

Rahahuolet puheeksi

Taloushuolet aiheuttavat stressiä ja huolta. Usein taloudellisesta niukkuudesta tunnetaan myös häpeää ja syyllisyyttä. Rahasta puhuminen ei tuo rahaa lisää, mutta voi helpottaa oloa ja antaa rohkeutta avun ahkemiseen. Apua ei voi saada, ellei kerro avun tarpeesta. Rahaongelmia yritetään usein ratkoa itse ottamalla uutta lainaa ennemmin kuin hakemalla apua.

Rahasta puhumisen eri tarvitse tarkoittaa puhetta rahasummista, vaan **se on puhetta arjesta ja siinä pärjäämisestä.** Tukea kannattaa hakea myös muihin elämän vaikeisiin asioihin. **Usein etenkin velka-asioihin on löydettävissä ratkaisuja vasta sitten, kun muu elämä on tasapainossa.**

Esimerkkejä talousvaikeuksien syistä:	Esimerkkejä avunhakemisen esteistä:
• Ero ja muut perhetilanteet • Sairaus, työkyvyttömyys • Työttömyys, lomautukset • Eläkkeelle jääminen • Riippuvuudet • Toisen puolesta velkaantuminen • Pienituloisuus • Talousosaamisen puute • Lainan ottaminen on helppoa (pikalainat)	• Toimintakyvyn väheneminen riippuvuuden, psyykkisen tai fyysisen sairauden takia • Ei tiedetä, mistä apua voi hakea • Ei tiedetä, että raha- ja velkaongelmien ratkaisemiseen on olemassa erilaisia keinoja • Halu pärjätä yksin • Häpeä

Kysymyksiä, joita voi käyttää apuna keskustelun virittämiseen:

- Miten pärjätte arjessa? Mikä aiheuttaa eniten huolta?
- Seuraatko rahankäyttöäsi? Miten?
- Onko rahankäytön suunnittelu tai seuranta opettanut sinulle jotakin? Mitä?
- Onko talouden seurannassa ollut hankaluuksia? Miten olet ne ratkaissut?

Ystävän rooli on kuunnella ja tarvittaessa rohkaista avun piiriin.

Rahahuolissa neuvontaa saa oman kunnan talous- ja velkaneuvonnasta. Neuvontaan varataan aika etukäteen ja palvelu on maksuton. Yhteystiedot löytyvät Kilpailu- ja kuluttajaviraston nettisivuilta osoitteesta: www.kkv.fi > Tietoa ja ohjeita > maksut, laskut ja perintä > Talous ja velkaneuvonta

Muita avuntarjoajia:

- Kela: Toimeentulotuki ja muut tuet: <https://www.kela.fi>
- Sosiaalitoimi: Ehkäisevä ja täydentävä toimeentulotuki, <https://stm.fi/toimeentulotuki>
- Kirkon diakoniatyö: <https://evl.fi/apua-ja-tukea/arjen-ongelmat/rahahuolet>
- Takuusäätiö: <https://www.takuusaatio.fi>, maksuton valtakunnallinen neuvontanumero: **0800 9 8009**, arkisin 10-14 ja Chat

Lähde, lisätietoa & käytännön vinkkejä: www.takuusaatio.fi