

COVID19-მშობლობა

ოჯახის ბიუჯეტის შედგენა ფინანსური კრიზისის დროს

" COVID19-ის პერიოდში მილიონობით ადამიანი განიცდის სტრესს ფულთან დაკავშირებით. ასეთმა სტრესმა კი შესაძლოა ძალიან გამოგვაცალოს, გაგვაბრაზოს და გაგვანადგუროს. ბავშვები ან მოზარდების მოთხოვნებმა შესაძლოა კამათამდე და უთანხმოებამდე მიგვიყვანოს, მაგრამ ჩვენ შეგვიძლია ისე მოვიქცეთ რომ შევძლოთ ფინანსური სტრესისთვის თავის დაღწევა."

ჩართეთ ბავშვები და მოზარდები ოჯახის ბიუჯეტის დაგეგმვის პროცესში

- ბიუჯეტი არის ის, თუ როგორ გადაწყვეტიტავთ საკუთარი ფულის დახარჯვას, თუნდაც სტრესული პერიოდის განმავლობაში.
- ბიუჯეტის ერთობლივად შედგენა ეხმარება ბავშვებს იმის გაგებაში, რომ ჩვენ ყველას გვიწევს მკაცრი გადაწყვეტილებების მიღება ცხოვრების რთულ პერიოდში.
- ის აგრეთვე ეხმარება ოჯახებს საკუთარი ფინანსები გაანალიზონ ისე რომ ნაკლები თანხების სესხება მოუწიოთ თვის ბოლოს.

გაარკვიეთ, შეგიძლიათ იქონიოთ თუ არა ვინმეს დახმარების იმედი.

შესაძლოა თქვენმა მთავრობამ გამოყოს დახმარება ოჯახებზე ფულის ან საკვების სახით COVID-19-ის პერიოდში.

გაკითხეთ თუ თქვენს გარშემო გასცემენ რაიმე სახის დახმარებას.

ისაუბრეთ საჭიროებებზე და სურვილებზე

- საჭიროებები: რომელი ნივთებია მნიშვნელოვანი ან ძალზედ აუცილებელი თქვენი ოჯახისთვის რომ გადარჩეს? (მაგალითად: საკვები, საშონი ხელის დასაბანად, ავადმყოფი ან შშმ ოჯახის წევრების საჭიროებები)
- სურვილები: რომელია ის ნივთები რომელიც ძალიან კარგია თუ გექნებათ მაგრამ სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანი არაა?
- განიხილეთ თქვენს შვილებთან ერთად მოცემულთაგან რომელ ნივთზე აჯობებს ნაკლები ფულის დახარჯვა

რას ვხარჯავთ ახლა?

- აიღეთ ქაღალდის ფურცელი (ძველი გაზეთი ან მუყაოს ყუთი) და კალამი
- დახატეთ სურათები იმ ნივთებისა რაზეც თქვენ და თქვენი ოჯახი ყოველთვიურად ხარჯავთ ფულს.
- დახატულ სურათებს გვერდით მიუწერეთ ფასი / ღირებულება
- შეკრიბეთ და დაითვალოთ რამდენი ფული გაქვთ სახარჯოდ ყოველ თვე?

შეადგინეთ თქვენი საკუთარი ბიუჯეტი

- აიღეთ პატარა ჩანთა და ჩაყარეთ მასში ბევრი ქვები ან რაიმე მსგავსი. ეს თქვენი ფულია, მთელი თვის სამყოფი ფული.
- როგორც ოჯახი, გადაწყვიტეთ რაზე რამდენს დახარჯავთ და თითოეული ქვა დაალაგეთ შესაბამის სურათზე.
- თუკი შეძლებთ რომ ამ ქვებიდან სულ მცირე რაოდენობა მაინც გადადოთ მომავლისთვის, ან რაიმე სხვა გაუთვალისწინებელი შემთხვევისთვის- ეს შესანიშნავი იქნება.

ყოჩად! ეს რჩევები ძალიან დაეხმარა მილიონობით ოჯახებს.

მეტი ინფორმაციისთვის გადადით ქვემოთ მოცემულ ლინკებზე

- რჩევები ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციისაგან
- რჩევები UNICEF-სგან
- სხვა ენები
- მტკიცებულებაზე დაფუძნებული

