



Народный университет серебряного возраста

№9 Июнь 2018 года

г. Архангельск



ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

Как правильно вести семейный бюджет?

Ваши доходы были меньше, чем расход, за последние несколько месяцев? Долги, кредиты, пени и просрочки платежей растут как снежный ком? Чтобы выбраться из такой ситуации, и в последующем не попасть в неё, необходимо вести семейный бюджет.

Семейный бюджет – это бюджет государства в миниатюре. В семье, как и в государстве, есть глава, советник и «население».

В государственном бюджете есть доходы (налоговые, неналоговые, безвозмездные – в виде межбюджетных трансфертов), есть расходы на образование, здравоохранение, культуру, спорт, социальные программы и т.д., распределённые по разным уровням бюджетной системы Российской Федерации, также есть дефицит или профицит в зависимости от преобладания доходной или расходной частей.

В бюджете семьи, по аналогии с государственным

бюджетом, есть доходы, статьи расходов, дефицит или профицит. А также, как и в государственном бюджете, есть этапы бюджетного процесса: планирование, распределение, расходование и секвестирование (сокращение расходов в процессе исполнения бюджета).

Возможно, единственное отличие – это отсутствие у семейного бюджета показателей в законодательном органе государственной власти. Впрочем, если составленный бюджет проходит процедуру утверждения на семейном совещании, то, учитывая эту процедуру, можно говорить об идентичности смыслового содержания этих бюджетов.

Деньги – один из величайших инструментов, созданных человеком. На них можно купить свободу, опыт, развлечения и всё, что делает нашу жизнь более комфортной. Но они могут быть растрочены впустую, израсходованы неизвестно куда и бессмысленно растражирены.

Можно выделить три веских причины для начала планирования семейного



бюджета:

1. Расчет семейного бюджета поможет вам выяснить долгосрочные цели и работать в заданном направлении.

2. Таблица расходов семейного бюджета укажет на спонтанные расходы и заставит пересмотреть покупательские привычки.

3. Планирование семейного бюджета заставит выстроить приоритеты и ориентироваться на достижение поставленных целей.

Структура семейного бюджета обязательно должна включать графу «сбережения»:

Чрезвычайные ситуации случаются в самый неподходящий момент. Болезнь, развод или потеря работы могут привести к серьезному финансовому кризису.

Именно поэтому каждый нуждается в резервном фонде. Финансовая подушка сбережений должна помочь продержаться на плаву от трех до шести месяцев.

Три практических правила планирования семейного бюджета:

1. **Правило 50/20/30:**

Разделить структуру бюд-

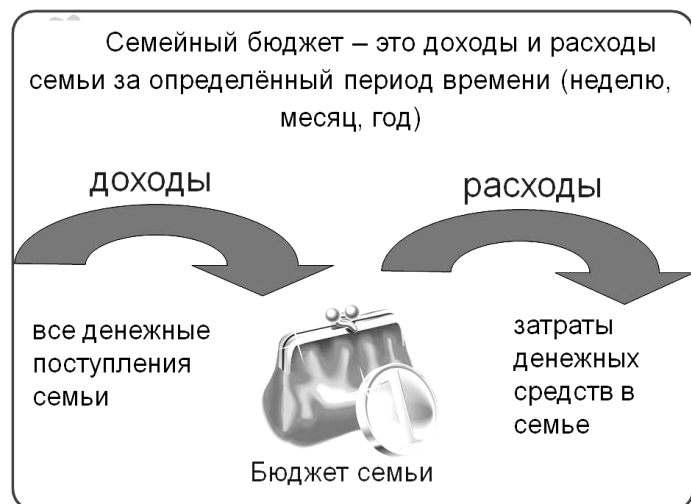
жета на три главные составляющие: 50% дохода должны покрывать главные расходы, такие как оплата жилья, налогов и покупка продуктов; 30% – необязательные траты: развлечения, поход в кафе, кино и т.д.; 20% уходят на оплату кредитов и долгов, а также — в накопления, отложенные в резерв.

2. **Правило 80/20:**

20% всех поступлений в семейный бюджет должны быть потрачены на оплату задолженностей и создание финансовой «подушки». 80% – на всё остальное. Это правило можно и желательно скорректировать, привести в соответствие с вашей реальной ситуацией.

3. **Правило 3–6 месяцев:**

Вы должны иметь на руках или на депозитном вкладе, сумму, достаточную для проживания семьи в течение трёх-шести месяцев. В случае увольнения, аварии или болезни, «страховочная сетка» удержит вас от принятия отчаянных решений, даст возможность оглянуться и найти пути выхода из сложившихся обстоятельств.



Планирование семейного бюджета

Планирование структуры расходов и доходов вовсе не сложное и утомительное занятие. Существуют бесплатные программы и приложения, чтобы помочь вам приступить к составлению плана и придерживаться его.

Тетрадка в клеточку и ручка – первое, что приходит в голову, когда мы задумываемся над расчётами семейного бюджета. Скачать таблицу семейного бюджета в Excel бесплатно можно в стандартных шаблонах Microsoft и адаптировать её под собственные нужды. Приложения для смартфонов – неплохой вариант не медленно заносить все платежи в память программы. Руководство по шагам – как составить семейный бюджет на месяц на основе шаблона в таблице.

Шаг 1: определите цель. Экономия ради экономии? Не нужно путать скупость и планирование расходов. Ставьте цели и учитесь экономить на неважном. Краткосрочной целью могут быть новый телефон или погашение незначительных долгов. В среднесрочной перспективе – давно ожидаемая поездка по интересным местам. Долгосрочные цели, как правило, включают оплату ипотеки и помощь подросшим детям.

Шаг 2: определите доходы и расходы семейного бюджета. Начните с состав-

ления списка всех источников дохода: заработная плата, алименты, пенсии, подработки и прочие варианты поступления денег в семью. Расходы включают в себя всё, на что вы тратите деньги.

Разделите траты на постоянные и переменные платежи. В распределении бюджета необходимо учитывать размер семьи, жилищные условия и желания всех членов «ячейки общества». Обдумайте категории расходов, которые понадобятся для дополнительной детализации структуры.

Структура доходов

Как правило, в графу доходов попадают: зарплата главы семьи (муж); заработок главного советника (жена), проценты по вкладам, пенсии, социальные пособия, подработки (частные уроки, к примеру). Графа расходов.

Расходы делят на постоянные, то есть неизменные: фиксированные платежи по налогам; страхование жилья, автомобиля и здоровья; постоянные суммы за интернет и ТВ. Сюда же относят те 10 – 20 %, которые необходимо отложить на непредвиденные случаи и «чёрный день».

Графа переменных расходов: продукты, медицинское обслуживание, траты на машину, одежду, оплата за газ, свет, воду, личные расходы супругов (заносятся отдельно); сезонные траты на подарки, развлечения, расходы на детей. В зависимости от желаний можно дополнить, конкрети-



зировать список или сократить его, укрупнив и объединив статьи расходов.

Шаг 3: отслеживайте траты в течение месяца. Составить таблицу семейного бюджета сразу вряд ли получится, необходимо выяснить куда и в каких пропорциях уходят деньги. Это займет один – два месяца.

В готовую таблицу начните вносить расходы, постепенно корректируя категории «под себя». Цель данного шага – получить четкое представление о вашем финансовом положении, наглядно увидеть структуру расходов и на следующем этапе скорректировать бюджет.

Шаг 4: отделите потребности от желаний. Когда люди начинают записывать траты, они обнаруживают, что немало денег «улетает» на совсем ненужные вещи. Импульсные, незапланированные расходы серьезно бьют по карману, если уровень доходов не столь велик, что пара – другая тысяча это и вправду незамеченными.

Откажитесь от покупки, пока вы не уверены, что вещь вам исключительно необходима. Подождите несколько недель. Если окажется, что вы действительно не можете жить без желаемого предмета, значит, это и вправду необходимая трата.

Небольшой совет: отложите в сторону кредитные и дебетовые карты. Пользуйтесь наличными деньгами, чтобы научиться экономить. Психологически легче расстаться с виртуальными

суммами, чем отсчитать бумажки.

Несколько полезных рекомендаций помогут вам начать правильно планировать семейный бюджет:

Не забывайте причину, по которой вы решили заняться планированием семейного бюджета. Это не потому, что так надо или кто-то сказал, а для того, чтобы, например, сократить траты. Чётко определите для себя конечную цель ваших действий. Например, к концу года скопить на путешествие.

Учёт доходов и расходов должен быть очень точным и тщательным.

Продумайте пути формирования «подушки финансовой безопасности» семьи.

Откладывайте деньги на депозитные счета в банке без возможности их снятия до конца периода. Существуют вклады, которые можно пополнять, но нельзя снимать до наступления определённой даты.

Смотрите на собственные действия реально: нельзя стать асом в ведении семейного бюджета за один месяц, начинайте с малого. Не бойтесь что-то коренным образом изменить в семейном бюджете. В жизни постоянно что-то меняется, в том числе размер заработной платы и расходы.

Одну большую мечту поделите на несколько мелких шагов, это облегчит путь к достижению цели.



Как научиться экономить?

Научно доказано, что каждый человек, независимо от своих доходов, способен сэкономить 10% своих доходов легко, практически не ухудшая свой уровень жизни. Как можно сэкономить 10% доходов, если денег и так куда не хватает?

Для этого необходимо использовать несколько проверенных способов реальной экономии денег:

1. Обдумывайте каждую покупку. Не покупайте ненужных вам вещей!

2. Берите на день определенную сумму денег. Если у вас в кошельке лежит 1000 рублей то, скорее всего вы их потратите. Поэтому определите для себя необходимую сумму денег + небольшой запас (примерно 20%) на непредвиденные расходы. И каждый день берите с собой только эту сумму денег - не больше.

3. Откажитесь от «шопинга» как развлечения или способа проводить время.

4. Ходите в магазин только со списком покупок. В магазине мы часто поддаёмся психологическому давлению рекламы, запа-

хов и обстановки магазина.

5. Сравнивайте цены в разных местах. Если рядом с вашим домом или работой есть несколько магазинов, имеет смысл сравнивать цены в них. Вполне возможно, что для вас окажется выгоднее покупать часть товаров в одном из них, а часть — в другом.

6. Многие вещи можно купить через Интернет гораздо дешевле, чем они стоят в обычных магазинах.

7. В тех магазинах, где вы чаще всего делаете покупки, стоит обзавестись дисконтной картой, «картой постоянного покупателя» и т.п. Обычно она дает скидку на 5-10%, а это при постоянных покупках может дать тысячи рублей экономии в год.

8. Если товар не нужен вам срочно старайтесь делать покупки на распродажах. Обычно сезонные товары ближе к концу сезона можно приобрести на 15-20% (а то и в полтора-два раза) дешевле. Покупайте зимние вещи летом, летние — зимой.

9. Торгуйтесь. Совершая покупки на торговом рынке, можно тоже неплохо уменьшить расходы. Сбросив при покупке цену на 10–20 рублей возле каждого торгового лотка.

10. Избегайте покупки в



кредит. Ведь в этом случае вы переплачиваете за товар 25-30% от его стоимости, а часто — ещё больше. Постарайтесь лучше накопить на желанную покупку.

11. Перед походом за продуктами пообедайте или хотя бы перекусите. Голодный человек покупает больше, чем ему надо.

12. Полуфабрикаты обходятся гораздо дороже тех продуктов, из которых они сделаны. Если купить фарш и сделать котлеты самостоятельно, то может выйти на 15-25% дешевле.

13. Смотрите на полки выше и ниже уровня глаз - именно там владельцы супермаркетов кладут более дешёвые товары.

14. Не бойтесь приобретать вещи с рук. Нет ничего постыдного в том, чтобы купить не новую вещь. Таким методом пользуются многие обеспеченные люди при покупке дорогих часов, недвижимости, машин и т.д.

15. Ищите нужные вам товары не только на полках магазинов, но и в газетах бесплатных объявлений в разделе «Продаю», на интернет-аукционах (AliExpress, E-bay), а также в ломбардах.

16. Чтобы экономить на мобильном телефоне, если тариф позволяет - включите номера наиболее частых собеседников в

«избранные», и звоните им с большой скидкой. СМС может быть намного дешевле звонка. Подключайте дополнительные мессенджеры.

17. Все ли услуги, которыми вы пользуетесь, действительно вам нужны? Вам важно, чтобы абонент, позвонив вам, слышал мелодию вместо гудков?

18. Если у вас под рукой компьютер с выходом в Интернет - реже звоните и чаще используйте электронную почту, ICQ, или Skype.

19. Отдавать деньги, которых вы не видите, гораздо проще. Человек, который платит карточкой, тратит на 12-18 % больше денег, чем покупатель, расплачивающийся наличными.

20. Не влезайте в большие долги по кредитным карточкам, ведь процент на такие долги обычно самый высокий.

Лучше вообще не жить в кредит. Но если вам очень нужно купить какой-то товар, а денег на него не хватает - лучше возьмите в долг у друзей, чем расплачиваться кредиткой.

Теперь вы знаете, как экономить деньги. А все деньги, которые остались после экономии - необходимо выгодно вложить и со временем жить на проценты.



Как научиться жить по средствам?

Учиться жить по средствам – необходимая ступень на лестнице, ведущей к мечте. Занесите готовый семейный бюджет в таблицу. Вы поставили цели, определили доходы и траты, решили какую сумму ежемесячно станете откладывать на чрезвычайные ситуации и выяснили разницу между потребностями и жела-



Бюджет – не статичные, раз и навсегда зафиксированные цифры. При необходимости вы всегда можете его скорректировать. Например, вы запланировали тратить на продукты 15 тысяч ежемесячно, но через пару месяцев заметили, что расходуете только 14 тысяч.

Внесите дополнения в таблицу – сэкономленную сумму перенаправ-

те в колонку «сбережения».

Учиться жить по средствам – необходимая ступень на лестнице, ведущей к мечте. Есть десятки способов сэкономить, не жертвуя необходимым. Возьмите на вооружение принцип Дэна Техена, члена парламента Австралии: «Контроль над финансами не толь-

ко экономит деньги, но и делает вас и вашу семью финансово обеспеченными».

Не отказывайте себе в удовольствиях. Не вычеркивайте пункт «развлечения»! Спартанский бюджет приведет к фрустрации, стрессовому состоянию и срыву. Построение правильного семейного бюджета имеет те же принципы, что и следование здоровой диете – умеренность и сбалансированность.

Первоочередной задачей поставьте погашение кредитов. Если у вас несколько долгов с разными процентными ставками, опытные экономисты рекомендуют погасить тот кредит, где ставка и выплаты выше. А по остальным платить минимальные установленные взносы. Морально комфортней поступить наоборот: избавиться от мелких долгов, а затем расплатиться с основным. Но, если уж мы говорим о планировании и экономии семейного бюджета, то правильно будет оплатить наименее выгодный кредит. **Реструктуризация долга имеет смысл, если заём оказался непосильным.** Не

забывайте об этом праве. Ну вот, вы расплатились с долгами, пора сосредоточиться на создании богатства!

Ведение семейного бюджета позволит вам понять, что происходит на самом деле с вашими деньгами. Посмотрите на те категории расходов, которые желательно сократить и составьте собственный план, используя таблицу.

Многие люди не любят слово «бюджет», потому что считают, что это – ограничения, лишения и отсутствие развлечений. Индивидуальный план расходов позволит жить в пределах ваших средств, избежать стресса и лучше спать, а не обдумывать, как выбраться из долгов.

Прежде чем двигаться дальше, убедитесь, что итоговая цифра баланса вашего бюджета положительна или равна нулю.

Людмила СМЕТАНИНА, руководитель направления «Народный университет серебряного возраста», заместитель директора Центра социального предпринимательства и социальных инноваций САФУ, к.э.н., доцент



«Архангельское РО ВОГ
Конт. т. 292290,
www.sousnko.ru/unity/vog/
Адрес: 163046, г. Архангельск,
ул. Розы Люксембург, д.78.»

«Бюллетень «Народный университет серебряного возраста» выпущен в рамках реализации социального проекта «Серебряный возраст – активное поколение!», с использованием гранта Президента РФ на развитие гражданского общества, выданного Фондом президентских грантов»

Редколлегия бюллетеня: **Альберт Сметанин, Людмила Сметанина**, Центр социального предпринимательства и социальных инноваций САФУ, **Екатерина Щуракова**, ООО «Социальная служба Участие», **Николай Мякшин, Елена Шинкарева** Архангельское региональное отделение «Всероссийского общества глухих».