

ФИНАНСОВАЯ ГРАМОТНОСТЬ

Финансовая подушка безопасности: почему она нужна каждому и как её создать

Представьте: вы просыпаетесь утром, ваш телефон разбит, холодильник сломался, а на работе объявили о сокращении. Как быть, если денег впрок нет? Именно в таких ситуациях спасает финансовая подушка безопасности - личный резерв, который помогает пережить трудные времена без паники и долгов.

Разберёмся, почему важна финансовая подушка безопасности и как её сформировать даже при скромном доходе.

Что такое финансовая подушка безопасности?

Финансовая подушка - это неприкосновенный запас денег, который вы откладываете на случай непредвиденных жизненных обстоятельств: потеря работы, внезапная болезнь, срочный ремонт автомобиля или квартиры, юридические или другие непредвиденные расходы.

Важно: это не «накопления на отпуск» и не деньги «на чёрный день» в кошельке. Это отдельный, неприкосновенный резерв, который вы используете только в экстренных ситуациях.

Почему финансовая подушка — это необходимость, а не роскошь?

1. Она даёт спокойствие и уверенность. Когда у вас есть запас на 3–6

месяцев жизни, вы перестаёте бояться звонка от начальника или поломки стиральной машины. Вы знаете: даже если случится непредвиденное, у вас есть время и деньги, чтобы принять правильное решение, а не хвататься за первый попавшийся микрозайм под грабительские проценты.

2. Она защищает от долгов. Без подушки любой форс-мажор толкает к кредитам или займам у друзей. Это не только удар по бюджету (проценты, штрафы), но и серьёзный стресс для отношений в семье. Подушка позволяет оставаться финансово независимым.

3. Она даёт свободу выбора. С запасом денег вы можете позволить себе сменить работу, если вам не нравится текущая, взять паузу для учёбы или даже открыть своё маленькое дело. Вы не заложник обстоятельств.

Как определить размер подушки?

Правило простое: минимум - 3-6 месяцев ваших обязательных ежемесячных расходов.

Сюда входит: питание, коммунальные платежи, транспорт, лекарства, связь, интернет, минимальные расходы на одежду и бытовые нужды.

Если вы живёте один, ваша подушка будет меньше, если у вас семья с детьми - больше. В нестабильные времена (как сейчас) специалисты советуют держать запас на 6-9 месяцев.

Пошаговая инструкция: как сформировать финансовую подушку.

Шаг 1. Посчитайте свои месячные расходы.

Запишите все обязательные траты за месяц. Не берите среднюю цифру, а реальную. Это ваша цель.

Шаг 2. Установите комфортную сумму пополнения.

Начните с малого - 10% от каждого дохода (зарплаты, премии, подработки). Если не получается, начните с 5% или даже с 1000 рублей в месяц. Главное - регулярность, а не размер.

Шаг 3. Автоматизируйте процесс.

Открывайте отдельный счёт или используйте функцию автоплатеж в банке. Деньги будут уходить в подушку автоматически, и вы перестанете их замечать.

Шаг 4. Храните правильно.

Идеальный вариант - отдельный банковский счёт (например, накопительный) с возможностью пополнения и снятия, но без карты к нему. Это снизит соблазн потратить деньги на что-то другое.

Чего делать не стоит:

не храните всю подушку дома (риск потери, кражи, пожара); не вкладывайте в высокорисковые активы (акции, криптовалюты) - подушка должна быть легкодоступной; не смешивайте с другими накоплениями.

Шаг 5. Используйте только по



назначению.

Договоритесь с собой: деньги из подушки тратятся только на настоящие чрезвычайные ситуации. Ремонт ванной, если течёт труба, - да. Покупка нового телефона, потому что старый надоел, - нет.

Что делать, если совсем нет денег на накопления?

Честно посмотрите на свои расходы. Возможно, есть «невидимые» траты, которые можно сократить без потери качества жизни:

ежедневный кофе на вынос; подписки, которыми вы не пользуетесь; импульсивные покупки в интернете.

Попробуйте откладывать не процент от дохода, а все «лишние» деньги, которые появляются: премии, 13-я зарплата; воз-

врат налога; деньги с продажи ненужных вещей.

И помните: любая сумма лучше, чем ноль.

Финансовая подушка безопасности - это не прихоть богатых, а базовая гигиена финансов, как чистка зубов или зарядка по утрам. Она превращает хаос в порядок, страх — в уверенность, а жизнь - в выбор.

Начните сегодня: откройте вклад, настройте перевод 500 рублей после каждой зарплаты. Через год вы скажете себе спасибо. И запомните: лучше иметь подушку и не использовать её, чем нуждаться в ней и не иметь.

Комитет по финансам администрации города Черемхово

ВНИМАНИЕ, НАСЕЛЕНИЕ!

Еще кусают, но уже реже

Осенний сезон - традиционное время для плановой вакцинации. Специалисты Роспотребнадзора подчеркивают, что начать прививочный курс сейчас - оптимальный вариант: за осень и зиму иммунитет успеет сформироваться, а к началу следующего эпидсезона человек будет полностью защищён. Особенно это актуально для жителей территорий с высоким риском заражения, где активность клещей сохраняется до первых устойчивых заморозков.

Несмотря на снижение числа обращений, расслабляться не стоит. Клещи могут быть

активны даже при плюсовых температурах в октябре, говорит заместитель начальника территориального отдела Роспотребнадзора Наталья Довыденко. Поэтому при посещении лесов, дач и парков важно использовать репелленты, носить закрытую одежду и проводить самоосмотры. При обнаружении присосавшегося паразита следует немедленно обратиться в медучреждение - промедление увеличивает риск развития тяжёлых форм инфекций. Статистика показывает, что наибольшую угрозу представляют боррелиоз и энцефалит. Из 157

исследованных клещей есть и заражённые, что подтверждает необходимость строгого соблюдения профилактических мер. Но стоит помнить: вакцинация не защищает от всех инфекций, но значительно снижает риск тяжёлого течения энцефалита и его последствий.

Для получения полного курса достаточно двух процедур с интервалом в месяц, а через год потребуются ревакцинация. Осень - идеальный старт, ведь до начала нового эпидсезона остаётся достаточно времени, чтобы завершить иммунизацию и встретить весну подготовленным. Пропустить этот срок - значит, остаться без защиты в самый пик активности переносчиков, зачастую он начинается уже в апреле. Своевременная вакцинация в сентябре - это инвестиция в здоровье на ближайшие три года, которая окупается спокойствием и отсутствием страха перед каждым походом в лес, подчеркнули в Роспотребнадзоре.

Наталья ТИТАРЕНКО



ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ АКЦИЯ

Ребёнок - главный пассажир!

В рамках мероприятия сотрудники госавтоинспекции межмуниципального отдела МВД России «Черемховский» совместно с учащимися кадетского класса по линии ГИБДД провели полезную встречу в детской поликлинике и в Черемховской городской больнице № 1.

Дорожные полицейские и кадеты напомнили: при перевозке детей обязательно нужно использовать детские удерживающие устройства. Даже короткая поездка, например, «до магазина», может быть опасной. Правильно подобранное и грамотно установленное автокресло - это реальный шанс уберечь малыша от травм в случае ДТП.

Помните: безопасность ребёнка в машине - не опция, а необходимость! Берегите своих детей, соблюдайте правила дорожного движения!

Екатерина Комарова, отдел Госавтоинспекции МО МВД России «Черемховский»

