

**HARMONI HEMMA DEL 3:
EKONOMISK HARMONI =
RIKARE VARDAG**



Heltidsjobb + Heltidshem = Den omöjliga ekvationen?

Har du någonsin stannat upp och reflekterat över hur vardagslivet såg ut förr i tiden? En person i hushållet hade som sin huvuduppgift att sköta ALLT som rörde hemmet:

- Tre vällagade måltider serverades punktligt varje dag
- Hemmet hölls skinande rent och välstädat
- Barnen hade ständig tillgång till en närvarande vuxen
- Vardagens alla detaljer planerades och organiserades minutiöst

När man tänker efter motsvarar det faktiskt att ha en personlig kock, städerska och barnvakt - på heltid!

Men hur ser det ut idag? Nu förväntas och behöver båda föräldrarna jobba heltid, samtidigt som alla dessa hushållssysslor fortfarande behöver utföras. Det ska på något magiskt vis hinnas med på kvällar och helger, mellan jobbet och fritidsaktiviteter.

Låt mig vara tydlig - jag förespråkar inte att vi ska vrida klockan tillbaka. Men det är hög tid att vi adresserar elefanten i rummet: Det moderna livspusslet är en ekvation som helt enkelt inte går ihop utan gedigen planering och organisation.

För att få vardagen att fungera i dagens samhälle krävs det:

- En genomtänkt strategi för arbetsfördelning
- Smarta rutiner som effektiviserar vardagssysslorna
- Att använda resurser på ett genomtänkt och effektivt sätt

I den här delen kommer vi dyka in i realistiska förväntningar på vad som faktiskt är möjligt att göra själv i vardagen och se över värderingar och resurser.

Den moderna föräldrarnas att-göra-lista

Titta bara på listan över vad vi förväntas hinna med:

- Arbeta heltid
- Handla, laga mat och diska
- Tvätta och städa
- Hämta barnen tidigt från förskola/skola
- Vara engagerade föräldrar
- Skjutsa/följa med till och närvara vid aktiviteter
- Ha djupa samtal med partnern
- Planera in regelbundna dejter
- Ha egen tid för träning och hobbyer
- Sova 8 timmar per natt
- Umgås med vänner och familj

Känner du dig utmattad bara av att läsa listan? Join the club! När man ser allt nedskrivet blir det uppenbart - något måste ge vika.

Den befriande sanningen:

Du kan få allt du vill, men du måste veta vad du verkligen vill och inse att du inte behöver göra allt själv. Släpp taget om supermänniskan!

Föräldraskap i dagens samhälle är en balansgång mellan karriär, ekonomi och livskvalitet. Två huvudstrategier träder fram för att klara livspusslet på ett mer avsiktligt sätt:

1. Reducerad arbetstid
2. Smart resursanvändning (outsourcing)

Men här finns en avgörande insikt: Båda alternativen har såklart en ekonomisk dimension. Därför börjar vår resa med en viktig reflektion - inte med siffror och kalkyler, utan med värderingar.

- Stanna upp ett ögonblick och fråga dig själv vad värderar du mest just nu?
 - Är det mindre stress och mer närvaro?
 - Eller att fortsätta som vanligt?

Detta handlar inte om komplexa budgetar eller begränsningar. Det handlar om medvetna val som ger dig mer av det du verkligen längtar efter - tid, närvaro och harmoni.

"Värdejakten" är din personliga kompass mot ett mer harmoniskt familjeliv. Ingen bokföring, bara insikter.

Är du redo att utforska?

Värdejakten: din väg till ekonomisk harmoni

Har du någonsin känt att pengarna rinner genom fingrarna utan att du riktigt vet var de tar vägen? Välkommen till Värdejakten – en rolig och annorlunda metod att få kontroll över din ekonomi och skapa mer livskvalitet.

Den här övningen handlar inte om att stressa dig eller känna skuld. Tvärtom! Det handlar om att bli vän med dina pengar, förstå vad som verkligen ger dig glädje och skapa en ekonomi som passar just din familjs liv.

Föreställ dig ekonomin som en orkester där varje utgift är en not. Målet är inte att spela så tyst som möjligt, utan att skapa en vacker, harmonisk melodi som får dig att le. Vi kommer att undersöka var dina pengar faktiskt hamnar, vilka "toner" som får dig att må bra och vilka som bara stör musiken.

Bäst av allt – detta kan bli en rolig upplevelse familjen kan göra tillsammans. Ett sätt att prata om pengar utan stress, ett sätt att drömma och planera gemensamt.

Så håll upp en kopp kaffe och låt oss börja Värdejakten!

Förberedelse

Materialet du behöver:

- Mobil/dator eller anteckningsblock
- Senaste 3 månadernas kontoutdrag antingen digitalt eller så printar du ut dem

Steg 1: Kartläggning

Kategorisera alla utgifter i tre zoner. Du kan göra detta utifrån snabb magkänsla. I steg 2 kommer vi se över dem igen.

● Livskvalitetszonen (Gröna pengar)

- Ger verklig glädje
- Skapar minnesvärda upplevelser
- Stödjer familjens välmående (ex outsourcing, träning/aktiviteter)

● Nödvändighetszonen (Gula pengar)

- Grundläggande utgifter
- Måste betalas
- Ingen direkt passion men nödvändiga
- Exempel: Hyra, lån, försäkringar, mat, el, telefonabonnemang
- Här kan du också lägga till lite oklara poster

● Slöserizonen (Röda pengar)

- Onödiga abonnemang
- Impulsköp
- Utgifter av gammal vana som inte ger glädje

Steg 2: Analys

Nu när du har grupperat utgifterna ska vi titta lite närmare på dem. Reflektionsfrågor för de olika zonerna:

● Gröna pengar

- Skulle vi få mer glädje av att göra denna typ av utgift oftare?

● Gula pengar

- Är det verkligen en “fast” utgift?
 - Ex mat - från matbutik ja men restaurangbesök nej. Den hamnar antingen under grön om det är en härlig stund med familjen eller kanske under röd om det är slentrianmässig take out.
 - Ex kläder - om det är nödvändiga plagg ex vinterjacka, större skor till barnen, regnställ m.m. kan de vara gula pengar och se över frågan nedan. Om du köper genomtänkta plagg som du känner dig fin i och använder kan det vara en grön utgift men om det är impulsköp eller en tröst så hamnar det under röda pengar.
- Finns det smartare/billigare alternativ för att optimera denna utgift?
 - byta företag ex matbutik, bank, elbolag?
 - samla försäkringar?
 - finns det möjlighet till second hand?

● Röda pengar

- Kan vi säga upp/sluta köpa detta direkt?
- Vad kostar det i pengar och arbetstid för att fortsätta med denna utgift?
- Skulle det vara roligare att omvandla dessa pengar till gröna pengar?

Steg 3: Framtidsplan

Räkna grovt ihop summan av pengarna du kan frigöra från besparingar du kan tänka dig att göra. Hur mycket blev det?

Hur kan frigjorda pengar användas mer medvetet för att köpa tid, harmoni och glädje? Hint: gå ner i arbetstid, outsourcing eller mer "gröna" utgifter.

Skapa en handlingsplan där du skriver ner:

- Konkreta besparingsmål - kopplat till summan ovan
- Alternativa användningsområden för pengar (outsourcing, gå ner i arbetstid eller gröna utgifter) för att kunna tänka på det när du står där med ytterligare en vit kofta i handen eller öppnar Foodora i mobilen.
- Steg att göra för att minska fasta kostnader ex byta försäkringsbolag, köpa mer second hand.
- Uppföljningsdatum efter 1-2 månader

Steg 4: Uppföljning

- Har du gjort de stegen du skrev ner för att minska på fasta kostnader?
- Kolla igenom utgifterna från senaste månaden
 - hur gick det med att sluta med de röda utgifterna? Reflektera över strategier för att lyckas bättre nästa månad om de fortfarande finns där
 - har ni några roliga gröna utgifter? Ta en minut för att minnas dem och se om du kan planera in flera
 - Har ni lyckats spara pengar? Sätt över dem på sparkonto
- Skulle ni kunna testa att outsourca något? (läs vidare nedan)

Mål: Skapa ekonomisk harmoni som ger mer frihet och glädje!

Outsourcing

Dagens samhälle erbjuder oändliga möjligheter till outsourcing. Det handlar bara om att hitta rätt nivå för er familj och ekonomi.

Exempel professionell outsourcing:

- Städning: Välj mellan veckovis, varannan vecka eller månadsvis
- Matlagning: Allt från personlig kock till matkassar eller hemleverans av matvaror
- Robotar: Robotdammsugare och gräsklippare kan spara värdefull tid
- Barnpassning: Behöver inte bara vara för speciella tillfällen - även vardagshjälp kan vara guld värd speciellt om man inte har familj i närheten.

Exempel budget-smart outsourcing till vänner och familj:

- Mor- och farföräldrar som hämtar från skolan eller kör till aktiviteter
- Organisera barnvaktpool med vänner eller familj - ni turas om att ta hand om varandras barn

Så kommer du igång med outsourcing

1. Prioritera: Markera vilka sysslor som är mest energikrävande eller tråkiga
2. Undersök alternativ: Kolla olika tjänster och prisnivåer
3. Börja smått: Testa en tjänst i taget och utvärdera

Avslutande tankar: Dina pengar, dina värderingar

Du har nu gjort en djupgående resa genom din familjs ekonomiska landskap. Varje krona du avsiktligt spenderar är mer än bara en transaktion – det är en röst som berättar historien om det du verkligen värderar.

De insikter du samlat här är en bild över era drömmar, prioriteringar och gemensamma mål. Genom att vara medveten om hur ni använder era resurser, öppnar ni dörrar till:

- Mer tid tillsammans som familj
- Större ekonomisk trygghet
- Mer autentiska val som speglar era verkliga önskningar
- Minskad stress kring ekonomi

Kom ihåg: Ekonomisk planering handlar inte om perfektion, utan om progression. Varje litet steg du tar mot mer avsiktliga val för er ekonomi för er närmare era drömmar.

Fortsätt att reflektera, kommunicera och justera. Dina värderingar och behov kommer att utvecklas, och din ekonomiska plan ska utvecklas med dem.