

A woman with dark hair and glasses, wearing a white shirt with thin blue vertical stripes, is seated at a wooden table. She is looking down at a smartphone held in her left hand. Her right hand is holding a white document or piece of paper. On the table in front of her is another document with some text and a diagram, and a small white bowl. The background is slightly blurred, showing a room with a whiteboard and some colorful objects on a shelf.

**Går din ekonomi
inte ihop?**

Ta hjälp av budget- och skuldrådgivningen

Om du har svårt att få ekonomin att gå ihop kan kommunens budget- och skuldrådgivare hjälpa dig. De ger dig råd och konkreta förslag om hur du kan planera din ekonomi och hantera eventuella skulder.

Du kan få hjälp med:

- att planera din ekonomi och göra en budget.
- att hantera dina skulder.
- att kontakta dem du är skyldig pengar.
- inför och under en skuldsanering.

Budget- och skuldrådgivaren har tystnadsplikt. Rådgivningen är kostnadsfri och anpassas efter din ekonomiska situation.

Budgetrådgivning – planera din ekonomi

För att få koll på din ekonomi är det bra att göra en budget över dina inkomster och utgifter. Då blir det tydligare att se vad som skulle kunna förändras för att pengarna ska räcka längre. Rådgivaren hjälper dig att sammanställa de olika delarna och utforma budgeten så att den passar dina förutsättningar.

Budgetrådgivningen är en viktig del av förberedelserna för eventuell skuldrådgivning eller skuldsanering.

Skuldrådgivning – hantera dina skulder

Om du har svårt att hantera dina skulder kan budget- och skuldrådgivaren tillsammans med dig se vilka möjligheter som finns för att lösa situationen. Målet med skuldrådgivningen

är att reda ut vilka skulder du har och hitta en väg ut ur skuldsättningen. Det kan innebära att samla alla skulderna hos en långivare eller att ni kommer överens om nya betalningsvillkor.

Du kan till exempel få hjälp med att:

- räkna ut hur mycket som är rimligt att betala av på skulderna varje månad.
- kontakta fordringsägarna, det vill säga de du är skyldig pengar, för att diskutera lösningar.

Skuldsanering – när du inte kan betala

Om du har stora skuldproblem kan du ha rätt att få skuldsanering. Om du beviljas skuldsanering får du en betalningsplan på upp till fem år. Under de här åren går alla inkomster som du inte behöver för det absolut nödvändigaste till att betala skulder. När skuldsaneringen är klar har du inte längre kvar skulderna som ingick i din skuldsanering. Både privatpersoner och företagare kan få skuldsanering.

Du ansöker om skuldsanering hos Kronofogden. Din budget- och skuldrådgivare kan hjälpa till att fylla i ansökan och även stötta dig om det skulle uppstå något problem under ansökningsprocessen eller senare.

För att få skuldsanering krävs det att dina skulder är så stora att du inte kan betala dem på många år. Kronofogden tar också hänsyn till din livssituation och ekonomi när de gör sin bedömning.

Kontakta budget- och skuldrådgivningen

För att komma i kontakt med budget- och skuldrådgivningen kan du ringa din kommun. Du hittar kontaktuppgifter på [kommunens webbplats](#).

Förbered dig inför budget- och skuldrådgivningen genom att samla ihop uppgifter om din ekonomi till exempel inkomst, skulder, boendekostnad och andra utgifter. Då blir det lättare för rådgivaren att avgöra vilken hjälp du är i behov av.