



ENSI- JA
TURVAKOTIEN
LIITTO

معلومات عن الإدارة الجيدة

للأموال المالية

للعائلة التي لديها طفل رضيع
الأموال المادية



معرفة الأمور المالية للعائلة

هي الأساس للتخطيط

ولإنفاق النقود بشكل مستدام.

فترة الحمل هي فترة تغيير واستعداد

بشأن الأمور المالية أيضًا من وجهة النظر بخصوص كيفية تأمين الشخص لمستقبله هو نفسه ومستقبل الطفل.

تُعتبر فترة الحمل وقتًا مناسبًا للتوقف والتفكير فيما ينتظره الشخص من نفسه وبشكل مشترك وبخصوص المشاعر وأهمية ذلك. الحديث بشكل منفتح عن النقود يُساعد على تحليل الأعباء بشأن القيم المتعلقة بالنقود. هذا يُساعد الأسرة لمعرفة قدر النقود المتاحة وبخصوص أي أشياء يتم إنفاقها وكذلك ما هي الأشياء والقيم التي تؤثر على استخدامنا للنقود.

فترة الحمل هي فترة جيدة بشكل خاص لتغيير أيضًا الممارسات المتعلقة بالنقود. سيساعدك هذا الكتيب على التفكير في وضعك وتحديد الاحتياجات المحتملة للتغيير. بإمكانك الاطلاع عليه بمفردك أو مع زوجك/زوجتك.

غالبًا ما تكون ولادة الطفل أمرًا سعيدًا ومتوقعًا. غالبًا ما يتم إعادة تشكيل الحياة اليومية للعائلة ونُسق نظامها مع قدوم الطفل الرضيع وتتغير الأمور المتعلقة بالنقود للعائلة. التخطيط للأمور العملية هو أحد الطرق للاستعداد للمرحلة المعيشية الجديدة ولحياة العائلة. من الممكن أن تكون قد استوضحت كيف تؤثر إجازة الوالدين على الدخل أو قمت بحساب قدر تكلفة المشتريات للطفل.

الأمور المتعلقة بالنقود تمسنا جميعًا بغض النظر عن المستوى المادي. ليس من السهل الحديث عن النقود دائمًا. النموذج الذي يتم الحصول عليه أثناء الطفولة بشأن الحديث عن النقود وصرفها وتوفيرها غالبًا ما يكون الأساس للموقف بشأن النقود عندما يُصبح الشخص بالغًا. تحوّل الشخص إلى والد/ة يُحفزه على التفكير

الحياة اليومية الجيدة للطفل الرضيع

لا تعتمد على النقود.

كلما كان الطفل الرضيع أصغر سناً، كلما قلَّت تكاليف معيشتِه.
من الممكن تدبير الأمور طويلاً بصندوق الأمومة.

يحتاج الطفل الرضيع إلى:

- مكان للنوم نظيف وآمن.
- عربة الطفل أو وسيلة أخرى للتنقل
- حفاظات وشاش
- فيتامين - د حسب الإرشادات، حيث
- ستحصل من استشارات الأمومة والطفولة
- على المشورة بخصوص الأدوية الأساسية
- للطفل الرضيع.
- الملابس التي تحصل عليها بسهولة من
- التي قد تمت إعادة تدويرها
- المعدات المساعدة المحتملة للرضاعة
- أو قوارير الرضاعة بالقارورة والحليب
- الاصطناعي
- عند التجول بالسيارة مقعد الأمان للطفل
- في السيارة، حيث أنه من الممكن استئجاره
- الحاجيات ودمى اللعب، التي يفضل
- الحصول عليها حسب الحاجة والاستفادة
- من إعادة التدوير.

اقرأ المزيد:

Mitä eläminen maksaa & Välttämätön, tarpeellinen, turha -peli <- martat.fi & kela.fi

التنبؤ المُسبق والتخطيط تزيد من الشعور بالتحكم بالأمور

الأقل لفترة قصيرة وفي نفس الوقت من الممكن أن تزداد المصاريف مع زيادة حجم العائلة. إذا كنت لا تزال في بداية مسارك المهني أو أن علاقات العمل متغيرة، فيصبح من الأصعب التنبؤ بالتغيير. يتم دعم الوالدين منذ بدء فترة الحمل وأثناء مختلف فترات الإجازات العائلية. بإمكانك أن تحصل على معلومات إضافية حديثة عن فترات الدعم وقدرها وطلبها من كيلا (Kela).

تتغير مصاريف العائلة التي لديها أطفال مع نمو الطفل. تُساعد مختلف معادلات الحساب ونماذج الميزانيات على التنبؤ بمصاريف العائلة.

تجد على سبيل المثال على صفحات الانترنت لجمعية تاكوسآتيو (Takuusäätiö) معادلات حساب، حيث أنها تُساعد في تقييم مستوى المصاريف القادم. إعداد الميزانية الشخصية يوضح الأشياء التي تكفي النقود لتغطيتها ويزيد من التخطيط. من الممكن أن يكون أمرًا معاصرًا على سبيل المثال تغيير المسكن أو شراء سيارة أو التفكير في مختلف الحلول بشأن التأمينات.

مستويات الدخل للكبار من الممكن أن تتفاوت كثيرًا داخل العائلة أيضًا. من الجيد أثناء علاقة الارتباط الاتفاق خلال فترة الحمل على أبعد تقدير، بخصوص النفقات المشتركة وكيف سيتم استيفائها. من الجيد الحديث معًا أيضًا، عن كيف وعلى أي أساس يتم إصدار القرارات المتعلقة بالنفود لدى العائلة. من الممكن تنظيم الأمور المالية المشتركة بعدة طرق. من المهم أن يتم الاتفاق بشأن الأمور بشكل واضح وأن يتم تقاسم النفقات المشتركة وكذلك النفقات المتعلقة بالطفل بين كلا الوالدين بطريقة عادلة. تقاسم إجازة الوالدين فيما بين الوالدين كليهما يقوي العلاقة مع الطفل ويزيد المساواة من الناحية المالية، كقدر التقاعد القادم.

من الممكن الاستعداد مُسبقًا لتغيير وضع الحياة اليومية والأمور المالية. الاستعداد المُسبق يزيد الشعور بالسيطرة على الأمور. بإمكانك البدء من خلال استيضاح ما هي التغييرات التي ستطرأ على دخل العائلة من خلال تغييرات إجازة الوالدين. غالبًا يقل دخل العائلة على

يتوجب دفع المصاريف حسب ترتيب أهميتها:

- السكن والمصاريف الضرورية المتعلقة به، كالتدفئة والماء
- الطعام
- الأدوية مصاريف الصحة
- الهاتف
- مصاريف ممارسة الرياضة
- دفع الدين

بإمكانك بعد ذلك التخطيط للميزانية أيضًا
بخصوص المصاريف الأخرى، كالتوفير
والملايس وممارسة الهوايات ومقابلة الاصدقاء.
تذكر أن تحسب مع ذلك أيضًا المصاريف
المتكررة، كخدمات الوسائط المتدفقة.

من الممكن تعلم مهارات الحياة اليومية المتعلقة بالنقود

المهارات المتعلقة بالنقود عبارة عن معرفة
بالأمور المالية للحياة اليومية. من الممكن
تعلم المهارات المتعلقة بالنقود في أي
مرحلة من مراحل الحياة. ولادة الطفل هي
لحظة جيدة للتوقف والتحقق من الموارد
المادية الشخصية والمصاريف، على سبيل
المثال بخصوص عادات تناول الطعام.
الخطوة الأولى هي أن تعرف دخلك
ومصاريفك الإجبارية وتخطط لمصرف
نقودك وفقاً لذلك. من ضمن المهارات
المتعلقة بالنقود أن تكون قد فكرت في مدى
أهمية النقود بالنسبة لك وما هي الأشياء
التي تؤثر على قرارات المصاريف لديك.

المهارات المتعلقة بالنقود

- متعرف كم قدر الدخل الذي لديك وكم قدر
النقود في رقم حسابك،
- تعرف ما هي المصاريف التي لديك
- تعرف كم قدر الدين لديك ولأي جهات
- تدفع الفواتير في الوقت المحدد لها
- يكفي دخلك لتغطية المصاريف
- تتنبأ بالمصاريف والمشتريات القادمة
- توفر نقود احتياطية
- تعرف الفوائد والتكاليف الحقيقية لمتخلف
أقساط المدفوعات والدين
- تعرف المخاطر المتعلقة باستخدام الائتمان
والديون السريعة والديون غير الرسمية
- تستطيع طلب المساعدة في الوقت المحدد
بما فيه الكفاية

التحكم في الأمور المالية

حتى لو كانت بسيطة

تخلق شعوراً بالنجاح.

اقرأ المزيد:

takuusaatio.fi

← Hallitse rahojasi

الخيارات البسيطة لها تأثير

- تجنب المشتريات بشكل عشوائي من الممكن أن يصبح سير الحياة اليومية أكثر سهولة، عندما تكون الأمتعة أقل. بَدَل أو استعير أو استأجر بدل الشراء. العديد من المشتريات خلال الفترة التي يكون الطفل رضيعاً خلالها تكون هناك حاجة إليها لفترة قصيرة فقط.
- من التغيير، تغيير دمي اللعب من خلال تبديلها مع المعارف. استعير الشيء الذي تكاليفه كثيرة لتجريبه قبل أن تشتريه.
- ابدأ بخطوات صغيرة، بالخيارات الأسهل بالنسبة لك. بالنسبة للبعض الأسهل هو التحقق من مشتريات المواد الغذائية وتجنب الهدر، وبالنسبة للبعض الآخر عرض عقد الكهرباء للمناقصة بخصوص السعر وتقليل استهلاك الكهرباء.
- بإمكانك التأثير على مصاريف الطعام باختيار المواد الغذائية الأساسية وتفضيل الخضروات الموسمية.

العلاقة مع النقود تنشأ في الوسط الذي نعيش فيه. النقود متعلقة بالقيم والمواقف وبفعاليتنا بطرق متعددة. توجه استهلاكنا العديد من الأشياء كالحلفية العائلية والتعود والمشاعر والفكر السليم والأشياء المرغوب بها والسهولة والسعر ووسائل التواصل الاجتماعي. رسائل الوسط المحيط من الممكن أن تزيد الضغط للاستهلاك.

كولي أمر من الممكن أن يكون من الصعب تمييز ما هي المشتريات الضرورية، خاصة عندما يتم أثناء التسويق الاستفادة من رغبتنا بضمان الأفضل فقط للطفل الرضيع.

من الجيد أثناء التسوق التوقف للحظة والتفكير ما إذا كانت هناك حاجة حقيقية للشيء الذي سيتم شراؤه أو ما إذا كانت المسألة مجرد رغبة لحظية. بإمكانك من خلال الخيارات بتمتع استخدام نقودك بخصوص الأشياء المهمة.

الاستهلاك المستدام يوفر النقود والبيئة

الذي يأخذ البيئة بعين الاعتبار يساعد على إجراء عمليات شراء معقولة وتقدير الأمور التي يتم القيام بها معًا.

الاستهلاك بحكمة مفيدًا لوضعك المادي وكذلك للبيئة أيضًا. بالإضافة لذلك فإنه يوفر الوقت أيضًا: توفر الوقت الذي ينقضي أثناء التسوق وكذلك العناية بالمنتجات المشتراة - من حيث التنظيم والتنظيف والعناية والغسل.

خاصة بالنسبة للطفل الرضيع الأول، غالبًا ما يتم إجراء عمليات شراء لمرة واحدة، والتي من الممكن أن تتراكم عند شراء أشياء جديدة مبلغًا كبيرًا. من الممكن خلال تفضيل إعادة التدوير، المحافظة على الطبيعة وتقليل الاستهلاك. من الممكن على وجه الخصوص بشأن ملابس الأطفال الصغار الحصول على ملابس مستعملة في حالة جيدة، لأنه يتم استخدامها لبضعة أشهر. لا يفضل تبذير النقود بشرائها جديدة.

اقرأ المزيد:

lapsiperheet <- martat.fi

من غير الممكن الحديث عن الاقتصاد والاستهلاك بشكل منفصل عن أمور البيئة. الحفاظ على ظروف حياة الأجيال القادمة يتطلب منا الاستهلاك بطريقة معقولة بقدر أكثر. هناك حاجة إلى تغيير عام في التفكير لجعل الاستهلاك معتدلاً. الاستهلاك

بإمكانك أن تطالب للطفل الرضيع

كهدية تجارب

أو نقود لممارسة الهواية.





هناك حاجة أثناء الحياة اليومية
أيضًا إلى أشياء تجلب السعادة.

الاستعداد و التوفير

غالبًا ما يكون التوفير طريقة جيدة للاستعداد لتغير الدخل أو لمشتريات الطفل الرضيع. إذا كان الوضع المادي صعبًا حتى قبل الحمل، فمن الممكن أن يكون التوفير مستحيلًا. مجرد جعل النقود تكفي للشهر كله أو معرفة بخصوص أي أشياء يتم إنفاق النقود أو متى موعد استحقاق دفع الفواتير، من الممكن أن يزيد الشعور بالسيطرة على الأمور.

التنبؤ المُسبق أثناء الحياة اليومية والتخطيط يُوفر النقود والوقت. عند توفير النقود والوقت يقل العبء أثناء الحياة اليومية. الخطة الصارمة جدًا من الممكن أن تُسبب التوتر؛ فأترك أيضًا مجالًا للمرونة. حتى النجاحات البسيطة أيضًا مُجزية. التخطيط للأمور المالية من الممكن أن يجعل تحقيق الأحلام ممكنًا.

اقرأ المزيد:

hallitse rahojasi <- takuusaatio.fi

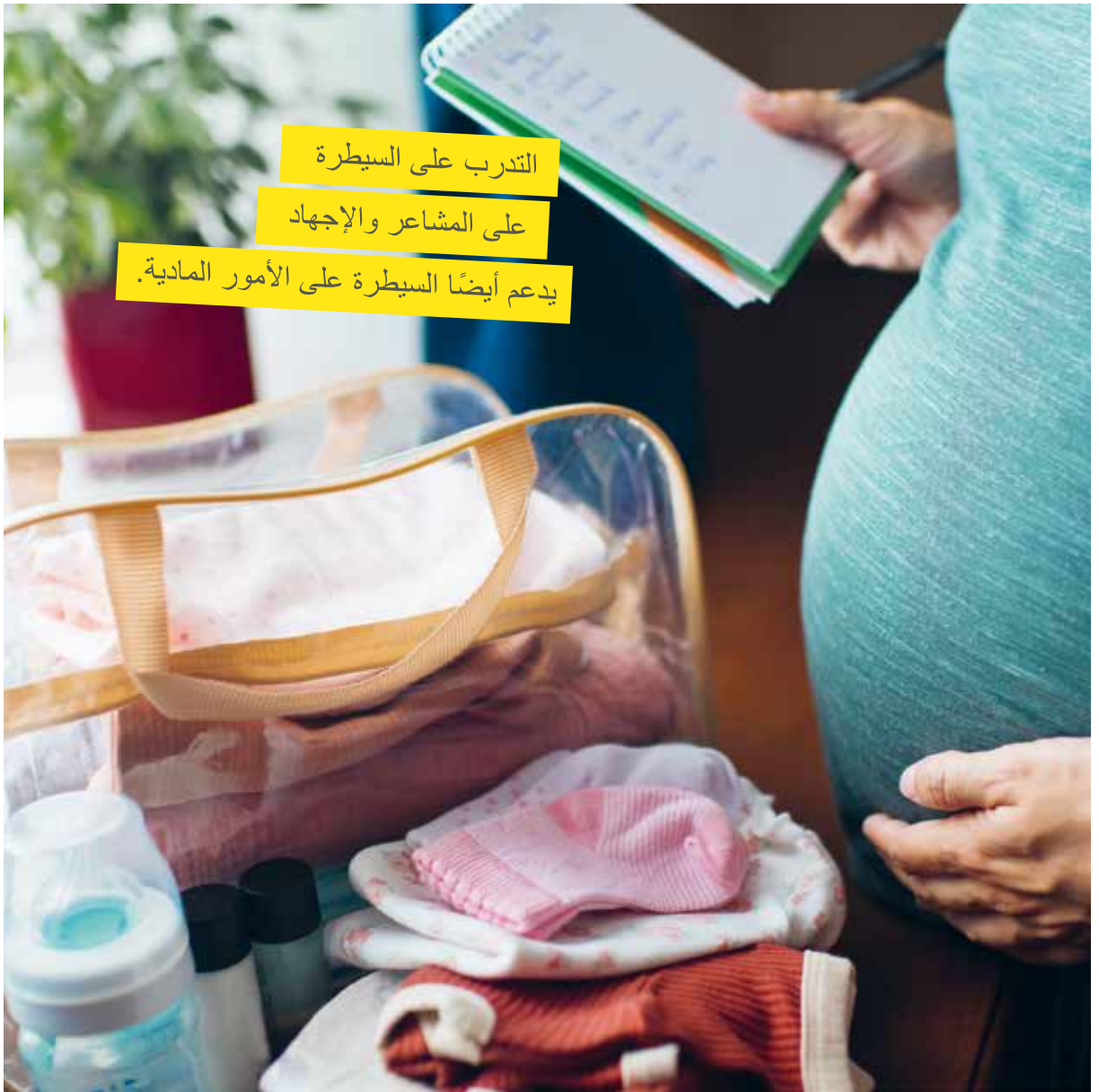
هكذا تُجمّع الاحتياطات أثناء الحياة اليومية:

- المخزون الاحتياطي للبيت هو الاحتياطي الصغير الأول أثناء الحياة اليومية. هذا يعني الطعام والحاجيات التي تحتاج إليها أثناء الحياة المعيشية اليومية والتي تم تخزينها في البيت من أجل الحالات الطارئة. المخزون الاحتياطي للبيت للعائلة التي لديها أطفال يجعل الحياة اليومية تسير بسلاسة.
- من الممكن أن تساعد بخصوص التوفير عند البدء توفير الأشياء الصغيرة المختلفة، على سبيل المثال ميزة الادخار المرفقة ببطاقات الدفع. حتى لو كان المبلغ صغيرًا فإنه يجلب الأمان.
- فكرة - ادفع لنفسك أولاً. ضع من الدخل أولاً المبلغ الذي حددته وله كان بسيطًا في الادخار، على سبيل المثال في حساب منفصل وأعد ميزانية للباقي.
- فكر ما الذي سيحفزك على الادخار. بإمكانك أن تجعل هدفك هو شراء مشتريات أكبر، أو لربما المعرفة بالتوفير ستقل التوتر.

التدرب على السيطرة

على المشاعر والإجهاد

يدعم أيضًا السيطرة على الأمور المادية.



التنبؤ المُسبق يُقلل من القلق المُتعلق بتغيرات الحياة.

الممكن أن تكون في الذاكرة، وهناك رغبة بمنح الطفل الكثير قدر الإمكان. من الممكن أن يكون التسوق أو لعب القمار كوسيلة للمتعة أو لتجنب المشاعر الصعبة. من المفضل طلب المساعدة في الحال، عندما ينشأ قلق بشأن صرف النقود شخصياً أو من قبل أحد أفراد العائلة.

إذا كان القلق المتعلق باستخدام النقود شديداً أو متواصلًا، فهو يستنفذ الموارد التي هناك حاجة إليها للاعتناء بالطفل الرضيع. الطفل الرضيع وهو صغير يستشعر القلق والأجواء في البيت. التوتر المتواصل يقلل من رفاهية الشخص البالغ والطفل. العلاقات المقربة مع الناس والأمور الروتينية للحياة اليومية والتنبؤ المُسبق تساعد على التحكم في الإجهاد.

الدخل الكافي يجلب القدرة على التنبؤ والأمان في الحياة اليومية، في حين أن الدخل القليل أو المتفاوت من الممكن أن يزيد عدم الأمان والتوتر. القلق والتوتر المتعلق بالنقود شائعًا، وبقاء الشخص بمفرده بشأنها يُعمق الشعور بالضيق.

التغيرات الحياتية كتقدم السن أو انتهاء علاقة الارتباط، من الممكن أن تزيد من القلق المُتعلق بالنقود. الأمور المثيرة للقلق من الممكن أن تكون متعلقة بما إذا من الممكن تأمين المشتريات أو الهوايات الضرورية للطفل، وعلى أقل تقدير كيف ستكفي النقود للطعام أو للسكن أو لنفقات الرعاية الصحية. على سبيل المثال من الممكن أن تتراكم مبالغ مُذهلة بخصوص تكاليف المستشفى ومدفوعات العيادة أثناء فترة الحمل والولادة.

من الممكن أن تكون النقود كوسيلة أيضًا للتحكم في مختلف المشاعر. الشعور أثناء الطفولة بالتهميش أو تجارب الفقر من

اقرأ المزيد: vauvaperhe.fi -
vauvapsäkki stressin hallintaan

اطلب المساعدة بخصوص الصعوبات المادية، إذا

- تتأخر في دفع الإيجار أو نشأت لديك ديون بخصوص إيجار لم تدفعه
- لديك صعوبات بشكل مُتكرر بشأن دفع الفواتير حتى يوم استحقاق دفعها
- تشتري الطعام أو الحاجيات الأساسية الأخرى بالائتمان، لأنه لا توجد في رقم الحساب نقودًا كافية
- تستدين بشكل متكرر نقودًا من المقربين منك
- لديك الكثير من ديون الائتمان أو الأقساط المتوجب دفعها، حيث أنه من الصعب سدادها في الوقت المُحدد.

إذا كانت الصعوبات المادية تُثير القلق

فلا تبقى بمفردك!

يُفضل طلب المساعدة في الوقت المُحدد.

من الممكن استيضاح الصعوبات المادية

تشغل البال، والمشاكل تتضخم بسهولة. من الممكن أن تستنفذ الأمور المادية المقلقة التي استمرت طويلاً موارد القوة، حينئذ من الممكن أن تصبح الأمومة والأبوة والحياة اليومية لدى العائلة صعبة. هذا يؤثر على الطفل أيضاً. من المفضل طلب المساعدة بخصوص المساعدة في الوقت المُحدد.

نادراً ما توجد حلول سريعة للصعوبات المادية والصعوبات المتعلقة بالدوين. حتى الخطوات البسيطة لسيطرة الشخص على أموره المادية من الممكن أن تقلل على كل حال من العبء كثيراً الذي سببه المشاكل المادية. دائماً من الممكن فعل شيئاً. من الممكن في النهاية أن يتدبر الشخص أمره بخصوص المشاكل المادية ومشاكل الديون.

اقرأ المزيد: takuusaatio.fi
<- *selviädy veloistasi*

الصعوبات المادية والصعوبات بخصوص الدين تمس عائلات عديدة أثناء حالات مادية ومعيشية مختلفة. من الممكن أن تكون أسباب الصعوبات عديدة ومختلفة، كالدخل القليل أو غير المنتظم للعائلة ومصاريق السكن الكبيرة ومرض الشخص نفسه أو طفله أو زوجه أو زوجته بشكل مفاجئ أو بسبب عدم القدرة على التصرف بالنقود بسبب الطلاق أو الإدمان على المسكرات أو المخدرات أو عدم توفر المهارة بخصوص ذلك. ثقافتنا الحالية التي تركز على الاستهلاك تغري على الاستهلاك، وتوفر أيضاً الكثير من خيارات الائتمان وخيارات الدفع بالتقسيط المختلفة. من الممكن أن ينجس الشخص دون أن يلاحظ ذلك إلى دورة الديون.

إذا كانت الصعوبات المادية تُثير قلقك، فلا تبقى بمفردك. الأمور غير المستوضحة

