

Tulud ja kulud

Finantsvormi saavutamine ja säilitamine

Eelarve koostamine ehk tulude ja kulude võrdlemine on finantstrenni alus. Nagu trennile kombeks eelneb sellele soojendus – niisiis tee hea finantsvormi saavutamiseks plaane ja koosta eelarve.



1. kuu

Võta vastu eelarve väljakutse

Esimene samm on alustamine. Sellega on sama lugu nagu spordiklubi liikmeks registreerimisega – tuleb ise see esimene samm teha. Niisiis, kui eelarve pidamise otsus tehtud, hakkagi sellega kohe peale. Otsi ka mõttekaaslast [Kogumispäeviku grupist](#), koos on julgem!



Vali treeningvahendid

Eelarvet saad koostada mitmel moel. Kõige lihtsam on kasutada internetipangas [Minu eelarve](#) lahendust, alla laadida mõni äpp või kasutada vana head Excelit või miks mitte panna paberile käsitsi kirja. Leia endale sobiv viis.

Soojenduseks arvuta kokku tulud

Stardi aeglaselt ning pane alguses kirja kõik selle kuu tulud. Arvestusse lähevad nii püsitulud, sotsiaaltoetused kui ka ajutised tulud.

Kardiotreeninguks sisesta kulud

Nüüd on käes kulude kord. Kirjuta üles kõik igakuised püsikulud: üür või laenumakse, kommunaalkulud, järelmaksu või liisingumakse, transpordi- või kütusekulu, laste koolikulu jne.

Alusta igapäevase eelarveharjutusega

See harjutus võtab tegelikult palju vähem aega kui päris treening: pane kirja oma igapäevased kulutused toidule, riietele, meelelahutusele või kingitustele.

Hinda ühe kuu tulemusi

Esimese trennikuu lõpus jääb üle vaid tulemused kokku liita. Kas kulud ületasid tulusid? Kui mitte, siis kui palju raha jäi pärast kulutusi alles? Kas selgus, millistele lihastele ehk kuludele peaks rohkem keskenduma? Vaata tulud ja kulud hoolikalt üle.

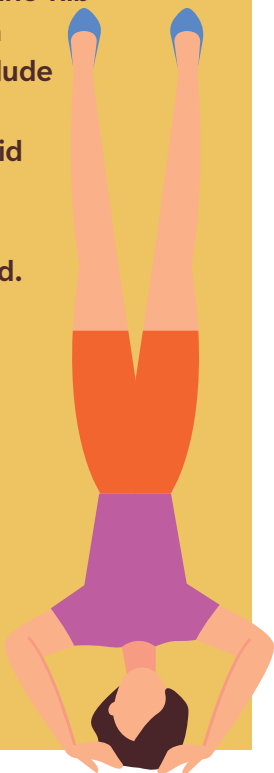
Premeeri end

Ära esimese kuu tulemuste põhjal veel suuri järeldusi tegema hakka – tähtis on see, et alustasid ja treenid järjepidevalt. Rõõmusta end pingutuste eest väikese meeleheega.

2.-3. kuu

Tee igapäevast eelarveharjutust

Järjepidev treenimine viib tulemusteni. Seega jätka igapäevast kulude kirjapanemist. Leia enda rütm, võid neid ka kord nädalas kirja panna. Peaasi, et need kirja saaksid.



Tõsta veidi koormust kavandatavate tuludega

Lisa oma kavasse rohkem harjutusi: kirjuta üles ka kavandatavad tulud. Selle alla kuuluvad näiteks hooajaline sissetulek, vabakutselisena saadav tasu, maksutagastus jne.

Tõsta veelgi koormust kavandatavate kuludega

Nüüd pane kirja ka kavandatavad kulud. Ära jäta midagi välja! Need võivad olla vähenevad või suurenevad kommunaalkulud, puhkuse kulud, sügise eel kasvavad kulutused lastele ning talvel jõulukingitustele.

Tee uusi harjutusi: distsiplineeritus

Oled valmis uut harjutust proovima? Pärast kulude ülevaatamist hinda, mida ostsid rohkem soovist kui päris vajadusest. Ära valeta endale, sest see nullib harjutuse kasu.

Saavuta hea eelarvevorm

Pea meeles, et selles etapis on kõigi harjutuste eesmärgiks tasakaalustatud või plussis eelarve. Ning mida rohkem plussis oled, seda parem.

Tähista võite

Kui tundub, et saad harjutustega järjekindlalt hakkama, on taas käes väikese kingituse aeg. Vaata, et Sa end premeerides siiski eelarvet ei ületaks!

Alusta uute lihaste treenimisega

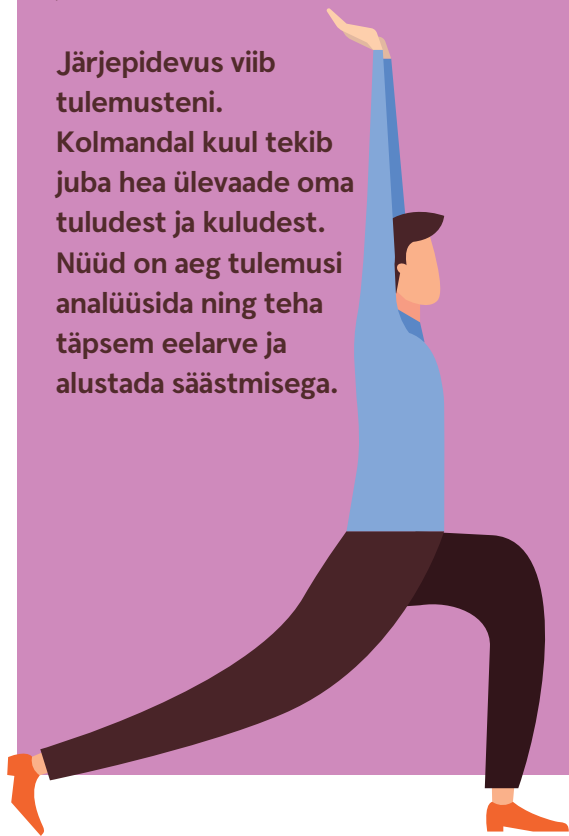
Kas oled juba hea vormi saavutanud? Proovi ka teisi finantsharjutusi – [säätmist](#) ja [investeerimist](#).



3.-6. kuu

Jätka eelarveharjutustega ja analüüsi tulemusi

Järjepidevus viib tulemusteni. Kolmandal kuul tekib juba hea ülevaade oma tuludest ja kuludest. Nüüd on aeg tulemusi analüüsida ning teha täpsem eelarve ja alustada säästmisega.



Tee järeldusi

Kuude möödudes saab eelarve selgema piiri ning näed, kui palju Sa sissetulekust kulutad ja kui palju jääb üle. Nüüd oskad ette kujutada ka tulevast eelarvet. Tublist harjutamisest on suur kasu jätkamaks tõsisemate treeningute – säästmise, investeerimise ja laenuhaldusega.

Alusta endale maksmise harjutusega

Tegemist on säästmisharjutusega: hakka igal kuul pärast sissetuleku laekumist 10% kõrvale panema – lühidalt maksa endale. Selge pilt silme ees, mis summaga tuleb sel kuul hakkama saada, aitab harjuda säästmisega.

Ära unusta distsipliini järgimise harjutusi

Jälgi oma vormi. Kui see hakkab käest minema – kulude sekka hakkab eksima juhukulutusi –, siis võta end rangemalt käsile. Hoia eesmärki silme ees!

Kohenda koormust

Kas paar kuud tagasi planeeritud tulud ja kulud olid ootuspärased? Kui ei, siis kas arvestasid eelarves ikka kõikide asjaoludega? Koormust analüüsid ja muutes saad tuletada tulude ja kulude keskmised näitajad, et tulevikku paremini planeerida.

Tee premeerimise fond

Kas saad harjutustega järjepidevalt hakkama? Sellisel juhul on oluline märgata ja tähistada oma võite. Tee endale eraldi premeerimise fond, kuhu igakuiselt veidi raha kannad ning kust on hea enda premeerimiseks raha võtta ja ennast hellitada.

Katseta uusi spordialasid

Järjepidev töö toob tulemusi. Pärast tublit harjutamist oled nüüd valmis vastu võtma uusi väljakutseid ja minema tõsisemalt [säästmise juurde](#). Kui Su vorm on eeskujulik, siis mõtle ka [investeerimisele](#).

