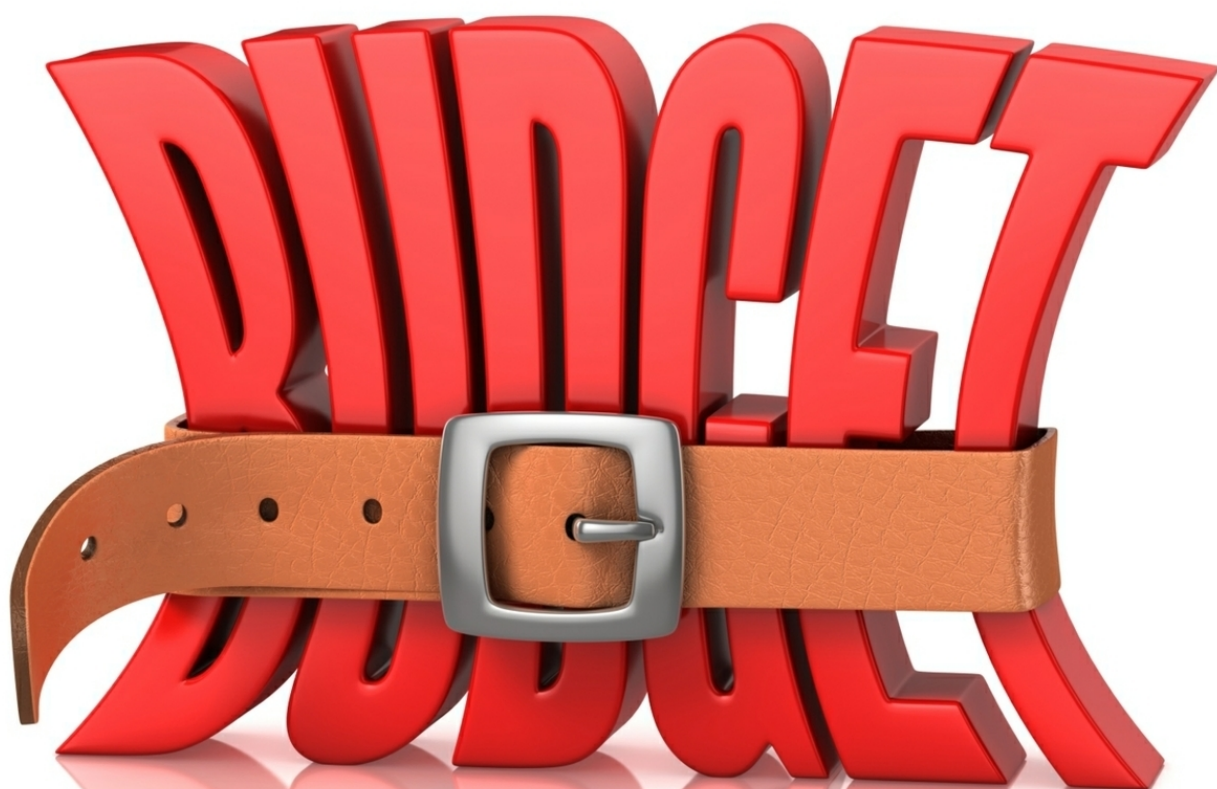


**ЭКОНОМИТЬ,  
ЧТОБЫ ЖИТЬ**



**ИЛИ ЖИТЬ,  
ЧТОБЫ ЭКОНОМИТЬ?**

**ЗЛАТАЯ АНАСТАСИЯ**

**12+**

Анастасия Златая

**ЭКОНОМИТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ ИЛИ  
ЖИТЬ, ЧТОБЫ ЭКОНОМИТЬ?**

«ЛитРес: Самиздат»

2020

**Златая А. С.**

Экономить, чтобы жить или жить, чтобы экономить? /  
А. С. Златая — «ЛитРес: Самиздат», 2020

Экономить, чтобы жить или жить, чтобы экономить? Эти мучительные вопросы возникают ежедневно. Постоянные траты истощают главнейшие жизненные ресурсы – деньги. Можно ли их восполнить, если не имеется дополнительных источников заработка? Ответ: да! В этом пособии вы сможете узнать о том, как сэкономить на своей продуктовой корзине, как побороть счета ЖКХ, уничтожающие бюджет, и многое другое.

# Содержание

Предисловие	5
Вступление	6
Глава 1. Экономим для комфорта.	7
Глава 2. Пересматриваем продуктовую корзину.	8
Глава 2.1 Посещение ресторанов и кафе – выгода или заблуждение?	10
Глава 2.2. Доставка еды на дом – минусы и минусы.	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# Анастасия Златая

## ЭКОНОМИТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ ИЛИ ЖИТЬ, ЧТОБЫ ЭКОНОМИТЬ?

### Предисловие

*Я жить хочу, чтоб не тужить,  
При помощи денег с миром дружить,  
Но бремя финансов неотвратимо,  
Тянет меня за собою в могилу.  
Деньги – ярмо, они угнетают,  
Жгут тела, и души сжигают,  
Но так происходит только у тех,  
Кто деньги тратит глупо и в спех.  
© Златая Анастасия*

## Вступление

Нельзя опровергать тот факт, что наша жизнь завязана на деньгах. Они позволяют нам кушать, хорошо одеваться, пользоваться современными устройствами, ходить на работу ухоженными и чистыми. Деньги – это основа основ, наша «эссенция жизни».

Но вот их количество в жизни никак не регулируется. Сегодня Вы являетесь счастливым обладателем отличной квартиры и машины. Наступившее завтра, принесшее с собой кризис, может лишит наработанных благ, превращая человека в обыкновенного среднестатистического гражданина, испытывающего колоссальные проблемы с финансами.

Давайте будем честными: не все умеют обращаться с деньгами. Пришедшая сумма денег моментально уходит на покупку «необходимого». Каждый день у нас появляются новые потребности. Рвется обувь, надоедает привычный рацион, нужно обновить смартфон. Но есть потребности, которые нельзя удовлетворять сразу, они способны «упокоить» бюджет.

Ситуация с коронавирусом показала, что люди не готовы к полноценному кризису. Умение экономить и сберегать средства практически атрофировано у подавляющего количества лиц.

Меня печалит подобная ситуация. Проходя по улице, я хочу видеть улыбки на лицах людей, а не угрюмое и подавленное настроение, олицетворяющее текущее финансовое положение. Пора менять положение дел!

Рада представить вашему вниманию... Экономии! Она способна радикально повлиять на жизнь, сделать её не только проще, но и интереснее, радостнее.

Говорю заранее – потребуются прилагать силы. Без этого никуда. Но ваши труды окупятся многократно! При помощи экономии не только стабилизируется бюджет, но и неплохо увеличивается.

Я, Златая Анастасия, предлагаю вашему вниманию моё пособие по экономии, состоящее из множества полезных рекомендаций. Как любят мои дорогие читатели, распишу всё подробно, интересно, легко. Давайте учиться экономить вместе, чтобы забыть про хмурое выражение лица и безрадостные дни!

## Глава 1. Экономим для комфорта.

В жизни каждого человека есть важная составляющая – деньги. Финансы – «волшебный билет», открывающий уйму возможностей. Можно стать счастливым обладателем собственного жилья, благоустроить его, кушать ежедневно вкусную еду, поддерживать себя в форме. Да чего только нельзя за деньги. Но вот их отсутствие начинает превращать жизнь в настоящий ужастик.

Почему возникает дефицит средств? Инфляция, низкая заработная плата? Не только. Одна из проблем сокрыта в людском мышлении и поведении.

Давайте поговорим начистоту: мы халатно обращаемся с деньгами. Когда я начала свой путь становления бизнесменом, первый заработок так окрылил меня, что я потратила его весь, без остатка. Пожалела? Больше, чем десяток раз. У меня не было рядом человека, который мог остановить или подсказать. Глупые траты привели к месяцу жизни почти впроголодь, но с нужными «цацками».

С деньгами нужно обращаться бережно, основные траты – это необходимые вещи, мелкие радости для дополнительной мотивации, но даже с ними нельзя перегибать. Все нужно делать в меру.

Вот здесь и придет на помощь экономия. Этот полезный инструмент предназначен для обучения человека рациональному распределению средств.

На протяжении этого пособия я покажу, как можно обустроить свою жизнь, никак не повлияв на её качество. Наличие денег в доме станет приятным дополнением.

Немного теории. Экономия – это целая наука, в основе которой лежит простая истина – бережно обращайтесь со средствами. Наука противоречивая, отдельные пункты щадящие, некоторые категоричны, но суть состоит в сбережении денег с сохранением качества жизни.

Вам не нужно узурпировать себя. К экономичному образу жизни тоже нужно готовиться. Оцените текущее качество жизни, просмотрите списки расходов, обратите внимание на интерьер дома, собственные вещи, внешний вид себя и мужа (жены). Довольны всем этим? Если нет денег для перемен, я помогу вам найти их. И экономия позволит нам добиться этой цели.

Я подобрала для вас целый ряд простых, но действенных рекомендаций, одобренных финансовыми консультантами. Приступим!

## Глава 2. Пересматриваем продуктовую корзину.

Основная статья расходов в нашей повседневности – это пища. Почти каждый человек любит покушать, а если вкусно и много, то за уши не оттащишь.

Предоставленная экономистами статистика утверждает, что 70% ежемесячного дохода среднестатистического человека уходит на приобретение продуктов. Получается, что люди просто работают за еду. Оставшиеся 30% уходят на оплату коммунальных услуг и приобретение других необходимых мелочей.

Картина вырисовывается ужасная. Вся человеческая жизнь проходит в попытках раздобыть провиант. Из этого следует первое правило экономящего человека – пересмотреть свою потребительскую корзину.

Что она представляет из себя? Потребительская корзина – это товары и услуги, требуемые для полноценной и комфортной жизни человека. Она олицетворяет собой минимальные потребности каждого субъекта.

Есть даже среднестатистические нормы, рассчитанные Министерством финансов, но они не совпадают с нашими реалиями. В их расчетах присутствует множество критериев: социально-демографическое положение, трудоспособность субъектов, средний региональный заработок. К примеру, у одного человека заработок 20 000 рублей, у второго – 50 000 рублей. Совместно получается 70 000 рублей. Их средняя потребительская корзина – 35 000 рублей. Я не стала делать вычеты приобретения продуктов, просто продемонстрировала пример, как формируется среднее значение.

Мне неприятно осознавать реальность, что люди продолжают трудиться за еду, не имея возможности скопить денег. Моя задача – научить вас экономить, чтобы сформировать свободную ветку бюджета.

Я подобрала проверенные советы на тему того, как уменьшить сумму потребительской корзины:

**Составлять подробное недельное меню.** Это помогает подобрать перечень продуктов. Меню формируется на неделю, можно на месяц, что даже лучше. Учитывайте постоянные скачки инфляции, добавляйте к конечной общей стоимости продуктов 1 000 – 1 500 рублей.

**Создайте список «дешёвых» блюд.** Включите туда рецепты, которые «можно кушать», в качестве альтернативы полноценному блюду. Периодически добавляйте их в меню. Те, кто решил всерьез начать экономить, могут составить поочередное недельное меню с «дешёвыми» рецептами. Одну неделю вы питаетесь упрощенной пищей, другую – полноценными блюдами.

**Приобретайте по акции.** Делать это нужно не бездумно, во время походов по магазину обращать внимание на стоимость продукции. Желтый ценник – проверенный маркетинговый ход. Разница с реальной ценой будет незначительная, а вы уже стремглав спешите, чтобы приобрести заветную гречку по акции. Смотрите и на срок годности, если продукт длительного хранения, к примеру, макароны, брать однозначно стоит. Скоропортящуюся еду не нужно покупать, если до окончания 1-2 дня.

**Покупать оптом.** Лучше всего раскрывается потенциал акций во время оптовых покупок. Планировали взять одну пачку крупы с желтым ценником? Возьмите пять! После скажете себе спасибо за предусмотрительность.

**Не обращайте внимание на бонусные карты без кэшбека.** Это ещё один известный маркетинговый ход. Реальная скидка составит 1%, а наценка на продукцию будет ощутимой.

**Берите с собой список.** Вбейте себе в голову, что список – это нерушимый постулат. Покупайте только то, что указано в перечне. Заранее посчитайте сумму, на которую должны

выйти покупки, но держите при себе резервные 500 рублей. Нельзя предсказать резкую смену стоимости.

**Отказаться от полуфабрикатов, газировок, различных угощений к чаю.** Начнем с первого. Качественные полуфабрикаты, содержащие относительно натуральные продукты, стоят огромных денег. На эту сумму можно взять продуктов, сделать блюдо самостоятельно, его получится больше. Про вкус и натуральность можно и не говорить. Газировки – излишний вред. Их манящий вкус привязывает к себе. Различные угощения к чаю, имеющие яркие цвета, позволят вам собрать коллекцию веществ из таблицы Менделеева в своём организме. Этот пункт рассчитан не только на сбережение средств, но и на охрану своего здоровья.

**Частные магазины делают наценку.** Всегда будет присутствовать разница между сетью супермаркетов и одиночным учреждением. Наценка – способ выжить для маленькой организации. Аналогичные по качеству продукты вы можете приобрести в сетевом супермаркете. Экономия с одной позиции может составить от 20 до 400 рублей.

**Товары собственного производства.** Крупные супермаркеты часто выпускают продукцию под собственным брендом, которую, я уверена, вы обходите стороной. И очень зря. Не все товары отличаются первоклассным качеством, но они существенно дешевле. Вместо дорогой пачки макарон можно взять продукцию Пятерочки – Красная цена. Серьезной разницы вы не заметите.

**Еда, готовая к употреблению, всегда будет стоить дороже.** Маркетологи давно научились играть на людской лени. На витрине привлекательно лежит мытая картошка, вкусная колбаска нарезана, ждёт своего покупателя. Да только разница с обыкновенным продуктом, который нужно самостоятельно порезать, составит 150-200 рублей. Лень – один из явных противников экономии.

**Тара значит многое.** Молоко, йогурт и другая продукция молочного типа будет дешевле в мягкой упаковке. Объём одинаковый, но производитель делает разницу в цене между пакетом и бутылкой не менее 10%.

Только эти 11 рекомендаций позволят сократить расходы на пару тысяч рублей. Возьмем за условность 2 000 рублей. Умножим на 12 месяцев, получим 24 000 рублей. Этих денег хватит, чтобы приобрести средненький смартфон. А вы всего на самом старте пути экономии.

## Глава 2.1 Посещение ресторанов и кафе – выгода или заблуждение?

Скажу заранее, я не призываю вас отказаться от посещения ресторанов и кафе. Мне нравится периодически посидеть в таких заведениях с чашечкой кофе, отринуть посторонние мысли, наслаждаясь моментом. Но систематический поход туда «пылесосом» истощает бюджет.

У многих людей сформировалась неудачная мысль о том, что питаться в кафе и ресторанах выгоднее. Я долго не могла взять в толк, на чем основана эта позиция. Оказалось, что всё донельзя банально – это экономит время.

Один человек, на сумму полноценного обеда в кафе, может питаться 2-3 дня. Ресторанные ценники гораздо выше. Некоторые блюда по стоимости выходят на один день пропитания среднестатистического человека. Про эксклюзивные продукты и говорить не хочется.

Я не буду останавливаться долго на этом разделе, а лучше оставлю пару рекомендаций.

**Совет первый: ходите в такие заведения тогда, когда это уместно.** Свидание, встреча с партнером по бизнесу, празднование день рождения, любая, но весомая причина. Человек не может долго жить в однообразии, периодически требуется вносить новшества. Делая это рационально, вы не только сэкономите бюджет, но и получите незабываемые ощущения.

**Совет второй: нет времени покушать – возьмите в кафе пищу на вынос.** Так будет дешевле. Позвольте себе лёгкий перекус, если время вечернее, то не требуется «набивать живот» основательно.

**Совет третий: не приходите в кафе и рестораны голодными.** Это равносильно отдаче всех денег в кошельке заведению. Маркетологи, сопровождающие учреждения, превосходно осведомлены о людской слабости к пище. Поблизости с кафе будут витать вкусные ароматы, манящие людей.

## **Глава 2.2. Доставка еды на дом – минусы и минусы.**

Заключительная часть раздела про еду. Сервисы доставки пищи на дом сейчас приобрели небывалую популярность. Конечно, что может быть лучше, чем просто позвонить по телефону, указать интересующие блюда, ждать, когда их привезут? Доставка еды, прежде всего, бизнес. В основе любого дела первой целью лежит обогащение.

Я несколько раз пользовалась доставкой продукции в офис. Свободного времени не было, колоссальное количество заказов просто разрывало мой график. Что я подметила? На деньги, потраченные таким образом, можно было посетить кафе, заказав себе средненькое меню.

## **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.