

Finanční gramotnost pre život



Milí čitatelia,

financie sú každodennou súčasťou nášho života – či už ide o zaplatenie účtov, nákup potravín, plánovanie výdavkov na rodinu alebo rozhodovanie sa, či si môžeme niečo dovoliť. Často sa však stáva, že sa v oblasti peňazí necítíme iste – nerozumieme niektorým pojmom, nevieme, kam sa obrátiť po radu, alebo máme strach, že urobíme chybu, ktorá nás bude stáť peniaze.

Táto brožúra vznikla, aby vás viedla jednoducho, krok za krokom. Nenájdete tu žiadne zložité výrazy ani odborné poučky – len to, čo naozaj potrebujete vedieť.

Dozviete sa:

- ako si sledovať príjmy a výdavky,
- ako si urobiť jednoduchý rodinný rozpočet,
- čo sú úvery a ako sa vyhnúť dlhom,
- ako funguje banka, sociálne dávky, karty a aj exekúcie.

Brožúra je určená pre všetkých – seniorov, ľudí so základným vzdelaním, nezamestnaných, rodičov, aj tých, ktorí chcú jednoducho rozumieť peniazom lepšie. Všetky informácie sú doplnené o praktické príklady, reálne situácie zo života a jednoduché tabuľky, ktoré si môžete vyplniť.

O projekte

Projekt „Finančná gramotnosť pre život“ vznikol ako odpoveď na rastúcu potrebu podporiť finančné zručnosti znevýhodnených skupín obyvateľstva – najmä seniorov, ľudí so základným vzdelaním, nezamestnaných, príslušníkov marginalizovaných rómskych komunít (MRK) či osôb s nízkym príjmom.

Naším cieľom je pomôcť ľuďom porozumieť peniazom a rozhodovať sa zodpovedne v každodennom živote. V rámci projektu poskytujeme:

- Vzdelávacie brožúry písané jednoduchým a praktickým jazykom,
- Kvízy a pracovné listy, ktoré pomáhajú upevniť získané vedomosti,
- Informačné semináre v komunitách a obciach,
- Bezplatné poradenstvo a kontakt na dostupné služby.

Veríme, že základy finančnej gramotnosti sú dôležité pre každého – bez ohľadu na vek, vzdelanie či sociálnu situáciu.

Naučiť sa zostaviť si rozpočet, rozoznať nevýhodnú pôžičku alebo vedieť, kde hľadať pomoc, môže znamenať rozdiel medzi pokojom a problémami.

Projekt realizujeme v spolupráci s organizáciou Envirohouse, s podporou miestnych samospráv, komunitných centier a ďalších partnerov.

Obsah

- ▣ Strana 4 – Obsah brožúry
- ▣ Strana 5 – Základné pojmy – Peniaze od A po Z
- ▣ Strana 6 – Ako si vytvoriť rodinný rozpočet
- ▣ Strana 7 – Ako si zapisovať výdavky a hľadať úspory
- ▣ Strana 8 – Ako ušetriť na každodenných výdavkoch
- ▣ Strana 9 – Bankový účet, platobná karta a bezpečné používanie
- ▣ Strana 10 – Úvery, pôžičky a pasce dlhov
- ▣ Strana 11 – Splátkový predaj, reklamy a nevýhodné ponuky
- ▣ Strana 12 – Exekúcia – čo to je a ako sa jej vyhnúť
- ▣ Strana 13 – Sociálne dávky a štátna pomoc
- ▣ Strana 14 – Ako vybaviť úradné veci bez stresu
- ▣ Strana 15 – Užitočné kontakty a poradenské miesta

Základné pojmy: Peniaze od A po Z

Príjem

Peniaze, ktoré dostávate – napríklad výplata, dôchodok, dávky alebo príspevky.

Výdavok

To, čo míňate – bývanie, jedlo, lieky, oblečenie, cestovanie, drobnosti.

Rozpočet

Prehľad príjmov a výdavkov. Pomáha vám vidieť, koľko peňazí vám zostáva alebo chýba

.

Hotovosť

Fyzické peniaze – bankovky a mince. Používate ich pri bežných nákupoch.

Bezhotovostná platba

Platba kartou, prevodom z účtu alebo mobilom. Peniaze sa odpočítajú z vášho bankového účtu.

! Úver / pôžička

Požičané peniaze, ktoré musíte vrátiť – často aj s poplatkami (tzv. úrokmi). Treba byť opatrný!

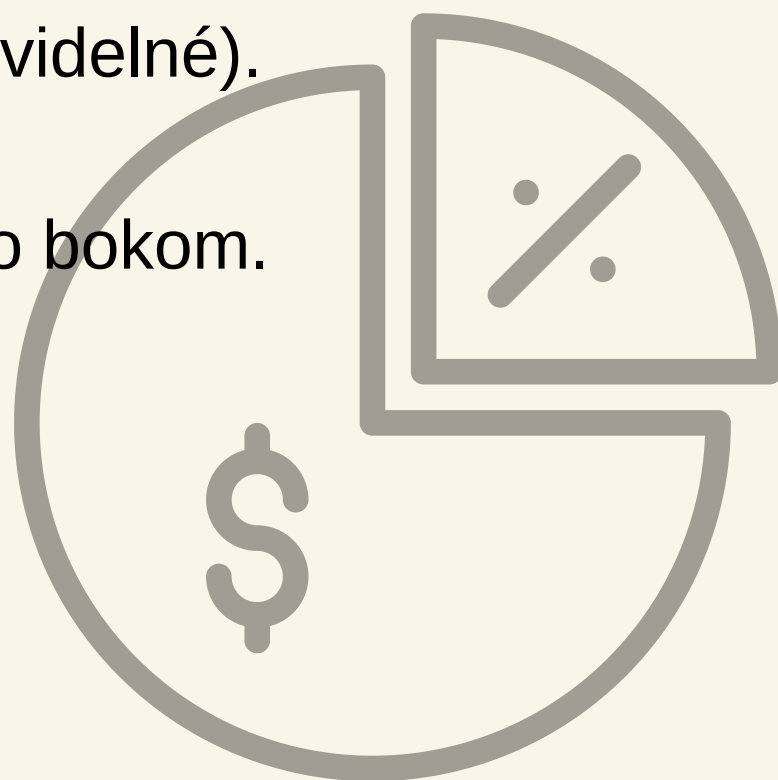
Ako si vytvoriť rodinný rozpočet

1. Spočítajte si všetky mesačné príjmy.
2. Spíšte si výdavky (fixné aj nepravidelné).
3. Odpoččajte výdavky od príjmov.
4. Ak vám niečo zostane, odložte to bokom.

Príklad: Príjem: 600 €

Výdavky: 520 €

Zostatok: 80 € (možno šetriť)



TIP: Použite obáľkový systém – na každú oblasť (napr. jedlo, lieky) vlastná obálka

Ako si zapisovať výdavky a hľadať úspory

Zapisovanie výdavkov vám pomôže pochopiť, kam odchádzajú vaše peniaze.

Aj drobné výdavky sa môžu za mesiac nazbierať na veľkú sumu.

Stačí si viesť jednoduchý zošit, tabuľku alebo použiť mobilnú aplikáciu.



Skúste týždeň platiť len v hotovosti a zapisovať všetko. Prekvapí vás, koľko drobných výdavkov sa nazbiera.

Ako ušetriť na každodenných výdavkoch

Každodenné výdavky sa zdajú malé, ale ak ich neplánujeme, môžu nás stáť veľa.

Pomôže vám nákupný zoznam, porovnávanie cien a varenie doma namiesto hotových jedál.

Dôležité je aj sledovanie spotreby energií či vody a oprava vecí namiesto ich výmeny.



Skúste si stanoviť denný alebo týždenný limit na výdavky. Pomáha to udržať sa "na uzde".

Bankový účet, karta a bezpečné používanie

Bankový účet vám umožní bezpečne prijímať peniaze (napr. výplatu, dôchodok či dávky) a pohodlne platiť.

K účtu dostanete platobnú kartu, ktorou môžete vyberať peniaze alebo platiť v obchode.

Veľmi dôležité je chrániť svoje údaje – PIN kód nikomu neprezrádzajte a pozor na podvodné telefonáty či emaily.



Úvery, pôžičky a pasce dlhov

Požičať si peniaze môže byť riešením v núdzi, no treba si dobre premyslieť, či budete vedieť splácať

. Pred podpisom zmluvy si vždy spočítajte, koľko vrátite dokopy. Pozor na tzv. rýchle pôžičky – tie bývajú najdrahšie.

Nikdy si neberte novú pôžičku na splatenie starej – vedie to k ešte väčším dlhom.



Ak si nie ste istí, poraďte sa s niekým dôveryhodným alebo navštívte bezplatnú poradňu.

Splátkový predaj a reklamy

Splátkový predaj vyzerá lákavo („len 10 € mesačne“), no často zaplatíte oveľa viac, než keby ste si vec kúpili naraz.

Reklamy často klamú a zamlčia celkovú cenu.

Pýtajte sa: potrebujem túto vec naozaj? Koľko zaplatím spolu?



Lepšie je šetriť a kúpiť si vec neskôr, než sa zadlžiť kvôli zbytočnosti.

Exekúcia - čo to je a ako sa jej vyhnúť

Exekúcia znamená, že ste nesplátili svoj dlh a súd vám vezme peniaze z účtu alebo majetok.

Tomu sa dá predísť – ak nestíhate splácať, vždy sa dá dohodnúť. Najhoršie je nerobiť nič.

Kontaktujte veriteľa, požiadajte o splátkový kalendár alebo pomoc.

Existujú aj bezplatné právne poradne.



Sociálne dávky a štátna pomoc

Štát poskytuje pomoc ľuďom v ťažkej životnej situácii formou rôznych dávok.

Medzi najčastejšie patrí pomoc v hmotnej núdzi, príspevok na bývanie, rodičovský príspevok či prídavky na deti.

Ak ste bez práce alebo máte nízky príjem, môžete mať na tieto dávky nárok.

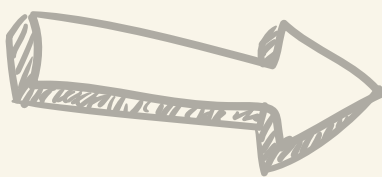
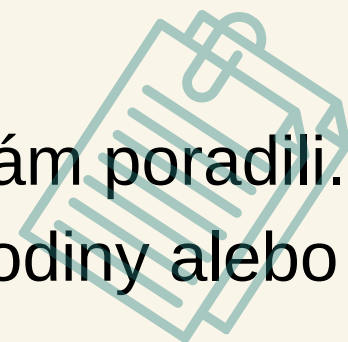
Informujte sa na Úrade práce, sociálnych vecí a rodiny vo vašom meste alebo obci – pomôžu vám s vyplnením žiadostí a povedia, na čo máte nárok.

Ako vybaviť úradné veci bez stresu

Úradné vybavovačky nemusia byť zložité, ak viete, čo potrebujete.

Vždy si so sebou vezmite občiansky preukaz, potvrdenia o príjme a iné doklady.

Nebojte sa spýtať – úradníci sú tam na to, aby vám poradili. Ak si nie ste istí, požiadajte o pomoc niekoho z rodiny alebo komunitného centra.

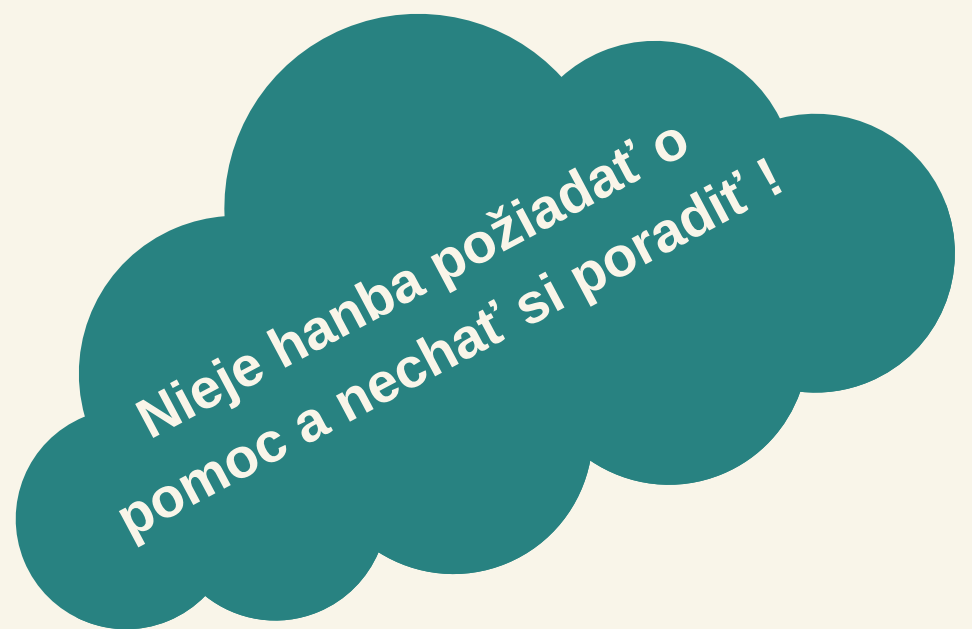


Pred návštevou úradu si spíšte otázky a pripravte si všetky potrebné papiere.

Ste na konci!

V tento moment ste absolvovali základy finančnej gramotnosti.

Veríme, že nadobudnuté vedomosti budete pravidelne využívať a pomôžu vám vyhnúť sa nepríjemným situáciám.





envirohouse.sk
info@envirohouse.sk



