

## Заметка

В воронежском университете прошла благотворительная акция «Сладкая помощь»

9 марта в центральном корпусе ВГУ на первом этаже с 12:00 до 15:00 продавались кондитерские изделия, приготовленные участниками мероприятия.

В качестве спонсора выступил благотворительный фонд «[ДоброСвет](#)». Целью которого является помощь детям и взрослым до 25 лет с онкологическими заболеваниями.

По словам Анны Емельяновой — организатора акции, мероприятие прошло успешно: — Были проданы почти все сладости, так же люди просто клали деньги в «копилку помощи». В итоге, пожертвования составили 11 тысяч рублей.

В 2017 году «Сладкой помощи» удалось собрать [7221](#) рубль.

Дарья Маланич

## Отчет

Денежный блиц: СберОбразование о финансовой грамотности среди молодежи

В рамках двухдневного онлайн-марафона, проводимого с 25 по 26 марта и разделенного вещанием на аудиторию студентов и школьников, эксперты по управлению личными финансами и представители СберОбразования рассказали, как обращаться с деньгами в повседневной жизни.

Информационная повестка юному акционеру

Экономист Андрей Кулага разобрал возможность инвестирования в кризисное время:

— В долгосрочной перспективе Российская экономика растет, несмотря на события, тоже самое происходит с американским рынком. Это возможность обогнать инфляцию, приобрести ценные бумаги. Но это может казаться страшным с точки зрения эмоций из-за того, что мы наблюдаем, как рынок падает.

Исходя из экономической обстановки инвестор советует:

- хранить сбережения под процентами в банке, а не в наличных
- хранить деньги в разной валюте

Как справиться со стрессом в критических ситуациях?

— Люди, которые смогли осознать происходящее в мире, в сфере экономики смогут использовать возможности для развития себя или бизнеса, — говорит Евгения Кулага — нейрофизиолог.

Специалист по мышлению делится доступными каждому человеку методами борьбы с «кортизолом». При ощущении высокого эмоционального напряжения лучший способ «разбавить» концентрацию гормонов стресса — пить больше воды; не менее эффективным является — физическая активность, объятия, избавление от информационного шума, планирование с утра.

## Фундаментальные правила распределения финансовой системы

Ольга Дементьева — преподаватель финансовой грамотности, начала свое выступление с разбора денежного поведения, акцентируя внимание на том, что каждый может пойти по сценарию «доходы больше расходов». При неправильном выборе модели траты возрастают приводя к кредитам или человек стремится к постоянному повышению заработка, вставая на так называемые «крысиные бега» ведущие к выгоранию.

Специалист рассказывает о влиянии финансовых привычек и приоритетах, представляющих первостепенную важность, акцентируя внимание на том, что на любом уровне дохода можно грамотно отложить, вложить и сохранить деньги — для этого надо начать контролировать бюджет. Из онлайн сегмента для отслеживания трат Ольга советует приложения: CoinKeeper, Дзен-мани, Дребеденьги HomeMoney, Money.

— Второй шаг, необходимый пройти каждому человеку — это создание финансовой подушки, являющейся основой безопасности. Это денежный резерв, который должен обеспечивать привычный уровень жизни на 3-6 месяцев. Благодаря финансовой привычке регулярного откладывания хотя бы 10% на счет она у вас накопится. Можно даже оформить автосписание на накопительный счет: каждый раз при поступлении средств на карту будет перечисляться сумма, которую вы программируете, — говорит Ольга.

Третьим правилом становится «достижение цели по смарту» — цель становится конкретной и ограниченной во времени. Подробным представлением объекта, выстраиваются границы откладываемой ежемесячной суммы необходимой для приобретения желаемого.

По завершению лекционной части выступления участники мероприятия могли пройти викторину для закрепления знаний.

Дарья Маланич