

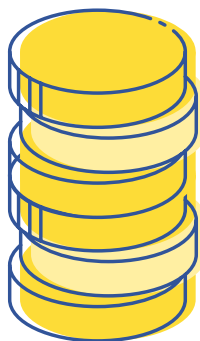
Jane Ibsen Piper



Den lille guide til

OPSPARING

Har du lidt for let ved at bruge de penge, du tjener? Og ville du ønske, du havde en større opsparing? Med denne bog lærer du at spare op ved hjælp af gode råd og brugbare redskaber. Gør opsparingen af dine penge til en leg ved hjælp af de strategier og sparetips, som denne lille guide er fuld af. Og få mere ud af dine penge.



muusmann
FORLAG

❖ FORLAGET PENGE

Jane Ibsen Piper

Den lille
guide til

OPSPARING

muusmann
FORLAG

♣ FORLAGET PENGE

INDHOLD

Forord	8	Find din pengehistorie.....	41
Introduktion til serien "den lille guide til privatøkonomi" ..	10	Skab en ny pengehistorie	41
Introduktion til bogen.....	12	Forbrugerkultur og reklamernes magt.....	43
Hvem er jeg?	14	3. OPSPARINGSTYPER.....	47
1. HVORFOR SKAL VI SPARE OP?.....	19	Kortsigtede opsparinger	49
Tag magten over din økonomi (tilbage)	21	Bufferopsparingen	49
Hold det simpelt.....	23	Øremærket opsparing.....	50
Sæt pris på din tid.....	24	Langsigtede opsparinger	51
Få styr på de blinde vinkler.....	26	Pensionsopsparingen.....	51
Slip ud af den hedonistiske trædemølle.....	27	Børneopsparingen	51
2. HVORFOR ER DET SÅ SVÆRT	31	Frihedsopsparingen.....	52
AT SPARE OP?	31	Gældsnedbringelse	54
Urhjernen i førersædet	33	Undgå ny gæld.....	55
Fokus på her og nu.....	34	4. OPSPARINGSMETODER.....	57
Vanens magt.....	35	Brug mindre.....	59
Frygt.....	36	Skriv det ned.....	60
Frygten for, at det er for sent	36	Brug kontanter	61
Frygten for at gå glip af noget	37	Købestop.....	61
Frygten for et nyt, uoverskueligt projekt	38	Minimalisme.....	63
Din pengehistorie.....	39	Tjen mere.....	64
Hvad er en pengehistorie?	40	Sælg ting.....	64
		Efteruddan dig	65
		Få et ekstra job	66
		Et nyt mindset	67

Det gode liv	68
Drop sammenligningerne	70
Overvej, hvornår du har penge nok	71

5. ØKONOMISTIGEN 75

Trin 1: Motivation	78
Trin 2: Overblik	78
Trin 3: Plan/budget	78
Trin 4: Systemer	79
Trin 5: Automatisering	79
Motivation	80
Find dit hvorfor	80
Dit drømmeliv	81
Lev efter dine værdier	82
Overblik	83
Aktiver (det, du ejer)	83
Passiver (det, du skylder væk)	84
Forskellen mellem aktiver og passiver	85
Indtægter	86
Udgifter	86
Forøg forskellen mellem indtægter og udgifter	87
Plan/budget	88
Sådan laver du et budget	89
Opfølgning på budgettet	90
Systemer	91
Betal dig selv først	92
Mange eller få konti	93
Fælleskonti eller ej	94

Automatisering	95
Træn din opsparingsmuskel	95
Fra forbruger til investor	96
Genstart GPS'en	97

6. HOLD FARTEN OG GEJSTEN 99

Sæt konkrete mål	101
Gør det visuelt	102
Belønning	102
Få familien med	103
Find nye fællesskaber	104
Hold farten	105
Stol på ketchupeffekten	106

7. SPARETIPS OG -TRICKS 109

Mad	112
Bolig	116
Transport	119
Vand	121
El	123
Andre faste udgifter	126
Ferier	127
Børn	130
Engangsprodukter	133
Fester	135
Gaver	136
Køb brugt og gør-det-selv	139

8. INTERVIEW	143
Gitte	146
Maria	150
Anders	153
Julie	158
Christina	161
Afslutning	166
Tak	168
Referencer	170
Bøger	170
Blogs	170
Kilder	171
Ansvarsfraskrivelse	172

FORORD

Af Mette Reissmann, vært på Luksusfælden,
tidl. MF (S) og medlem af Det Ethiske Råd

Vi påvirkes konstant og hele tiden. Af vores venner og familie. Af reklamer, og hvad andre gør, fx på de sociale medier. Sidstnævnte er virkelig slemt, da de data, der ligger til grund for at påvirke netop dig, er så mange, og det kræver meget for ikke at blive påvirket, bevidst eller ubevidst.

Hvilket selvbillede har vi som forbrugere? At vi har styr på det. Vi gør de rigtige ting. Men det gør vi jo ofte ikke. Vi vil ikke køre for stærkt, men vi gør det alligevel – en gang imellem. Det er vigtigt, at vi ikke falder uden for, hvad der er socialt acceptabelt i de grupper, hvor vi færdes. Derfor er det skamfuldt, hvis ikke vi har styr på vores økonomi, for det er vigtigt i vores samfund. Derfor taler vi heller ikke om det, før det er gået galt. Det skal ændres. Tal om tal. Også med dine børn. Glæden ved at købe noget, man selv har sparet op til, er stor. Eller for penge, man selv har tjent. Det gælder, uanset hvor gammel du er.

Vi søger anerkendelse hos forældre, venner, kolleger, naboer – derfor træffer selv kloge mennesker økonomisk dårlige beslutninger nogle gange. Det er vigtigt at forstå, fordi man kan undre sig over, at overgældsætning stadig forekommer.

Du kan spørge dig selv, når du træffer en beslutning om et køb: Er det en hurtig og intuitiv handling, eller er det en lang-

som og velovervejet beslutning? Hvis du kun tager beslutninger på mavefornemmelser og ikke er i stand til at udskyde dine behov, kan der være lang vej til en bedre og mere balanceret økonomi. Men det kan læres. Det kræver nye vaner og en øget bevidsthed om, hvad du bruger dine penge på. Du skal måske underkaste dig selv et købestop, som bogens forfatter med succes har gjort, eller få et andet job, hvor du tjener flere penge. Det er ikke nok, at man holder op med at købe colaer eller marsbarer, eller at man holder op med at ryge, hvis den rigtige, økonomisk bæredygtige løsning er at sælge huset. Store livsændringer gør en forskel – et andet job, en anden bolig eller en skilsmisse.

Du skal droppe de dårlige undskyldninger. De kommer, når dine handlinger ikke er i overensstemmelse med dit eget bedste, om det så gælder rygning, fede spisevaner, for lidt motion eller det at bruge for mange penge ... Uden de dårlige undskyldninger kan vi ikke leve med os selv. Men der er en vej ud. Læg dine vaner om, spar op. Du kan godt – selv i en lille økonomi – lægge penge til side hver måned. Når vi får succes med ikke at bruge penge, udløses en smule dopamin i hjernen, og vi føler os lykkelige. Prioritér dine drømme. Sæt dig realistiske mål.

Begynd i det små. For mange store adfærdsændringer vil bare medføre, at dine følelser blokerer for fornuften, og så bliver det ikke til noget. Få familien med og lær dine børn gode økonomiske vaner, allerede mens de er små. Det betaler sig. Læs bogen og bliv inspireret til at få et bedre liv i økonomisk balance gennem opsparing.

INTRODUKTION TIL SERIEN

“DEN LILLE GUIDE TIL PRIVATØKONOMI”

Missionen med denne serie af guider til privatøkonomi er at give alle danskere adgang til lettilgængelig litteratur om forskellige (vigtige) økonomiske aspekter. Og det på en måde, som er både vedkommende og inspirerende. Serien er tiltænkt helt almindelige danskere som du og jeg, der ønsker viden og sparring.

I bøgerne er samlet nyttig viden om specifikke emner, skrevet af en række forfattere, som er vidende inden for hvert deres respektive område. Serien spænder over et helt menneskeliv i økonomisk forstand og rummer således bøger om børneopsparring, privatøkonomi for børn og teenagere, privatøkonomi for unge voksne, opsparing, minimalisme, investering, fundamental analyse, teknisk analyse og pension. Hvis du vil vide mere om det store økonomiske felt, så er serien "Den lille guide til privatøkonomi" et godt sted at begynde.

Guideformatet udspringer af et ønske om at bryde det store felt, som privatøkonomi er, ned i mindre dele, der er lettere at overskue. Derved kan du som læser fokusere din energi på de områder, hvor du savner viden, og det er let for dig at gå uden om de emner, som du allerede har styr på eller tilstrækkelig viden om. Det er også tanken, at disse små guidebøger

skal være lette at have med på farten, i tasken eller i lommen. Måske har du en kort stund i toget og vil gerne bruge den på at blive klogere. Så vil disse guidebøger være lige ved hånden.

INTRODUKTION

TIL BOGEN

Når det gælder vores privatøkonomi, er det nemt at komme til at jage de hurtige løsninger, drømmen om den store gevinst eller løftet om at tjene penge uden at løfte en finger. Men hvis du vil skabe en sund og robust økonomi, hvor penge ikke er den afgørende faktor i alle dine livsvalg, skal du først skabe et stabilt økonomisk fundament. Det gør du ved at have det lange lys på, når du tager økonomiske beslutninger. De valg, der i dag virker rare og nemme, kan give gevaldige økonomiske tømmermænd på den lange bane. Ja, kviklån og afdragsfrihed, jeg kigger på jer. Jeg vil gerne hjælpe dig til at se helheden i din økonomi, så du på den lange bane ender dér, hvor du gerne vil være.

I denne bog vil du ikke finde detaljerede opgørelser over, hvor mange procenter af din indkomst du skal bruge på bolig, mad, rejser eller opsparing. Derimod vil jeg tale for, at du holder din privatøkonomi helt enkel. Får styr på dine værdier, bruger dine penge dér, hvor de skaber stor glæde for dig og dine, og skærer alle andre udgifter væk. Så vil der, i de fleste økonomier, være penge tilovers til at spare op og investere for at nå dine mål.

Jeg vil introducere dig for 'økonomistigen', som er mit bud på, hvordan du skaber et stabilt økonomisk fundament under dit liv. Ved at gennemgå de enkelte trin på økonomistigen vil du ende et sted, hvor din økonomi er automatiseret i faste syste-

mer, så du kan bruge din tid på andre ting end at detaljestyre dine penge. Jeg vil ikke prøve at sælge dig hverken økonomisk frihed eller økonomisk uafhængighed. Begge dele lyder meget godt, men er for vage begreber til reelt at betyde noget. I stedet vil jeg gerne tilbyde dig økonomisk ro. Økonomisk ro kommer af at have set virkeligheden i øjnene, af at lægge en plan og arbejde sig stille og roligt i den rigtige retning.

Til slut vil jeg blot sige, at det hedder privatøkonomi af en grund. De valg, som jeg har taget i mit liv, er ikke nødvendigvis de rigtige for dig. Lad dine værdier styre, hvordan du bruger dine penge og indretter din økonomi. Jeg håber, at du vil tage imod de råd fra bogen, som du kan bruge, og tilpasse mine ideer, så de passer til dit liv. Jeg mener ikke, at vi er sat på jorden for at arbejde hele livet og bruge rub og stub eller for at leve det gode liv efter andres skabelon.

I bogens første kapitel vil jeg gennemgå, hvorfor det er vigtigt, at du tager magten over din økonomi tilbage og starter en opsparing.

HVEM ER JEG?

Jeg er uddannet jurist og har arbejdet inden for den finansielle sektor i de seneste 12 år, i skrivende stund som specialkonsulent i Finanstilsynet. Min viden om privatøkonomi stammer dels fra mit arbejde og dels fra mit ønske om at få så meget ud af mine egne penge som overhovedet muligt. Det betyder, at jeg har arbejdet intenst med at optimere min egen families privatøkonomi og samtidig har fået en masse venner, familiedemedlemmer og bloglæsere med på ideen om en simpel og sund økonomi.

Det er vigtigt for mig at få mest muligt ud af alle ressourcerne i mit liv, både min tid, min energi og mine penge. Derfor er jeg meget fokuseret på kun at bruge mine penge dér, hvor de skaber den største værdi og lykke for mig og min familie. I januar 2014 besluttede jeg mig for et købestop, som helt ændrede den måde, hvorpå jeg tænker på penge og forbrug. Jeg gik fra at shoppe af vane til at blive meget bevidst om, hvilke ting i livet der er vigtige for mig – og shopping af nyt tøj eller ting til hjemmet var slet ikke med på listen.

På min liste over vigtige ting var derimod tid sammen med mine to drenge, David og Elias, deres far, Michael (min kæreste gennem de seneste 20 år) og vores udvidede familie. På listen var også



tid til at strikke, læse rigtig mange bøger samt undgå travlhed og stress for enhver pris. Fælles for alle punkterne på min liste var, at ingen af dem koster penge. Med den erkendelse i baglommen var det nemmere for mig at indrette et liv, der passede til mine værdier og min egen idé om, hvad det gode liv skal indeholde.

Det er vigtigt for mig, at der er fremdrift i min økonomi, at den går mod overskud og frihed, også selvom det til tider er med musedrag. Og jeg vil gerne vise dig, hvad (gammeldags) sund fornuft og gode principper kan betyde for din økonomi. Det er svært at sælge sund fornuft i en tid, hvor jagten på den store, hurtige gevinst er i høj kurs. Men jeg vil nu alligevel gøre forsøget.

I bogen beskriver jeg blandt andet, hvorfor jeg mener, det er vigtigt at tage magten over sin privatøkonomi, at få fuldt overblik, styr på udgifterne og starte en opsparing. De fleste kender historien om haren og skildpadden, der løber om kap, og den snu, men langsomme skildpadde, som ender med at vinde kapløbet, fordi han stille og roligt bliver ved med at bevæge sig fremad. Jeg vil gerne være skildpadden i denne historie. Og ved at have indrettet min økonomi, som jeg beskriver her i bogen, arbejder jeg mig stille og roligt i den rigtige retning. Mod overskud på kontoen og økonomisk ro i sindet. Jeg håber, at jeg kan inspirere dig til at gøre det samme.

**HVORFOR SKAL VI
SPARE OP?**

01



Jeg har skrevet en hel bog om opsparing, fordi jeg mener, det er vigtigt at spare op. At spare op betyder helt simpelt, at du vænner dig til at bruge mindre, end du tjener, hvis ikke hver måned, så de fleste måneder. Men hvorfor ikke bare bruge alle de penge, som du tjener hver måned, når nu de står på kontoen? Ja, det er der mange grunde til.

Hvis du ikke selv lægger en plan for dine penge, så er det nemt at nå til slutningen af måneden eller året og opdage, at dine penge er gået til det, som er vigtigt for andre. Jeg vil opfordre dig til at lægge en plan, for dine penge og for dit liv, og med denne bog vil jeg give dig redskaberne.

TAG MAGTEN OVER DIN ØKONOMI (TILBAGE)

Privatøkonomi og opsparing har fået et utaknemmeligt støvet rygte, hvor det at lægge et budget rimer på spændetrøje, havregrød hver dag og afsavn. Jeg vil gerne inspirere til, at vi hver især tager stilling til, hvordan vores penge bedst kan bringe os i retning af det liv, vi gerne vil leve. Det kræver lidt arbejde at finde frem til, hvad det gode liv betyder for dig. Men når du først får sat lighedstegn mellem at spare op og muligheden for at eje dit drømmesommerhus eller tage den yogauddannelse, som du altid har ønsket dig – så vil opsparing og budget rime på muligheder, drømme og frihed. Budgettet giver dig tilladelse til at bruge dine penge, med god samvittighed, på de ting, du har besluttet dig for på forhånd.

Og lige så vigtigt: Hvis du tager stilling til, hvad du ikke vil bruge dine penge på, så sparer du dig selv for en masse små beslutninger, som dræner din energi. Jeg besluttede for længe siden, at jeg kun vil købe mit tøj som genbrug. Undertøj og strømper er den klassiske undtagelse. Med den beslutning kunne jeg droppe al surfing efter tøj online. Jeg skulle jo ikke købe det alligevel, og det har sparet mig for mange timer foran skærmen.

Helt basalt tager du magten (tilbage) over din økonomi ved én gang for alle at skabe et overblik over hele din økonomi og ved at sikre, at du de fleste måneder bruger mindre, end du tjener. Hvis du måned efter måned bruger hver en krone, og der ikke er noget tilbage til at spare op, så er der kun en enkelt uheldig situation mellem dig og underskud på kontoen. Hvis du derimod har en opsparing kan du føle dig tryk og vide, at du har mulighed for at dække uforudsete udgifter. Prøv at overveje, hvor stor en frihedsfølelse det vil give, hvis du ved, at du kan sige et stressfyldt job op og klare dig i en længere periode uden løn, fordi du har en stor opsparing at tære på.

Forstå mig ret. Jeg ved godt, at der er dem, som ikke har mange ekstra penge på kontoen til at spare op af, når de faste udgifter er betalt. Men der er også mange, som tjener pænt, men som har vendt det blinde øje til økonomien og bruger deres penge lidt tilfældigt, uden en plan. Uanset hvilken kategori du måtte høre ind under, så vil alle have glæde af at se deres kontoudtog i øjnene og træffe mere bevidste beslutninger om, hvordan de bruger deres penge.

HOLD DET SIMPELT

Mange finansielle rådgivere vil gerne sælge os den 'den sikre vej' til en sund privatøkonomi. Men deres løsninger er ofte så komplicerede, at det kræver (deres) hjælp at forstå dem. Som en vis hr. Einstein sagde: *"Hvis du ikke kan forklare det på en simpel måde, er det, fordi du ikke har forstået det godt nok."* Jeg vil råde til dig at holde alt, der har med din økonomi at gøre, så simpelt, at du selv kan forstå alle mellemregningerne for dine valg. Mit eget budskab om penge og forbrug kan siges helt simpelt: Brug kun penge på det, som skaber stor lykke hos dig og dine. Og skær alt andet forbrug væk. Hvis du bruger dette motto som rettesnor, når du skal gennemgå dit budget senere i bogen, så når du langt.

I min egen privatøkonomi, og alt andet i mit liv, bruger jeg minimalisme som pejlemærke for mine beslutninger. Minimalisme som livsfilosofi går ganske enkelt ud på at fjerne overfloden (af ting) fra dit liv, så der er bedre plads til de vigtige ting, alle yndlingstingene. Minimalisme overført til privatøkonomi handler om at fjerne det overflødige forbrug. Om at fjerne de udgifter, som blot er tilbage af gammel vane, men som ikke længere bringer dig glæde.

Det kan lyde forsimplet, men det virker: Ved at fjerne små (og store) udgifter fra dit liv, som ikke længere giver dig glæde, så kan du nå langt. Jeg er selv blevet overrasket over, hvor stor en forskel selv de små besparelser gør, når det drejer sig om daglige eller ugentlige udgifter. Lad os sige, at jeg har en vane med at drikke en to go-kaffe hver dag. Og lad os sige, at jeg bor i København, hvor sådan en fætter løber op i 40 kroner.

Det bliver til 200 kroner om ugen, bare for hverdagene. Hvis jeg så vælger at droppe to go-kaffen og drikker kaffe hjemme eller på arbejde i stedet for, så sparer jeg pludselig 200 kroner per uge og godt 10.000 kroner om året. Hvis jeg så samtidig (ja, nu drømmer vi – men følg mig lige) investerer de 10.000 kroner hvert år med fem procents afkast, så har jeg 120.000 kroner efter 10 år.

Så spørgsmålet er, hvor glad er jeg for min daglige kop to go-kaffe? Hvis den er 120.000 kroner værd hvert tiende år, så skal den beholdes; hvis ikke, så burde jeg droppe den. Det samme gælder ligegyldig takeaway, kedsomhedsshopping eller andre forbrugsvaner, der stille og roligt har sneget sig ind i din hverdag. Hvis de ikke skaber glæde, så brug hellere pengene på noget, som gør.

SÆT PRIS PÅ DIN TID

De fleste af os arbejder for at tjene vores penge. Lægger vores indsats i arbejdet time for time og bliver belønnet med en månedlig lønseddel. Så når vi bruger lønnen, er det reelt små stykker af vores tid og arbejdskraft, som vi bytter for mad, husleje eller et par nye sko. En øvelse, der kan gøre dig mere bevidst om, hvordan du bruger dine penge, er at regne din reelle timeløn ud. Regnestykket er ikke blot den løn, som du modtager, divideret med antal timer, som du har arbejdet for den. Det er lidt mere kompliceret end det.

Din reelle timeløn beregnes ved at samle alle de udgifter, du har i forbindelse med dit arbejde. Det betyder de penge, du

bruger på transport, arbejdstøj, makeup, kiropaktor eller på ekstravagant forbrug i weekenden, som skal kompensere for det hårde arbejde, du har lagt i løbet af ugen, osv. Dette beløb skal trækkes fra din løn, og så dividerer du det nye beløb med det antal timer, du arbejder, plus de timer, som du bruger på at blive klar til arbejde og transport. Derved finder du din reelle timeløn. Og det kan for nogen være lidt af et chok, hvor lav den egentlig er.

EKSEMPEL

Løn udbetalt for 37-timers arbejdsuge, 148 timer på en måned
= 20.000 kroner.

Umiddelbare månedsløn 20.000 kroner/148
= cirka 135 kroner i timen.

Udgifter i forbindelse med arbejdet: transport (månedskort) 1.000 kroner, daglig to go-kaffe til pendlervejen 500 kroner, tøj, der kun bruges på arbejde, 500 kroner, frokostordning 500 kroner
= 2.500 kroner.

Transporttid hver dag, i alt 1 time
= 20 ekstra timers 'arbejdstid' per måned.

Månedsløn fratrukket udgifter 20.000 - 2.500 kroner
= 17.500 kroner/168 = cirka 104 kroner i timen.

Prøv at beregne din egen reelle timeløn.

Når du har beregnet din reelle timeløn, så prøv at bruge den som målestok, næste gang du skal købe noget nyt. Spørg dig selv, om du er villig til at bytte x antal timers arbejde for denne nye ting, eller om du hellere vil undvære tingen og have mere tid; væk fra arbejdet, til at lave andre ting. Uanset hvad du beslutter med hensyn det enkelte køb, så gælder det om at bruge din nye viden om din reelle timeløn til at tage aktivt stilling til, både hvordan du bruger dine penge, og hvordan du indretter dit liv.

Øvelsen med at beregne din reelle timeløn kan give en nyfunden respekt for dine penge. Pludselig bliver det meget tydeligt, præcis hvor mange timer af din uge, og reelt af dit liv, som du bytter væk til (ligegyldigt) forbrug. Jeg tror på, at én af hemmelighederne bag en stærk privatøkonomi netop er at have respekt for penge. Altså respekt for hver en krone, der krydser din vej. Store formuer skabes af mange små beløb. Og hvis du har respekt for disse små beløb, vil det smitte af på og tiltrække større beløb. Det lyder som hokuspokus, men reelt handler det blot om, at hvis du værner dig til at have styr på de små beløb, er det lettere at have styr på de større.

FÅ STYR PÅ DE BLINDE VINKLER

Det er nemt at have blinde vinkler, når det gælder privatøkonomi. En blind vinkel er et område af vores liv, hvor vi ikke har kigget nøje efter og forstået, hvilke dybere årsager der styrer vores adfærd. I den milde ende af spektret kan en blind vinkel i din privatøkonomi være dine faste udgifter, hvor du blot automatisk betaler de regninger, som sendes til dig, uden at

overveje, om du betaler for en tv-pakke, du ikke bruger, eller et træningscenter, hvor du aldrig sætter dine fødder. Blinde vinkler kan holde dig fast i forbrugsvaner, som du for længst er vokset fra: "Sådan nogle som os går ud og spiser på denne type restauranter" eller "sådan nogle som os bor i dette område af byen".

Omkostningerne ved blinde vinkler kan være så små som den daglige to go-kaffe eller så store som udgifterne til et hus med den helt rigtige beliggenhed, hvor den høje termin fastholder dig i et job, som du ikke er glad for. Modgiften mod blinde vinkler er at blive mere bevidst om de handle-mønstre, vaner og tanker, du har i forbindelse med din økonomi og dit forbrug. Blinde vinkler og ubevidste vaner opdages nemmest i dialog med andre, som ved at give et indblik i deres privatøkonomi kan sætte et spejl op foran os og vise os alternative måder at gøre tingene på. Derfor er det, efter min mening, vigtigt, at vi dropper tabuet om, at vi ikke taler åbent om økonomi, for hvordan skulle vi ellers blive klogere?

SLIP UD AF DEN HEDONISTISKE TRÆDEMØLLE

Mennesket har en veludviklet evne til at tilpasse sig de forhold, som det mødes med. Denne tilpasningsevne betyder også, at hvis vi oplever økonomisk fremgang, lønforhøjelse eller vinder i lotto, så vil vi hurtigt tilpasse os de nye, bedre økonomiske forhold, og de vil blive den nye målestok for vores forventninger. Begrebet kaldes den hedonistiske trædemølle og blev først præsenteret af Brickman og Campbell i 1971. De to forskere havde interviewet 22 nybagte lottomillionærer og

DEN LILLE GUIDE TIL OPSPARING



I *Den lille guide til opsparing* deler **Jane Ibsen Piper** ud af sine erfaringer med at tage magten over økonomien tilbage og kun bruge pengene dér, hvor det giver mening og glæde. Det kan være en udfordring at spare op, men ved at sætte fokus på de ting, der er vigtige for dig, bliver det meget nemmere. Minimalisme, købestop og bevidste livsvalg kan føre til overskud og økonomisk ro i sindet.

Bogserien “Den lille guide til privatøkonomi” udgives af Muusmann Forlag i samarbejde med Forlaget Penge og er en serie lettilgængelige lærebøger om investering og privatøkonomi i øjenhøjde og i et sprog, der er til at forstå. Er du ny i økonomiens univers, får du grundlæggende introduktioner og udførlige guider til at komme i gang. Er du erfaren, får du brugervenlige opslagsværker, som kan akkompagnere dig videre på din økonomiske rejse.

