

Sambla

Prata pengar med dina barn

En guide till enkla och trygga sätt
att prata ekonomi med dina barn 2026



Så pratar du pengar med dina barn **2026**

Att prata pengar med barn kan kännas både viktigt och svårt. När är rätt tid att börja? Hur mycket ska de få veta? Och hur förklarar man egentligen värdet av pengar i en värld där det mesta sker helt digitalt?

Den här guiden hjälper dig som förälder att på ett enkelt och tryggt sätt prata ekonomi med ditt barn – från veckopeng och sparande till konsumtion och ansvar. Med konkreta tips och exempel får du verktyg att skapa sunda vanor och en positiv inställning till pengar redan från start.

Innehåll

01.	Introduktion till ekonomi	2
02.	Veckopeng och månadspeng	4
03.	Bankkort och Swish	7
04.	Tjäna egna pengar som barn	11



Introduktion till ekonomi för barn

Att förstå pengar är en viktig livskunskap som barn har nytta av hela livet. Genom att tidigt prata om ekonomi hjälper du ditt barn att utveckla en sund relation till pengar, lär sig ta ansvar och förstå att resurser är något man behöver planera för. Samtalen behöver inte vara komplicerade – det viktigaste är att de sker naturligt och i vardagen.

Gör pengar mer begripligt

Börja med grunderna: pengar är något man tjänar genom arbete. För barn kan det vara svårt att förstå varför vuxna får pengar varje månad, men inte barn. Berätta att du får lön genom arbete – precis som de kan få veckopeng eller en ersättning för att hjälpa till hemma.

Du kan också visa hur pengar rör sig i samhället. Förklara till exempel att butiker säljer varor, att människor betalar för dem, och att företagen i sin tur betalar sina anställda. På så sätt blir ekonomi något konkret, snarare än abstrakt.



Prata om värdet på saker

Barn lär sig tidigt att pengar “finns” – men inte alltid att de tar slut. Ett bra sätt att förklara värdet av pengar är att jämföra kostnader. Visa till exempel att en glass kostar 25 kronor, medan en leksak kan kosta 200 kronor. Diskutera vad man kan få om man sparar istället för att handla direkt.

Använd gärna riktiga situationer, som när ni handlar mat eller tankar bilen, för att visa vad olika saker kostar. Ju mer verkliga exempel, desto lättare blir det för barnet att förstå att pengar inte bara “kommer från kortet” utan faktiskt har ett värde.

Introducera budget och planera ihop

När barnet börjar förstå grunderna är det dags att prata om planering. En enkel budget kan visa att familjens pengar ska räcka till många olika saker – mat, boende, kläder, fritidsaktiviteter och sparande.

Du behöver inte visa exakta siffror, men du kan förklara att alla familjer behöver prioritera. Det kan till exempel låta så här:

“ Vi har en viss summa varje månad, och då behöver vi bestämma vad som är viktigast. Först betalar vi för det vi måste ha, som mat och boende. Sen kan vi spara lite och se vad som blir kvar till nöjen. ”

Att involvera barnet i små beslut – till exempel att välja mellan två aktiviteter eller planera hur veckopengen ska användas – ger en känsla av delaktighet och ansvar.

Veckopeng och månadspeng

Att ge veckopeng eller månadspeng är ett bra sätt för barn att lära sig om pengar. Men hur mycket är lagom vid olika åldrar? Det tittar vi närmare på här.

När ska man börja med veckopeng?

Många föräldrar börjar ge veckopeng när barnet är runt 6 till 8 år. Då kan barnet prova att hantera en liten summa och förstå att pengarna kan ta slut. Det är viktigt att barnet är redo, annars är det bättre att vänta.

De flesta barn i Sverige får idag någon form av veckopeng. Cirka 8 av 10 föräldrar ger sina barn en återkommande summa, istället för att bara ge pengar vid behov. Fördelen med detta är att barnet får öva på att planera sina utgifter.

När ska man gå över till månadspeng?

När barnet blir äldre brukar man byta veckopeng mot månadspeng. Det kräver mer planering eftersom pengarna ska räcka längre. Ofta sker det runt tioårsåldern, när barnet har blivit lite mer självständigt.



Hur mycket ska man ge i veckopeng eller månadspeng?

Hur mycket man väljer att ge i veckopeng är väldigt individuellt, men så här brukar rekommendationerna se ut från våra storbanker:

- **6–8 år – veckopeng på 20–30 kronor**
För de yngsta räcker en liten summa gott och väl, det är lagom för lördagsgodis eller något litet. Här kan man också börja prata om att spara en del av pengarna.
- **9–11 år – veckopeng runt 55 kronor**
När barnet blir lite äldre är det vanligt att summan höjs något. I den här åldern börjar många föräldrar också prova månadspeng, som då ofta ligger kring 195 kronor.
- **12–14 år – månadspeng på cirka 350 kronor**
I den här åldern växer behoven och intressena blir fler. Pengarna används ofta till både nöjen och sparande.
- **15–17 år – månadspeng på runt 870 kronor**
Tonåringar har större utgifter, men också större möjligheter att själva börja tjäna pengar. En månadspeng på runt 900 kronor räcker inte till allt, men ger en bra grund och kan motivera till extrajobb.

5 bra tips kring veckopeng

Veckopeng är inte bara pengar – det är också ett sätt att lära sig ta ansvar. Här är några enkla tips för dig som förälder:

- **Ha tydliga regler**
Berätta vad som förväntas, till exempel att barnet hjälper till hemma för att få veckopeng. Vissa tycker att veckopengen helt ska kopplas till sysslor, medan andra tycker att barnet ska få en liten summa oavsett.
- **Inga extra pengar**
När pengarna är slut ska man inte fylla på. Då lär sig barnet att planera bättre nästa gång.
- **Öva på att spara**
Uppmuntra barnet att lägga undan lite varje vecka för att kunna köpa något större senare.
- **Låt barnet välja själv**
Även om det blir ett felköp är det bra träning, eftersom barnet lär sig av sina misstag.
- **Var en ekonomisk förebild**
Visa hur du själv planerar dina pengar, eftersom barn lär sig mycket genom att se vad vuxna gör.

Vad gör man om barnet alltid vill ha mer pengar?

Barn jämför sig ofta med sina vänner och kan tycka att det är orättvist om andra får mer. Då är det bra att hålla fast vid de regler och belopp man bestämt. Det är också viktigt att förklara att pengarna inte alltid räcker till allt – det är själva träningen med veckopeng. Om barnet vill ha något dyrare kan ni prata om att spara längre eller att barnet kan tjäna extra genom småjobb.

Bankkort och Swish till barn

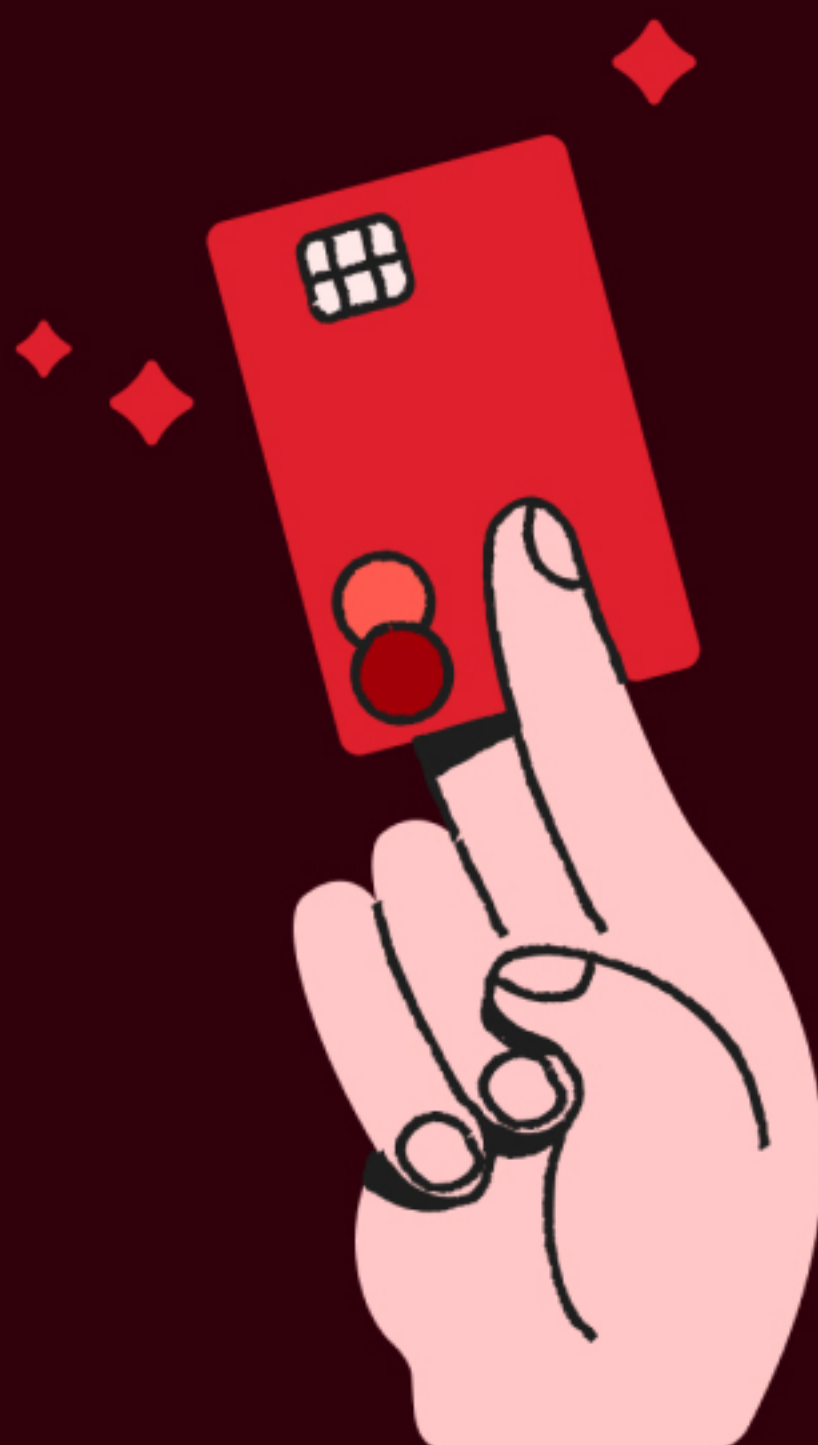
Kontanter blir allt mer sällsynta. I stället är det bankkort och Swish som gäller – även för barn. Men när är det egentligen dags att ge sitt barn ett eget bankkort, och vad behöver du som förälder tänka på?

Vid vilken ålder ska barn få bankkort och Swish?

Det finns inga fasta regler för när ett barn bör få tillgång till ett eget bankkort och Swish. I stället handlar det om barnets mognad.

Ditt barn bör kunna förstå de grundläggande principerna för hur pengar fungerar innan han eller hon får ansvar för ett eget betalkort. Därför är det bra att börja med kontanter för att sedan gå över till kort när barnet börjar visa förståelse för pengar och dess värde. Vissa banker har dock åldersgräns på sina kort, vanligtvis 6 eller 7 år. Samma åldersgräns brukar gälla för Swish.

Statistik visar att många föräldrar ser fördelarna med att skaffa bankkort till barnet i åttaårsåldern. Det är ofta då barn börjar röra sig mer självständigt.



Så fungerar banktjänster för barn

Betalkort

Ett bankkort för barn är alltid kopplat till ett bankkonto i barnets namn. Det är ett debetkort, inte ett kreditkort, vilket betyder att pengarna dras direkt från kontot.

Du som förälder är juridiskt ansvarig för kortet och kan alltid styra över funktioner och beloppsgränser. Du kan till exempel spärra kortet, ställa in hur mycket barnet får swisha och aktivera eller stänga av internetköp.

De flesta banker erbjuder även digitala lösningar som ungdomsappar, där barnet själv kan se sitt saldo.



Swish

Swish för barn kräver att barnet har ett eget konto hos banken och ett eget BankID kopplat till detta. Det krävs att du som förälder godkänner och aktiverar tjänsten, genom att koppla barnets telefonnummer till bankkontot.

Fördelar och nackdelar med betalkort och Swish för barn

Ett bankkort kan vara ett bra sätt för barnet att lära sig hantera pengar i vardagen. Det blir enkelt för föräldrar att föra över veckopeng och barnet kan följa sina egna köp. Det är också ofta ett säkrare alternativ än kontanter – tappar man kortet kan det spärras direkt. En annan fördel är flexibiliteten. Om barnet ska åka buss exempelvis, och står utan pengar, kan du swisha direkt till kortet på några sekunder. Men det finns förstås vissa saker att tänka på. Bland annat finns det en risk att pengarnas värde blir mer abstrakt när de inte längre syns som mynt och sedlar.

De flesta storbanker erbjuder bankkort till barn

Vanligtvis måste du som förälder själv vara kund i banken, vilket gör att många helt enkelt väljer att skaffa kort hos den bank de själva använder.

De flesta storbanker erbjuder gratis bankkort för barn. Här är en översikt:

	Bankkort Mastercard ung från 7 år Gratis banktjänster upp till 17 år
	Nordea Debit Ung från 6 år Kostnadsfritt upp till 18 år
	Bankkort Start Kostnadsfritt upp till 21 år
	SEB Debit Limited Gratis banktjänster till 22 år
	Mastercard Bankkort Start från 7 år Kostnadsfritt upp till 17 år

Det finns också alternativ till storbankerna, som Gimi eller Revolut. Vissa av dem kostar pengar, men har pedagogiska funktioner som bland annat hjälper barnet att sätta egna sparmål.

Så introducerar du bankkort och Swish till ditt barn

När kortet väl är på plats är det dags att guida barnet. Här är några tips inspirerade av banker och sparekonomer:

- **Prata om pengars värde**
Förklara att 100 kronor är lika mycket på kortet som i kontanter.
- **Sätt gränser**
Börja med en låg beloppsgräns för kortköp och Swish.
- **Öva på säkerhet**
Förklara att kortet och koden är personliga och aldrig får delas.
- **Ge ansvar stegvis**
Låt barnet testa med småköp, som kioskbesök, till en början.

På så sätt blir bankkortet inte bara ett betalmedel utan också ett verktyg för att lära ut ekonomiskt ansvar.



Tjäna egna pengar som **barn**

Intresset för att tjäna sina egna första pengar kan ofta börja tidigt hos barn. Här går vi igenom lämpliga förstajobb för barn – samt vad lagen säger kring hur mycket barn faktiskt får jobba.

Vad säger lagen om barn och jobb?

I Sverige finns det möjlighet för både barn och ungdomar att tjäna extra pengar, men det måste ske under trygga och lagliga former. Barn under 18 år klassas som minderåriga, och skyddas därför av särskilda bestämmelser i arbetsmiljölagen och Arbetsmiljöverkets föreskrifter. Reglerna skiljer sig åt beroende på ålder, och klargör bland annat vilka typer av jobb som är tillåtna, hur mycket barnet får arbeta och vilka tider på dygnet. Läs vidare för mer information kring detta.

Jobb för barn under 13 år

Barn under 13 år får endast arbeta inom den egna familjen. Det innebär att den enda möjligheten för exempelvis en tio- eller elvaåring att tjäna lite pengar är att hjälpa till i hemmet, till exempel genom att klippa gräset, städa garaget eller tvätta. Många tycker att sådana sysslor bör göras utan betalning, men det kan också vara ett bra sätt för barn att förstå hur det fungerar att tjäna pengar. Det finns dock vissa undantag, till exempel som att barn får sälja majblommor och jultidningar. Denna typ av jobb är dock alltid begränsade till en kortare period på året.

Jobb för åldrarna 13–15 år

När barnet fyllt 13 går det bra att ta enklare jobb under högst sju timmar per dag under skollov och två timmar per dag under skolveckor. Det kan exempelvis handla om reklamutdelning, skötsel av husdjur, trädgårdsskötsel, butiksuppgifter eller assistans vid lokala evenemang under högsäsong då trycket är högt.

Reglerna för arbetsuppgifterna är dock strikta. Ett barn mellan 13–15 år får inte utföra fysiskt farliga eller krävande uppgifter. Det får heller inte finnas någon risk för konflikter eller våld på arbetsplatsen. Föräldrarna måste dessutom ge ett intyg om att barnet tillåts arbeta.

Exempel på jobb under 13 år

- Klippa gräset hemma
- Hjälpa till med städning eller tvätt i hushållet
- Sälja jultidningar
- Sälja majblommor
- Hjälpa till med lättare sysslor i familjens företag

Exempel på jobb 13–15 år

- Dela ut reklam eller tidningar
- Passa husdjur
- Vattna blommor och växter hos grannar
- Hjälpa till i butik med enklare uppgifter
- Vara funktionär på lokala evenemang

Jobb för ungdomar mellan 16 och 18 år

Den som har fyllt 16 år får arbeta med de flesta typer av jobb, så länge arbetsuppgifterna inte är farliga. Med farliga jobb menas till exempel arbete med kemikalier, stark elektricitet eller på en oljerigg. Om jobbet innebär kontanthantering eller kundkontakt, som i en butik, får barnet inte arbeta ensam.



Exempel på jobb 16-18 år

- Arbeta i kassa eller kundtjänst i butik
- Servera eller diska på café eller restaurang
- Städjobb på kontor eller inom lokalvård
- Lagerarbete utan tunga lyft
- Jobba som ledare i idrottsverksamhet för yngre barn



Tänk på detta när ditt barn ska börja arbeta

Att en minderårig ska börja arbeta ställer stora krav på omgivningen. Här är några viktiga saker att ha i bakhuvudet.

- **Skola och fritid går alltid först**
Arbetet får aldrig påverka skolgång, vila eller fritid negativt. Om barnet blir trött och stressad eller missar undervisning bryter det mot både skollagen och arbetsmiljölagen.
- **Barnet ska vilja arbeta själv**
Jobbet ska bygga på barnets eget intresse – inte vuxnas förväntningar eller krav.
- **Föräldrar har tillsynsansvar**
Vårdnadshavare ska kontrollera att arbetsuppgifterna är lämpliga, säkra och inte för tunga eller stressande.
- **Arbetsgivaren har huvudansvaret för säkerheten**
Arbetsmiljön måste vara trygg, uppgifterna anpassade efter ålder och inga riskmoment får förekomma – även vid enklare jobb som reklamutdelning eller barnpassning.
- **Svartjobb är aldrig okej**
Alla arbeten, även korta uppdrag, ska ha tydliga villkor med registrerad lön, försäkring och avtal. Oregistrerat arbete innebär risker och är olagligt.

Denna handbok är framtagen av **Sambla**.



Sambla samarbetar med **Majblommans Riksförbund** för att stärka barns ekonomiska framtid. Genom att stötta utbildning i privatekonomi och ge ekonomiskt stöd till barn i familjer med ekonomiska svårigheter vill vi bidra till ökad inkludering och trygghet – från tidig ålder. Gå in på [Majblomman.se](https://majblomman.se) om du vill ge en gåva, eller veta mer om deras arbete för alla barns rätt till en barndom fri från fattigdom.