

Елена Феоктистова

# ФИНАНСОВОЕ СПОКОЙСТВИЕ

ПРОГРАММА СОХРАНЕНИЯ И ПРИУМНОЖЕНИЯ  
ДЕНЕГ В ТРУДНЫЕ ВРЕМЕНА

**Елена Сергеевна Феоктистова**  
**Финансовое спокойствие.**  
**Программа сохранения**  
**и приумножения денег**  
**в трудные времена +**  
**видеосеминар в подарок**

*doc предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=55601110](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=55601110)*

*Елена Феоктистова Финансовое спокойствие. Программа сохранения и приумножения денег в трудные времена:  
ISBN 978-5-04-113922-3*

### **Аннотация**

Финансовая стабильность – одна из основ фундамента счастливой жизни. В период кризиса как никогда важно суметь сохранить свой капитал. А еще лучше – его приумножить.

Елена Феоктистова, основатель Центра финансовой культуры, подготовила для вас простое и доступное руководство, как справиться с ситуацией, когда кажется, что доходы падают.

Эта книга – пошаговая инструкция, которая поможет:

– Разобраться во всех экономических нововведениях, которые были сделаны в период самоизоляции;

- Закрывать кредиты;
- Найти дополнительные источники дохода.

**При покупке книги вас ждет подарок – видеосеминар по семейному бюджету, инвестициям или увеличению дохода на выбор. Ищите подробности в конце издания.**

# Содержание

Введение	6
Глава 1	9
Конец ознакомительного фрагмента.	12

**Елена Феокистова**  
**Финансовое спокойствие**  
*Программа сохранения*  
*и приумножения денег*  
*в трудные времена*

© Феокистова Е., текст, 2020

В оформлении использованы фотографии:

© Igor Lateci, Whatafoto, diy13, Hintau Aliaksei, Evgeniia Shikhaleeva, Valentin Mosichev / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

\* \* \*

# Введение

*«Самое тёмное время – перед рассветом»*

*«Кризис – время возможностей»*

*«Сперва нужно упасть, чтобы оттолкнуться и взлететь»*

*«Надежда умирает последней»*

Банальные фразы, которые слабо успокаивают, когда мир рассыпается на части. Конечно, хочется верить, что жизнь наладится и трудности, с которыми вы столкнулись, как-то разрешатся. Но когда это произойдёт? И как?

Эти вопросы звенят в голове, когда нужно платить по счетам, а денег нет. А ещё, когда по новостям передают очередные сводки о смертях, падении индексов, нестабильности курса валют, а ваши единственные сбережения, отложенные за долгие годы работы на обучение ребёнка, покупку квартиры или автомобиля, на глазах превращаются в пыль. Ведь жить-то хочется сегодня и не откладывать её опять «на потом».

Уверена, что каждому хочется:

- жить в своей квартире/доме с красивым ремонтом;
- закрыть все кредиты и перестать содержать банки;
- путешествовать 2–3 раза в год. Хотя бы по России, если границы не откроют;

– дать образование детям;

– иметь пассивный доход и не зависеть от государственной пенсии.

Всё это возможно уже в этой жизни – прямо сейчас. Для этого нужно только быть финансово грамотным и научиться управлять деньгами. Кризис – это стресс, который обнажил слабые стороны ваших отношений с деньгами. И ваша задача – пошагово решить одну проблему за другой. Если сейчас вы не знаете с чего начать или вообще не верите, что это возможно – начните с чтения этой книги. Она даст ответы на основные вопросы и поможет стабилизировать текущее финансовое положение. Я так уверенно об этом говорю, потому что знаю, как тяжело принимать решения в состоянии стресса. Когда хочется всё и сразу, но нет понимания, что будет дальше, к чему подготовиться, и самое главное – какое решение будет верным в вашей уникальной ситуации. В этой книге я собрала универсальные рецепты финансовой грамотности, которые помогают в кризис тысячам моих клиентов. Я уверена, что они помогут и вам.

Информацию, изложенную в этой книге, должен знать и уметь применять каждый. Она не только поможет вам правильно распоряжаться своими доходами, но и научит не попадаться на уловки мошенников, расскажет о правах, которые предоставляет государство каждому гражданину.

Почему вы можете доверять этой книге? Меня зовут Еле-

на Феоктистова, я – директор Центра финансовой культуры, практикующий юрист и финансовый консультант, специалист с опытом работы более 17 лет. Я возглавляю рейтинг финансовых консультантов-методистов проекта ваши-финансы. рф, который был создан при поддержке Министерства финансов Российской Федерации<sup>1</sup>.

Рассуждать о том, помогает нам государство или нет, в этой книге я не буду. Захотите обсудить – приходите ко мне в социальные сети: в Instagram-блог @elena\_fincult или группу ВКонтакте [vk.com/fincult](https://vk.com/fincult). Там же вы сможете задать вопросы, если что-то после прочтения этой книги останется непонятным.

---

<sup>1</sup> Данные на 30 апреля 2020 года <http://portal-kmfg.ru/fo/km/registry.asp>

# Глава 1

## **Как жить, когда нет сбережений и постоянного дохода, а закрывать кредит, оплачивать ЖКХ, покупать продукты и закрывать другие потребности надо**

Мир уже совершенно точно не будет прежним. Кто-то был готов к этому, а кого-то перемены застали врасплох. Суета и паника не помогут, поэтому призываю разобраться с настоящим и начать действовать. Кризис повлиял на нас по-разному: у кого-то резко сократился доход и остались обязательства по кредитам, а кто-то и вовсе потерял работу. Далее я разобрала сценарий выхода из нескольких типичных ситуаций.

### ***Ситуация 1. Потерял источник дохода – что делать?***

Расходы на содержание населения повесили на бизнес, поэтому каждый работодатель самостоятельно решает, что ему делать. Кто-то отправил всех на удаленную работу, кому-то пришлось перевести сотрудников на неполный рабочий день и сократить зарплату, а кому-то пришлось пойти на крайние

меры – отправить в отпуск за свой счет или сократить. Винить бизнес сложно. По факту, работодатель оказался в такой же плачевной ситуации, как и сотрудники – работать (то есть получать доход) нельзя, а расходы остались. Чуть позже я расскажу, как бизнесу остаться на плаву, а человеку – найти деньги на жизнь. А пока что первый шаг у всех одинаковый: распишите бюджет.

В первую очередь выпишите сумму ежемесячных обязательных и необязательных трат: квартплата или аренда, кредит, еда, средства гигиены, интернет, сотовая связь. Ведение бюджета помогает контролировать расходы и доходы. Это поможет вам понять, сколько минимально необходимо зарабатывать в месяц, чтобы выжить, или насколько хватит ваших сбережений, если тратить только на обязательную часть.

При любой ситуации вам нужно оценить свои траты и максимально сократить необязательные расходы. Не нужно резко сажать себя на хлеб и воду – это сложно и вряд ли приведет к позитивным результатам. Я призываю вас отказаться от необдуманных покупок. Такие траты есть в любой категории – продукты, расходы на детей, хобби, содержание автомобиля и дома, уход за домашними питомцами.

Первое место в рейтинге необдуманных трат занимает категория «продукты и покупки для дома». Сейчас, когда мы заперты дома, варианты проведения досуга резко сократились, и многие начинают развлекать себя, скупая в магазинах или в онлайне сладости, снеки, посуду, что-нибудь для

интерьера. Это эмоциональные покупки, без которых можно прожить и не чувствовать себя несчастным.

Как сокращать эти затраты? Проведите ревизию продуктов – посмотрите, что у вас запасено на кухне, балконе или в шкафах в коридоре. Составьте план меню на неделю и ходите в магазин со списком. Пусть это будет простая еда, зато вся семья будет накормлена. Если ситуация патовая и денег нет совсем, то используйте запасы и ищите дополнительные источники дохода – о них я расскажу чуть ниже.

Статью расходов «развлечения» убираем максимально, ищите бесплатные варианты: чтение книг (проверьте домашнюю библиотеку), домашние тренировки, открытые обучающие курсы, YouTube. Многие бренды сейчас открывают доступ к своим платным продуктам – гуглите.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.