

Wioletta Błaż



Moje wydatki

Jak osoba z niepełnosprawnością intelektualną może zadbać o swoje pieniądze



Biblioteka self-adwokata



© Copyright by PSOUU, 2014

ISBN 978-83-60105-96-2

Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym

ul. Głogowa 2b, 02-639 Warszawa

Tel. 22 848-82-60, 22 646-03-14, Fax 22 848-61-62

zg@psouu.org.pl

redakcja@psouu.org.pl

www.psouu.org.pl

Projekt graficzny

serii i rysunki: Anna Sokołowska

Redakcja: Barbara Ewa Abramowska

Skład i druk: DG-GRAF, Warszawa



Publikacja jest dofinansowana ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Wioletta Błaż

Moje wydatki

Jak osoba z niepełnosprawnością intelektualną
może zadbać o swoje pieniądze



Warszawa 2014



Spis treści

| | |
|----------------------------|----|
| Moje pieniądze | 3 |
| Gospodarowanie pieniędzmi | 4 |
| Zakupy | 6 |
| Oszczędzanie | 7 |
| Usługi bankowe | 8 |
| Zakładanie konta | 9 |
| Jak korzystać z bankomatu | 11 |
| Konto internetowe | 13 |
| Kredyty i sprzedaż ratalna | 15 |

Moje pieniądze

Każdy człowiek ma swoje potrzeby. Aby zrealizować niektóre z nich niezbędne są **pieniądze**.

Tylko skąd je brać?

Pieniądze zarobisz idąc do pracy. Dorośli ludzie pracują i za wykonaną pracę otrzymują wynagrodzenie. Jeśli masz własne pieniądze to ty decydujesz na co je wydasz.

Warto zatem poszukać pracy, podpisać umowę z pracodawcą i zacząć samodzielnie zarabiać pieniądze.

W Polsce zwykle wypłatę otrzymuje się raz w miesiącu.

Ważne!

Pracując możesz jednocześnie pobierać rentę. Mówią o tym odpowiednie przepisy.

Jeśli osoba z niepełnosprawnością otrzymuje rentę lub wynagrodzenie za pracę i mieszka z rodzicami, to często rodzice gospodarują jej pieniędzmi.

Jeśli tak jest w twoim przypadku, warto porozmawiać z rodzicami o tym, żebyś mógł sam decydować na co wydawać część pieniędzy. Możecie wspólnie ustalić jakąś stałą kwotę, którą będziesz otrzymywać regularnie. Na przykład co tydzień. Będziesz mógł wydać je na to, co ty sam uznasz za tobie potrzebne.





Gospodarowanie pieniędzmi



Możesz od razu wydać całe wynagrodzenie zarobione w jednym miesiącu lub całą rentę, ale potem zabraknie ci pieniędzy na potrzebne wydatki.

Dlatego zawsze planuj na co wydasz swoje pieniądze.



W każdym miesiącu masz stałe, podstawowe wydatki:

- na jedzenie
- na opłaty rachunków za mieszkanie, prąd, telefon
- na środki higieny i czystości
- często - na stale zażywane leki.



Dodatkowe wydatki to takie, których nie opłacasz regularnie w każdym miesiącu. Są to pieniądze wydane na kupno ubrań, kosmetyków, sprzętu domowego oraz opłaty za usługi, na przykład fryzjera.



Jeżeli chcesz ciekawie spędzać czas wolny, musisz również płacić za bilety do teatru lub kina, posiłek w restauracji czy bilety komunikacji miejskiej.

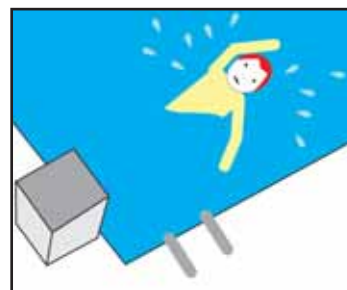
Pamiętaj:

Warto zapisywać systematycznie swoje wydatki. Pomoże ci to w planowaniu wydatków w następnym miesiącu.

Dobrze jest zbierać rachunki i paragony ze sklepów, żeby móc zawsze sprawdzić ceny towarów i usług.

Do planowania wydatków możesz wykorzystać wzór tabeli:

| | |
|--------------------------------|----------|
| Wyżywienie | |
| 1. pieczywo | zł |
| 2. wędliny | zł |
| 3. warzywa | zł |
| 4. | zł |
| Opłaty związane z mieszkaniem: | |
| 1. czynsz | zł |
| 2. prąd | zł |
| 3. | zł |
| Czas wolny: | |
| 1. bilety do kina | zł |
| 2. basen | zł |
| 3. wstęp do muzeum | zł |
| 4. | zł |
| Inne wydatki: | |
| 1. bilety komunikacji | zł |
| 2. ubrania | zł |
| 3. | zł |
| RAZEM: | zł |





Zakupy



Idąc na zakupy przygotuj szczegółową listę zakupów. Kupuj tylko to, co jest zapisane na liście. Dobrze zastanów się, czy rzecz którą chcesz wpisać na listę jest ci naprawdę potrzebna.



Duże sklepy mają wiele sposobów, aby zachęcić nas do dodatkowych zakupów. Są to: reklamy, gazetki, darmowe poczęstunki, promocje, rabaty i tak zwane gratisy. Nawet towar jest układany na półkach w odpowiedni sposób. Tańsze produkty są na niskich półkach, a te droższe na wysokości naszego wzroku.



Pamiętaj:

Nie zawsze towar oznaczony jako PROMOCJA jest naprawdę najtańszy. Warto sprawdzać ceny w różnych sklepach lub skorzystać z internetowej porównywarki cen.

Robiąc zakupy zachowaj zdrowy rozsądek i nie daj się ponieść emocjom. Kupuj tylko to, co naprawdę konieczne.



Kiedy płacisz za zakupy nie chwal się i nie pokazuj ile masz pieniędzy. Złodzieje obserwują takie zachowania i mogą cię okraść.

Ważne!

Zawsze pilnuj swojego portfela. Chowaj go w bezpieczne miejsce. Dobrze zamykaj torebkę lub plecak.

Oszczędzanie

Warto oszczędzać i odkładać pieniądze na większe zakupy, na przykład na rower lub telewizor. W zależności od tego ile kosztuje to co chcesz kupić, oszczędzanie może trwać kilka miesięcy a nawet rok lub dłużej. Trzeba być cierpliwym!

Najprostszym sposobem oszczędzania jest wrzucanie pieniędzy do skarbonki. Możesz wkładać tam nawet niewielkie kwoty. Na przykład reszty z zakupów. Gdy skarbonka będzie pełna, zdziwisz się jak wiele się uzbierało.

Oszczędzać możesz także zakładając konto w banku. Będą tam co miesiąc wpływać twoje pieniądze z renty lub z wynagrodzenia za pracę. Gdy pieniądze są w banku nie ma pokusy, by je szybko wydać.

Pieniądze złożone na rachunku bankowym są na pewno bardziej bezpieczne niż te trzymane w domu albo w portmonetce. Poza tym, bank dokłada niewielką kwotę do twoich pieniędzy. Jest to tak zwane oprocentowanie konta. Jest ono różne w różnych bankach.

Pamiętaj:

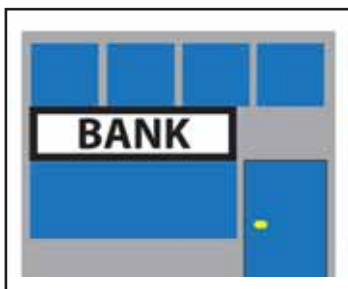
Idąc na zakupy lub wybierając się w podróż zabierz jedynie niezbędną ilość gotówki. Jeśli ktoś ci ją ukradnie, to stracisz tylko niewielką część swoich pieniędzy.

| KALENDARZ 2014 | | | |
|---|---|---|---|
| STYCZEŃ | LUTY | MARZEC | KWIECIEŃ |
| 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 |
| MAJ | CZERWIEC | LIPIEC | SIERPIEŃ |
| 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 |
| WRZESIEŃ | PAŹDZIERNIK | LISTOPAD | GRUDZIEŃ |
| 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 |





Usługi bankowe



Bank to instytucja, gdzie bezpiecznie możesz przechowywać swoje pieniądze.

Najpierw jednak musisz założyć konto bankowe. Najpopularniejszym kontem jest rachunek oszczędnościowo-rozliczeniowy czyli ROR.



Warto wybrać bank, który znajduje się blisko twojego miejsca zamieszkania lub miejsca pracy. Sprawdź też czy w najbliższej okolicy jest bankomat tego banku.

Wybierając się do banku, weź ze sobą dowód osobisty. Twoje dane osobowe, wpisane do dowodu będą potrzebne, żeby załatwić sprawę w banku.



Dane osobowe to:

- nazwisko
- imię
- data urodzenia
- miejsce urodzenia
- adres zamieszkania
- numer PESEL.



Pamiętaj:

W każdym banku jest stanowisko INFORMACJA. Podejdź tam i zapytaj gdzie możesz załatwić swoją sprawę.

Zakładanie konta

Aby założyć konto musisz podejść do odpowiedniego stanowiska lub do okienka w banku. Pracownik banku pomoże ci wypełnić formularz. Sprawdzi też, czy dane osobowe wpisane do formularza zgadzają się z twoim dowodem osobistym.



Z bankiem zawierasz umowę dotyczącą prowadzenia konta. Musisz ją dokładnie przeczytać i podpisać. Jeśli masz problem z czytaniem, poproś osobę, która cię obsługuje, by przeczytała ci na głos ten dokument. Jeśli czegoś nie rozumiesz poproś o wyjaśnienie.



Przygotuj się:

W umowie musisz określić jaka najmniejsza kwota pieniędzy będzie co miesiąc wpływała na twoje konto. Możesz powiedzieć, że to będzie na przykład 100 złotych.

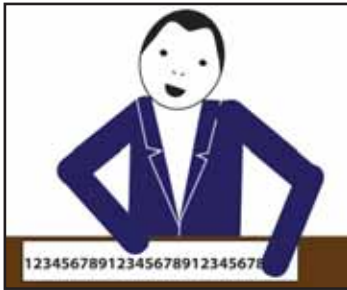
Oczywiście zawsze może to być więcej, ale nie mniej!



Teraz czas na podpis. To ważne byś umiał własnoręcznie podpisać się.

Zawsze podpisuj się tak samo, aby nikt inny nie mógł podpisać się za ciebie i wybrać pieniądze z twojego konta.





Po podpisaniu umowy otrzymasz numer konta. Podaj go pracodawcy, żeby tam wpłacał twoje wynagrodzenie.

Na konto może być wpłacane:

- twoje wynagrodzenie za pracę
- renta
- ktoś może wpłacić ci pieniądze
- sam możesz wpłacać gotówkę.



Za prowadzenie konta bankowego pobierana jest opłata.

Różne banki pobierają opłaty o różnej wysokości. Są to koszty obsługi rachunku.



Kilka dni po podpisaniu umowy, otrzymasz **kartę płatniczą**. Bank wyśle ją do ciebie pocztą.

Do karty dołączony będzie numer PIN czyli 4 cyfry.



Ważne!

Nikomu nie mów jaki jest twój numer PIN.

Tylko ty powinieneś go znać. Nie noś też zapisanego numeru razem z kartą.

Musisz zapamiętać ten numer, żeby korzystać z karty!



Zazwyczaj trzeba:

1. wybrać klawiszem język - **polski**, angielski, niemiecki
2. wpisać PIN
3. wybrać operację, którą chcesz wykonać, czyli – wypłata pieniędzy
4. wybrać kwotę, którą chcesz dostać. Pokażą się liczby, na przykład 50, 100, 200, 300, inna. Jeśli naciśniesz „inna”, musisz wpisać na klawiaturze kwotę (na przykład 150 złotych)
5. wpisać czy chcesz potwierdzenie transakcji? Tak – Nie.

Teraz poczekaj aż bankomat wysunie banknoty. Sprawdź czy jest taka kwota, jaką wpisałeś.

Jeżeli wpisałeś, że chcesz otrzymać potwierdzenie transakcji, poczekaj aż bankomat wydrukuje to potwierdzenie.

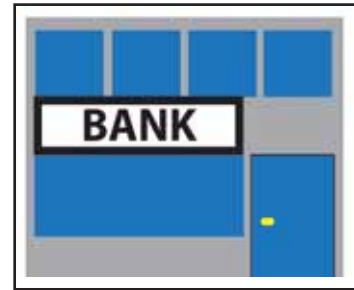
Najlepiej jest korzystać z bankomatów swojego banku. Bankomaty należące do innych banków mogą pobierać z twojego konta dodatkową opłatę.

Pamiętaj:

Jeśli na twoim koncie nie ma już pieniędzy, bankomat nic ci nie wypłaci!

Ważne!

Jeśli zgubisz kartę lub podejrzewasz, że ją ukradziono, od razu zadzwoń lub idź do banku i powiedz o tym. Bank wtedy zablokuje twoje konto, by ktoś nie pobrał twoich pieniędzy.



W Polsce działa numer, pod którym można zastrzec kartę wydaną przez większość banków.

Jest to numer **828 828 828**

Zanim zadzwonisz na ten numer, przypomnij sobie nazwę twojego banku. Będzie to pierwsze pytanie, które usłyszysz po uzyskaniu połączenia.

**Konto internetowe**

Jeśli masz komputer z dostępem do internetu, możesz założyć konto internetowe. Konto internetowe szczególnie przydatne jest osobom, które mają problemy z samodzielnym poruszaniem się. Nie muszą wtedy tak często chodzić do swojego banku.



Żeby korzystać z konta internetowego, trzeba bardzo uważnie czytać polecenia i informacje, które pokazują się na ekranie. Za każdym razem musisz zalogować się do systemu operacyjnego banku.





Zalogowanie oznacza, że musisz wpisać swój numer, czyli identyfikator oraz hasło. Hasło ustanawiasz sam i nie powinieneś go nikomu zdradzać.



Za pośrednictwem konta internetowego możesz opłacać wszystkie comiesięczne rachunki. Na przykład za czynsz, telefon, telewizję. I nawet nie musisz pamiętać o tym. Możesz złożyć tak zwane stałe zlecenie. Wtedy bank dopilnuje terminu i dokona płatności z twojego konta.



Przez internet możesz również opłacać inne, jednorazowe rachunki lub zakupy. Możesz też przelać pieniądze ze swojego konta na konto kogoś innego. W taki sposób możesz komuś pożyczyć pieniądze.



W internecie możesz też śledzić historię swojego rachunku, czyli możesz sprawdzać:

- ile aktualnie masz pieniędzy na koncie
- kiedy wpłynęła na twoje konto wypłata lub renta
- ile ostatnio wybrałeś z bankomatu
- ile zapłaciłeś za zakupy w sklepie.

Za prowadzenie konta internetowego zazwyczaj bank pobiera dodatkową opłatę.

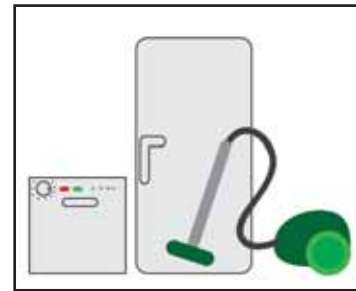
Kredyty i sprzedaż ratalna

Czasem ludziom brakuje pieniędzy a potrzebują kupić jakąś rzecz. Mogą wtedy wziąć pożyczkę lub kredyt z banku lub z innej firmy.



Najczęściej kredyt bierze się na zakup bardzo drogiej rzeczy, na przykład mieszkania, samochodu.

Często sprzedawcy w sklepach zachęcają by kupić coś na raty, na przykład sprzęt AGD. Dobrze zastanów się zanim coś kupisz na raty. Przez długi czas będziesz później spłacał określoną kwotę. Kupując na raty, zawsze za towar zapłacisz więcej.



Pamiętaj:

Biorąc pożyczkę lub kredyt musisz spłacić ją w określonym czasie. Oddajesz więcej pieniędzy niż pożyczyleś. To są odsetki.



Ważne!

Uważaj na pożyczki chwilówki. Biorąc chwilówkę, oddajesz dużo więcej pieniędzy niż ci pożyczono. Najczęściej firmy pożyczkowe zachęcają do wzięcia chwilówek na ulotkach. Wyrzucaj od razu takie ulotki!





Zanim weźmiesz pożyczkę, poproś kogoś bliskiego o pomoc. Sprawdźcie czy firma, od której chcesz pożyczyć pieniądze istnieje i czy możesz tej firmie zaufać.

Listę firm, którym możesz zaufać i pożyczyć od nich pieniądze, znajdziesz:

- dzwoniąc za darmo pod numer **800 290 479**
- na stronie internetowej www.zanim-podpiszesz.pl.



Każda firma, która pożycza pieniądze musi cię dokładnie poinformować, ile pieniędzy będziesz musiał oddać.

Musi też powiedzieć, ile masz czasu na oddanie pieniędzy.

Dokładnie przeczytaj umowę z firmą, od której pożyczasz pieniądze.

Zawsze podpisuj tylko te dokumenty, które w całości rozumiesz.



Osoby z niepełnosprawnością intelektualną często stają się ofiarą oszustów. Oszuści proponują na pozór bardzo atrakcyjne oferty. Dlatego lepiej samodzielnie nie bierz kredytów. Nie podpisuj żadnych umów dotyczących pieniędzy.



Zdarza się też, że ktoś chce żebyś był jego **żyrantem** lub **poręczycielem**.

Jest to czasem potrzebne, aby on mógł wziąć pożyczkę. Nie zgadzaj się na to i nie podpisuj żadnych dokumentów! Jeśli taka osoba nie będzie potem spłacała rat, to ty będziesz musiał oddać pożyczone przez niego pieniądze i odsetki.



W serii **Biblioteka self-advokata** dotychczas ukazały się:

„*Mój czas wolny. Jak osoba z niepełnosprawnością intelektualną może spędzać czas wolny.*“

„*Moje ciało. Co osoba z niepełnosprawnością intelektualną powinna wiedzieć o swoim organizmie.*“

„*Moje zdrowie. W jaki sposób osoba z niepełnosprawnością intelektualną może szanować swoje zdrowie.*“

„*Moje wydatki. Jak osoba z niepełnosprawnością intelektualną może zadbać o swoje pieniądze.*“

Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym

jest organizacją pożytku publicznego



MISJĄ PSOUU jest:

- dbanie o godność i szczęście osób z niepełnosprawnością intelektualną, ich równoprawne miejsce w rodzinie i w społeczeństwie,
- wspieranie rodzin osób z niepełnosprawnością intelektualną we wszystkich obszarach życia i sytuacjach, a zwłaszcza w ich gotowości niesienia pomocy innym.

CELEM PSOUU jest działanie na rzecz wyrównywania szans osób z niepełnosprawnością intelektualną, tworzenia warunków przestrzegania wobec nich praw człowieka, prowadzenia ich ku aktywnemu uczestnictwu w życiu społecznym, działanie na rzecz ochrony ich zdrowia oraz wspieranie ich rodzin.

STATYSTYKA:

- 123 Koła terenowe
- 11.500 członków (rodzice, osoby z niepełnosprawnością intelektualną, przyjaciele)
- ponad 400 placówek i stałych form wsparcia dla blisko 23 tysięcy dzieci i dorosłych

PSOUU prowadzi:

- placówki i projekty z zakresu rehabilitacji, terapii, edukacji, w tym ustawicznej, aktywizacji zawodowej oraz opiekuńcze,
- wspieranie ruchu self-adwokatów, rzeczników własnych spraw,
- chronione i wspomagane mieszkania grupowe,
- organizację spędzania wolnego czasu (m.in. kluby, zespoły artystyczne, sportowe, turystyczne),
- indywidualne wspieranie w niezależnym życiu,
- wspieranie i pomoc rodzinom,
- działalność wydawniczą, m.in. wydaje kwartalnik „Społeczeństwo dla Wszystkich”.

PSOUU współpracuje z instytucjami i organizacjami:

- w tworzeniu nowego prawa,
- w dążeniu do zmiany wizerunku osoby z niepełnosprawnością intelektualną i postaw społecznych,
- w rozwijaniu więzi społecznych, ułatwiających umacnianie się społeczeństwa dla wszystkich, czyli włączanie osób z niepełnosprawnością intelektualną,
- w popularyzowaniu wyników badań naukowych i doświadczeń innych krajów,
- w kształceniu profesjonalnych kadr,
- w umacnianiu organizacji pozarządowych.