Materiał prasowy, 03.01.2024 r.

**W Nowym Roku zacznę oszczędzać. Jak zbudować poduszkę finansową w nadchodzącym roku?**

**Grudzień jest okresem, w którym wydajemy sporo pieniędzy. Zakupy świąteczne często sprawiają, że   
w nowym roku budzimy się z ograniczonym budżetem. Dodatkowe i nieprzewidziane wydatki sprawiają, że warto jest się zabezpieczyć, tworząc poduszkę finansową. Aktualna sytuacja gospodarcza w Polsce pokazuje jednak, że dla wielu osób stanowi to poważne wyzwanie. Według raportu Intrum European Consumer Payment Report 2023, aż 27% respondentów z Polski w ogóle nie posiada oszczędności. Intrum radzi, jak skutecznie odkładać pieniądze i sprawić, by oszczędzanie stało się nie tylko noworocznym postanowieniem, ale też osiągniętym celem.**

**Sytuacja finansowa Polaków w 2023 roku**

Miniony rok odcisnął piętno na portfelach Polaków. Wysoka inflacja, wojna w Ukrainie oraz rosnące ceny produktów przyczyniły się do tego, że blisko 2,5 mln osób w Polsce wpisanych jest do Krajowego Rejestru Dłużników[[1]](#footnote-1). Coraz wyższe ceny produktów niezbędnych do życia spowodowały także, że Polacy niemalże nie odczuwają wzrostu wynagrodzeń.

Wyniki badań Krajowego Rejestru Dłużników „Oszczędzanie Polaków w inflacji” wskazują, że blisko 70% badanych uważa, że coraz trudniej jest im zaoszczędzić fundusze, a ponad połowa respondentów zmuszona jest zrezygnować   
z określonych wydatków, aby móc oszczędzać[[2]](#footnote-2).

Z kolei badanie „Budżety domowe Polaków” Quality Watch przeprowadzone dla Rejestru Dłużników BIG InfoMonitor zwraca uwagę, że istnieje kilka kategorii wydatków, na które Polacy przeznaczają oszczędności . Zaliczają się do nich między innymi opłaty stałe (woda, prąd, gaz, czynsz za mieszkanie), zakupy spożywcze oraz usługi medyczne[[3]](#footnote-3).

**Jak skutecznie odkładać pieniądze?**

*- Nowy Rok to doskonała okazja, by wprowadzić w życie zwyczaje, które pomogą Ci zadbać o bezpieczeństwo finansowe. Jednym z nich jest oszczędzanie. Można to robić na wiele sposobów, lecz nie zawsze jest to łatwym zadaniem. Dlatego Intrum przedstawia kilka wskazówek, które pomogą podejmować właściwe decyzje w życiu codziennym, tak aby następny rok powitać z oszczędnościami* – mówi **Anna Hyżyk, ekspert Intrum.**

1. **Zakupy artykułów spożywczych**

Robiąc zakupy spożywcze, dobrze jest się wcześniej przygotować. Zanim wyruszysz do sklepu, sporządź listę niezbędnych produktów, z których jesteś w stanie przyrządzić posiłki na najbliższe kilka dni. Nie kupuj na zapas produktów z krótką datą ważności. Unikniesz w ten sposób ryzyka wyrzucenia części artykułów do kosza. Ogranicz również jedzenie na mieście. Zyska na tym nie tylko Twój portfel, ale i zdrowie.

1. **Rezygnacja z płatnych subskrypcji**

W dobie cyfryzacji i rozwiązań technologicznych korzystamy z wielu platform oferujących usługi, za które płacimy w formie comiesięcznego abonamentu. Mogą to być platformy muzyczne, z dostępem do filmów i seriali lub innej formy rozrywki. Zweryfikuj, z których streamingów korzystasz regularnie, a z których możesz zrezygnować. Pozwoli Ci to zapanować nad budżetem i odłożyć część środków.

1. **Kontrola wydatków w gospodarstwie domowym**

Popraw stan nie tylko portfela, ale także planety. Wykorzystaj energo- i wodooszczędne rozwiązania domowe. Zamiast tradycyjnych, elektrycznych odświeżaczy powietrza, pomyśl nad zakupem ich naturalnych zamienników. Wykorzystaj timery kąpielowe, zamień wannę na prysznic lub skorzystaj z ograniczników wypływu wody.

1. **Zmień środek transportu**

*- Jazda własnym samochodem jest wygodna, ale też droga. Wysokie ceny paliw mogą skutecznie zmniejszyć Twój budżet. W celu zaoszczędzenia pieniędzy warto przesiąść się do komunikacji miejskiej. Wiosną, gdy pogoda na to pozwoli, przerzuć się na rower. Zaoszczędzisz także czas, który spędziłbyś w korkach. Gdy nie masz możliwości zmiany środka transportu, staraj się jeździć ekonomicznie. Unikaj gwałtownego przyspieszania i hamowania, tankuj na stacjach oferujących atrakcyjne ceny paliw oraz staraj się trzymać ustalonej prędkości jazdy* – radzi **Anna Hyżyk, ekspert Intrum.**

1. **Oszczędzanie na karnetach**

Jeśli jesteś w posiadaniu karnetu na siłownię, basen lub inny ośrodek sportowy, do którego nie uczęszczasz, pomimo dokonywania regularnych opłat, zrezygnuj z niego. Wiele z takich miejsc oferuje opcję zawieszenia członkostwa, na co również warto zwrócić uwagę.

1. **Konto oszczędnościowe**

Poza stosowaniem się do wymienionych wyżej przykładów, warto założyć konto oszczędnościowe, które pozwoli Ci czerpać odsetki od wpłaconych na konto pieniędzy. Środki pozwolą Ci zabezpieczyć się na przyszłość.

1. Dane KRD z dnia 04.08.2023 r. [↑](#footnote-ref-1)
2. Badanie „Oszczędzanie Polaków w inflacji” zostało przeprowadzone w grudniu 2022 r. przez IMAS International na zlecenie Krajowego Rejestru Długów Biura Informacji Gospodarczej. [↑](#footnote-ref-2)
3. Badanie „Budżety domowe Polaków” zrealizowane przez Quality Watch metodą CAWI na próbie 1088 dorosłych Polaków, 29 września – 2 października 2023 [↑](#footnote-ref-3)