

# Muuttuvan elämäntilanteen muistilista opintojaan aloittavalle

## Vuositasoinen tarkastelu

### 1. Kertaluonteiset kulut tai hankinnat

### 3. Aikataulu

### 4. Muutoksen arviointi

### 2. Säästö- tai sijoituskohteet

## TÄYTTÖOHJEET

### 1. Kertaluonteiset kulut tai hankinnat

Listaa, mitä merkittäviä kertaluonteisia kuluja tai hankintoja oletat elämääsi seuraavan vuoden sisällä kuulumaan (esim. tietokone, huonekalu, polkupyörä tms.). *Huom. Jos täyttötila ei riitä, voit laatia listasi myös erilliselle paperille.*

### 2. Säästö- tai sijoituskohteet

Listaa, mitä tavoitteita tai tarkoituksia varten aiot tai haluaisit lisäksi säästää tai sijoittaa (esim. lomamatka, harrastusväline, asunto, tms.).

### 3. Aikataulu

Tarkastele nyt jokaista kuluja, hankintaa, säästö- tai sijoituskohteita yksi kerrallaan ja listaa, milloin kyseinen tapahtuma tulisi mahdollisesti ajankohtaiseksi (esim. lomamatka = heinäkuu).

### 4. Muutoksen arviointi

Tarkastele sitten kaikkia listaamiasi kuluja, hankintoja, säästö- ja sijoituskohteita ja vertaa niitä nykyiseen tilanteeseesi. Valitse sopivin vaihtoehto: kuluttaminen / rahankäyttö tai säästäminen / sijoittaminen pienenee = ↓ säilyy samana = → kasvaa = ↑  
en tiedä / en pysty arvioimaan = ?. Löydät vinkkejä muutoksen hahmottamiseen myös seuraavilta sivuilta.

Mikäli kuluttamisesi / rahankäyttösi tai säästämisesi / sijoittamisesi kasvaa (↑) tai pienenee (↓), yritä arvioida viereen euromääräinen muutos (esim. kirjaston tietokone = 0€ vs. oma tietokone = 500€, muutos siis ↑ +500€).

### 4. Lopuksi

Tarkastele nyt kokonaisuutta. Kuinka paljon oletat vuosittaisen kuluttamisesi / rahankäyttösi tai säästämisesi / sijoittamisesi muuttuvan – ja mihin suuntaan? Onko kyse mielestäsi pienestä vai suuresta muutoksesta? Pystytkö arvioimaan muutosta? Mitä apua tai tukea tarvitsisit tilanteen hahmottamiseksi? Löydät seuraavilta sivuilta vinkkejä tahoista, joiden puoleen voit tarvittaessa kääntyä.



# Muuttuvan elämäntilanteen muistilista opintojaan aloittavalle

## Vinkkejä vuositason muutoksen hahmottamiseen

Tämän listauksen tarkoituksena on auttaa hahmottamaan asioita, jotka mahdollisesti ovat uusia ja aiheuttavat muutoksia vuosittaisessa kuluttamisessa tai rahankäytössä.

### **Vuokravakuus uudessa asunnossa**

Vakuus saattaa olla esimerkiksi kahden vuokran suuruinen. Vuokravakuuden saa takaisin, kun muuttaa asunnosta pois, mikäli asunnon on pitänyt hyvässä kunnossa.

### **Vakuutus**

Ainakin matkavakuutus on hyvä olla ja useimmat vuokranantajat edellyttävät kotivakuutuksen ottamista. Huomioi nuorisoalennukset. Liikennekäytössä olevan ajoneuvon liikennevakuutus on lakisääteinen ja pakollinen. Vakuutuksen maksaminen yhdessä erässä (kerran vuodessa) on usein edullisempaa, mutta jos summa tuntuu liian suurelta kerralla maksettavaksi, voit maksaa sen myös useissa osissa. Vakuutus kannattaa kilpailuttaa eli vertailla eri yhtiöitä ja valita niistä edullisin. Viitebudjetissa yksión kotivakuutuksen hinnaksi on arvioitu keskimäärin 130€/vuosi.

### **Hankinnat kotiin: kodinkoneet, huonekalut, kestohyödykkeet (kuten kodintekstiilit, matot, astiat, siivoustarvikkeet, työkalut)**

Jos arviointi on vaikeaa, voit käyttää alle 45-vuotiaalle yksinasuvalle henkilölle laskettua viitebudjettia\*, joka on kodinkoneille, huonekaluille ja kodin kestohyödykkeille 444€/vuodessa. Huomioi, että etenkin huonekaluja saa hyväkuntoisina myös käytettynä esimerkiksi kirpputoreilta, kierrätyskeskuksista tai facebook-ryhmistä. Myös kodinkoneita kannattaa kysellä esimerkiksi kaverilta ennen kauppaan säntäämistä.

### **Hankinnat opiskelua varten esim. tietokone ym. elektroniikka, laukku, kirjat ym.**

Joidenkin yhteyteen saatetaan tarjota myös vakuutusta. Tarkista tällöin ensin, ettei esim. kotivakuutuksesi kata jo tarjottua vakuutusta. Viitebudjetissa vuosittaisten elektroniikkahankintojen summaksi on arvioitu yksinasuvalle 168€. Huomaa, että hankinnan maksaminen erissä nostaa melkein aina kokonaishintaa.

### **Lukuvuosimaksu: esim. ylioppilaskunnan tai ammattikorkeakoulun opiskelijakunnan jäsenmaksu**

Maksetaan lukuvuoden alussa. Tarkista summan suuruus ylioppilaskunnan/opiskelijakunnan sivuilta. Huom. yliopistossa maksu on pakollinen. Ammattikorkeakouluissa maksu ei ole pakollinen, mutta sen maksamalla saa esimerkiksi opiskelijakortin. Ylioppilaskunnan jäsenmaksu on noin 100-140€. Ammattikorkeakoulun opiskelijakunnan jäsenmaksu on noin 25-45€.

### **Lehtitilaukset (myös verkkolehdet)**

Laske yhteen tilaamiesi lehtien vuositilausten maksut. Verkkolehden tilaukset voi myös jakaa ystävän kanssa.

### **Matkat**

Pidemmät matkat esim. kesän ja joulun aikoihin. Matkat kannattaa ostaa ja suunnitella ajoissa, jolloin selviää yleensä pienemmillä kustannuksilla.

### **Lomat**

Mitä lomien aikana kuluu tai säästyy enemmän kuin ennen? Jos teet ruokaa kotona, rahaa saattaa säästyä arkeen verrattuna. Jos taas käyt paljon ulkona syömässä, rahaa todennäköisesti kuluu arkea enemmän. Kotona tehdyn ruoan kustannusarvio on viitebudjetissa 198€(naiset)-234€(miehet)/kk.

### **Silmälasit ym. muut hankinnat**

Tuleeko mieleen muita hankintoja, joita sinun tulee jatkossa hoitaa itsenäisesti?

### **Kesätyöt**

Arvioi kuukausiansiosi

Tämän listauksen tarkoituksena on kertoa tahoista, joiden puoleen voit tarvittaessa kääntyä mikäli tarvitset apua oman tilanteen hahmottamiseen tai sinulle tulee jotain ongelmia.

## Opiskelijan tuet

- Opintotukeen liittyvät asiat: <https://www.kela.fi/opintotuki>
- Opintotukeen vaadittavien opintopisteiden suorittaminen: käänny oppilaitoksesi opintoneuvojan puoleen (yliopistolla myös oppiaineen amanuenssi).
- Opintolainaan liittyvät asiat ja ohjeistus: <https://www.kela.fi/opintotuki-opintolaina>
- Mikäli rahat eivät meinaa riittää, kunnan sosiaalitoimesta voi hakea myös harkinnanvaraista toimeentulotukea. Tällöin kyseessä on täydentävä ja ehkäisevä toimeentulotuki. Hakuohjeet löydät oman kuntasi sosiaalitoimiston sivuilta. Yleistietoa Kelan sivuilta: <https://www.kela.fi/toimeentulotuki-kokonaisuus>

## Vuokra ja asuminen

- Nuorisotasuntoliiton Asumisen ABC -opas <http://www.nal.fi/asumisen-abc/>
- Kuluttajaliiton maksuton asumisneuvonta <https://www.kuluttajaliitto.fi/neuvontapalvelut/asumisneuvonta/>
- Asumistuen laskuri Kelan sivuilla: <https://www.kela.fi/laskurit> ja hakuohjeet <https://www.kela.fi/yleinen-asumistuki-nain-haet>

## Hankintoihin liittyvät pulmat

- Tietoa kuluttajansuojasta <https://www.kuluttajaliitto.fi/tietopankki/ostaminen-ja-kuluttajansuoja/yleista-kuluttajansuojasta/>
- Kuluttajaviraston kuluttajaneuvonta <https://www.kkv.fi/kuluttajaneuvonta>
- Euroopan kuluttajakeskus auttaa kuluttajia rajat ylittävissä ongelmissa mm. matkustamisessa ja verkkokaupassa ja neuvoo EU-alueen kuluttaja-asioissa <https://www.ecc.fi/Tietoa-meista/neuvoja-ongelmatilanteessa/>

## Rahankäytön suunnitteluun ja hallintaan

- Takuusäätiön työkirja tulojen ja menojen laskemiseen: [https://www.takuusaatio.fi/sites/default/files/penno\\_selvita\\_rahatilanteesi\\_netti.pdf](https://www.takuusaatio.fi/sites/default/files/penno_selvita_rahatilanteesi_netti.pdf)
- Nuorisotasuntoliiton budjettilaskuri: <http://www.nal.fi/asumisen-abc/oman-talouden-hallinta/budjettilaskuri/>
- Marttojen Omat rahat -sivusto <https://www.martat.fi/marttakoulu/omat-rahats/>
- Taloudenhallintasovellus Penno [www.penno.fi/home](http://www.penno.fi/home) sekä sen käyttöönottovideo [www.youtube.com/watch?v=pHlhtY4cyeE](http://www.youtube.com/watch?v=pHlhtY4cyeE)
- Mun Talous -verkoston Puhu Rahasta -tehtäväkirja <https://muntalous.fi/wp-content/uploads/2017/11/Puhu-rahasta-teht%C3%A4v%C3%A4kirja-verkkoversio.pdf>

## Vakuutukset

- Ongelmien välttämiseksi ja vahinkojen lievittämiseksi perusvakuutukset (ainakin koti-, matkavakuutus) kannattaa olla kunnossa. FINEn Nuoren vakuuttajan tietopakettista saa hyvät perustiedot siitä, minkälaisia vakuutuksia tarvitaan esimerkiksi ensimmäiseen omaan kotiin sekä esimerkitapauksia siitä, kun kaikki ei menekään niin kuin pitäisi – ja mitä vakuutus silloin korvaa. <https://www.fine.fi/media/julkaisut-2014/hupsis-2014.pdf>

## **Jos rahatilanne huolestuttaa ja rahat eivät meinaa riittää**

- Mun Talous -verkoston Omat rahat -palvelu <https://muntalous.fi/omat-rahats/>
- Takuusäätiön Niskalenkki raha-asioista -opas [https://www.takuusaatio.fi/sites/default/files/niskalenkki\\_rahaasioista\\_nettti\\_0217.pdf](https://www.takuusaatio.fi/sites/default/files/niskalenkki_rahaasioista_nettti_0217.pdf)
- Takuusäätiön velkalinja ja chat-neuvonta <https://www.takuusaatio.fi/palvelumme/velkalinja-ja-chat-neuvonta>
- Kuntien talous- ja velkaneuvonta <https://www.kkv.fi/Tietoa-ja-ohjeita/Maksut-laskut-perinta/talous--ja-velkaneuvojat/>
- Mikäli edessä on jokin isompi hankinta, huomioithan, että vakuudettomat kulutusluotot ovat usein kallista lainarahaa, joiden lyhentäminen on aina pois tulevaisuuden muusta kuluttamisesta. Jos tarvitset kohtuuehtoista lainaa, hyviä vaihtoehtoja ovat esimerkiksi 30 eri kunnassa tarjottava sosiaalinen luotto, lisätietoa: <https://www.takuusaatio.fi/hae-apua/talous-ja-velkaongelmat/sosiaalinen-luotto> sekä Takuusäätiön pienlainat: <https://www.takuusaatio.fi/node/58>

## **Terveys ja henkinen hyvinvointi**

- Opiskelijoiden terveydenhuoltopalvelut YTHS <http://www.yths.fi/palvelut/> (tällä hetkellä vain yliopisto-opiskelijoille, jatkossa myös ammattikorkeakoulujen opiskelijoille)
- YTHS:n kattava tietopankki kaikille [http://www.yths.fi/terveystieto\\_ja\\_tutkimus/terveystietopankki](http://www.yths.fi/terveystieto_ja_tutkimus/terveystietopankki)
- Opiskelijoiden mielenterveyttä edistävä valtakunnallinen yhdistys Nyyti ry [www.nyyti.fi](http://www.nyyti.fi)
- Syömishäiriöliitto SYLI <https://syomishairioliitto.fi/tukea-ja-toimintaa/#tukipuhelin-ja-chat>

## **Muita**

- Nuortenlinkki-verkkopalvelussa matalan kynnyksen tukea päihdeongelmiin, riippuvuuksiin, pelaamiseen, netinkäyttöön ja mielenterveysongelmiin <https://www.a-klinikka.fi/arkisto/nuortenlinkki-verkkosivusto-julkaistu>
- Peluurin chat ja auttava puhelin peliongelmiin parissa kamppaileville [www.peluuri.fi](http://www.peluuri.fi)

## **Yleistä neuvontaa ja tukea**

- Ohjaamot: alle 30-vuotiaille tarkoitettu paikka, jossa saa maksutonta apua ja tukea monenlaisiin asioihin opiskelusta ja työllistymisestä asumiseen ja kaikkeen näiden väliltä. <http://ohjaamot.fi/mista-oikein-on-kyse->
- Nuorten tieto- ja neuvontapalvelut: henkilökohtaista ohjausta, neuvontaa ja tukemista monenlaisissa elämäntilanteissa. Paikkakuntakohtaiset yhteystiedot: <http://www.koordinaatti.fi/fi/toimipisteet>