

# Кошелёк на диете

Финансовая грамотность:  
как воздержаться от неразумных трат



**Люди часто покупают товары, которые им совершенно не нужны. Каждый из нас хотя бы раз уходил из магазина с покупками, которые не входили в его планы. Есть закономерность: с ростом доходов свободных денег в кошельках граждан больше не становится. Всё потому, что 35% покупок мы совершаем импульсивно.**

**В** преддверии новогодних праздников эта тема становится особенно актуальной: магазины объявили титульные распродажи, действующие на наши покупательские позывы как катализатор. Есть несколько нехитрых правил, позволяющих держать шопоголизм в узде.

Всё по плану. Заведите привычкуходить в магазин со списком покупок, будь то продукты, одежда или предметы быта. Избавьтесь от принципа «в хозяйстве пригодится». Как правило, так покупается то, что потом пылится на полках. Расчитайте бюджет на день и укладывайтесь в этот бюджет.

Не лечитесь шопингом. Ваши эмоции никак не связаны с вещами. Поэтому, если вы в депрессии, расстроены, злы, одиноки, идите

«Едадил». Перед покупкой бытовой техники загляните, например, на «Яндекс.Маркет». Техника в интернет-магазинах чаще всего стоит дешевле. В преддверии распродаж запомните стоимость тех вещей, которые планируете купить. Убедитесь, что они действительно стали дешевле.

Торопитесь медленно. Перееспите с мыслью о покупке. А лучше отложите приобретение дорогих крупных вещей на некоторое время. Если очень хочется что-

**С ростом доходов свободных денег в кошельках граждан больше не становится. Всё потому, что 35% покупок мы совершаем импульсивно**

то купить, например платёж (которых у вас в шкафу 10 штук, и всё равно ничего нет), то развернитесь и вернитесь завтра, а лучше через неделю.

Запомните: мелкие траты нередко лишь иллюзия. Наверняка вы слышали про «эффект капучино», который показывает, как много денег мы можем тратить на свои привычки. Например, по 150 руб. в день на кофе. В неделю это 750 руб. В месяц — 3000 руб. А в год — 36 тыс. руб. И это только за кофе!

Осторожнее на кассе. Далеко не каждый человек может удержать себя от покупки ненужных шоколадок, жевательных резинок, кон-

•всё под контролем

Анастасия Южная



ПЕРМЭНЕРГОСБЫТ

•предупреждение

Реклама

## Оставьте долги в прошлом!

Компания «Пермэнергосбыт» начинает кампанию «Большое отключение»

**ПАО «Пермэнергосбыт» сообщает о старте кампании «Большое отключение», в рамках которой будут применяться жёсткие методы для работы с должниками за электроэнергию. Кампания будет проводиться на территории Пермского края в течение всех зимних месяцев.**

**«З**аконы и правила едини. Но кто-то честно оплачивает счета за свет, а кто-то считает себя хитрым и умным. На каждого «хитрого и умного» найдутся свои методы работы, главный из которых — отключение электроэнергии. Писем и уведомлений некоторые должники уже не понимают. Значит, будем отключать, это честно по отношению к тем, кто платит вовремя», — говорит директор по операционной деятельности и работе с розничными клиентами ПАО «Пермэнергосбыт» Павел Пилипенко.

В очередь на отключение сегодня поставлено порядка 20% абонентов-должников. В «Пермэнергосбыте» настроены решительно: если неплатильщики не погасят задолженность, им просто «выключат свет». Для повторного подключения придется оплатить задолженность, штрафы и пени (от 10 до 23,16% годовых от суммы, в зависимости от срока), а также внести плату за подключение — 1000 руб. Подключат электроэнергию должнику только спустя 48 часов после поступления платежа на счёт компании.

В компании рекомендуют всем клиентам погасить всю имеющуюся задолженность и передать текущие показания до наступления Нового года. Удобнее всего это делать через «Личный кабинет» на сайте компании [www.permenergosbyt.ru](http://www.permenergosbyt.ru): для входа требуются лишь номер лицевого счёта, фамилия и номер вашего телефона.

Кроме того, своевременно, до 25 декабря, погасив всю задолженность, вы сможете не платить штрафные пени: таковы условия акции «В Новый год — без долгов!», которую проводит «Пермэнергосбыт» в декабре текущего года.

Оставьте ваши долги в стадии 2017 года и встречайте Новый год при свете, а не при свечах!

•поддержка

## Нужна помощь

Мы долго не решались на это обращение, потому что надеялись на чудо. На то, что это всё происходит не в нашей семье и что врачи ошиблись...

Но, к сожалению, случилось то, что случилось. Мое му мужу Михаилу Гергерту, папе наших троих детей, был поставлен диагноз — МТС с корнем языка в л/у шеи справа. Понадобилось дорогостоящее лекарство. Оказалось, мир полон добрых и отзывчивых людей! Огромное им спасибо за быструю помощь! Теперь лекарство выкуплено!

Однако мы не прекращаем сбор денежных средств: есть надежда, что дальнейшее лечение будет проходить в Израиле. Нас готова принять клиника «Хадасса» в Иерусалиме.

На первоначальную диагностику, первую химиотерапию, нахождение в кли-



нике, билеты, возможное оперирование понадобится 2 млн руб. А максимальная сумма всего лечения может составить около 5 млн руб.

Просим вас помочь в перечислении денежных средств! Даже маленькая сумма будет важна!

Карта Сбербанка 5469490011202849 или номер 8-912-786-84-82, который привязан к карте (Гергерт Ксения Николаевна).

*С уважением и надеждой,  
вся семья Гергерт  
(Пермь, Кировский район)*

## Санаторий «Алмед» поздравляет с наступающим Новым годом и Рождеством!

Всем, кто всё ещё не знает, где, как и с кем провести новогодние праздники, санаторий «Алмед» впервые предлагает программу «Новогодние праздники — 2018»!

Программа рассчитана от 5 до 7 дней в период с 02.01.2018 по 08.01.2018, стоимость дня с проживанием и 4-разовым питанием — от 1990 руб. в сутки, без проживания и питания — от 750 руб. за день.

Программа включает: лечебные процедуры (массаж, циркулярный душ, подводный душ-массаж, душ Шарко, спелеотерапию, физиотерапевтические процедуры, прием минеральной воды, кислородные коктейли), посещение бассейна и сауны (через день), бильярд, настольный теннис, скандинавскую ходьбу, прокат лыж и снегокатов (для детей), караоке и дискотеки, развлекательные мероприятия. Индивидуальный подход к каждому.

Санаторий — это отличное место для того, чтобы получить удовольствие и зарядить организм здоровьем на весь год!



г. Пермь, ул. Кировоградская, 112.  
Тел.: (342) 252-70-42, 252-25-77.  
E-mail: [almed-perm@mail.ru](mailto:almed-perm@mail.ru).  
[www.almed.perm.ru](http://www.almed.perm.ru).

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА