



Kā ietaupīt?

Publicēts: 11.11.2020.

Dažkārt var likties, ka nauda kūst kā sniegs pavasarī, tikko vēl šķiet kontā vai maciņā tās ir pietiekami, bet pēc neilga laiciņa šķiet, ka tā burtiski izkususi, kaut gan nekādi lieli izdevumi vai pirkumi nav bijuši.

Ko darīt lietas labā, lai naudas pietiktu ne tikai ikdienā nepieciešamajiem tērīņiem, bet atliktu arī kaut kas iekrāšanai.

1. solis budžeta kalkulatorā izrēķini, cik un kādiem nolūkiem naudiņas Tu tērē.
2. apdomā tās jomas, kurās varētu ietaupīt, analizējot savu rīcību, nedaudz izmainot dzīves veidu un disciplinējot savas vēlmes.

🔗 Kas tam nepieciešams? Apņemšanās dzīvot pieticīgāk, tomēr nezaudējot dzīves kvalitāti.

Daži ātrie padomi

1. Kad vien vari neizmanto personīgo automašīnu, bet ej ar kājām, brauc ar velosipēdu vai sabiedrisko transportu, tas ietaupīs tērīņus degvielai, auto tehniskajai apkopei, kā arī stāvvietu izmantošanai.
2. Tā vietā, lai iegrieztos vietējā kafijas veikaliņā, benzīntankā vai kioskā un nopirktu rīta kafiju, nopērc termokrūzi, ik rītu sagatavo kafiju mājās un ņem līdzi.
3. Tāpat līdzīgi, lai nemaksātu dārgo uzcenojumu par gatavām sviestmaizēm un uzkodām kioskos, veikalos un benzīntankos, sakomplektē sviestmaizes un uzkodas mājās.
4. Pusdienas ņem kastītē līdzi no mājām, šis ēdiens bieži vien izrādīsies garšīgāks par ēdņīcu vai kafejnīcu ēdienu. Tāpat pusdienas iedod līdzi arī pārējiem mājniekiem.
5. Atmet smēķēšanu, par to noteikti būs pateicīgas Tavas plaušas un arī maciņš.

Tās ir tikai dažas no lietām, kā var ietaupīt, saskaiti, cik, mainot kaut vai vienu no šiem ieradumiem, Tu varētu ietaupīt mēnesī...

Brīvā laika pavadīšana

Izzini Latvijas vēsturi, ārzemju kultūru un citas interesantas lietas, apmeklējot muzejus. Daļā muzeju ieeja ir ļoti simboliska vai vispār tās nav. Ar Latvijas muzejiem vari iepazīties Latvijas muzeju katalogā www.muzeji.lv. Izmanto arī Muzeju nakts sniegtās iespējas – īpašā gaisotnē apmeklēt vairākus muzejus visā Latvijā bez maksas.

Iepazīsti Latvijas dabu, apmeklē dabas parkus un takas – arī tos vairumā gadījumu iespējams apmeklēt bez maksas. Ar dabas objektiem Latvijā vari iepazīties www.botanika.lv/4.1.php vai, piemēram, www.mammadaba.lv, kur var uzzināt par atpūtas vietām brīvā dabā.

Dodoties ģimenes izbraucienos brīvā dabā, lai ieturētu labu maltīti, nav obligāti apmeklēt kafejnīcu vai restorānu. Ļoti labi noderēs līdzpaņemtā pusdienu kastīte ar maizītēm, našķiem, ko nobaudīt svaigā gaisā un baudot dabu, tas būs interesantāks piedzīvojums bērniem un arī pieaugušajiem. Atceries gan, ka aiz sevis ir jāsavāc visi atkritumi!

Izmanto laimīgās stundas! Kafejnīcas un restorāni noteiktā laika posmā piedāvā maltīti vai dzērienus par zemākām cenām. Taču, ja iespējams, ierobežo kafejnīcu un restorānu apmeklējumus. Tā vietā gatavo maltīti mājās – ēdiena gatavošana arī var būt kā hobijs!

Izmanto kuponus! Dažkārt žurnāli saviem abonentiem piedāvā kuponus, kas sniedz atlaides gan brīvā laika pavadīšanas pasākumiem, gan dažādiem pakalpojumiem.

Izmanto klientu kartes! Ar tām iespējams gūt atlaides ne tikai par konkrētā uzņēmuma pakalpojumiem, bet dažkārt arī pie tā sadarbības partneriem – izklaides pasākumu organizētājiem.

Izmanto video/DVD nomas pakalpojumus! Bieži vien iznomāt mīļāko filmu ir izdevīgāk, kā iegādāties kino biļeti.

Apmeklē bibliotēku! Ja esi grāmatmīlis, budžetu saudzēsi grāmatas ņemot bibliotēkā. Tajās ir pieeja arī jaunākajiem žurnāliem un interneta pieslēgumam (dažās bibliotēkās internets pieejams pie bibliotēku stacionārā datora, dažās vari ņemt līdzi arī savu klēpj datoru). Ja bibliotēkā nav pieejama Tevis iecerētā grāmata, ieskaties www.gramatmaina.lv. Tajā iespējams uz laiku ar kādu cilvēku samainīties ar grāmatām.

Ja brīvajā laikā labprāt sporto, izpēti, vai Tavas dzīves vietas tuvumā ir kāds parks, kurā varētu, piemēram, no rīta skriet. Ja tomēr priekšroku dod sporta zāles apmeklējumam, iegādājies abonementu. Dažkārt sporta klubos ir akcijas, kad iespējams iegādāties abonementu visam gadam lētāk.

Izmanto savu iztēli! Ir iespējams atrast vēl daudz veidu, kā ietaupīt, tikai jāizmanto sava iztēle. Piemēram, kad pēdējo reizi devies piknikā vai pārgājienā, kad kopā ar ģimeni spēlēji kārtis vai galda spēles? Ir vairākas iespējas, kā izklaidēt sevi un savu ģimeni, netērējot daudz naudas.

Apģērbs, apavi

1. Seko līdzi atlaidēm – sezonas izpārdošanu laikā iespējams iegādāties kvalitatīvas preces par mazāku naudas summu (atlaižu laikā pērc tikai to, kas patiesi ir nepieciešams!).
2. Mēģini pirkt lietas, kuras ir klasika un saglabās savu vērtību arī vēlāk. Piemēram, iegādājoties labas kvalitātes klasisku blūzi vai žaketi, varēsi to nēsāt vairākus gadus – kā darbā, tā ciemos.
3. Pievērs uzmanību, lai apģērba materiāls nebūtu burzīgs un to gludinot nepatērētu daudz elektroenerģijas, kā arī lai tas nebūtu tikai ķīmiski tīrāms.
4. Cilvēki nereti atkārtoti pērc vienas un tās pašas lietas, piemēram, katru reizi pa jaunam lakatiņam vai krekliņam. Lai izvairītos no kārtējā atkārtotā pirkuma, pirms veikala apmeklējuma vēlamā pārskatīt savu garderobi un izveidot sarakstu ar lietām, kuras būtu labi aizvietot ar jaunām, un kuru garderobē pietrūkst.
5. Izvairies no ekstravagantām lietām, kas modē būs tikai vienu sezonu un ko nav iespējams kombinēt ar lielāko daļu garderobes.
6. Izgriez no žurnāla apģērba attēlus, kādus vēlies atrast, un iepērkoties ņem tos līdzi. Tas palīdzēs vieglāk atrast meklēto (vai ko līdzīgu) un izvairīties no citiem, iespējams, nevajadzīgiem pirkumiem.
7. Netērē naudu, pērkot daudz lētu apģērbu. Labāk iegādāties vienu labu, augstvērtīgas kvalitātes preci, kas tik ātri nenovelsies un mazgājot nemainīs formu. Arī apavus labāk pirkt kaut vienu pāri, bet labu.
8. No pārtērēšanās pasargās arī tas, ja uz veikalu ņemsi līdzi tikai noteiktu naudas summu. Piemēram, ja jauna apģērba iegādei vari atļauties 50 latus, tad neņem uz veikalu līdzi ne santīma vairāk.
9. Neuzskati iepirkšanos lietotu apģērbu veikalā par kaut ko zem sava goda. Šajos veikalos nereti iespējams atrast gan pilnīgi jaunas vai maz lietotas (arī zīmolu) drēbes. Turklāt zināsi, ka šādu apģērbu uz ielas ieraudzīsi diez vai vēl kādam cilvēkam. Un nereti to kvalitāte ir daudz labāka kā veikalos iegādātam lētam apģērbam. Apģērbu vari iepirkt arī tā sauktajos “outlets”, kur tiek tirgoti pazīstamu zīmolu kolekciju atlikumi.
10. Lai atsvaidzinātu garderobi, nebūt nav regulāri jāpērc jaunas modes preces. Atbilstoši sezonas tendencēm pievieno jau esošajam apģērbam piemērotas detaļas! Šalle, rotas, lakats vai citi aksesuāri ir it kā sīkumi, kas var pilnībā mainīt garderobes noskaņu atbilstoši jaunākajai modei.
11. Ja kārojas iepirkties, labāk sarunā pastaigu ar draugu vai dari ko citu, kas tevi iepriecina, jo spontāna iepirkšanās noteikti garantēs liekus tēriņus. Ļoti daudzi no mums vēlas uzlabot sev noskaņojumu, apmeklējot veikalu un nopērkot kādu jaunu apģērba

gabalu. Un šie cilvēki ļoti labi zina, ka bieži šādi iegādātas preces, pārnākot mājās, vairs īsti nepatīk, bet nauda jau ir iztērēta.

12. Ja pārnākot mājās no veikala konstatē, ka jaunajam apģērbam ir kāds defekts, tev īsti neder tā izmērs vai arī apģērba kvalitāte nav laba, nekautrējies to nest atpakaļ uz veikalu samainīt vai arī prasīt atdot savu naudu. Ikvienam ir šādas tiesības.

13. Neko neizmaksās apģērba maiņa, ko vari sarīkot kopā ar draugiem. Pārskatiet savos skapjos lietas, ko vairs nevalkājat, un savā starpā samaināties ar tām lietām, kas patīk un atbilst gaumei un izmēram.

Skaistumkopšana

1. Visvairāk izmaksu par skaistumkopšanu varēsi samazināt, ja ierasto salonos pieejamo procedūru vietā izvēlēšies citas alternatīvas. Lielu daļu procedūru vari veikt vai nu pati, vai arī palīgā aicināt kādu draudzeni vai labu paziņu. Mājas apstākļos noteikti var veikt manikīru, pedikīru, matu krāsošanu, sejas masku uzklāšanu, vaksāciju un citas procedūras. Iedvesmu vari smelties, piemēram, šeit:

<http://www.irlaiks.lv/health/beauty/article.php?id=1279265>

http://www.managimene.lv/skaistumkopsana/pedikirs_majas_apstaklos

<http://www.tvnet.lv/women/skaista/spogulis/article.php?id=5145892>

2. Izpēti sludinājumus interneta portālos! Tajos ir neskaitāmi manikīra, friziera pakalpojumu un citi piedāvājumi par daudz izdevīgākām cenām. Ja tomēr neuzticies citam meistaram, mēģini no draugiem un paziņām iegūt kādus ieteikumus par kvalitatīviem skaistumkopšanas pakalpojumiem, kas nemaksā bargu naudu. Šādi ieteikumi noteikti nepieviļ.

3. Iepērcies internetā. Arī jau ierastās skaistumkopšanas preces var atrast interneta veikalos. Lai nebūtu jāmaksā par piegādi, iespējams pēc precēm doties pašai vai arī kopā ar draudzenēm savākt nepieciešamo summu, lai par piegādi nebūtu jāmaksā.

4. Ieradumam ir liels spēks, tomēr pamēģini jau ierastās skaistumkopšanas preces pamainīt pret ko cenas ziņā izdevīgāku. Bieži vien pārmaksājam tieši kosmētikas zīmola, bet ne kvalitātes dēļ.

5. Atceries par ekonomiskajiem iepakojumiem arī skaistumkopšanas precēm, salīdzinot to tilpumu vai daudzumu attiecībā pret cenu. Nereti, meklējot zemāku cenu, nopērkam arī mazāka tilpuma kosmētikas līdzekļus, kuri drīz vien izlietojas un jāpērk atkal no jauna. Lētāk ne vienmēr ir arī izdevīgāk!

6. Ja tomēr nevari atteikties no skaistumkopšanas saloniem, rūpīgi izpēti un salīdzini to piedāvājumu. Šobrīd daudz salonu savas cenas ir krietni samazinājuši, tāpēc viegli atradīsi gan labus, gan izdevīgus piedāvājumus.

7. Meklē informāciju sieviešu žurnālos. Tajos nereti ir informācija par dažādiem izdevīgiem skaistumkopšanas piedāvājumiem vai pat atlaižu kuponi. Ja tomēr neesi pārliecināta, vai tev konkrētā procedūra tiešām nepieciešama, labāk neizmanto to tikai atlaides dēļ.

8. Izmanto skaistumkopšanas skolu sniegtās iespējas, kur studenti mācību nolūkos meklē modeļus. Tā bez maksas var tikt pie stilīgas frizūras un skaista manikīra vai pedikīra. Baidīties nevajag, jo visas procedūras tiek veiktas speciālista uzraudzībā.

9. Vismazāk izmaksās pašu veiktas skaistumkopšanas procedūras mājās. Iespējams arī ar draudzenēm sarīkot skaistumkopšanas vakarus, kuru laikā savā starpā dalīties dažādos skaistumkopšanas noslēpumos. Daudz dažādu recepšu skaistumkopšanai mājas apstākļos iespējams atrast arī internetā.

10. Kā ķermeņa skrubi iespējams izmantot izlietotos kafijas biezumus vai arī cukuru, kam nedaudz piejaukta dušas želeja. Iespējams izmēģināt arī smalko sāli, kas sajaukta ar pirts medu.

11. Arī sejas maskām pieejamas dažādas viegli pagatavojamas receptes, piemēram, iespējams sajaukt avokado mīkstumam ar olīveļļu – tā būs laba maska sausai ādai. Nogurušai ādai var uzklāt skābo krējumu, dabīgo jogurtu, paniņas vai kefīru. Taukainas

ādas īpašnieces var uz tās klāt sakultu olas baltumu, savukārt jaukta tipa ādas īpašnieces masku var izgatavot no banāna, kas sajaukts ar saldo krējumu. No aukstuma pasargās maska, kuras pagatavošanai vienādās proporcijās sajauc auzu pārslas, medu un olas dzeltenumu.

12. Labas matu maskas var pagatavot, piemēram, no divām sakultām olām; no olas dzeltenuma ar 100g naturālā jogurta; no olas un nedaudz citrona sulas; no olas baltuma putām ar 6 ēdamkarotēm naturālā jogurta; no avokado mīkstuma ar ēdamkaroti medus un 2 ēdamkarotēm olīveļļas; no banāna un dažiem pilieniem mandeļu eļļas.

13. Pēc skrubēšanās pēdas vari palutināt, uz nakti ieziežot tās ar olīveļļu un uzvelkot kokvilnas zeķītes. Pēdu āda ar laiku kļūs mīksta un maīga.

14. Relaksējošai vannošanās procedūrai nebūt nevajag iegādāties dārgas aromātiskās eļļas. Sagatavo mājās zāļu tēju novārījumu (pēc savas gaumes) un pievieno to vannas ūdenim.

15. Ja nevari atteikties no ierastajām skaistumkopšanas procedūrām salonos, apdomā, vai vari tās veikt retāk. Arī tā varēsi nedaudz ietaupīt.

<https://www.ptac.gov.lv/lv/ka-ietaupit>