

## Mètodes per a l'estalvi

L'estalvi és bo perquè ens permet seguretat e independència. Es crucial per al nostre benestar i per a poder aconseguir amb èxit totes les necessitats a les diferents etapes de la vida.

El principal benefici de l'estalvi es que ens permet estar preparats front a qualsevol imprevist, i en segon lloc que ens aporta la llibertat i tranquil·litat de saber que contem amb els suficients recursos. A continuació donarem uns consells sobre alguns aspectes que devem tindre en conter per facilitar l'estalvi:

### ❖ Consells per a incrementar la riquesa

1. **Seguir rigorosament el pressupost.**
2. **Conservar els ingressos extra:** no podem caure en el típic error de consumir els ingressos extra que recaptem.
3. **Combinar deutes i estalvi:** no devem deixar d'estalviar per el fet de tindre que fer front a determinats deutes mensuals.
4. **Invertir és cada volta més senzill:** mai havien hagut tantes opcions.

### ❖ Consells per a estalviar al supermercat

1. **Fer un pressupost cada volta que es va al mercat.**
2. **Fer una llista:** la factura del supermercat pot duplicar o triplicar el seu valor si comprem productes que no son necessaris.
3. **Comprar la quantitat necessària del producte.**
4. **Comparar el preu unitari de les diferents marques per a obtindre el de millor valor.**
5. **Limitar la quantitat d'articles preenvasats i articles no comestibles.**
6. **Comprar aliments en oferta, especialment la carn.**

7. **Invertir en una cafetera i fer el nostre propi cafè a casa.**
8. **Cuinar des de zero i alimentar-se sanament.**
9. **Reduir la quantitat de vegades que es menga fora.**
10. **Utilitzar una calculadora per a sumar el preu dels teus articles:** al conèixer l'import total potser que tornem algun article als estants, sobre tot si observem que se'n passem del pressupost.
11. **Comparar preus i trobar una tenda de comestibles més barata.**
12. **Fer una llista de menús i compres setmanals.**
13. **Preparar alguns menjars en casa i quan ho fem, fer-ho per a més comensals:** d'aquesta manera podem guardar les racions restants per a altre dia de la setmana.
14. **Aprofitar les sobres:** si et sobra menjar pots utilitzar-ho per a altres dies fent alguna modificació en la recepta.
15. **Menjar menys carn:** inclou en la teua dieta més fruita i verdura (que son més barates) i menys carn.
16. **Aprofita els descomptes:** i adapta la teua alimentació setmanal als productes de temporada, que resulten més econòmics.
17. **Coneix les ofertes i sol·licita mostres gratis.**
18. **Empra menys quantitats dels productes de cura personal (cosmètics), busca vídeos de com fer-los en casa.**

## ❖ **Consells per a estalviar en la jubilació**

1. **Apuntar-se a cursos d'informàtica i aprendre a utilitzar un ordinador:** podrem estalviar diners saben on buscar a la web coses com:
  - Tutorials de reparació d'electrodomèstics
  - Ajudes dels organismes públics
  - Compra i venda d'articles de segona mà
2. **Anar amb compte amb els vampirs d'energia:** no deixes la llum encesa, desendolla els carregadors quan no s'utilitzen, re-configurar el televisor per a que no aparega un punt roig quan s'apaga, assegurar-se que les aixetes estan ben tancades, etc.

### 3. Informar-se i utilitzar els descomptes per a jubilats en

- **Transport (per exemple ALSA o RENFE):** depenent de la comunitat autònoma existeixen descomptes que oscil·len entre el 50% i el 90%.
- **Viatges**
  - Aprofitar les ofertes del IMSERSO (Institut de Majors i Serveis Socials).
  - Aprofitar l'oferta de la xarxa de Paradors d'Espanya que ha creat un programa (dies dorats) on oferixen un 35% de descompte per habitació amb desdèjuni a les persones majors de 60 anys.
- **Cine:** quasi totes les cadenes de sales de projecció apliquen rebaixes que van des de un 10% fins al 50% de l'entrada normal.
- **Teatre:** a la majoria existeix una gran varietat de descomptes que solen oscil·lar entre un 10% y un 50%.
- **Museus:** existeixen ofertes de descompte o inclús son completament gratuïts.
- **Educació:** hi ha ofertes a centres d'ensenyament no reglat com tallers de pintura, idiomes, informàtica o inclús dansa.
- **Deport:** l'administració ha establert descomptes a les instal·lacions públiques que van des de el 20% fins a el 75% a la majoria de les activitats

**4. Demana als teus nets que et deixen els seus videojocs:** aquests milloren capacitats per a realitzar varies tasques a la volta, com per exemple la memòria.