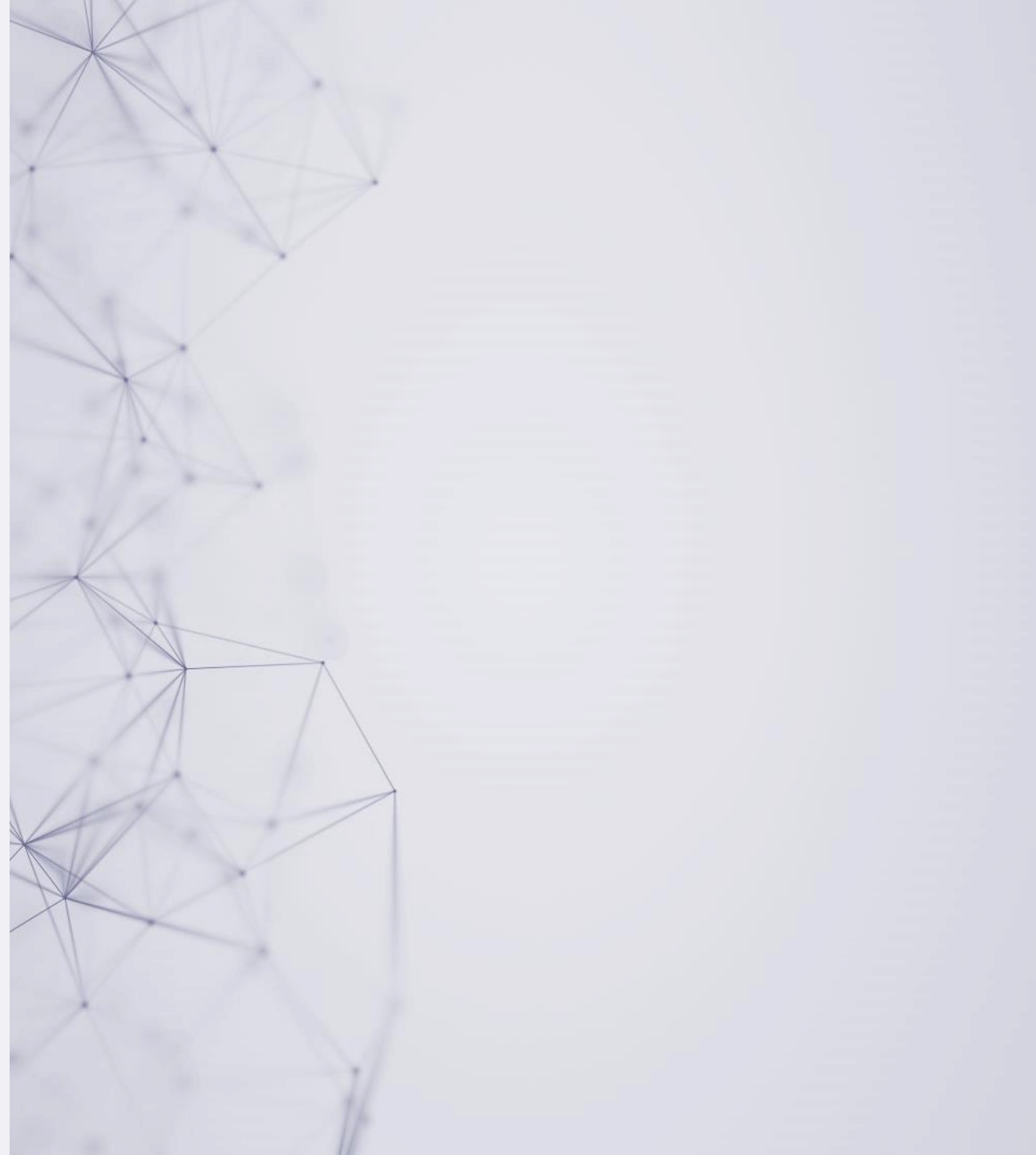


Pozitīvi finanšu ieradumi. Kā tos veicināt?

Aija Brikše
Finanšu pratības daļas vadītāja

2024. gada 19. marts



Nauda un stress



Nauda un stress



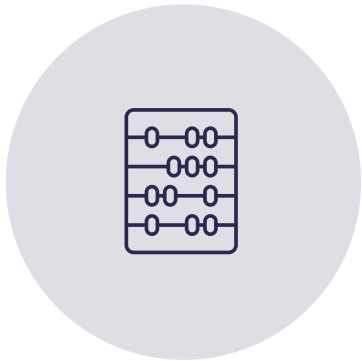
Nauda ir 3. biežākais stresa avots Latvijas sabiedrībā



50% no visiem Latvijas iedzīvotājiem par ģimenes finanšu situāciju uztraucas katru mēnesi vai biežāk



Kā var satraukumu mazināt?



Pārzināt savu naudas plūsmu



Īsāka un ilgāka termiņa drošība



Pozitīvi ikdienas ieradumi

Nauda cilvēka dzīvescīklā



Bērns



Pusaudzis



Jauns
pieaugušais



Pieaugušais



Tuvojas
vecumdienas

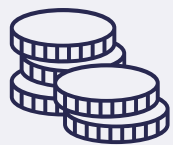


Seniors

Budžeta plānošanas pamatprincipi



Privāto finanšu plāns



Ienākumi



Fiksētie izdevumi



Visu izdevumu mēneša
uzskaite



Analīze



Mērķu uzstādīšana



Jauni ieradumi

Mans budžets

Izdevumi	Apmērs (EUR)
Mājoklis	
Īre/ Kredīts	
Elektrība	
Ūdens	
Apkure	
Atkritumu apsaimniekošana	
Īpašuma apsaimniekošana	
Pārvietošanās	
Transportlīdzekļa līzings	
Apdrošināšana	
Remonts/ uzturēšana	
Uzkopšana	
Degviela	
Sabiedriskais transports	
Saziņa	
Telefons	
Internets	
Televīzija	
Citas kredītsaistības	
Studiju kredīta atmaksa	
Uzkrājums	
Iemaksas 3. pensiju līmenī	
Iemaksas krājkontā	
Citi uzkrājumi	
Pārtika	
Apģērbs un apavi	
Izklaide	
Izglītība	
Veselība	
Kopā	

Ienākumi	Apmērs (EUR)
Alga	
Papildu ienākumi 1	
Papildu ienākumi 2	
Papildu ienākumi 3	
Kopā	

Kopsavilkums

Kategorija	Apmērs (EUR)
Izdevumi	
Ienākumi	
Kopā	



Racionāli vai neracionāli naudas lēmumi?



Jauno ieradumu panākumu atslēdžiņas



Īstais brīdis ir tagad



Iepļānojiēt laiku



Dariet to kopā

Jauno ieradumu panākumu atslēdžiņas



**Piesardzīgi ar
izmēģinājumu
lamatām**



**Automātiskais
maksājums sev**



**Skaidra nauda
disciplīnai**



Paldies par uzmanību!

