



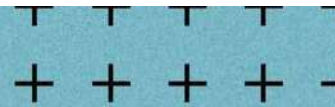
Как правильно распорядиться деньгами

в нынешней ситуации



Главное — не принимать поспешных решений, вспомнить основы финансовой грамотности и поддержать себя и близких.



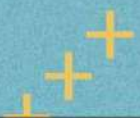


Сохраняйте спокойствие

Вчера люди стояли в очередях, чтобы снять деньги. Сегодня кладут их обратно, потому что банки подняли ставки. Завтра снова снимут и пойдут покупать крупу и туалетную бумагу — это паника. Она опасна нерациональными тратами, сокращением финансовой подушки и активизацией мошенников.



Не поддавайтесь панике. Остановитесь и спросите себя: а что нужно именно мне? Что будет нужно мне завтра?

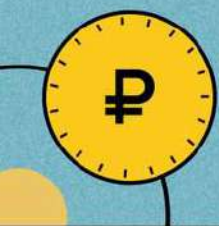


Перепроверяйте информацию

Когда вокруг полная неопределенность, люди хватаются за любые крупинки новой информации. Но за ними часто скрываются пустые слухи, непроверенные или недостоверные данные, а иногда и откровенное мошенничество.



Перепроверяйте информацию в официальных источниках. В поисках объяснений и рекомендаций сравнивайте мнения разных экспертов, а не доверяйтесь кому-то одному.



Подготовьте финансовую подушку

Сформировать ее поможет обычный вклад. Деньги в банках застрахованы государством, и проблем с доступом к рублевым сбережениям нет.


XXX

Сейчас банки предлагают вклады по привлекательным ставкам, они помогут сохранить деньги и хотя бы частично защитить их от инфляции.



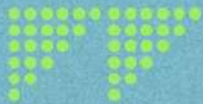
Сделайте необходимые запасы

Не скупайте всё подряд: полки пустеют, а цены растут в том числе из-за ажиотажа. Купите разумный запас импортных товаров, которые вам действительно нужны постоянно. Из-за санкций их доступность может сейчас снизиться. А вот необходимость закупки продуктов питания или косметики нужно оценить трезво — ведь они требуют места и подходящих условий хранения, а сроки годности ограничены.



И конечно, три телевизора вам сейчас вряд ли пригодятся.





Учитесь

Самое время получать дополнительное образование, чтобы иметь новые источники доходов в будущем. Присмотритесь к сфере IT. Государство поддержало ее в первую очередь, возможностей для обучения очень много. Или начните учить китайский язык. Это поможет вести бизнес с восточными партнерами.



Вариантов для выбора — множество.

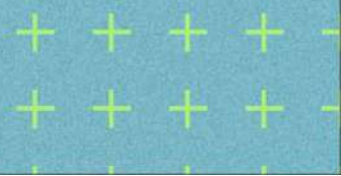


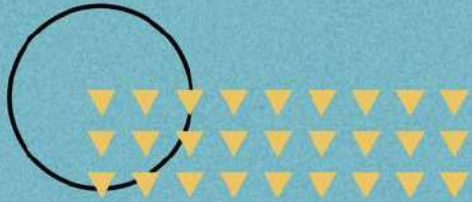
Заботьтесь о себе

Ваше здоровье и душевное равновесие очень важны. Когда вы в порядке, вы можете позаботиться о себе и своих близких. Найдите занятия, которые помогают вам: прогулки, спорт, медитация.



Не стесняйтесь обращаться за профессиональной помощью, если не справляетесь с тревожностью или чувствуете себя подавленным.





- Перепроверяйте информацию
- Подумайте, что нужно именно вам
- Не принимайте импульсивных решений
- Позаботьтесь о себе
- Помните, что всё плохое рано или поздно закончится

