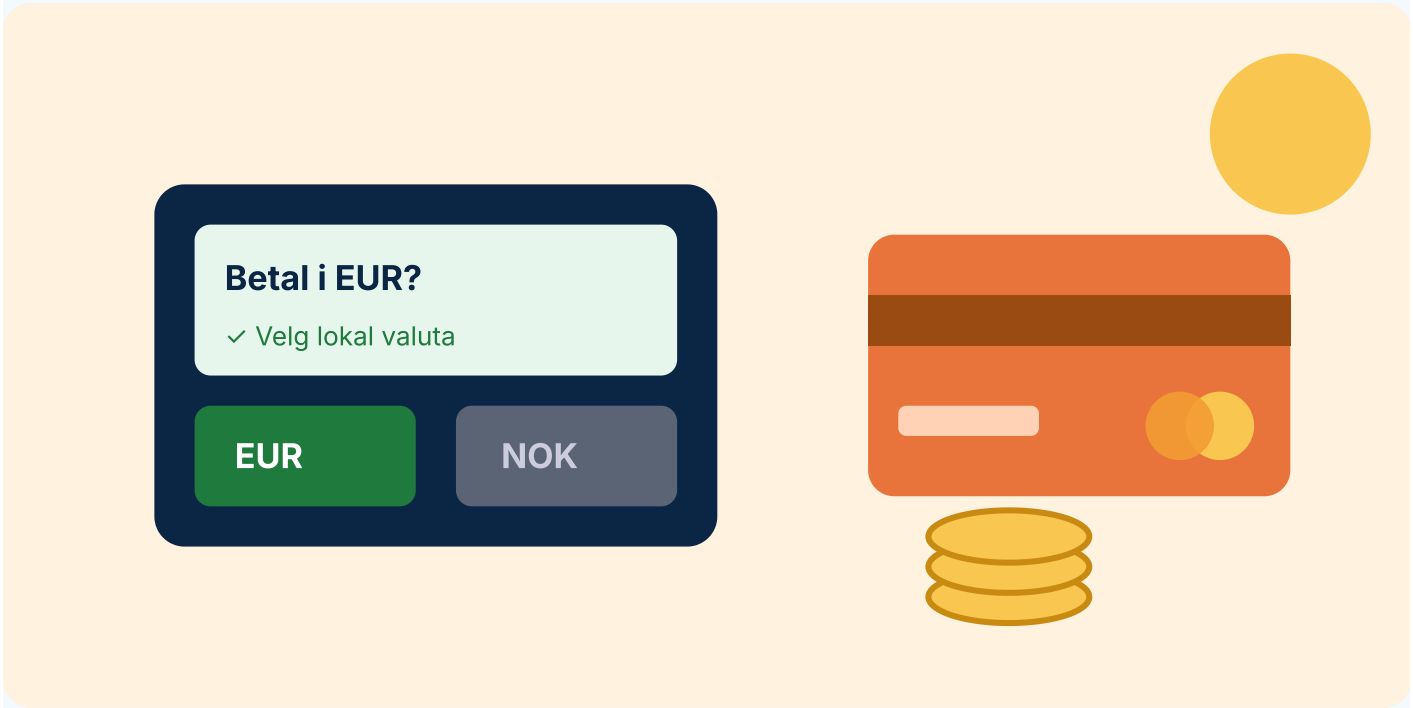
FERIEØKONOMI

Ferieøkonomi: kort eller cash, «betal i NOK?» og tollkvoten – slik slipper du å bli flådd

Det dyreste valget på ferien tar to sekunder: knappen på kortterminalen. Her er de enkle grepene for kort, kontanter, valuta og taxfree – pluss en budsjettkalkulator.

12. oktober 2026 · 6 min lesing



KORT FORTALT

- Velg alltid lokal valuta på terminalen – å velge kroner koster normalt 6–7 % ekstra.
- Ha to kort, og bruk kredittkort på store kjøp for ekstra vern.
- Ta ut kontanter sjeldnere og i større beløp – sammenlign gebyrer på Finansportalen.
- Over 25 000 kr i kontanter må deklareres i tollen.
- Tollfritt: 6 000 kr i varer etter minst 24 timer, pluss egen kvote for alkohol og tobakk.

TERMINALEN SPØR **Velg lokal valuta**	VELGER DU NOK **Ca. 6–7 % påslag**	KREDITTKORT **Vern ved konkurs**
KONTANTER **Deklarer over 25 000 kr**	TOLLFRITT **6 000 kr (≥ 24 t)**	TOBAKK **100 sig. / 125 g**

Skal jeg betale i lokal valuta eller kroner?

Alltid lokal valuta. Når terminalen eller minibanken spør om du vil betale i kroner, er det den lokale banken eller butikken som setter kursen. Forbrukerrådet anslår at det normalt tilsvarer et påslag på **seks til sju prosent** – nær fire ganger så dyrt som standardkursen på betalingskortene[1].

- I Spania: euro. I USA: dollar. I Thailand: baht.
- Velg «no conversion» eller «decline conversion» hvis du får det valget.
- Ikke la deg lure av piler, flagg og farger på skjermen.

Kort eller kontanter på ferie?

- **Kort** er enklest de fleste steder i Europa. Ha gjerne to kort fra ulike banker, i tilfelle ett blir sperret eller borte.
- **Kredittkort** gir ekstra vern: Går selgeren konkurs eller leverer ikke, kan du ha krav mot banken etter finansavtaleloven[2]. Debetkort gir ikke det samme vernet.
- **Kontanter** trengs fortsatt til småkjøp, driks og markeder mange steder utenfor Europa. Ta heller ut et større beløp sjeldnere enn mange små – mange minibanker tar et fast gebyr.
- **Gebyrene varierer mellom bankene.** Sammenlign valutapåslag og uttaksgebyr på Finansportalen[3].

Hvor mye kontanter kan man ta med?

Har du med kontanter eller andre betalingsmidler for **mer enn 25 000 kroner** inn til eller ut av Norge, må du deklarere dem til Tolletaten[4].

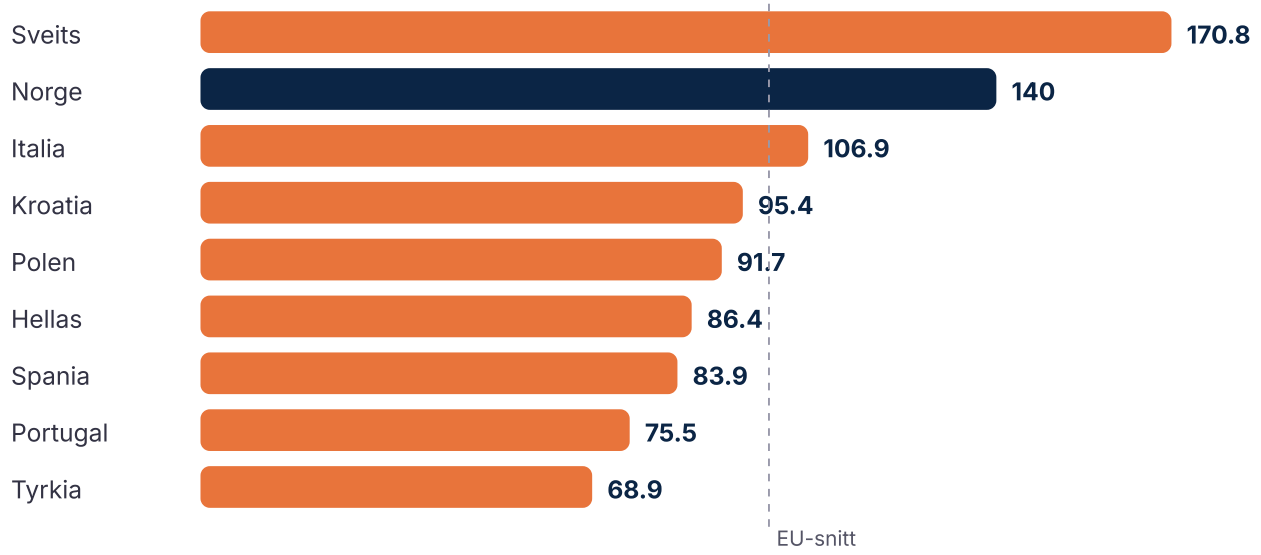
Hvor dyrt er det på reisemålet?

Eurostat måler prisnivået på restauranter og hotell i Europa. I 2024 lå Norge på 140 (EU-snitt = 100). Spania lå på 84, Portugal på 76, Polen på 92, Hellas på 86, Kroatia på 95, Italia på 107 og Tyrkia på 69[5]. Det betyr at en restaurantregning som koster 1 000 kr i Norge, i snitt tilsvarer rundt 600 kr i Spania. Budsjettkalkulatoren under bruker disse tallene.

Hva er tollkvoten?

- Har du vært ute i **minst 24 timer**, kan du ta med varer for **6 000 kroner** tollfritt. Alkohol og tobakk har egne kvoter i tillegg.
- Er du ute **under 24 timer**, er grensen **3 000 kroner**, og alkohol og tobakk må være kjøpt med avgift i et EØS-land. Da kan du ikke handle på taxfree[6].
- **Alkohol, eksempler:** 1 liter brennevin + 1,5 liter vin + 2 liter øl, eller 3 liter vin + 2 liter øl, eller 5 liter øl.
- **Tobakk:** 100 sigaretter eller 125 gram annen tobakk, for eksempel snus[7].
- Du må være 18 år for å ta med alkohol og tobakk, og 20 år for brennevin.
- Over kvoten? Fortoll i **Kvoteappen** før du går gjennom tollen.

Prisnivå på restauranter og hotell i 2024 (EU = 100)



Kilde: Eurostat, prc_ppp_ind (A0111 restauranter og hotell, 2024). Illustrasjon: Folkeguiden

Regn ut ferien

Spørsmål og svar

▼ Skal jeg betale i euro eller kroner i utlandet?

Alltid i lokal valuta, for eksempel euro i Spania. Velger du kroner, setter den lokale banken eller butikken kursen, normalt med et påslag på seks til sju prosent.

▼ Hvor mye kan jeg ta med tollfritt til Norge?

Etter minst 24 timer i utlandet kan du ta med varer for 6 000 kroner, pluss den egne kvoten for alkohol og tobakk. Under 24 timer er grensen 3 000 kroner.

▼ Hvor mye alkohol kan jeg ta med til Norge?

For eksempel 1 liter brennevin, 1,5 liter vin og 2 liter øl, eller 3 liter vin og 2 liter øl, eller 5 liter øl.

▼ Hvor mange sigaretter kan jeg ta med?

100 sigaretter eller 125 gram annen tobakk, for eksempel snus.

▼ Må jeg deklarere kontanter?

Ja, hvis du har med mer enn 25 000 kroner i kontanter eller andre betalingsmidler inn til eller ut av Norge.

KILDER

1. Forbrukerrådet – unngå valutafella (27.06.2024)
2. Forbrukerrådet – kredittkort og konkurs
3. Finansportalen (Forbrukerrådet) – sammenlign bankprodukter
4. Tolletaten – valuta
5. Eurostat – prisnivåindeks, restauranter og hotell 2024 (prc_ppp_ind)
6. Tollforskriften kap. 5-1, reisegods (Lovdata)
7. Tolletaten – alkohol- og tobakkskvote
8. Tolletaten – Kvoteappen

Sist sjekket 12. oktober 2026.

Illustrasjon: Folkeguiden