

# CÓMO GASTAR MENOS ANTE LA SUBIDA DE LOS PRECIOS

## EN LA CESTA DE LA COMPRA

El precio de los alimentos ha experimentado este año la mayor subida en décadas. Aquí algunas pautas para reducir el gasto:

- Pensar los menús y redactar por escrito una lista con las necesidades.
- Comparar precios en varios establecimientos. Las diferencias pueden suponer casi mil euros al año.
- Tener en cuenta las marcas blancas: suponen un ahorro medio que ronda el 50%.
- Acogerse a descuentos, que a veces llegan al 70%. Estudiar bien las condiciones.
- Tarjetas de fidelización: antes de aceptarlas, analizar las condiciones.
- Organizar bien la comida en el frigorífico y la despensa. Cada navarro acabamos por tirar casi 12 kilos de comida al año.
- Innovar con los menús y optar por productos más baratos o menos demandados.

## EN CASA

El gasto anual de un hogar de cuatro personas en luz y gas puede llegar a los dos mil euros. Propuestas para reducirlo:

- Pasarse al mercado regulado del gas. La diferencia anual con la oferta libre más barata supera los 450 euros y con la más cara, los 1.000 euros.
- Elegir la tarifa eléctrica más económica y ajustar la potencia. La tarifa más barata puede ahorrar 250 euros al año respecto a la regulada y casi 900 euros respecto a la tarifa más cara.
- Compruebe si tiene servicios vinculados. Su coste puede suponer más de 100 euros al año.
- Optimice el consumo de energía:
  - Modere la temperatura.
  - Use bombillas de bajo consumo.
  - Mejore el aislamiento térmico de la vivienda.
  - Elija electrodomésticos eficientes.
  - Use programas económicos.

## EN EL BANCO

La subida del Euribor ha hecho que muchas familias tengan que pagar 200 ó 300 euros más al mes en la hipoteca. Se pueden valorar las siguientes posibilidades:

- Renegociar las condiciones de la hipoteca en su banco:
  - Rebajar el tipo de interés.
  - Alargar el plazo de amortización.
  - Modificar algún otro aspecto que reduzca la cuota.
  - Eliminar productos vinculados.
- Preguntar en otras entidades y valorar condiciones, incluidos los gastos de la subrogación, para cambiar de banco el préstamo hipotecario.

**Comisiones.** Por una cuenta corriente, algunos bancos no cobran nada y otros 250 euros.

Para rebajar estos gastos:

- Revise las comisiones que le aplica su banco en todos sus productos.
- Compare con otras entidades y valore la posibilidad de cambiar.
- Calibre la necesidad de seguir teniendo activas todas las tarjetas o créditos actuales.

# PREZIOEN IGOERAREN AURREAN GUTXIAGO NOLA GASTATU

## EROSKETA-SASKIAN

Elikagaien prezioek aurten hamarkadatan jasan duten igoerarik altuena izan dute. Gastuak murrizteko hona hemen zenbait jarraibide:

- Menuak pentsatu eta beharrezkoa dena idatziz zerrenda batean jaso.
- Establezimendu ezberdinen prezioak alderatu. Ezberdintasunak urteko ia mila eurokoak izan daitezke.
- Marka zuriak kontuan hartu: batezbesteko aurrezkia % 50aren ingurukoa da.
- Deskontuak aprobeztatu, zenbaitetan % 70 artekoak dira. Baldintzak ongi aztertu.
- Fidelizazio-txartelak: onartu aurretik, aztertu baldintzak.
- Hozkailuan eta despentsan janaria ongi antolatu. Nafar bakoitzak azkenean urtero ia 12 kilo botatzen dugu.
- Menuak berriztatu eta produktu merkeagoak edo gutxiago eskatzen direnak aukeratu.

## ETXEAN

Lau pertsonetako etxebizitza baten argindar eta gas gastua bi mila euro artekoa izan daiteke. Murrizteko proposamenak:

- Erregulatutako merkatura jo. Eskaintza libreko aukera merkearekiko urteko aldea 450 euro baino gehiagokoa da eta garestiarenetik 1000 euro.
- Argindar-tarifa merkeena aukeratu eta potentzia murriztu. Tarifa merkeenarekin urteko 250 euro aurreztu ditzakegu erregulatutakoaren aldera eta ia 900 euro tarifa garestienaren aldera.
- Egiaztatu lotutako zerbitzurik duzun. Hauen kostua urteko 100 euro baino gehiagokoa izan daiteke
- Energia-kontsumoa optimizatu:
  - Baretu tenperatura.
  - Erabili kontsumo baxuko bonbillak.
  - Hobetu etxebizitzaren isolamendu termikoa.
  - Aukeratu etxetresna elektronikoko eraginkorrak.
  - Erabili programa ekonomikoak.

## BANKUAN

Euriborraren igoera dela eta, familia askok hilero 200 edo 300 euro gehiago ordaindu behar dituzte hipotekagatik. Hurrengo aukerak aintzat hartzekoak dira:

- Zure bankuan hipoteka-baldintzak berriz negoziatu:
    - Interes-tasa beheratu.
    - Amortizazio-epea luzatu.
    - Kuota murrizten duen beste alderdiren bat aldatu.
    - Lotutako produktuak deuseztatu.
  - Beste erakundeetan galdetu eta baldintzak baloratu, baita subrogazioaren gastuak, hipoteka-mailegua bankuz aldatzeko.
- Komisioak.** Kontu korranteengatik zenbait bankuek ez dute ezer kobratzen eta beste batzuek 250 euro arte kobratzen dute.

Gastu hauek murrizteko:

- Berrikusi zure bankuak produktu guztietan ezartzen dituen komisioak.
- Alderatu beste erakundeekin eta hausnartu aldatzeko aukera.
- Aztertu orain dituzun txartel eta kreditu guztiak aktibo mantentzea beharrezkoa den.