



Enhet for service og internkontroll

# Veien til egen bolig



## Hva gjør jeg for å skaffe meg ny bolig?

Det første du må avklare er om du skal leie eller kjøpe bolig. Sett opp en oversikt over dine inntekter og utgifter for å få klarhet i hvor mye du kan betale i månedlige utgifter til bolig.

Hvis du går inn på [www.sifo.no](http://www.sifo.no) (Statens institutt for forbruksforskning) og velger 'Referansebudsjettet', vil du finne et oppsett på et standardbudsjett med oversikt over det gjennomsnittlige månedlige forbruket på vanlige forbruksutgifter knyttet mot forskjellige husstandsstørrelser.

Har du leid tidligere og har hatt et uproblematisk leieforhold, er det fornuftig å spørre din siste utleier om en referanse, hvis du igjen bestemmer deg for å leie. Hvis du har leid bolig fra kommunen, kan du be Trondheim eiendom om å skrive en slik attest

([bolig.trondheim-eiendom@trondheim.kommune.no](mailto:bolig.trondheim-eiendom@trondheim.kommune.no)).

# 1 Leie av bolig

## 1.1 Annonsering

Du finner hybler og leiligheter for utleie på [www.finn.no](http://www.finn.no) og [www.hybel.no](http://www.hybel.no). Du finner også daglig annonser om ledige hybler og leiligheter i lokalavisene og på Facebook-grupper (f.eks. 'trondheim til leie hus/leilighet/hybel/næringslokale).

Vi anbefaler at du selv setter inn en 'ønskes leid'-annonse i avisa og/eller i en boligformidlings-app (f.eks. finn.no og hybel.no). Det kan også være fornuftig å sette deg på venteliste for leie av bolig hos de større private utleierne.

### 1.1.1 Finn-app mobil

Du kan også laste ned app-en til finn.no. Du kan legge inn et søk på den type bolig du er ute etter. Du blir da varslet hver gang det legges ut en boligannonse som passer til ditt søk. På denne måten vil du være godt oppdatert på boligmarkedet til enhver tid og kan kontakte utleiere straks de legger ut en annonse om ledig bolig. Det er ofte lettere på mobil enn på epost, da du har med mobilen over alt.

### 1.1.2 Henvendelse på annonsen

Eksempel på svar på boligannonse via SMS eller e-post:

*«Hei. Viser til din annonse angående ledig bolig <adresse> på (f.eks. finn.no). Jeg er en mann/dame på <alder> år, som for tiden er på utkikk etter ny bolig i Trondheim. Jeg er den ideelle leietaker, blid, omsorgsfull og en sikker betaler <og legg til om du har referanse fra nåværende/siste leieforhold>. Jeg er svært interessert i å komme på visning. Jeg håper på positiv tilbakemelding.»*

### 1.1.3 Egen annonse - Den gode annonsen

Egen boligannonse har ofte vist seg å være den mest effektive veien inn på leie-markedet.

Du må skille deg ut og skape interesse. Bruk et bilde av deg selv, gjerne i en aktivitet eller i naturen. I overskriften og i teksten kan du beskrive deg selv med positive ord som for eksempel ideell, hjelpsom, hensynsfull, sikker betaler, ryddig, ærlig, ikke-røyker, jobb, utdanning og lignende.

Les boligannonser som du finner på nettet og se om du kan benytte noe av dette i en egen boligannonse.

Har du behov for depositumsgaranti fra NAV, kan dette nevnes på direkte spørsmål fra utleier når du har oppnådd kontakt. Da kan du forklare situasjonen, som for eksempel at du ikke har hatt mulighet til å spare opp til depositum.

### 1.1.4 Boliglogg

Bruk boliglogg for å holde oversikt over de utleierne du kontakter, samt hvilken tilbakemelding du får. Ved behov for bistand fra NAV er det viktig at du er ærlig med tilbakemeldingene, slik at veilederen din får et eksakt bilde på hvorfor du ikke klarer å få leid deg bolig selv.

## Boliglogg for

Navn

Fødselsnr

Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	
Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	
Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	
Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	
Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	
Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	
Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	
Adresse/utleier	E-post (dato)	Telefon
Visning (dato)	Tilbakemelding (dato)	

## 1.2 Private boligutleiere i Trondheim

Stiftsstadens bolig Nordre gate 3 7011 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	<a href="tel:48325600">48 32 56 00</a> <a href="mailto:utleie@stiftsstadens.no">utleie@stiftsstadens.no</a> <a href="http://www.stiftsstadens.no">www.stiftsstadens.no</a>
Utleiemegleren Trondheim Olav Tryggvasons gate 42 7011 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	<a href="tel:73841300">73 84 13 00</a>  <a href="http://www.utleiemegleren.no">www.utleiemegleren.no</a>
Bybroen bolig Munkegata 39/41	Telefon E-post Nettsted	73 56 11 00 <a href="mailto:post@bybroenbolig.no">post@bybroenbolig.no</a> <a href="http://www.bybroenbolig.no">www.bybroenbolig.no</a>
NOBA Sandgata 11 7012 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	73 50 28 00 <a href="mailto:post@noba-eiendom.no">post@noba-eiendom.no</a> <a href="http://www.noba-eiendom.no">www.noba-eiendom.no</a>
Frost eiendom Teglgården, Hornebergvegen 7A 7038 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	73 96 97 00 <a href="mailto:eiendom@frost.no">eiendom@frost.no</a> <a href="http://www.frost.no">www.frost.no</a>
Karl-Ove Bjørnstad Frostaveien 3 7043 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	73 99 19 60 <a href="mailto:post@kobe.no">post@kobe.no</a> <a href="http://www.kobe.no">www.kobe.no</a>
E.C. Dahls eiendom Dronningens gate 7 7011 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	73 99 09 90 <a href="mailto:post@ecde.no">post@ecde.no</a> <a href="http://www.ecde.no">www.ecde.no</a>
Realinvest Schultz gate 2 7013 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	73 80 20 70 <a href="mailto:post@realinvest.no">post@realinvest.no</a> <a href="http://www.realinvest.no">www.realinvest.no</a>
Brevik boligutleie (kun Møllenberg) Sandgata 10 7012 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	92 80 20 27 <a href="mailto:ragnar@brevikboligutleie.no">ragnar@brevikboligutleie.no</a> <a href="http://www.brevikboligutleie.no">www.brevikboligutleie.no</a>
North Bridge Eiendomsforvaltning as Innherredsveien 7 7014 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	73 10 59 00 <a href="mailto:trondheim@northbridge.no">trondheim@northbridge.no</a> <a href="http://www.nbeutleie.no">www.nbeutleie.no</a>
Vigen eiendom (send e-post og bli kontaktet)	Telefon E-post Nettsted	90 06 58 67 <a href="mailto:vigen.eiendom@gmail.com">vigen.eiendom@gmail.com</a> <a href="http://www.vigeneiendom.no">www.vigeneiendom.no</a>
Boligstiftelsen i Trondheim (for personer med sosiale eller helsemessige problemer)	Telefon E-post	91 67 21 06 (Tormund Ledang Husøy <a href="mailto:tormund-ledang.husoy@trondheim.kommune.no">tormund-ledang.husoy@trondheim.kommune.no</a>
Kong Carl Johan Arbeidsstiftelse (for personer med sosiale eller helsemessige problemer) Erling Skakkes gate 58, 7012 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	73 83 30 50 <a href="mailto:post@kcja.no">post@kcja.no</a> <a href="http://www.kcja.no">www.kcja.no</a>
Hans Nissen og Hustrues Stiftelse Vollabakken 3 7030 Trondheim	Telefon E-post Nettsted	92 66 76 00 <a href="mailto:ole@hansnissen.no">ole@hansnissen.no</a> <a href="http://www.hansnissen.no">www.hansnissen.no</a>

Rydning Holding	Telefon E-post Nettsted	72 90 90 06 <a href="mailto:post@rydningholding.no">post@rydningholding.no</a> <a href="http://rydningholding.no">rydningholding.no</a>
Bjørsvika apartments (korttidsutleie)	Telefon E-post Nettsted	21 38 01 88 <a href="mailto:post@bjorsvika-apartments.no">post@bjorsvika-apartments.no</a> <a href="http://www.bjorsvika-apartments.no/leilighetshotell-trondheim">www.bjorsvika-apartments.no/ leilighetshotell-trondheim</a>
Beta apartments (korttidsutleie)	Telefon E-post Nettsted	91 85 74 24 <a href="mailto:beta@beta-apartments.no">beta@beta-apartments.no</a> <a href="http://beta-apartments.no">beta-apartments.no</a>
<b>For studenter</b>		
SIT	Telefon E-post Nettsted	73 53 86 20 <a href="mailto:bolig@sit.no">bolig@sit.no</a> <a href="http://www.sit.no/hybel">www.sit.no/hybel</a>
AHA Bolig - studentboliger	Telefon E-post Nettsted	73 89 00 00 <a href="mailto:kontakt@camptrondheim.no">kontakt@camptrondheim.no</a> <a href="http://camptrondheim.no">camptrondheim.no</a>
Singsaker	Telefon E-post Nettsted	73 89 31 30 <a href="mailto:utvalget@singsaker.no">utvalget@singsaker.no</a> <a href="http://studenterhjem.singsaker.no/fasiliteter.html">studenterhjem.singsaker.no/ fasiliteter.html</a>
Rosenborg	Telefon E-post Nettsted	73 87 44 50 <a href="mailto:admin@trondheimvandrerhjem.no">admin@trondheimvandrerhjem.no</a> <a href="http://rosenborgstudentby.no">rosenborgstudentby.no</a>
Stiftstaden	Telefon E-post Nettsted	48 32 56 00 <a href="mailto:utleie@stiftsstad.no">utleie@stiftsstad.no</a> <a href="http://www.stiftsstad.no/vare-studentbyer/stiftsstad-studentby">www.stiftsstad.no/vare-student- byer/stiftsstad-studentby</a>
Campus Life	Telefon E-post Nettsted	72 90 90 22 <a href="mailto:info@campuslife.no">info@campuslife.no</a> <a href="http://campuslife.no">campuslife.no</a>

## 1.3 Visningen

Når du får mulighet til å komme på visning, er det svært viktig hvordan du presenterer deg. Det er viktig at du ser presentabel ut. På visning kan du ta med deg et familiemedlem eller en venn som kan bistå deg.

Du har ingen plikt til å gi utleier opplysninger om hvilken jobb og inntekt du har. Du kan svare at du har sikker inntekt. Om du ikke har jobb, kan du for eksempel svare at du er mellom to jobber eller lignende. Om du mottar økonomisk sosialhjelp, arbeidsavklaringspenger, kvalifiseringsstønning, dagpenger, stønader som enslig forsørger eller uføretrygd, er dette din privatsak som du ikke er pliktig til å opplyse om. Hvis du har en referanse eller attest fra et leieforhold, er det viktig å framheve dette.

## 1.4 Husleiekontrakt

Skriv alltid leiekontrakt. Uansett hvor pålitelig utleier virker bør du kreve at det skrives husleiekontrakt. Forbrukerrådet har en standardkontrakt for utleie som du kan laste ned på [www.forbrukerradet.no](http://www.forbrukerradet.no).

## 1.5 Leieforholdets varighet

Det er ikke anledning til å inngå en tidsbestemt leieavtale for bolig for kortere tid enn 3 år. Leieavtalen kan likevel settes til 1 år hvis utleieforholdet gjelder leie i enebolig/tomannsbolig og utleieren bor i samme hus. Det gjøres unntak fra disse reglene hvis utleier selv skal benytte boligen etter ei viss tid. Se husleieloven § 9-3. Du finner husleieloven ved å gå inn på [www.lovdatabank.no](http://www.lovdatabank.no).

## 1.6 Depositum

De fleste utleiere forlanger at leietaker stiller garanti for leieforholdet gjennom depositum. Depositum er en sikkerhet for skyldig husleie eller skader på boligen du leier. Etter husleieloven kan det forlanges depositum for et beløp tilsvarende 6 måneders husleie. Depositumskontoen opprettes av utleier i ditt navn. Rentene godskrives deg. Depositumskontoen er sperret fram til leieforholdet avsluttes.

Det er viktig å gå gjennom leiligheten med huseier når du flytter inn, og før du gir fra deg nøklene når du skal flytte ut. Som ekstra sikkerhet kan det være lurt av deg å ta bilder av eventuelle skader som dere registrerer ved innflyttingen. Se husleieloven § 3-5 og § 3-6.

Ved avslutning av leieforholdet kan utleier ha krav på å få utbetalt hele eller deler av depositumet hvis du som leietaker skylder husleie, har ødelagt utleiers møbler utover vanlig slitasje eller har påført boligen annen skade. Det kan også forlanges trekk i depositumet hvis du ikke har rengjort boligen ordentlig ved utflytting. Dersom du og utleier ved utflytting er enige om at utleier skal ha noe av depositumet, bør dere begge signere på en skriftlig avtale om dette.

Hvis du ikke får ordnet depositum, enten som lån, egenkapital eller husleieforsikring, kan du søke om garanti for depositum hos NAV. Garantien gir de samme vilkår som et lån til depositum, dvs. at garantien dekker skadeverk, mislighold av leieforholdet samt manglende renhold ved utflytting. Forskjellen ligger i at det ikke skjer overføring av penger til en depositumskonto.

Ta kontakt med NAV før du signerer leiekontrakten. NAV undersøker da om boligen er godkjent for utleie og vurderer om husleienivået er tilpasset din økonomi. Hvis boligen er godkjent for utleie og NAV har funnet at husleienivået er tilpasset din økonomi, kan NAV gi garanti for depositum. Se punkt 1.6.1 for mer informasjon. Det er også mulig å kjøpe depositumsgaranti gjennom bank eller andre private aktører. Søk etter "kjøp av depositumsgaranti" for en oversikt. Leietaker betaler en liten prosent av depositumet og banker stiller med hele garantien. Du må ikke ha betalingsanmerkninger.



### 1.6.1 Informasjonsskriv om garanti for depositum

Innbyggere i Trondheim kommune som ikke får lån i bank til depositum, kan søke NAV om garanti for depositum.

Garantien er tilnærmet lik et depositum. Garantien dekker manglende husleie, skadeverk, manglende innlevering av nøkler, manglende renhold ved utflytting, utgifter ved fravikelse og eventuelt andre skriftlige krav etter leieavtalen.

Den største forskjellen mellom depositum og garanti er at det ved garanti ikke er en pengeoverføring til en depositumskonto. Leietaker må skrive under på gjeldsbrev til NAV tilsvarende garantisummen, opptil 6 ganger husleien. Ved garanti er det NAV som er «banken» og NAV utbetaler eventuelle rettmessige krav i garantien etter utflytting. Utleier slipper gebyr og all annen administrasjon i forbindelse med opprettelse og opphør av depositumskonto. Ved garanti for depositum må det fylles ut en befaringsrapport. Befaringsrapporten sier noe om standard, skader og mangler ved leiligheten på innflyttingstidspunktet. Det kan ikke fremsettes krav i garantien for feil og mangler som var i leiligheten på innflyttingstidspunktet. Utleier må i leiekontrakten påføre at kommunal garanti kan godtas i stedet for depositum.

Utleier vil motta et brev fra NAV når alle papirer er i orden. Brevet er bekreftelsen på at garantien er gyldig. Brevet viser sum på garantien, hvilken periode garantien gjelder for, hva som dekkes av garantien og fremgangsmåte ved fremsettelse av krav i garantien. Kommunal garanti kan gis for inntil 3 år om gangen.



## Sammenligning: Depositum/Garanti fra NAV

	Depositum	Garanti fra NAV
Til sikkerhet for	Skyldig leie Skader på husrommet Utgifter ved fravikelse Andre krav som reiser seg av leieavtalen	Skyldig leie Skader på husrommet Utgifter ved fravikelse Andre krav som reiser seg av leieavtalen
Beløp	Opptil 6 X husleien	Opptil 6 X husleien
Kostnader ved oppretting	Gebyr som dekkes av utleier: mellom 300-2000 kr	Ingen
Under leieforholdet	Kan ikke disponeres, kun ved leieforholdets slutt	Kan ikke disponeres, kun ved leieforholdets slutt
Varighet	Følger leieforholdet	Inntil 3 år om gangen
Krav etter utflytting	Umiddelbart: Om det foreligger skriftlig avtale mellom partene hvor det er avtalt at leien skal godskrives annen konto i samme bank - Utleier kan dokumentere skyldig leie. Leier har 5 uker på å uttale seg om kravet før utbetaling kan skje der det ikke foreligger enighet. Ved uenighet om kravet må det løses mellom partene, eller det må foreligge en rettskraftig dom f.eks. fra Husleietvistutvalget. Banken er ikke part i saken, men fungerer som utbetaler ved krav i depositumet.	Leietaker har 2 uker på seg til å kommentere/komme med innsigelser til kravet før NAV utbetaler iht krav i garantien. Ved uenighet om kravet må dette løses mellom partene, eller det må foreligge en rettskraftig dom f.eks. fra Husleietvistutvalget. NAV er ikke part i saken, fungerer som utbetaler ved krav i garantien.

## 1.7 Oppsigelse av leieforholdet

En oppsigelse fra et leieforhold skal være skriftlig. Oppsigelsen skal si noe om årsaken til at du må flytte. Det er 1 måneds klagefrist på oppsigelsen. Hvis oppsigelsen ikke inneholder opplysning om adgang til å klage, er den ugyldig. Har du flyttet ut, blir dette sett på som om du har godtatt oppsigelsen, uavhengig av om oppsigelsen er gyldig eller ikke.

NAV og helse- og velferdskontorene er behjelpelig med råd og veiledning i forhold til boligspørsmål.

Du kan ha rett til fri rettshjelp i forbindelse med saker som omhandler oppsigelse og utkastelse. Søknad om fritt rettsråd sendes statsforvalteren (tidl. fylkesmannen). Du kan sjekke her om du har rett til fri rettshjelp: [www.retsrad.no/har-du-rett-pa-fri-rettshjelp](http://www.retsrad.no/har-du-rett-pa-fri-rettshjelp).

Husleietvistutvalget (HTU) er et statlig spesialorgan opprettet av Kommunal og regionaldepartementet. HTU løser tvister mellom utleier og leietaker med hjemmel i husleieloven § 12-5. Utvalget virker som en domstol og kan både mekle og treffe avgjørelser. Husleietvistutvalget Trøndelag ligger i Trondheim i Statens Hus, Prinsens gt. 1, telefon 73 88 04 00. Mer informasjon finner du på følgende adresse: [www.htu.no/htu/trondheim](http://www.htu.no/htu/trondheim).

Du kan også finne nyttig informasjon om dine rettigheter og plikter som leietaker på leieboerforeningens hjemmeside: [www.lbf.no](http://www.lbf.no). Leieboerforeningen er en partipolitisk uavhengig medlemsorganisasjon. Målsettingen med deres arbeid er å ivareta leietakernes interesser overfor utleiery, myndigheter og andre.

Jurk	Juridisk hjelp for kvinner	<a href="http://foreninger.uio.no/jurk">foreninger.uio.no/jurk</a>
Jussbuss	Gratis rettshjelp for bl.a. leietakere, informasjon	<a href="http://foreninger.uio.no/jussbuss">foreninger.uio.no/jussbuss</a>
Gatejuristen/Legal Aid Trondheim	Gratis rettshjelp til personer som har, eller har hatt utfordringer med rus	<a href="http://gatejuristen.no/kontaktinformasjon/gatejuristen-trondheim">gatejuristen.no/kontaktinformasjon/gatejuristen-trondheim</a>
Oversikt over gratis rettshjelp i Norge (engelsk)		<a href="http://oslodesk.com/free-legal-aid-advice-in-norway-organisations-to-turn-to">oslodesk.com/free-legal-aid-advice-in-norway-organisations-to-turn-to</a>

## 1.8 Kommunale utleieleiligheter

Kommunal bolig kan være et tilbud dersom du har problemer med å skaffe bolig på det private boligmarkedet på grunn av helsemessige, økonomiske og sosiale forhold. Det er viktig å merke seg at lav inntekt alene ikke er grunnlag for innvilging av kommunal bolig.

Du får nærmere informasjon og søknadsskjema ved ditt lokale helse- og velferdskontor eller på: [www.trondheim.kommune.no/kommunal-utleiebolig](http://www.trondheim.kommune.no/kommunal-utleiebolig).

## 1.9 Midlertidig bolig

De som av ulike årsaker ikke lykkes i å skaffe seg bolig på egen hånd, har mulighet til å søke om midlertidig bolig hos NAV, mens de følges tett opp av NAV-kontoret for å skaffe seg varig botilbud. Her brukes blant annet «Boliglogg» aktivt.

Dette er en tjeneste som regnes som midlertidig og akutt, og det betyr at dette ikke er en varig løsning.

Kostnad ved midlertidig bolig: NAV vil vurdere om du skal betale hele eller deler av oppholdet selv ut ifra din økonomi.

## 2 Kjøp av bolig

### 2.1 Bank

Ved behov for å låne penger til kjøp av bolig er det en fordel å ha fast inntekt. Ta kontakt med bankforbindelsen din for en vurdering av din økonomiske situasjon. Banken vil kunne gi deg råd om hvor stort lån det vil være tilrådelig for deg å ta opp. Følg de rådene som banken gir om øvre grense for låneopptak. Hvis du er usikker på om banken din kan tilby deg den laveste renten, kan du gå inn på net-tadressen nedenfor. Her finner du en oversikt fra Forbrukerrådet over de bankene som gir deg det rimeligste boliglånet: [www.finansportalen.no](http://www.finansportalen.no).

### 2.2 Startlån og boligtilskudd

Startlån skal bidra til at personer med varig lav inntekt kan skaffe seg en egnet bolig og beholde den. Låneordningen skal være et supplement til det ordinære kredittmarkedet.

Boligen skal være godkjent som egen boenhet av bygningsmyndighetene og skal ligge i Trondheim kommune. Kommunen kan stille krav om at boligen må være egnet for husstanden hva angår beliggenhet, planløsning og/eller størrelse.

Boligtilskuddet skal sammen med annen boligfinansiering bidra til å skaffe og sikre varige og egnede boligløsninger for søkere med varig lav inntekt. Tilskuddsordningen skal være et supplement til startlånsordningen og det ordinære kredittmarkedet.

Du kan også søke startlån/boligtilskudd i en annen kommune enn den du bor i. Du må da henvende deg i den aktuelle kommunen for råd og veiledning og søknadsskjema.

For mer informasjon om startlån og boligtilskudd, ta kontakt med boligfinansiering. Du finner mer informasjon på:

- [www.trondheim.kommune.no/startlan](http://www.trondheim.kommune.no/startlan) og
- [www.trondheim.kommune.no/boligtilskudd](http://www.trondheim.kommune.no/boligtilskudd)

### 2.3 Fra leie til eie

#### **Kjøp av kommunal utleiebolig**

Leietakere i visse kommunale boliger har også muligheten til å kjøpe boligen de leier. Dette gjelder først og fremst borettslagsleiligheter, men òg visse andre. Helkommunale bygg selges derimot ikke.

Ønsker du mer informasjon om dette, kan du ta kontakt med Martin Erlandsen ved NAV Lerkendal på e-post: [martin.erlandsen@nav.no](mailto:martin.erlandsen@nav.no).

## 3 Bostøtte fra Husbanken

Alle personer over 18 år kan søke om bostøtte, med unntak av studenter uten barn og personer som avtjener førstegangstjeneste. Det er satt en øvre inntektsgrense for å kunne søke om bostøtte.

Bostøtte søker du elektronisk her:

[www.husbanken.no/person/bostotte](http://www.husbanken.no/person/bostotte). Ditt lokale NAV kontor gir deg nærmere orientering om regelverket, og du kan også få hjelp til utfylling av søknadsskjema. Reglene for søknad og tildeling av bostøtte finner du også på hjemmesiden til Husbanken: [www.husbanken.no](http://www.husbanken.no).

## 4 Økonomisk råd og veiledning

### 4.1 Råd og veiledning ved NAV eller helse- og velferdskontorene

NAV og helse- og velferdskontorene kan bistå deg med generell rådgivning vedrørende daglig økonomi og bolig. Du kan be om råd og veiledning ved NAV hvis du opplever at du ikke er i stand til dekke de daglige løpende utgifter til livsopphold. Med utgifter til livsopphold menes penger til det som regnes som livsnødvendigheter, som mat, klær, lege, medisiner, forsikring, husleie og strøm etc. Hjelpen er ment å være midlertidig og skal bidra til å gjøre deg økonomisk selvhjulpent. NAV-kontorene forvalter ordningen med økonomisk sosialhjelp.

NAV-kontorene har utgitt en veileder: "Enkle tips til bedre økonomi". Den inneholder generell informasjon om hvordan du kan redusere dine utgifter og om budsjett. Den henvender seg først og fremst til personer som får redusert inntekt som følge av sykdom.

### 4.2 Gjeldsrådgiving

Hvis du opplever at du er i ferd med eller har mistet kontrollen over egen økonomi, kan du ringe økonomirådstelefonen i NAV 55 55 33 39, tastevalg 1. Åpningstid 09.00-15.00. Rådgiverne kan gi enkle råd om hva du kan gjøre for å løse situasjonen. Det er også mulig å chatte med rådgiverne. Har du økonomiske problemer av mer kompleks art, henviser rådgiverne deg til rette instans. Du kan være anonym som innringer. Tjenesten er gratis fra fasttelefon. Bruker du mobiltelefon og har kontantkort kan rådgiverne ringe tilbake til deg.

Trondheim kommune og NAV kontorene i Trondheim har utgitt en veileder: "Gjeldsrådgiving – selvhjelpspakke" som beskriver hva du selv kan gjøre hvis du har fått økonomiske problemer. Selvhjelpspakken finner du også på nett på følgende adresse: [www.trondheim.kommune.no/selvhjelpspakke](http://www.trondheim.kommune.no/selvhjelpspakke).

Dersom du har ytterligere behov for hjelp, kan du ta kontakt med ditt lokale NAV-kontor og søke hjelp hos gjeldsrådgiver. Det kan være ventetid på timeavtale.

Du finner denne veilederen på: [www.trondheim.kommune.no/veientilegenbolig](http://www.trondheim.kommune.no/veientilegenbolig).







Trondheim kommune  
Enhet for service og internkontroll  
Postboks 2300 Torgarden  
7004 Trondheim

[www.trondheim.kommune.no](http://www.trondheim.kommune.no)

Januar 2021  
GHL EKAI

