



Worry escape

LOPPUKESKUSTELUMATERIAALI

WORRY ESCAPE -TALOUSPAKOPELIN JÄLKEISEEN KESKUSTELUUN:

- Teematietoa
- Kysymyksiä keskustelun tueksi
- Lähteitä, linkkejä ja lisätietoa

MATERIAALIN KÄYTTÖ

- Voit hyödyntää loppukeskustelumateriaalia omaan toimintaasi soveltuvien osien.
- Oppaan sisällön on tuottanut WorryEscape-hanketiimi yhteistyössä Laurea-ammattikorkeakoulun Tikkurilan sosionomiopiskelijaryhmä SSV225KA:n kanssa.
- Materiaalia saa käyttää ja jakaa ei-kaupalliseen tarkoitukseen toteuttajat mainittaessa.



TEEMATIETOA

1 TULOT.....	3
2 ASUMINEN.....	4
3 KODIN SOPIMUKSET.....	5
4 SÄHKÖSOPIMUS	6
5 SYÖMINEN.....	7
6 OSTAMINEN	8
7 OSTAMISEN ONGELMATILANTEET.....	9
8 KULUTTAJANSUOJA JA TALOUS.....	10
9 LIIKKUMINEN.....	11
10 BUDJETTI JA SOPIMUSTEN HALLINTA.....	12
KYSYMYKSIÄ KESKUSTELUN TUEKSI.....	13-15
LÄHTEITÄ, LINKKEJÄ JA LISÄTIETOA.....	16

1 TULOT

PALKKA

- Palkkaa voi saada kesätyöstä, harjoittelusta, osa-aikatyöstä, freelance-työstä.
- Verokortti määrittää veroprosentin, jonka mukaan veroja maksetaan.
- Bruttopalkka on palkka ennen verojen ja muiden vähennysten tekemistä.
- Nettopalkka on palkka vähennysten jälkeen, maksetaan tilille.
- Vuosituloraja määrittää, kuinka paljon palkkatuloja voi olla ilman vaikutusta opintotukeen. Tulorajan täytyttyä vero otetaan lisäprosentin mukaan.

OPINTOTUKI

- Valtion taloudellinen tuki opiskelijoille, joka sisältää opintorahan, asumislisän ja opintolainan valtiontakauksen.
- Tuloraja määräytyy vuositulojen ja tukikuukausien mukaan.
- Kelan opintotukilaskuri auttaa arvioimaan opintotuen määrää.

OPINTOTUKEEN SISÄLTYVÄ ASUMISTUKI, JONKA MÄÄRÄÄN VAIKUTTAVAT

- asumismuoto (vuokra-, asumisoikeus- tai osaomistusasunto)
- tulorajat ja omaisuus (ruokakunnan tulot ja omaisuus)
- kuntakohtaiset ylärajat asumismenoille
- perusomavastuu (vähennetään hyväksyttävistä asumismenoista)

LÄHEISILTÄ TAI HUOLTAJILTA SAATU RAHALLINEN TUKI

- Apu silloin, kun nuorella ei vielä ole vakituista tuloa tai tulee jokin äkillinen meno.

2 ASUMINEN

VUOKRA

- Asunnon sijainti ja asuntotyyppi ja koko vaikuttavat vuokran suuruuteen.
- Vuokravakuus on usein yhden kuukauden vuokran suuruinen.
- Yleensä tarvitaan kotivakuutus.

SÄHKÖ

- Itse voi vaikuttaa omaan sähkönkulutukseensa.
- Asunnon lämmitysmuoto ja varustelu vaikuttavat sähkön kulutukseen.

LÄMMITYS

- Lämmitys sisältyy vuokraan lähes aina kerrostaloasunnoissa, joissa on keskuslämmitys. Mikäli lämmitys ei sisälly vuokraan, se on yleensä mainittava vuokrasopimuksessa erikseen.

VESI

- Vesi sisältyy vuokraan yleensä silloin, kun asunnossa ei ole huoneistokohtaista vesimittaria.
- Jos vesimittari on, vuokralainen maksaa veden kulutuksen mukaan, ja vedenkulutuksesta mahdollisesti muodostuva tasauslasku sisältyy vuokraan tai maksetaan erikseen vuokran lisäksi.

NETTI

- Sopimustyyppi - määräaikainen vai toistaiseksi voimassa oleva, katso kohta 3. Kodin sopimukset.
- Kiinteä laajakaista tai mobiililaajakaista.
- Taloyhtiön nettisopimus.

3 KODIN SOPIMUKSET

Asumisessa tarvitaan useita sopimuksia. Tärkeimmät ovat vuokrasopimus, sekä mahdollisesti sähkö-, vesi- ja nettisopimukset. Tutustu aina sopimusehtoihin ja tilausvahvistukseen. Etämyynnissä esim. verkossa tehdyissä sopimuksissa on 14 vrk:n peruutusoikeus.

KERTASOPIMUS

- Tyypillinen kertasopimus on esimerkiksi verkkokauppaostos, jossa kuluttaja tilaa kertaalleen yhden tuotteen.

PITKÄKESTOINEN SOPIMUS

- Pitkäkestoinen sopimus on voimassa jonkin tietyn ajanjakson. Pitkäkestoinen sopimus voi olla toistaiseksi voimassa oleva sopimus, jolloin sopimus jatkuu, kunnes se irtisanotaan. Tällöin sopimus päättyy sopimuksessa määritellyn irtisanomisajan kuluttua.

MÄÄRÄAIKAINEN SOPIMUS

- Myös määräaikainen sopimus on pitkäaikainen sopimus. Määräaikainen sopimus päättyy tietyn määräajan (esimerkiksi 12 kuukauden) kuluttua loppuun ilman erillistä irtisanomista. Määräaikaisena tehty sopimus voi myös muuttua määräajan jälkeen toistaiseksi voimassa olevaksi. Määräaikaisesta sopimuksesta on kerrottava määräajan kesto. Jos sopimus muuttuu määräajan jälkeen toistaiseksi voimassa olevaksi, on kerrottava määräaikaisen sopimusjakson kesto ja että sopimus jatkuu automaattisesti toistaiseksi voimassa olevana määräajan päätyttyä. Kuluttajalle on myös kerrottava irtisanomista koskevat ehdot, kuten irtisanomisaika ja mahdolliset irtisanomisperusteet.

TOISTAISEKSI VOIMASSA OLEVA SOPIMUS

- Jos sopimus on voimassa toistaiseksi, on kerrottava irtisanomista koskevat ehdot, kuten irtisanomisaika ja mahdolliset irtisanomisperusteet. Toistaiseksi voimassa olevan sopimuksen irtisanomisaika ei saa olla kohtuuttoman pitkä. Irtisanomisajan pituus voi olla esimerkiksi kaksi viikkoa tai yhden kuukauden.

4 SÄHKÖSOPIMUS

- Sähkön hintavertailu (www.sahkonhinta.fi) on viranomaisen (Energiavirasto) ylläpitämä palvelu. Palvelussa on tasapuolinen näkyvyys kaikille sähkönmyyjille ja heidän tuotteilleen. Palvelussa ei ole tuotteiden näkyvyyttä rajoittavia tai korostavia ominaisuuksia. Sähkönmyyjät eivät siis voi esimerkiksi ostaa tuotteilleen parempaa näkyvyyttä palvelussa.
- Eri sopimustyypeissä on omat hyvät ja huonot puolensa. Tärkeintä on, että kilpailutat sähkösopimuksen, sillä tämä takaa sinulle kilpailukyysisen hinnan.
- Määräaikaisessa sopimuksessa tiedät etukäteen, mikä on sähköenergian hinta ja kuukausimaksu sopimuskaudella. Tällöin välttyt yllätyksiltä sähkölaskussasi, jos sähkön hinta nousee markkinoilla. Toisaalta sähkön markkinahinnan laskiessa sähkölaskusi ei halpene. Määräaikainen sopimus sitoo myyjää ja asiakasta sopimuksen voimassaoloajan, eli et yleensä voi vaihtaa sähkönmyyjää ennen sopimuksen päättymistä.
- Toistaiseksi voimassa olevassa sopimuksessa voit halutessasi vaihtaa yhtiötä etkä ole sidottu samaan yhtiöön kiinteäksi ajaksi. Samalla kannattaa varautua siihen, että hintataso voi vaihdella: sähkön hinnoittelu seuraa vaihtuvia tukkumarkkinahintoja. Muutokset tukkumarkkinahinnoissa näkyvät yleensä viiveellä sähkölaskussa. Toistaiseksi voimassa oleva sopimus voi tulla edulliseksi, jos hintataso laskee voimakkaasti. Sähkönmyyjän on ilmoitettava hinnanmuutoksista etukäteen, joten voit halutessasi reagoida hinnankorotuksiin esimerkiksi kilpailuttamalla sähkösopimuksesi.
- Pörssisidonnaisen sopimuksen sähkön hinta vaihtelee sähkön tukkumarkkinahinnan mukaan jopa useita kertoja tunnissa. Sähkö on siis edullista, kun tukkumarkkinahinta on alhainen, mutta tukkumarkkinahinnan noustessa maksamasi sähkön hinta nousee. Pitkällä aikavälillä tarkasteltuna pörssihintaiset sähkötuotteet ovat olleet hinnaltaan edullisimmasta päästä. Pörssihintainen sopimus on yleensä toistaiseksi voimassa oleva sopimus, jolloin voit irtisanoa sen halutessasi kahden viikon irtisanomisajalla.
- Aika- tai tunti hinnoitelluilla sähkötuotteilla voit vaikuttaa eniten sähkölaskusi loppusummaan kulutusvalinnoillasi. Jos voit ohjata sähkön kulutustasi edullisemmin hinnoiteltuun aikaan, aika- tai tunti hinnoiteltu tuote voi olla edullisin vaihtoehto.

5 SYÖMINEN

OPISKELIJARUOKAILU

- Syö kerran päivässä lämmin ruoka opiskelijahintaan.

RUOKAOSTOSTEN SUUNNITTELU

- Suunnittele ostokset koko viikoksi etukäteen, vertaile hintoja ja huomioi kilohinta/yksikköhinta ja pakkauskoko.

OSTOSPAIKAN VALINTA

- Voit valita suurien ostoskeskusten ja pienien lähikauppojen, kioskien ja huoltoasemien välillä. Pohdi, mitkä valinnat ovat oman taloutesi kannalta parhaita.

RUOKAHÄVIKIN VÄHENTÄMINEN

- Älä heitä ruokaa roskeen, vaan säilytä itse tehty ruoka jääkaapissa tai pakasta ylijäänyt ruoka.
- Hyödynnä hävikkiruuan nettisovelluksia.

SESONKIRUOKAT

- Käytä sesonkiruokia, sillä ne ovat usein edullisempia ja tuoreempia.

6 OSTAMINEN

OSTOSPAIKAT

- Voit ostaa joko myymälästä tai verkkokaupasta tai verkon markkinapaikka-alustalta. Kun ostat yritykseltä, sen on noudatettava kuluttajansuojalainsäädäntö, joka suojaa sinua kuluttajakaupan ongelmatilanteissa.

KAUPPA

- Kauppa on lähtökohtaisesti sitova sopimus. Monet liikkeet myöntävät vaihto- tai palautusoikeuden vapaaehtoisesti. Myymälämyynissä tavaroilla ei ole lakiin perustuvaa vaihto- tai palautusoikeutta.
- Etä- ja kotimyynissä sinulla on peruuttamisoikeus, eli sinulla on lakisääteinen oikeus peruuttaa verkkokaupassa tai puhelinmyynissä tehty ostos. Sinun on kuitenkin tehtävä peruuttamisilmoitus eli ilmoitus myyjälle siitä, että peruutat verkossa tekemäsi ostoksen.

MAKSAMINEN

- Pienemmät ostokset kannattaa maksaa saman tien.
- Verkkopankkimaksu tarkoittaa maksutapahtumaa, joka suoritetaan verkossa pankin tarjoaman verkkopankkipalvelun kautta.
- Pankkikorttiin tai mobiilimaksusovellukseen voit liittää käteismaksun lisäksi luottokortin. Luottokortin saa yleensä 18 vuotta täytettyään, kunhan hakijalla on säännölliset tulot ja puhtaat luottotiedot. Oma maksukyky kannattaa miettiä ja arvioida tarkasti, ennen kuin päättää maksaa luottokortilla tai osamaksulla.
- Mobiilimaksu puhelinliittymällä tarkoittaa, että maksat ostokset, esim. matkaliput tai sovelluskaupan pelit, puhelinlaskulla tai prepaid-liittymän saldolla. Tämä onnistuu yleensä verkkosivuilla tai sovelluksissa, joissa mobiilimaksu on hyväksytty maksutavaksi.
- Osamaksu tarkoittaa useassa erässä maksamista. Verkkokauppojen "osta nyt, maksa myöhemmin" -palvelulla voit lykätä maksun suorittamista tai jakaa sen osiin, jolloin teet ostoksen heti ja maksat sen vasta myöhemmin, joko kerralla tai erissä.

7 OSTAMISEN ONGELMATILANTEET

JOS ET PYSTY MAKSAMAAN

- Jos et talousvaikeuksien takia pysty maksamaan laskua, voit ottaa yhteyttä laskuttajaan ja neuvotella maksuaikataulusta.
- Maksumuistutus: muistuttaa maksamattomasta laskusta, sisältää maksumuistutuskulun, mutta ei vielä johda maksuhäiriömerkintään.
- Maksuhäiriömerkintä: ilmoitus taloudellisista vaikeuksista luottotietorekisterissä.

OLE KRIITTINEN OSTOKSILLA

- Tee kauppaa yritysten kanssa, joihin löytyy selkeät yhteystiedot.
- Yritysten mainonnan tulee olla tunnistettavaa ja sinulla on oikeus saada tietoja tavarasta tai palvelusta ostopäätöstä tehdessäsi. Mainonta ei saa olla harhaanjohtavaa eikä siinä saa antaa väärää tietoa.
- Ole tietoinen, että verkkosivuilla on käytössä pimeitä käytänteitä, joiden tarkoitus on manipuloida sinua tekemään impulssiostoksia.
- Verkossa toimii rikollisia, joiden tavoitteena on päästä käsiksi maksuvälineisiisi. Ole tarkkana, minne annat pankkitunnuksesi, vältä siirtymistä somesta suoraan ostamaan, lataa sovelluksia vain sovelluskaupasta ja seuraa viranomaistiedotusta.

8 KULUTTAJANSUOJA JA TALOUS

KULUTTAJAN OIKEUKSIEN TUNTEMINEN TURVAA TALOUTTASI

Kuluttajan ja yrityksen väliseen kauppaan sovelletaan kuluttajansuojalakia. Laissa säädetään muun muassa kuluttajan oikeuksista.

TIEDÄ, MILLOIN TOIMIT KULUTTAJANA

Kuluttajalla tarkoitetaan henkilöä, joka ostaa ja käyttää jotakin tavaraa tai palvelua yritykseltä yksityiseen käyttöönsä. Kuluttaja voi ostaa tuotteita, palveluita tai niiden yhdistelmiä joko perinteisessä kivijalkakaupassa, puhelinmyynissä, kotimyyntinä tai verkossa. Kuluttajataitoja tarvitaan, kun tekee kaupan eli sopimuksen yrityksen kanssa.

VIRHEILMOITUS ELI REKLAMAATIO

Kun tavarassa, palvelussa tai laskutuksessa on virhe tai epäselvyys, voit tehdä ilmoituksen myyjälle tai laskuttajalle virheestä kirjallisesti.

KULUTTAJANEUVONTA AUTTAA

Jos yhteydenotto myyjään tai laskuttajaan ei tuota tulosta, voit ottaa yhteyttä Kilpailu- ja kuluttajavirastossa toimivaan maksuttomaan kuluttajaneuvontaan tai tehdä reklamaation KKV:n reklamaatioapurin avulla.

9 LIIKKUMINEN

KÄVELY, PYÖRÄILY JA SÄHKÖAVUSTEISET KULKUVÄLINEET

- Halvimmat vaihtoehdot, kustannuksia aiheuttaa kertaostos (pyörä, lenkkikengät) ja huoltokustannukset.
- Laajoja terveyshyötyjä: parantaa hengitys- ja verenkiertoelimistöä, lihaskuntoa, nivelten liikkuvuutta, ruoansulatusta, painonhallintaa, verenpainetta ja veren rasva-arvoja.
- Ympäristöystävällisiä, vähentävät päästöjä.

JOUKKOLIIKENNE

- Maksullisia kulkuvälineitä, kuten junat, bussit, raitiovaunut ja metrot.
- Kausilippu taloudellisesti järkevä, jos liikkuu paljon.
- Päästöjen kannalta parempi vaihtoehto kuin henkilöauto.

AUTO

- Kallein kulkuväline hankintana ja ylläpidon kannalta.
- Kustannuksia vakuutuksista, käyttömaksusta, polttoaineista/sähköstä, ylläpidosta, katsastuksista ja huolloista.

KIMPPAKYYDIT

- Hyödyllisiä, jos isolla porukalla on säännöllisesti sama matka ja aikataulu.
- Satunnaiset pidemmät matkat kannattaa hoitaa yhdessä.
- Verkossa toimivat palvelut tarjoavat kimppakyytejä töihin, arkeen ja reissuille.

10 BUDJETTI JA SOPIMUSTEN HALLINTA

- Budjetointi ja sopimusten hallinta kuuluvat talouden suunnitteluun ja ohjaukseen yksityistaloudessa. Ne auttavat hahmottamaan taloudellista tilannetta ja tekemään parempia päätöksiä.
- Budjetointi on taloudellisen suunnitelman laatimista tulevalle ajanjaksolle, jossa arvioidaan tuloja ja menoja. Voidaan tehdä paperille, valmiilla budjetointipohjilla tai budjetointisovelluksilla.
- Sopimusten hallinta puolestaan tarkoittaa sopimusten laatimista, seuranta ja ylläpitoa.

BUDJETIN LAATIMINEN

- Ensiksi merkitään kuukauden tulot, jotka arvioidaan mieluummin alakanttiin.
- Kannattaa laittaa osa tuloista säästöön.
- Merkitään menot:
 - Arvioi joka kuukausi toistuvat menot (esim. asuminen, lainat, puhelin, lääkkeet)
 - Sopimuksiin perustuvat menot laskutusvälin mukaan (sähkö, kotivakuutus, suoratoisto)
 - Ruokakustannukset
 - Muut menot (esim. harrastuskulut, matkustaminen, hygieniatuotteet, vaatteet)

BUDJETIN SEURANTA JA SOPIMUSTEN HALLINTA

- Laskujen oikeellisuus tarkistetaan, menot kirjataan päivittäin tai viikoittain kuiteista tai verkkopankista.
- Kuukauden lopussa tarkistetaan, kuinka paljon rahaa jäi yli tai menikö tili miinukselle.
- Tarkistetaan budjettia edellisiltä kuukausilta, tarvittaessa muutetaan budjettia.
- Seurataan sopimuskausia ja kilpailutetaan tarpeen mukaan uudelleen. Irtisanotaan toistaiseksi voimassa olevat sopimukset tarpeettomista palveluista.

KYSYMYKSIÄ KESKUSTELUN TUEKSI

TULOT

- Miten voisit vaikuttaa omaan tulotilanteeseesi?
- Miten opintotukea haetaan?
- Kannattaako opintolainaa ottaa?
- Oletko ollut töissä, josta sinulle on maksettu palkkaa?
- Miten palkasta sovittiin? Tiedätkö, mihin palkan määrä perustui?

ASUMINEN

- Ovatko jotkin asumisen kustannukset haastavia hallita? Miksi?
- Kuinka tärkeää on mielestäsi energiatehokkuus asumisessa?
- Miten asumisen kustannuksia olisi mahdollista pitää mahdollisimman matalina (vuokra, sähkö, lämmitys, vesi, netti)?

KODIN SOPIMUKSET

- Mitkä ovat asumiseen liittyvät palvelut ja niihin liittyvät sopimukset, joita ilman harva pärjää?
- Mitä tarkoittavat sopimusehdot ja mitä tietoja niistä saat?
- Mitä merkitystä on tilausvahvistuksella, kun teet sopimuksen sähköstä tai nettiliittymästä verkossa?
- Mitä eroa on määräaikaisella sopimuksella ja toistaiseksi voimassa olevalla sopimuksella?
- Arvioi, mitä etuja ja riskejä on a) määräaikaisella b) toistaiseksi voimassa olevalla sähkösopimuksella tai puhelinliittymäsopimuksella opiskelijalle.

SÄHKÖSOPIMUS

- Mistä sähkön hinta muodostuu?
- Mikä on sähkön siirtohintaa?
- Mitkä ovat eri sähkösopimustyyppien erot?
- Millainen sähkösopimus on hyvä kerrostalossa asuvalle opiskelijalle?
- Mitä pieniä arjen tekoja voisit tehdä pienentääksesi sähkölaskua?
- Miten voi arvioida omaa sähkönkulutusta?
- Mitä energianlähteitä sähkön tuottamiseen on?

KYSYMYKSIÄ KESKUSTELUN TUEKSI

SYÖMINEN

- Miten säästät rahaa ruokakustannuksissa?
- Tilaatko ruokaa kotiin vai valmistatko enemmän ruokaa itse?
- Kuinka usein käyt kaupassa? Suunnitteletko kauppalistan etukäteen?
- Missä kaikkialla kohtaat ruokamainontaa?
- Millainen somemainos saa sinut tilaamaan ruokaa kotiinkuljetuksella tai kiinnostumaan ruokaostoksesta?
- Kiinnitätkö huomiota hintoihin? Miten vertaillet hintoja?
- Miten voit vähentää ruokahävikkiä kotona?
- Milloin kannattaa hyödyntää hävikkiruokapalveluita?
- Hyödynnätkö sesonkituotteita ruokavaliossasi?

OSTAMINEN

- Mistä saa apua kuluttajana, kun haluaa valittaa tavarán tai palvelun virheestä tai virheellisestä laskutuksesta?
- Mitä hyötyä on luottokortilla maksamisesta verkkokaupassa?
- Mitä tunnusmerkkejä on huijauksilla ja epäluotettavilla verkkokaupoilla?
- Mitä riskejä on, kun maksaa puhelinliittymän laskulla, ostaa luotolla tai käyttää osta nyt, maksa myöhemmin -palvelua esimerkiksi verkko-ostoksilla?
- Mihin maksuhäiriömerkintä vaikuttaa?
- Miten pikamuoti ja halpaverkkokaupat voivat vaikuttaa kuluttamiseen ja ympäristöön?
- Mitä tarkoittaa verkkokaupan 14 vrk:n peruuttamisoikeus?
- Miten voit verrata hintoja ennen ostopäätöstä?
- Ostatko tuotteita/palveluita yleensä tarpeeseen vai hetken päähänpistosta?
- Minkälainen mainonta saa sinut sortumaan heräteostoksiin?

KYSYMYKSIÄ KESKUSTELUN TUEKSI

LIKKUMINEN

- Miten pienet, päivittäiset liikkumiseen liittyvät valinnat voivat vaikuttaa taloudelliseen tilanteeseen pitkällä aikavälillä?
- Miten valitsisit liikkumismuodon säästääksesi rahaa kuukausimenoissa?
- Millä maksutavalla maksat yleensä lippusi?
- Millainen liikkuminen sopii arvomaailmaasi?
- Oletko tutustunut kävelyn ja pyöräilyn terveyshyötyihin?

BUDJETTI, SOPIMUSTEN HALLINTA JA SÄÄSTÄMINEN

- Mitkä ovat tärkeimmät budjettiin sisällytettävät asiat?
- Mihin kaikkeen rahasi menevät nyt?
- Mitä palveluhävikillä tarkoitetaan? Onko sinulle syntynyt palveluhävikkiä?
- Miksi tiliotteet, laskut ja sopimusten voimassaolo kannattaa tarkistaa säännöllisesti?
- Miksi reklamaatiot kannattaa tehdä kirjallisena?
- Miltä säästäminen ajatuksena tuntuu?
- Mikä motivoi sinua säästämään?
- Onko kotona puhuttu rahan käytöstä ja säästämisestä? Miten vanhempasi ja muut läheisesi käyttivät rahaa, kun olit lapsi? Mitä lähipiirin rahankäyttömalleja on siirtynyt myös sinulle?
- Mitä ajatuksia tavaroiden ostaminen käytettynä herättää?
- Voisiko lainaaminen tai kierrättäminen kavereiden kesken olla vaihtoehto tavaroiden ostamiselle?

LÄHTEITÄ, LINKKEJÄ JA LISÄTIETOA

TULOT

Etusivu, Veronmaksajain Keskusliitto ry
Henkilöasiakkaat, Kela
Asumistuki, Henkilöasiakkaat, Kela
Neuvonta, Takuusäätiö
Tietoa ja tukea raha-asioissa, Nuortennetti
Omat rahat, Mun Talous
Peluurin auttava puhelin ja chat, Peluuri
Penno-sovellus
Opas uteliaille, Pörssisäätiö
Hallitse rahojasi, Takuusäätiö
Tukea asumiseen ja itsenäistymiseen, Tukenasi ry, Turku
Nuoren itsenäinen elämä, Keski-Suomen hyvinvointialue
Tulot, vero.fi
Asioi verkossa, vero.fi
Verotusjärjestelmä, Valtiovarainministeriö

ASUMINEN

Asumistuki, Henkilöasiakkaat, Kela
Asumisen ABC, Nuorisواسuntooliitto NAL ry
Yleisen asumistuen laskuri
Asuminen, KKV
Vuokra-asuminen, KKV
Asuminen, Korkeakouluopiskelijat - Opiskelija-asunnot
Paljonko opiskelijalle jää asumisen ja verojen jälkeen rahaa käteen?
Taloustaito.fi
Kuluttajaliitto, vuokraopas
Vesimaksut, HSY

KODIN SOPIMUKSET

Sopimukset, KKV
Kuluttajaliitto, asumisen sopimukset
Sähkö Sopimuksen kilpailuttaminen - viranomaisen ylläpitämä vertailupalvelu
Tietoa sähkönkuluttajille, Energiavirasto
Usein kysyttyä sähköstä
Puhelin-, laajakaista- ja postipalvelut, KKV
Digitaaliset sisällöt ja palvelut, KKV
Sähkö Sopimus, Kuluttajaliitto
Sähkö, KKV

SYÖMINEN

Ruokamenojen säästövinikit, Martat
Opiskelijan talous, osa 2:
Ruokamenot ja niiden suunnittelu, Helsingin seudun opiskelija-asuntosäätiö
Ateriatuki, Henkilöasiakkaat, Kela
Elintarvikkeiden markkinointi, Ruokavirasto
Suositukset ja hyvät käytänteet ruokahävikin vähentämiseksi, Kuluttajaliitto
Tunteet ja syöminen, Terveyskirjasto
10 hyvää syytä suosia sesonkikasviksia, Satokausikalenteri
Ruokakuluissa säästäminen - 12 keinoa, Kotona
Case Foodora, Kilpailu- ja kuluttajavirasto
Elintarvikkeiden markkinointi lapsille, Sosiaali- ja terveysministeriö

OSTAMINEN

Kuluttaja-asiat, KKV
Verkkokauppa, KKV
Reklamaatioapuri, KKV
Tietoa kuluttajaneuvonnasta, KKV
Kuluttajansuojan ABC, Kuluttajaliitto
Kuluttajavinkki:
Vältä huijaukset verkko-ostoksilla
Maksuhäiriömerkintä
FINE, Vakuutus- ja rahoitusneuvonta
Kuluttajaluotot, Kuluttajaliitto
Vakuutukset Suomessa, Pohjoismainen yhteistyö
Vakuutusasiat, Sosiaali- ja terveysministeriö
Apua luoton maksuvaikeuksiin, KKV
Verkko-ostaminen, Euroopan kuluttajakeskus
Kyberturvallisuus ja huijaukset, Traficom
Finanssivaltvonta, kuluttajalle

LIKKUMINEN

10 terveyshyötyä, jotka saat päivittäisellä kävelyllä, MTV Uutiset
Liikunnan-edistaaminen-lapsilla-ja-nuorilla-liikuntaan-vaikuttavat-tekijät-ja-liikuntainterventioiden-vaikutukset-LIKES-tutkimuskeskus.pdf
Kävely jumpkaa myös aivoja
Tutkimus: Työmatkapyöräily voi vähentää sairauksia ja pidentää elinikää, Yle
Kimppakyyti kaikkialle, kaikkialta! Kyydit.net :)

BUDJETTI, SOPIMUSTEN HALLINTA JA SÄÄSTÄMINEN

Kohtuullisen elämän viitebudjetit, kuluttajatutkimuskeskus
Raha-asiat haltuun jo nuorena, Takuusäätiö
Talouden suunnittelu eli budjetointi, Martat
Vinkkejä säästämiseen, Nuortennetti
Palveluhävikki, YLE
Palveluhävikki, Martat
Palveluhävikki
- mitä se on ja milloin sitä tulee? - Kulma
Puhu-rahasta-opas talouden käsittelyyn
Nuorten aikuisten velkaantuminen pahenee - nämä viisi varoitusmerkkiä voivat paljastaa alkavan velkakierteen, Varsinais-Suomi, Yle
Sopimuksen irtisanominen, KKV
Sopimusehtojen muuttaminen, KKV