangurinn** er að Suss ehf sé fjárhags- og menntafyrirtæki sem þjóni almenningi með hágæða kennsluefni og fjármálaþjónustu. Þau séu aðgengileg, auðlærð og stuðli að auknum veraldlegum ávinningi, vellíðan og öryggi notandans.