

#OsmnactkaCopaDal a

MANUÁL NA DOSPĚLOST – DÍL I.

PENÍZE



KDE JE VZÍT A JAK SI JE UDRŽET



PÁR DŮLEŽITÝCH INFORMACÍ
A TIPŮ PRO DOSPÍVAJÍCÍ
V NÁHRADNÍ RODINNÉ PÉČI



Financováno
Evropskou unií



DOMUS
Centrum pro rodinu



Financováno
Evropskou unií



Manuál vznikl v rámci projektu [Komplexní program vedoucí ke zlepšení postavení osob opouštějících náhradní rodinnou péči v Plzeňském kraji včetně metodického zajištění](#).

Cílem projektu je zlepšit připravenost mladých lidí opouštějících náhradní rodinnou péči na samostatný život a snížit rizika jejich sociálního vyloučení.

Projekt je financován z Operačního programu Zaměstnanost plus.

DOMUS – Centrum pro rodinu, z. s.

Černická 7, 301 00 Plzeň

www.domus-cpr.cz

Autorský kolektiv: Bc. Kristýna Deckerová, Mgr. Eva Plevková,
Bc. Lucie Trávníčková

Předtisková úprava: Petr Kučera

Tisk: COPY GENERAL s.r.o.

Toto dílo [Manuál na dospělost, Díl I. Peníze] je licencováno pod licencí Creative Commons CC BY 4.0. Licenční podmínky navštivte na adrese [CC BY 4.0 Právní ujednání | Uvedte původ 4.0 Mezinárodní | Creative Commons](#).



OBSAH



JAK SE DOSTANU K PENĚZŮM	03
Kde brát peníze	03
Mzda x plat	04
OSOBNÍ ROZPOČET	06
Jak na to	06
PENÍZE A CO S NIMI?	11
Nakupování	11
Uložení peněz na účet	12
Spoření	16
Pojištění	16
Investování	19
KDYŽ PENĚZ NENÍ DOST	21
8 tipů jak ušetřit	21
Úvěry a hypotéky	24
Dluhy	29
Exekuce	32
Insolvence	33
Konsolidace	34
SOCIÁLNÍ DÁVKY	35
Dávky, co se hodí znát	36
KDE HLEDAT POMOC	40
KDE HLEDAT INFORMACE	41
MŮJ OSOBNÍ ROZPOČET	42
MOJE POZNÁMKY	44

Peníze jsou lepší než chudoba,
přinejmenším z finančních důvodů.

Woody Allen

🔍 JAK SE DOSTANU K PENĚZŮM ✕

Peníze potřebuješ každý den, směňuješ je za věci, služby i zážitky. Většinou míváme pocit, že jich nemáme tolik, kolik bychom potřebovali. Nauč se s penězi hospodařit, aby tě jejich nedostatek v budoucnosti neohrozil. **Buď finančně gramotný/á!**

KDE BRÁT PENÍZE

V dětství peníze dostáváme většinou jako dárek od příbuzných nebo formou kapesného. Později je začínáme vydělávat na brigádě, a nakonec i v práci. Vlastní finance s sebou nesou pocit svobody – můžu si koupit, co chci. A se svobodou přichází i zodpovědnost – **napřed bych si měl/a koupit, co potřebuji, a až pak to, co nepotřebuji, ale co si přeji.**



MZDA X PLAT

V souvislosti s odměnou za vykonanou práci se můžeš setkat s dvojím označením. Nenech se tím rozhodit, rozdíl je pouze v tom, kdo odměnu pobírá. **Plat** pobírají státní zaměstnanci z veřejných peněz (například úředníci, policisté apod.), zaměstnanci v soukromém sektoru pobírají **mzdu**.



► Pevná složka mzdy

To je základní mzda, která zaměstnanci náleží za vykonanou práci. Její výše je uvedena ve mzdovém výměru, který dostáváš k pracovní smlouvě.

► Pohyblivá složka mzdy

Většinou není pevně stanovená, obvykle je vyjádřena v nějakém rozmezí a její výše nemusí být každý měsíc stejná. Záleží na tom, jak dobře pracuješ nebo kolik peněz má zrovna tvůj zaměstnavatel k dispozici.

► Hrubá mzda

Částka, na které se zaměstnavatel se zaměstnancem domluví během pracovního pohovoru a která je uvedena v pracovní smlouvě (mzdovém výměru). Pozor, tahle částka ti na účet ve skutečnosti nepřijde!

► Čistá mzda

Když z hrubé mzdy odečteš platbu za sociální a zdravotní pojištění a zálohu na daň z příjmů fyzických osob (ta činí 15 % hrubé mzdy), výsledkem ti bude čistá mzda, kterou můžeš očekávat jako svůj příjem. Pro to, abys věděl/a, kolik peněz ti zaměstnavatel skutečně vyplatí, můžeš použít jednu z mnoha internetových kalkulaček. Stačí do vyhledávače zadat: „výpočet čisté mzdy“.

Příklad: Pokud bude tvoje hrubá mzda 30 000 Kč, můžeš počítat s tím, že ti na účet přijde necelých 25 000 Kč.



Kde bereš ty v současné době své peníze?

Jak se to změní v budoucnu?



OSOBNÍ ROZPOČET



Osobní rozpočet je plán na správu tvých peněz. Pomáhá ti sledovat, kolik peněz dostáváš, za co je utrácíš a kolik jich můžeš ušetřit. Nejčastěji se tvoří na jeden kalendářní měsíc a je skvělým nástrojem, který ti **pomůže uspořít peníze na tvé krátkodobé i dlouhodobé cíle.**

JAK NA TO

Začni tím, že si vytvoříš přehled všech svých příjmů a výdajů.

► Příjmy

Do příjmů počítáš peníze, které vyděláš nebo dostaneš. Nejčastěji to bývá mzda, kapesné, sociální dávky, příjmy z pronájmu, úroky ze spoření nebo investic nebo nějaký nečekaný příjem – například dědictví, mimořádná odměna v práci apod.

► Výdaje

Výdaje jsou vše, za co peníze vydáváš. Některé výdaje jsou **pravidelné** a očekávané, jako třeba nájem, elektřina, voda,



splátky úvěrů, pojištění, výdaje za telefon, jídlo... **Neočekávané** výdaje je často nutné zaplatit ihned. Může to být například oprava rozbité pračky, automobilu apod.

Některé výdaje se zjišťují poměrně snadno, bývají každý měsíc téměř stejné – například výdaje na bydlení.

Sledovat výdaje za oblečení, kosmetiku nebo zábavu může být naopak náročnější, protože se mohou každý měsíc lišit. Jednou z možností, **jak zjistit průměrnou částku**, kterou za takové výdaje měsíčně utratíš, je podívat se do svého internetového bankovníctví. Také si můžeš své výdaje po nějakou dobu sledovat a zapisovat si je. Snadno pak zjistíš, kolik za tyto položky každý měsíc utratíš.

Některé výdaje platíme jednou ročně – typicky se jedná o předplatné jízdného, daň z nemovitosti nebo třeba pojištění auta. Jednoduše celkovou částku vyděl dvanácti a dostaneš měsíční výdaj.

► **Fixní výdaje**

Jsou výdaje, které zkrátka **musíme pravidelně platit** a jejichž výše bývá každý měsíc zhruba stejná. Radíme sem věci, jako je nájem, elektřina, plyn, fond oprav, jídlo, účet za telefon a internet, splátky, pojištění, náklady na dopravu, ale i poplatky za televizi a rozhlas... Ideální je, když k fixním výdajům patří i spoření.

► Variabilní výdaje

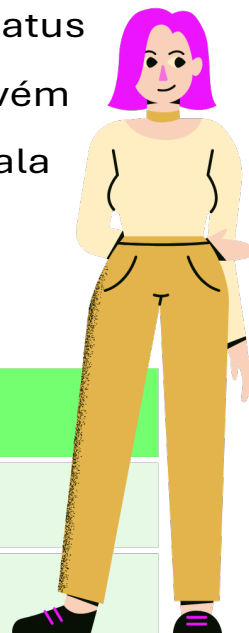
Variabilní proto, že jejich **výše se každý měsíc mění**. Spadají sem položky jako oblečení, kosmetika a hygienické potřeby, pohonné hmoty, výdaje za restaurace a bary, kulturní akce, dárky, dovolené, náklady na vzdělávání, zábavu, domácího mazlíčka, výdaje za elektroniku a jiné jednorázové výdaje. **Právě soupis variabilních výdajů ti dává největší šanci najít prostor k tomu zjistit, kde utrácíš zbytečně moc a kde se dají nějaké peníze ušetřit.**

Až budeš mít hotový měsíční přehled příjmů a výdajů, **odečti výdaje od svých příjmů**. Pokud je výsledkem přebytek – po zaplacení všech výdajů ti stále peníze zbývají, můžeš ho použít třeba na spoření nebo investování. Jestliže je tvůj rozpočet v tzv. červených číslech – výdaje jsou vyšší než tvé příjmy, je potřeba najít řešení, jak své výdaje snížit nebo jak navýšit své příjmy.

PŘÍJMY — VÝDAJE = ?

Pro tvorbu osobního rozpočtu ti postačí tužka a papír, ale můžeš využít i excelovou tabulku nebo různé mobilní aplikace. **Vhodný formulář najdeš i na konci tohoto manuálu.**

Seznam se s Justýnou a jejím osobním rozpočtem. Justýna je dvacetiletá studentka jazykové školy. Vyrůstala v pěstounské rodině, a jelikož má stále status studenta, pobírá dávky pěstounské péče. Ve svém volném čase chodí na brigádu, aby si vydělala nějaké peníze navíc.



PŘÍJMY	
Čistý příjem (výplata, dávky...)	25 000 Kč
Boční příjem (kapesné...)	3 650 Kč
CELKEM PŘÍJMY:	28 650 Kč

FIXNÍ VÝDAJE	
Bydlení (nájem/hypotéka)	6 189 Kč
Energie a služby	2 700 Kč
Jídlo a pití	5 000 Kč
Volání a internet	650 Kč
Pojištění	789 Kč
Doprava (MHD, nafta/benzín)	200 Kč
Televize/rozhlas	175 Kč
Spoření a investice	2 000 Kč
CELKEM FIXNÍ VÝDAJE:	17 703 Kč

VÝDAJE PRO RADOST	
Oblečení a boty	1 500 Kč
Kosmetika a hygiena	320 Kč
Restaurace a bary	730 Kč
Zábava/kultura	1 000 Kč
Dárky	300 Kč
Dovolená	500 Kč
Nákupy/elektronika	300 Kč
Vzdělávání (kurzy, školné)	3 170 Kč
CELKEM VÝDAJE PRO RADOST:	7 820 Kč
Celkem výdaje	25 423 Kč
MĚSÍČNÍ SHRNUÍ (PŘÍJMY mínus VÝDAJE)	3 127 Kč

Podle finančních expertů by ses při plánování svých financí měl/a řídit **pravidlem 50/30/20**. To říká, že 50 % tvých příjmů by mělo odcházet na nezbytné výdaje, 30 % by sis měl/a vyhradit na něco, co ti dělá radost, a 20 % příjmů by mělo odcházet na spoření/investice, případně na tvorbu finanční rezervy.



Je Justýnin rozpočet sestaven podle pravidla 50/30/20?

Co říkáš na Justýnino hospodaření?

Pomůžeš jí najít, kde by třeba mohla ušetřit?



PENÍZE A CO S NIMI?



Máš peníze a co teď s nimi? Můžeš je utratit, uspořit nebo investovat.

NAKUPOVÁNÍ

Nakupování je v podstatě **výměna peněz za nějaké zboží nebo služby**. Pro někoho jsou nákupy koníčkem, pro někoho nutným zlem.

Někdo je má spojené s chozením do obchodů a nákupních center, někdo s objednáváním přes internet. Aby se ti nakupování zbytečně neprodražilo, je potřeba dodržovat pár pravidel:



► **Dobře si dopředu promysli, co budeš kupovat**, jestli to skutečně potřebuješ, nebo se bez toho dokážeš obejít. Nákupy plánuj, napiš si seznam, nepodléhej aktuálnímu nepromyšlenému nápadu. A potraviny choď nakupovat s plným žaludkem! Kdo má hlad, nahází do košíku spoustu zbytečností.

► **Nenech se přesvědčit otravným prodejcem nebo zaručenou slevou**. Spoléhej na svoji vlastní hlavu a připomínej si, pro co jsi vlastně do obchodu přišel/přišla.

- ▶ **Neboj se zboží, které neodpovídá tvým představám, reklamovat nebo vrátit.** Zejména u online nákupů se stává, že přijde zboží, které není takové, jaké jsme čekali. Zpravidla můžeš vrátit zboží do 14 dnů od doručení bez udání důvodu. Pokud výrobek nefunguje nebo se objeví nějaké vady, je možné ho reklamovat do dvou let od pořízení.
- ▶ **Nakupuj v ověřených obchodech.** Zboží z různých asijských stránek (a nejen z nich) bývá sice levnější, ale jeho vrácení nebo reklamace může být mnohem složitější. U neověřených obchodů navíc hrozí, že za své peníze nedostaneš nic! Pokud už tam nakoupíš, objednej zboží na dobírku.
- ▶ **Dej si pozor na citlivé údaje.** Nezasílej své údaje ani třeba číslo platební karty všude, kde tě k tomu vyzvou. Internetové stránky, které začínají **https**, je možné považovat za zabezpečené, stránky začínající pouze **http** nejsou tak bezpečné a hrozí riziko zneužití osobních údajů.

ULOŽENÍ PENĚZ NA ÚČET



Není v pohodě nechávat si všechny své peníze doma v hrníčku nebo v prasátku. Základem úspěšného hospodaření je založení **bankovního účtu**. Každý účet má přidělené své číslo, které používáme při převodu peněz na účet nebo z něj.

Účet si můžeš založit u banky, kterou si vybereš. Je dobré zeptat se na zkušenosti v rodině, u známých, zvážit, jakou pobočku banky a jaký bankomat máš ve svém okolí. Nejdůležitější je **srovnat nabídky různých bank** – každá má jiné poplatky za různé služby apod. Ptej se na poplatky za vedení účtu (pohybují se od nuly až třeba do 200 Kč), poplatky za výběr z bankomatů, zajímej se o podobu internetového bankovníctví.



Pokud jedeš do zahraničí a platíš kartou, pak si ověř i směnný kurz, který banka nabízí při platbě v zahraničí, případně poplatky za výběr z bankomatu v zahraničí.

A CO SI VLASTNĚ V BANCE ZALOŽIT?

► Běžný účet

Má ho většina populace. Jedná se o účet, na který si lidé nechávají posílat výplatu nebo sociální dávky, platí z něj potřebné výdaje. Mají k němu obvykle platební kartu. Peníze na běžném účtu se ve většině případů nezhodnocují. Co tam dáš, to tam máš.

► Spořicí účet

Slouží k uložení finančních prostředků. Nehodí se na časté placení. Banka vyplácí úroky za to, že u ní máme peníze (cca od 2 do 6 %). Uložením peněz na takový účet moc nevyděláš, ale zajistíš pro finance bezpečí. Vklady jsou ze zákona pojištěny a v případě krachu banky ti budou vyplaceny.

► Studentský účet

Je určen pro mladé lidi od 15 do zhruba 30 let (dle podmínek konkrétních bank). Fungují stejně jako běžné účty, ale mívají nastavené výhodnější podmínky, například odpuštění některých poplatků.

Existují ještě další formy účtů, jako je dětský účet, podnikatelský účet, termínovaný účet, devizový účet (vedený v cizí měně)...

SLUŽBY K ÚČTŮM

► Platební karty

Jedná se o nejrozšířenější platební nástroj na světě. Banky je vydávají téměř ke všem druhům účtů. Můžeš si z nich vybrat hotovost z bankomatu, zaplatit přímo v obchodě nebo na internetu. Je dobré nastavit si na kartě týdenní limit, tedy částku, kterou můžeš za týden využít. Karta je chráněna PIN kódem, který dostaneš od banky a můžeš si ho poté podle svého změnit. PIN kód zadáváš při výběru hotovosti nebo při platbě vyšších částek. POZOR! PIN kód můžeš zadat zpravidla pouze 3x. Pokud se netrefíš, karta se zablokuje.

- **Debetní karta** je vystavena k běžnému účtu, a když s ní zaplatíš, peníze se z tvého účtu odečtou.
- **Kreditní karta** umožňuje čerpat peníze v podstatě půjčené od banky, a to až do určitého limitu. Vyčerpané peníze musíš vždy v bezúročném období

splatit, jinak tě čekají poměrně vysoké úroky. Kreditní kartu si zaříd' až v okamžiku, kdy si budeš jistý/jistá, že finanční hospodaření zvládáš.



Nikdy nikomu nesděluj PIN ke své platební kartě.

► **Kontokorent**

Banka ti dovolí čerpat finance tzv. do minusu (to znamená, že můžeš vyčerpat více, než sis na bankovní účet uložil/a). S kontokorentem bývá spojen poměrně vysoký úrok.

► **Bezkontaktní placení mobilem a hodinkami**

V mobilním telefonu nebo v chytrých hodinkách můžeš mít nahranou svoji virtuální platební kartu a platíš pouze přiložením k terminálu.

► **Mobilní a internetové bankovníctví**

V bance dostaneš přístupové údaje do internetbankingu. Přes jakýkoliv přístroj s přístupem k internetu (mobil, tablet, počítač) pak můžeš 24 hodin denně spravovat svůj bankovní účet, nemusíš chodit do banky.



*Máš založený svůj bankovní účet?
Pokud ne, nestálo by za to o něm uvažovat?*

SPOŘENÍ



Peníze, které ti měsíčně zbývají, je dobré spořit. Neházej je doma do prasátka. Můžeš si je nechat na běžném bankovním účtu, kde se ale moc nezhodnocují, nebo si je převést na spořicí účet, kde už je jejich zhodnocení o trochu vyšší. Existují ještě další možnosti spoření: stavební spoření, penzijní spoření, termínované vklady. Podrobnosti ti řeknou ve tvé bance nebo si je můžeš najít na webových stránkách banky.

Je dobré mít naspořeny peníze **ve výši alespoň tří, nejlépe šesti měsíčních platů**. Je to proto, abys zvládl/a nečekané výdaje, jako je oprava nebo nákup nové pračky, když se ti rozbije, doplatek za elektřinu apod., bez potřeby zadlužit se.

Vyplatí se **spořit pravidelně** alespoň po malých částkách. Když si každý měsíc odložíš 500 korun, v peněženke to ani nepoznáš, ale za rok naspoříš 6 000 korun.

POJIŠTĚNÍ



Součástí zodpovědného finančního hospodaření je pojištění. Některé je dáno zákonem, u jiného záleží na tobě, jestli si ho zařídiš. Podstata je u všech pojištění obdobná – pravidelně platíš určitou částku, a **když nastane situace**,

proti které jsi pojištěný/á, máš nárok dostat peníze (či jejich část) zpět = výplata pojistného plnění.

POVINNÁ (ZÁKONNÁ) POJIŠTĚNÍ

Zdravotní pojištění

Musí ho platit každý a je z něj hrazena zdravotní péče (prohlídky a ošetření u lékaře, některé léky apod.). Za děti, studenty do 26 let, uchazeče o zaměstnání evidované na úřadu práce, důchodce nebo například rodiče na mateřské či rodičovské dovolené hradí zdravotní pojištění stát. Za zaměstnance s pracovní smlouvou hradí pojištění zaměstnavatel.

Pokud nepatříš ani do jedné z těchto skupin, jsi dospělý/á, nepracuješ a nejsi evidovaný/á na úřadu práce, musíš se přihlásit na své zdravotní pojišťovně a zdravotní pojištění si hradit sám/sama. Pokud to neuděláš, poroste ti dluh a může dojít i k exekuci. **Dluhy na zdravotním pojištění jsou u mladých lidí z pěstounské péče poměrně časté.**

Sociální pojištění

Nemusí ho nutně hradit každý. Přispívá se z něj na výplatu důchodů, dávek nemocenské nebo dávek v nezaměstnanosti.

Pokud budeš zaměstnaný/á, hradí za tebe sociální pojištění zaměstnavatel. Pokud budeš podnikat, hradíš si ho sám/sama. Pokud jsi registrovaný/á na úřadu práce nebo rodičem na rodičovské dovolené, počítá se ti tato doba jako tzv. náhradní doba pojištění. Zjednodušeně to znamená, že se ti tato doba ve stanoveném rozsahu započítává pro nárok na důchod. Pokud nepracuješ, záleží na tobě, jestli si budeš sociální pojištění platit. Přihlásit k platbě se můžeš na České správě sociálního zabezpečení. Pokud si nebudeš sociální pojištění hradit, nebudeš mít nárok na některé dávky, jako je důchod nebo podpora v nezaměstnanosti.

Povinné ručení

Pokud vlastníš auto, které má poznávací značku a je zapsané v registru motorových vozidel, musíš za něj hradit povinné ručení. V případě, že zaviníš nehodu, je škoda, kterou způsobíš, zaplacená právě z povinného ručení. Pokud jezdíš autem bez povinného ručení, hrozí ti vysoká pokuta a škodu budeš hradit ze svého.

DOBROVOLNÁ POJIŠTĚNÍ

Existuje řada pojištění, která můžeš, ale nemusíš využívat. Je dobré zvážit, nakolik se ti vyplatí. Mezi nejdůležitější patří:

Pojištění nemovitosti a domácnosti

Chráníš se před škodami na majetku způsobenými například požárem, krádeží, živelnou katastrofou, vytopením apod.

▶ **Havarijní pojištění**

Hradí se z něj škody vzniklé na vlastním autě, například při nehodě nebo odcizení.

▶ **Pojištění odpovědnosti za škodu**

Když někomu neúmyslně způsobíš škodu na jeho majetku, například mu něco rozbiješ nebo vytopíš souseda v bytě pod sebou, je způsobená škoda hrazena z pojištění odpovědnosti za škodu, pokud ho máš sjednané.

▶ **Životní a úrazové pojištění**

Je možné pojistit se pro případ smrti nebo vážného úrazu.

▶ **Důchodové pojištění**

▶ **Cestovní pojištění**

INVESTOVÁNÍ

Investování je v podstatě **nákup něčeho, co doufáme, že bude mít v budoucnu větší hodnotu** – bude to stát víc peněz. Díky investicím můžeš získat peníze na své cíle a sny. Některé



investice mohou přinést zisk rychleji, ale většinou je lepší myslet dlouhodobě. **Čím déle jsi ochotný/á své peníze investovat, tím víc jich můžeš získat.** I z malých investic může být za pár let částka, která tě příjemně překvapí.

Ale pozor! **Investování přináší i rizika.** To znamená že peníze, které do něčeho investuješ, můžeš ztratit. Je to jako hra – můžeš vyhrát, ale i prohrát. Je důležité nevsadit všechny peníze na jednu kartu. To znamená, že bys neměl/a investovat všechny peníze do jednoho druhu investice. Díky tomu, že rozložíš své peníze na různé druhy investic, snížíš riziko, že o finance přijdeš. Tomuto rozložení se říká diverzifikace.

Existuje **mnoho různých způsobů, jak a do čeho peníze** investovat – do akcií (koupě podílu v určité firmě), do nemovitostí (třeba koupě bytu na pronájem), do dluhopisů (což jsou úvěry, které poskytneš firmám nebo vládě a dostaneš za ně úroky) nebo fondů (specialisté spravují tvé peníze za tebe a vybírají nejlepší investice).

A slyšel/a jsi o dividendách? Představ si je jako finanční odměnu, kterou dostaneš za to, že jsi investoval/a do určité společnosti. Když společnost vydělá peníze, může ti dát část zisku jako odměnu za to, že jsi jí pomohl/a růst!

Pokud chceš investovat, nemusíš být sám/sama odborníkem/odbornicí na investování. Vždy je možné oslovit banku nebo finančního poradce (u toho si vždy dopředu pečlivě ověř, jak dlouho pracuje v oboru, jaké má zkušenosti, a zjisti recenze).



KDYŽ PENĚZ NENÍ DOST



O penězích je potřeba přemýšlet. Jen tak docílíš toho, že jich budeš mít dostatek a nedostaneš se do finančních problémů a do dluhů. Dá se předpokládat, že na začátku dospělosti budeš mít peněz spíše méně než více. Máš ideální příležitost naučit se s nimi hospodařit. To ti pomůže i později, až se tvoje bohatství bude zvětšovat.

8 TIPŮ JAK UŠETŘIT



① Přemýšlej, za co utrácíš, a vytvoř si svůj rozpočet

Návod, jak na osobní rozpočet, najdeš na začátku této brožury. Super je také vytvořit si kalendář plateb – některé se opakují měsíčně, některé čtvrtletně, některé ročně. Stane se tak, že jeden měsíc může být na výdaje výrazně náročnější než jiný. A s tím je potřeba dopředu počítat.

② Podívej se, jestli se některé výdaje nedají snížit

Když si sepíšeš veškeré své výdaje, rozděl si je na povinné výdaje (které zkrátka musíš zaplatit, i kdyby se ti nechtělo, jinak by tě čekaly dluhy, pokuta, smrt hlady apod.) a výdaje pro radost (děláš si jimi radost, ale kdybys je neplatil/a, nic by ti nehrozilo). Zvlášť pokud ti peníze nestačí, je potřeba začít škrtat, a to jde zejména ve sloupečku „pro radost“. Patří sem například návštěvy restaurací, výdaje na volný čas

nebo zbytečné nákupy jídla či oblečení. Hledej možnosti úspory. Někdo si dokáže najít levnější značku kosmetiky, jiný začne do práce místo autem jezdit na kole...

③ **Nezapomeň spořit, ať máš v případě potíží kam sáhnout**

Do rozpočtu zahrň i částku, kterou si budeš pravidelně odkládat na „horší časy“. Je dobré mít finanční polštář ve výši alespoň tří až šesti měsíčních platů. Můžeš si také stanovit konkrétní věc nebo zážitek, na které budeš spořit. Zpočátku stačí spořit i pár stovek měsíčně a pak třeba postupně přidávat.

④ **Poříd' si více účtů a výdaje plať pravidelně**

Měj jeden účet na běžné výdaje a druhý na spoření. Na pravidelné výdaje (nájem, energie, internetové připojení...) si nastav trvalé příkazy, ať odchází z tvého účtu pravidelně a nehrozí, že na ně zapomeneš. A platí jednoduché pravidlo: Pokud to není nezbytné, na peníze ze spořicího účtu nesahej.

⑤ **Plánuj výdaje dopředu, využívej slevových akcí**

Před nákupem se zamysli, co opravdu potřebuješ a co spotřebuješ. Vyplatí se napsat si nákupní seznam a řídit se jím. Využívej slevových akcí jednotlivých obchodů. Vymysli si jídelníček na týden dopředu a nakup na něj najednou, odpadají pak časté cesty do obchodů, při kterých v košíku končí i to, co jsi původně vůbec kupovat nechtěl/a.

⑥ **Vyhni se dluhům a pokutám**

Pokud to není opravdu nezbytně nutné (například při nákupu auta na leasing nebo bydlení na hypotéku), nezadlužuj se. Kup si jen to, na co opravdu máš. Na ostatní si šetři. S pořízením většiny věcí se opravdu dá počkat. Jinak ti hrozí dluhy a exekuce. Také nejezdí veřejnou dopravou na černo, ať nedostaneš pokutu. Hlídej si hrazení zdravotního pojištění.

⑦ **Zajisti si další příjem**

Jestliže ti peníze nestačí na všechny tvé výdaje a ty nechceš například ve svých zálibách škrtat, zajisti si další příjem, najdi si brigádu, domluv se se zaměstnavatelem na navýšení pracovního úvazku, prodej oblečení, které už nenosíš apod.

⑧ **Šetři vodu, energie, potraviny...**

Přemýšlej nad provozem své domácnosti, zhasínej, nepřetápěj místnosti, šetři vodou při mytí sebe nebo nádobí. Nauč se vařit, ideálně bez používání předražených a nezdravých polotovarů. Chod' pěšky, ušetříš za benzín nebo jízdenky, a ještě budeš zdravější.

ÚVĚRY A HYPOTÉKY

ÚVĚRY

Úvěry jsou peníze, které si půjčíš od někoho jiného, například od banky nebo jiné společnosti. Úvěr si bereš, pokud potřebuješ něco koupit/zaplatit a nemáš na to dostatek peněz. Společně s úvěrem vždy slibuješ, že později peníze vrátíš, a navíc jich vrátíš více, než sis půjčil/a (poplatky, úroky...).



Úvěry mohou být užitečné, ale je důležité si dobře rozmyslet, zda jsou pro tebe správnou volbou, a věnovat pozornost podmínkám a úrokům. Pamatuj: **Nic není zadarmo a každý úvěr něco stojí.**

Obecně se dá říci, že existují úvěry **dobré** a **špatné**. Jako příklad špatného úvěru si můžeme uvést půjčku na dovolenou, vánoční dárky, zábavní aktivity a třeba i luxusní zboží.



Napadá tě, jaký úvěr by se dal považovat za „dobrý“?

► Před úvěrem

Půjčení peněz neboli zadlužení si vždy dopředu **velmi pečlivě rozmysli**. Je vhodné položit si otázky jako:

- Půjčuji si peníze na něco, co opravdu potřebuji, anebo je to pouze moje přání, na které si postupně mohu našetřit?
- Je můj příjem/výdělek dostatečný natolik, abych úvěr dokázal/a pravidelně splácet?
- Jaké jsou podmínky úvěru? Jaké jsou úrokové sazby? Jak dlouho bude trvat splácení? Jsou zde nějaké skryté poplatky? Kolik mě bude úvěr stát celkem?
- Existují jiné možnosti, jak získat potřebné peníze? Můžu si půjčit od rodiny nebo přátel? Můžu si někde přivydělat?
- Mám nějaký plán pro případ nouze, abych dokázal/a splácet úvěr v případě ztráty zaměstnání nebo jiných neočekávaných událostí?

► Půjčení peněz

Pokud znáš odpovědi na předchozí otázky a rozhodneš se pro získání úvěru, sjednáš si schůzku v bance a o úvěr zažádáš. Banka ti pomůže vyhodnotit tvou finanční situaci a schopnost splácet. Pokud je s žádostí spokojena, peníze ti půjčí.

► Splátka

Následně musíš začít platit zpět peníze, které sis půjčil/a. Obvykle to děláš v malých částkách každý měsíc, dokud dluh úplně nezaplatíš. Tato částka se nazývá **splátka**.

► Úroky

Když si půjčuješ peníze, neplatíš zpět jenom to, co sis půjčil/a. Platíš také něco navíc, což se nazývá úrok. Úrok je cena, kterou platíš za to, že si od někoho jiného půjčuješ peníze. Výši úroků obvykle najdeš na internetových stránkách banky.

► RPSN

Neboli „roční procentuální sazba nákladů“ je také velmi důležité číslo, které musíš zohlednit, pokud si půjčuješ peníze. Toto číslo zahrnuje jak výši úrokové sazby, tak výši poplatků bance za její služby. Čím je vyšší, tím je půjčka dražší a naopak. Na základě výše RPSN si může každý půjčky porovnat a vybrat tu nejvýhodnější.



V současné době existuje mnoho nebankovních společností, které na internetu nebo v televizi slibují půjčení peněz bez problémů, ve velmi krátké době (například: „Peníze na účtu do deseti minut a bez podmínek!“) a lákají na nízké splátky. Takové úvěry však často zahrnují skryté poplatky, vysoké úrokové sazby, nekvalitní služby pro zákazníky a celkově nevýhodné podmínky pro splácení!

HYPOTÉKY

Hypotéka je speciální druh půjčky, kterou si lidé berou, když si chtějí koupit nemovitost (byt, dům, pozemek). Pokud si chceš koupit svou nemovitost, obvykle nemáš dost peněz, abys ji zaplatil/a najednou. Obrátíš se tedy na banku nebo finančního poradce, kteří ti pomohou zajistit vhodné financování. Pokud si od banky půjčíš peníze na koupi nemovitosti, máš u ní dluh, který se nazývá **hypotéka**.

Společně s hypotékou slibuješ bance, že jí budeš každý měsíc platit určitou částku peněz, dokud vše nezaplatíš zpět. Banka si také vezme nemovitost jako záruku, což znamená, že pokud nedokážeš splácet hypotéku, může nemovitost prodat, aby získala své peníze zpět.

A nezapomeň – za to, že ti banka peníze půjčila, bude chtít nějaké peníze navíc, to jsou **úroky**, o které ti banka splátku navýší. Každá banka má trochu jinou výši úroků, proto je vhodné si ji předem zjistit, například na jejich internetových stránkách. Většinou tam najdeš i tzv. **hypoteční kalkulačku**, která ti pomůže se spočítáním přibližné výše tvé měsíční splátky.

Pro lepší pochopení si to ukážeme na příkladu:

Seznam se s Benem! Benovi je 23 let a už čtyři roky pracuje. Byl proto schopen našetřit 150 000 Kč. Chce se osamostatnit a přemýšlí o koupi menšího bytu v ceně 1 500 000 Kč.

Jelikož Ben již déle než rok vydělává a na účet mu pravidelně chodí výplata, je jeho banka ochotná mu na koupi bytu půjčit. Má ale podmínku – Ben musí dát ze svého minimálně 10 % z ceny bytu, tedy 150 000 Kč. To je jeho vklad, kterým bance ukáže, že je finančně připravený na koupi nemovitosti. Ben si tedy na koupi nemovitosti potřebuje půjčit 1 350 000 Kč. Benova banka má zároveň stanovený úrok 4,44 %.



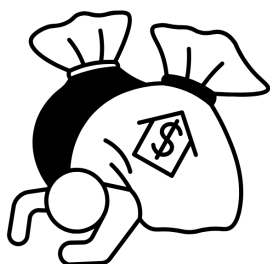
Kromě výše úroků by Bena měla zajímat také výše RPSN (roční procentuální sazba nákladů). Ta zahrnuje všechny náklady banky spojené s hypotékou – obsahuje úrok i ostatní náklady na bankovní služby. V Benově případě je to 5,32 %. Ben tedy zaplatí ročně navíc 5,32 % z půjčené částky (za úroky a bankovní služby). Jelikož je Ben stále hodně mladý, banka mu nabídne, že hypotéku může splácet až 30 let.

Za těchto podmínek se splátka Benovy hypotéky bude pohybovat kolem 7000 Kč měsíčně. Až bude mít Ben splacené všechny peníze, včetně úroků a poplatků, bude byt jeho. Když nebude splácet, může o byt přijít.



Pamatuj, že koupě vlastní nemovitosti je velkým krokem a zároveň závazkem na spoustu let, který je potřeba si pořádně promyslet. S tím ti může pomoci zkušený finanční poradce nebo pracovník banky.

DLUHY



Můžeš se dostat do situace, kdy peníze zkrátka dojdou nebo jich nebudeš mít dostatek. Třeba přijdeš o práci, objeví se vysoké nečekané výdaje apod. Pak se stává, že lidé odkládají nutné povinné platby nebo si berou půjčky. A už jsou z nich dlužníci! Nejlepší je do dluhů se nikdy nedostat.

V rámci dluhové problematiky jsou důležité dva pojmy, a to **dlužník** (ten, kdo dluží peníze) a **věřitel** (ten, komu jsou dluženy peníze).

NEJČASTĚJŠÍ DLUHY JSOU

- ▶ za jízdu na černo v MHD a následné nezaplacení pokuty,
- ▶ za nezaplacení poplatků za odpady (platí se tam, kde máš trvalé bydliště),
- ▶ za nezaplacení vyúčtování u mobilního operátora (paušál),
- ▶ za neplacení zdravotního pojištění,

- ▶ za pořízení věcí na splátky – například elektroniky.

Dluhy vznikají také tak, že si od někoho půjčíš peníze – může to být od přátel, v rodině nebo třeba od banky nebo jiné společnosti.

JAK PŘEDEJÍT POTÍŽÍM S PŮJČKAMI

- ▶ **Nepůjčuj si na zbytečnosti** – Vždy si nejdříve rozmysli, zda předmět nebo službu, kterou si chceš s pomocí půjčky (úvěru) pořídit, v současné době skutečně potřebuješ. Nepořizuj si na dluh věc, kterou nepotřebuješ, ale jen ji chceš, třeba nový mobilní telefon, když starý ještě funguje.
- ▶ **Nepřeplácej dobu využití** – Nekupuj si na dluh nic, co budeš splácet delší dobu než reálně užívat. Je hloupost splácet rok týdenní dovolenou.
- ▶ **Neriskuj bankrot** – Spočítej si, kolik korun měsíčně si můžeš dovolit splácet tak, aby ti zbyla ještě nějaká rezerva. Vycházej ze svého osobního rozpočtu.
- ▶ **Nedůvěřuj všem a hned** – Pečlivě si prověř toho, kdo ti nabízí půjčku (úvěr). Neber automaticky první půjčku, která se ti namane. A pozor na půjčky od „dobrých kamarádů“.
- ▶ **Nepodepisuj neznámé** – Dobře se seznam se smlouvou k půjčce a s jejími podmínkami, včetně případných sankcí či pokut. Nepodepisuj nic, čemu nerozumíš. V případě potřeby se porad s odborníky.

- ▶ **Vše řádně a včas splácej** – Drž se nastavených pravidel a dodržuj harmonogram splátek.
- ▶ **Nepůjčuj si na půjčku** – Pokud nebudeš schopen úvěr řádně splácet, nepůjčuj si další peníze na vyrovnaní dluhu. Snaž se domluvit na řešení přímo s tím, komu dlužíš. Jinak se dostaneš do dluhové spirály – dlužníci si berou další a další půjčky, aby zaplatili ty předešlé. Měsíční výše splátek tak roste, až se stane neúnosnou. A pak hrozí exekuce.

CO KDYŽ UŽ DLUHY MÁM A NEMÁM NA SPLÁTKY?

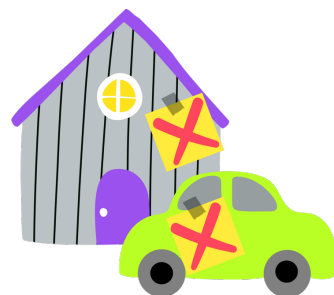
Vždycky je zásadní se k takové situaci postavit čelem a začít ji řešit, svěřit se svým blízkým, vyhledat pomoc odborníků. **Nejhorší, co můžeš udělat, je nedělat nic.**

- ▶ **Nevyhýbej se komunikaci s věřiteli a exekutorem** – přebírej poštu, zvedej telefony. Ignorování výzev celou situaci ještě zhorší.
- ▶ **Udělej si v dluzích pořádek, přehled, co komu dlužíš, kdy máš půjčky splatit.** Existuje několik registrů a institucí, kde lze získat informace o dluzích a exekucích – exekuční registr, Solus, bankovní nebo nebankovní registr klientských informací, sociální pojišťovna, zdravotní pojišťovna, finanční úřad. Výpis z registru je zpravidla zpoplatněn. Zdarma ho získáš například ze zdravotní pojišťovny.
- ▶ **Jednej s tím, od koho sis půjčil/a.** Zkus vyjednat odklad splátek nebo nastavení splátkového kalendáře (pravidelné

- ▶ splácení po menších částkách). O splátkový kalendář můžeš požádat například zdravotní pojišťovny, finanční úřad, obce (týká se zejména dluhů za odpady), banky aj.
- ▶ **Požádej o odpuštění nebo snížení penále (úroků z prodlení).** Tuto možnost můžeš využít například u zdravotních pojišťoven, pokud ti vznikne dluh na zdravotním pojištění.

EXEKUCE

Pokud nebudeš to, co sis vypůjčil, ani po opakovaných upozorněních řádně splácet, hrozí ti exekuce = někdo od tebe bude dlužnou částku vymáhat. Exekuci nařizuje soud a provádí ji exekutor.



EXEKUCE MÁ NĚKOLIK PODOB

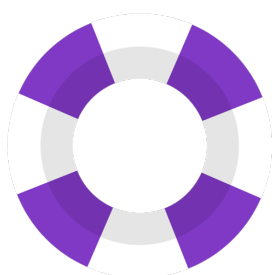
- ▶ **Exekuce na bankovní účet** – Exekutor dlužníkovi zmrazí bankovní účet, se kterým dlužník od té chvíle nemůže nijak nakládat (posílat z něj platby apod.). Z účtu si může vybrat pouze hotovost ve výši trojnásobku životního minima. Veškeré další peníze z účtu jsou pak použity na úhradu dluhů.
- ▶ **Exekuce na plat** – Dlužníkovi (pokud pracuje) je na základě soudního příkazu pravidelně strhávána částka z každé výplaty, aby své dluhy začal splácet.

- ▶ **Zabavení a prodej majetku** – To jsou známé návštěvy exekutorů v domácnosti, kde zabavují a následně prodávají majetek, aby z peněz mohli uhradit dluhy.
- ▶ **Platební rozkaz** – Soudní nařízení k okamžitému zaplacení dluhů.

JAK PŘEDEJÍT EXEKUCI

- ① **Snažit se splatit dluhy hned**, jak nastanou (například pokuta za jízdu na černo v MHD).
- ② **Sestavit si domácí rozpočet** a začít šetřit. Omezit své výdaje na minimum a nekupovat zbytečnosti (alkohol, cigarety apod.).
- ③ **Hledat další cesty** zvýšení svých příjmů, jako například brigádu, které ti umožní splatit dluhy co nejdříve.

INSOLVENCE



Pokud bys dlužil/a více věřitelům a nezvládal/a splácet, můžeš požádat soud o schválení **insolvence** (oddlužení), což je takový osobní bankrot. Podmínkou je ale pravidelný příjem.

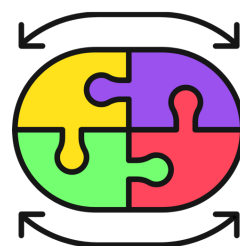
V případě, že soud insolvenci schválí, začíná běžet lhůta 5 let, v nichž máš uhradit alespoň 30 % z dlužné částky. Po tuhle dobu budeš žít z minimálních příjmů a každý příjem navíc budeš muset odevzdat na splácení svých dluhů. V některých

případech může oddlužení trvat i kratší dobu.

Pokud budeš v insolvenci řádně splácet, měly by ti být po uplynutí stanovené lhůty zbylé dluhy prominuty. V případě návrhu na insolvenci je dobré spolupracovat s nějakou organizací, která se zabývá dluhovým poradenstvím (seznam najdeš na konci manuálu).

KONSOLIDACE

Konsolidace znamená sloučení více závazků (půjček) do jednoho. Místo několika původních menších půjček vznikne jedna větší. Splátka bude nižší než součet předchozích jednotlivých splátek. Zároveň se tím nejspíše prodlouží celková doba splácení. Konsolidaci je vhodné řešit v bance.





SOCIÁLNÍ DÁVKY



Téma, které není úplně atraktivní, ale stojí za to se mu věnovat, jsou sociální dávky. Můžeš se ocitnout v situaci, že **nebudeš mít dostatek prostředků na své živobytí**. V takovém případě ti může pomoci stát, a to výplatou sociálních dávek. Jejich výše se v průběhu času mění.

Sociálních dávek je hodně a dělí se do kategorií:

- ▶ **Pojistké dávky** – nemocenské (u zaměstnaných lidí nahrazuje příjem při pracovní neschopnosti), podpora v nezaměstnanosti, peněžitá pomoc v mateřství, otcovská dovolená, ošetřovné, starobní důchod, invalidní důchod, sirotčí důchod, vdovský/vdovecký důchod. Většinu z nich vyplácí Česká zpráva sociálního zabezpečení (ČSSZ). Mají na ně nárok všichni, co si řádně hradí sociální pojištění – zaměstnanci, OSVČ (podnikatelé) nebo třeba studenti.
- ▶ **Nepojistné dávky** – rodičovský příspěvek, porodné, pohřebné, příspěvek na péči, náhradní výživné (pokud rodič nehradí výživné na své dítě), dávky pěstounské péče, dávka mimořádné okamžité pomoci, dávka státní sociální pomoci (tzv. „superdávka“). Pomáhají lidem, kteří se ocitli v náročné situaci – např. mají nízké příjmy, pečují o dítě či o osobu blízkou nebo se jim stane něco mimořádného (ztráta bydlení apod.). Většinu z těchto dávek vyplácí **úřad práce**.

DÁVKY, CO SE HODÍ ZNÁT

DÁVKY PĚSTOUNSKÉ PÉČE

Pěstounská nebo poručenská péče (nově i péče 3. nebo jiné osoby) nemusí automaticky končit 18. rokem věku. Může totiž pokračovat až do tvých 26 let, pokud se připravuješ na budoucí povolání, tedy studuješ, a žiješ s pěstounem/pěstouny ve společné domácnosti. Pěstounům nebo poručníkům nadále chodí odměna či příspěvek při pěstounské péči. **Některé dávky jsou pak vypláceny přímo tobě:**

▶ Příspěvek na úhradu potřeb dítěte

Jak již vyplývá ze samotného názvu, jedná se o dávku, která je určená na úhradu tvých potřeb. Mladému dospělému ve věku od 18 do 26 let byla v roce 2024 vyplácena ve výši 9 220 Kč/měsíc.

▶ Jednorázový zaopatřovací příspěvek

Pokud po dosažení plnoletosti nebudeš chtít dál studovat nebo studium kdykoliv později ukončíš, pěstounská péče zanikne. Na úřadu práce si pak můžeš požádat o tuto sociální dávku. V roce 2024 se jednalo o částku 28 750 Kč. Dávka by ti měla pomoci více se osamostatnit. Můžeš ji použít třeba na kauci nebo zaplacení nájmu v novém bydlení.

► Opakující se zaopatřovací příspěvek

Jestliže ještě studuješ, ale už se chceš postavit na vlastní nohy a odstěhovat se z domácnosti pěstouna/pěstounů, pak ti v tomhle pomůže právě tato opakující se sociální dávka. Zažádat si o ni můžeš před dovršením 18. narozenin nebo kdykoliv poté opět na úřadu práce. Kromě nezaopatřenosti, tedy pokračování studia, ale musíš splnit ještě jednu důležitou podmínku, a to spolupráci se sociálním kurátorem pro dospělé. Ten na tebe bude průběžně dohlížet a sledovat, jak se ti v samostatném životě daří.

Spolu s ním si vytvoříš svůj individuální plán, tzn. čeho bys chtěl/a v určitém časovém úseku dosáhnout (například dokončit studium, najít si brigádu apod.), na kterém budete společně pracovat. Sestavení individuálního plánu musí proběhnout ještě před tím, než o tuto sociální dávku úřad práce vůbec požádáš. V roce 2024 by sis měsíčně přišel/přišla na 17 250 Kč.

DÁVKA STÁTNÍ SOCIÁLNÍ POMOCI

► Superdávka

Jedná se o novou dávku, která slouží jako forma pomoci od státu. **Nahradila několik starých dávek**, o kterých jsi už možná slyšel/a – přídavek na dítě, příspěvek na bydlení, doplatek na bydlení a příspěvek na živobytí. Jejím cílem je, aby vše bylo jednodušší, přehlednější a aby pomoc dostali hlavně ti, kteří ji opravdu potřebují.

Skládá se ze čtyř částí:

- ▶ **živobytí** – pomáhá lidem s úhradou běžných věcí, které potřebují každý den, jako je např. jídlo, oblečení nebo hygienické potřeby,
- ▶ **bydlení** – pomáhá s placením nájmu nebo energií, pokud má jednotlivec nebo rodina nízké příjmy,
- ▶ **bonus na dítě** – je určený pro rodiny, které mají děti, co chodí do školy nebo do předškolního vzdělávání,
- ▶ **pracovní bonus** – má odměnit domácnosti, kde někdo pracuje. Motivuje lidi k tomu, aby si alespoň nějakou práci udrželi, i kdyby byla hůře placená.

Aby ti vznikl na dávku nárok, **musíš buď studovat, pracovat, nebo být vedený/a na úřadu práce**. Úřad práce pak bude zajímat také to, jestli máš příjem, jak je vysoký, zda vlastníš nějaký větší majetek (auto, dům/byt) a kolik máš našetřeno. Také se bude ptát, s kým žiješ – jestli sám, nebo s přáteli/rodinou.

Jak podat žádost?

- ▶ **Přes internet (online)** – můžeš použít aplikaci, která se jmenuje **Jenda**, a tam se přihlásit. **Potřebuješ k tomu ale bankovní identitu**, což je něco jako tvůj průkaz totožnosti na internetu, který ti vystaví tvoje banka, nebo elektronickou občanku. Aplikace tě pak sama navede, co vše tu máš vyplnit a jaké dokumenty doložit. Potřebuješ jenom počítač nebo chytrý telefon

a funkční internet. Pokud ti práce s online formuláři bude připadat složitá nebo ti nepůjde některé dokumenty do aplikace nahrát, **vždy můžeš zajít na úřad práce, kde ti se vším pomohou.**

- ▶ **Osobně (na pobočce úřadu práce)** – tomu se říká asistované podání. V tomto případě je nejlepší se na pobočku úřadu práce v místě, kde bydlíš, předem objednat, což je možné např. prostřednictvím webových stránek úřadu práce. Pokud to neuděláš, čekají tě tu dlouhé fronty a musíš počítat s tím, že se na tebe třeba ani nedostane řada. **S sebou musíš mít hlavně svůj občanský průkaz**, aby si na úřadu mohli ověřit tvoji totožnost a **případně i souhlas dospělých osob**, které s tebou žijí ve společné domácnosti. Pracovníci úřadu práce za tebe zadají veškeré důležité údaje a případně tě upozorní, co vše ještě musíš donést.



Pokud se na úřad práce dopředu elektronicky objednáš, přijde ti potvrzovací e-mail, kde budeš mít uvedeno vše, co si máš vzít s sebou, až půjdeš o dávku žádat, což je velká výhoda.



KDE HLEDAT POMOC



Pokud si se svojí finanční situací nebudeš vědět rady, můžeš se obrátit pro pomoc na níže uvedené kontakty. Pobočky mají i v některých dalších městech mimo Plzeň, lze je najít na internetových stránkách organizací.



Občanská poradna Plzeň

Koterovská 41, 326 00 Plzeň

tel.: 377 456 468

mobil: 777 456 468

e-mail: poradna@opplzen.cz

web: www.opplzen.cz



Poradna při finanční tísni, o. p. s.

Kopeckého sady 11, 301 00 Plzeň

tel.: 371 124 555

e-mail: poradna@financnitisen.cz

web: www.financnitisen.cz



Člověk v tísni

Mikulášské nám. 552/17, 326 00 Plzeň

tel.: 770 183 629

e-mail: mail@clovekvstisni.cz

web: www.clovekvstisni.cz





KDE HLEDAT INFORMACE



www.uradprace.cz

www.mpsv.cz

www.duofinance.cz

www.eopenize.cz

www.moneta.cz

www.financnezdravejsi.csas.cz

www.financnivzdelavani.cz

www.banky.cz

www.svsp.cz

www.nasedluhy.cz

www.zpasti.cz

www.usetreno.cz

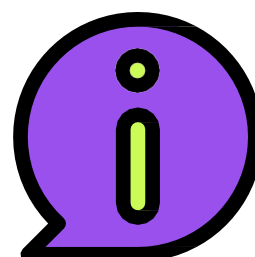
www.pruvodcepodnikanim.cz

www.kb.cz

www.ebankrot.cz

www.kontrolaexekuce.cz

www.zdluhu.cz



Uvedené odkazy jsou zároveň zdrojem informací v tomto manuálu.



MŮJ OSOBNÍ ROZPOČET



Zaznamenávání svých příjmů a výdajů můžeš pojmout různými způsoby. Připravili jsme pro tebe šablonu, aby sis mohl/a rovnou vyzkoušet vyplnit si svůj osobní měsíční rozpočet.

PŘÍJMY	
Čistý příjem (výplata, dávky...)	
Boční příjem (brigáda...)	
CELKEM PŘÍJMY:	

FIXNÍ VÝDAJE	
Bydlení (nájem/hypotéka)	
Energie a služby	
Jídlo a pití	
Volání a internet	
Pojištění	
Doprava (MHD, nafta/benzín)	
Televize/rozhlas	
Spoření a investice	
CELKEM FIXNÍ VÝDAJE:	

VÝDAJE PRO RADOST	
Oblečení a boty	
Kosmetika a hygiena	
Restaurace a bary	
Zábava/kultura	
Dárky	
Dovolená	
Nákupy/elektronika	
Vzdělávání (kurzy, školné)	
CELKEM VÝDAJE PRO RADOST:	

Celkem výdaje	
MĚSÍČNÍ SHRNUÍ (PŘÍJMY mínus VÝDAJE)	



Pro tvé pravidelné účetní záznamy můžeš použít vymazlený osobní rozpočet, který najdeš na www.domus-cpr.cz v sekci ke stažení/Domusáci

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Handwriting practice lines consisting of 18 horizontal dashed lines.