



PÉNZÜGYI ISMERETEK FEJLESZTÉSE ÉS ESÉLYEGYENLŐSÉG NÖVELÉSE A SÉRÜLÉKENY CSOPORTOK SZÁMÁRA

**A tananyagot összeállította:
Mészáros Attila**

A LIF PROGRAM A MAGYAR VÖRÖSKERESZT PROJEKTJEKÉNT, A KANADAI VÖRÖSKERESZT TÁMOGATÁSÁVAL VALÓSUL MEG

A projekt megvalósításáért felelős személyek:

Biró Ágnes Abigél

Bosák Ildikó Bettina

Waller-Fekete Judit

A dokumentumban szereplő fejezetnyitó illusztrációk forrása a Pinterest online gyűjteménye. Az ábrák vizuális kiegészítésként szolgálnak.

Budapest 2026

Tartalomjegyzék

Bevezetés	5
A tananyag célja	5
Az ismeretátadás módszere	5
Védelem a pénzügyekben	6
Esélyegyenlőség és befogadás	7
Pénzügyi tudatosság	8
Bevezetés	10
Számlaválasztás	11
Fizetési számla	11
Mi kell hozzá?	11
Mire figyelj számlanyitáskor?	12
Hogyan válasszunk bankot?	12
Inkasszó	13
Családi költségvetés	14
Kulcsszavak	14
Családi költségvetés	14
Miért beszélünk róla?	14
Háztartási költségvetés	15
Családi költségvetés vs. háztartási napló	15
Hogyan csináljunk családi költségvetést?	16
Havi költségvetés	18
Éves költségvetés táblázat	19
Havi költségvetés táblázat	19
Pénzügyi kaland	20
Játék	21
Összefoglalás	23
A hitel	25
Hitel: Tudatos döntés a pénzügyekben	26
Kulcsszavak	27
Hitelképesség	27
A kamat	28
Hitelek típusai	29

Mire ne?	33
Milyen biztosításokat szokás hitel mellé kötni?	33
A túlzott eladósodottság kockázatairól	35
Miért nem jó ötlet hitelt hitellel fizetni?	37
Pro Tipp: AI	38
Mit tegyél, ha mégis gondod adódik a hitel törlesztésével?	42
Játék	43
Összegzés	44
Kulcsüzenet	44
Megtakarítás	44
Bevezetés	45
Kulcsszavak	46
Miért hasznos?	47
Vésztartalék	50
Játék	51
Közgyógyellátási igazolvány	52
Összegzés	53
Online is védj a pénzedet és az adataidat!	54
Bevezetés	55
Kulcsfogalmak	57
Hogyan védj meg a vagyonodat és személyes adataidat online?	58
Játék	60
Útravaló	61
Szószerdet	62
Források	66

Bevezetés

A pénzügyi döntések mindannyiunk életében jelen vannak. Mindennap találkozunk olyan helyzetekkel, amikor arról kell döntenünk, mire költünk, hogyan osztjuk be a pénzünket, vagy hogyan készülünk fel a jövőre. Gondolkodtál már azon, hogy pontosan mire mennyi pénzt költesz egy hónapban? Vagy azon, hogy mi történne, ha váratlan kiadás merülne fel? Tudod-e, hogyan lehet biztonságosan intézni a pénzügyeket az online világban? Ez a tananyag azért jött létre, hogy segítsen Neked jobban megérteni és tudatosabban kezelni a pénzügyedet a mindennapi életben.

A tananyag célja

A tananyag célja, hogy megismerd a pénzbeosztás alapjait, a megtakarítás lehetőségeit, valamint azt is, hogyan kerülheted el a pénzügyi csalásokat és visszaéléseket. A cél nem csupán az információátadás, hanem az is, hogy mindenki magabiztosabban tudjon döntéseket hozni a saját pénzügyeivel kapcsolatban, és felkészültebben reagáljon a mindennapi élet pénzügyi helyzeteire.

Az ismeretátadás módszere

A foglalkozás során a résztvevők nemcsak hallgatják az információkat, hanem aktívan részt vesznek a tanulási folyamatban. A foglalkozások beszélgetésekre, példákra és közös gondolkodásra épülnek. A hangvétel a tananyagban és a foglalkozásokon közvetlen, bátorító.

A résztvevők különböző gyakorlatokon keresztül találkoznak olyan helyzetekkel, amelyek a mindennapi életben is előfordulhatnak. Például:

- Eljátsszák, hogy valaki banki alkalmazottnak adja ki magát, és a résztvevők eldöntik, hogyan reagálnának.
- Megbeszélik, milyen fizetési módok lehetnek biztonságosak az online vásárlás során.
- Párokban vagy kisebb csoportokban döntéseket hoznak egy család kiadásainak beosztásáról.

Ezek a gyakorlatok segítenek a résztvevőknek saját tapasztalataikon keresztül gondolkodni a pénzügyi döntésekről.

A tananyagban előforduló pénzügyi fogalmak meghatározását a kiadvány végén, a "Szószedet"-ben találhatjátok.

Védelem a pénzügyekben

A mai világban egyre több pénzügyi ügyet intézünk online vagy telefonon keresztül. Ez sokszor kényelmesebb, ugyanakkor fontos, hogy odafigyeljünk a biztonságra is. Előfordulhat, hogy:

- gyanús üzenetet kapunk,
- túl kedvező ajánlattal találkozunk, vagy
- egy telefonhívás során valaki banki adatokat kér.

Nem mindig könnyű eldönteni, hogyan reagáljunk ilyen helyzetekben. A foglalkozás célja, hogy felhívja a figyelmet ezekre a helyzetekre, és segítsen felismerni a csalás jeleit.

A foglalkozás alapja három fontos pillérre épül: a védelemre, hogy tudjuk biztonságban kezelni a pénzünket és adatainkat; az esélyegyenlőségre, hogy mindenki részt vehessen a pénzügyi döntésekben; és a befogadásra, hogy a pénzügyi tudás mindenki számára elérhető és érthető legyen.

Esélyegyenlőség és befogadás

A pénzügyi ismeretek elsajátítása mindenki számára fontos, hiszen hozzájárul a tudatos pénzügyi döntések meghozatalához és a mindennapi életben való magabiztos eligazodáshoz. Mindenkinél joga van ahhoz, hogy megértse a pénzügyek alapjait, részt vegyen a család pénzügyeinek tervezésében, valamint felelősen döntsön saját pénzügyeiről.

A tananyag figyelembe veszi, hogy a tanulók előzetes ismeretei, tapasztalatai és információhoz való hozzáférése eltérő lehet. Ennek megfelelően a foglalkozás úgy épül fel, hogy életkortól, előzetes tudástól vagy egyéni háttértől függetlenül minden résztvevő számára érthető, követhető és befogadó legyen. A cél, hogy minden tanuló elsajátítsa a pénzügyi műveltség alapjait, és magabiztosabban tudjon döntéseket hozni a mindennapi pénzügyi helyzetekben.

A pénzügyek a mindennapjaink részei, és mindenki képes lehet tudatosabban kezelni a pénzét, ha kap hozzá iránymutatást és lehetőséget a gyakorlásra. Ez a foglalkozás és tananyag lehetőséget ad arra, hogy saját tapasztalatainkon keresztül tanuljunk, felismerjük a kockázatos helyzeteket, és kipróbáljuk, hogyan lehet biztonságosan, felelősen dönteni a pénzügyeinkről. Ne feledd: nem az a cél, hogy mindenki szakértővé váljon, hanem az, hogy magabiztosabban és felkészültebben tudjuk kezelni a pénzügyi helyzeteket. Ha nyitottak vagyunk az új ismeretekre és megosztjuk egymással a gondolatainkat, mindannyian többet tanulhatunk.

Vágjunk bele, és tegyük meg az első lépéseket a tudatosabb pénzügyi döntések felé!

Pénzügyi tudatosság

“

„Ne mondd el nekem,
hogy mik a prioritásaid.
Mutasd meg, hogy mire
költöd a pénzed, és én
megmondom neked,
hogy mik a prioritásaid.”
JAMES W. FRICK





Mielőtt a bankszámlákról és a pénzügyi szolgáltatásokról beszélénk, érdemes röviden elgondolkodni azon, hogyan kezeljük a pénzt a mindennapokban. Az emberek különböző módon fizetnek és intézik a pénzügyeiket: van, aki inkább készpénzt használ, mások bankkártyával vagy online fizetnek. A blokk elején egy rövid beszélgetéssel indítunk, amely segít ráhangolódni a témára. Mindenki megoszthatja saját tapasztalatait arról, hogyan használja a pénzt a mindennapi életben.

A beszélgetést elindíthatják például az alábbi kérdések:

- Hogyan szoktál leggyakrabban fizetni: készpénzzel vagy bankkártyával?
- Volt már bankszámlád? Ha igen, mire használtad leginkább? Szerinted mikor lehet hasznos egy bankszámla?

A rövid beszélgetés segít abban, hogy mindenki a saját tapasztalataiból induljon ki, és aktívan kapcsolódjon a témához. Ezután megnézzük, mire érdemes figyelni bankszámla nyitásakor és használatakor.



**fizetési vagy folyószámla, bank weboldala, készpénz,
bankkártya, utalás, számla**



fizetési számla vagy folyószámla: bankszámla, ahová a pénzünk érkezhethet, például a fizetésünk, a CSED, a GYED, a GYES, a családi pótlék, a nyugdíj, az ösztöndíj vagy más támogatás.



Hogyan lehet fizetési számlát nyitni?

- **bemehetünk a bankba és ott kérhetjük, megnyithatjuk a**
- **bank internetes oldalán (weboldalán) is, vagy alkalmazásában.**



Mi kell hozzá?

- **érvényes személyi igazolvány (vagy más személyazonosító okmány), lakcímkártya, adóazonosító jel. A számlanyitáskor a bank szerződést köt velünk, és elmondja, hogyan használhatjuk a bankszámlát és a bankkártyát, valamint milyen díjakat kell fizetnünk.**
- **A bank a számlanyitási kérelmet megvizsgálja, és bizonyos esetekben dönthet úgy, hogy nem nyit bankszámlát.**



Mire figyelj számlanyitáskor?

Mielőtt döntesz, gondold végig ezeket:

- Mire kell számla?

Ide jön majd a fizetésed/nyugdíjad?

Inkább félretenni szeretnél rá pénzt?

Hitelt veszel fel?

- Mennyi készpénzt veszel fel?

Egy hónapban hányszor vennél fel pénzt és kb. mennyit?

- Mennyit fizetsz kártyával?

Gyakran vásárolsz olyan helyen, ahol lehet kártyával fizetni?

- Szoktál utalni vagy pénzt kapni?

Tervezel pénzt küldeni ismerősnek, vagy pénzt fogadni tőlük?

Hogyan válasszunk bankot?

Mielőtt számlát nyitsz, érdemes több bank ajánlatát is megnézni. Nem biztos, hogy a legismertebb bank kínálja számodra a legkedvezőbb feltételeket.

Hasonlítsd össze:

- a számlavezetés díját,
- a kártyahasználat költségeit,
- az ATM-ből való pénzfelvétel díját,
- az utalások költségét.



Ebben segíteni tudnak a bank összehasonlító oldalak

például a Magyar Nemzeti Bank bankszámlaválasztó programja. <https://bankszamlavalaszto.mnb.hu/kalkulator>

a Bankmonitor bankszámla keresője:
<https://bankmonitor.hu/bankszamla/>

Money.hu bankszámla kalkulátor:
<https://www.money.hu/bankszamla>



- **Hogyan fizetnéd a számlákat?**

Például rezsi, telefon, internet: átutalással (te küldöd a pénzt) vagy csoportos beszedéssel (szolgáltató levonja a számládról)? Mindezt azért kell végiggondolni, hogy az igényeidnek leginkább megfelelő számlacsomagot válaszd ki.



Miért fontos ezekre figyelni?

A bankszámla nyitása és használata fontos döntés, mert a pénzünk biztonsága, a mindennapi fizetések és a megtakarítások mind ettől függenek.

Ha előre átgondoljuk, mire szeretnénk használni a számlát, mennyi készpénzt veszünk fel, mennyit fizetünk kártyával, vagy hogyan fizetjük a számlákat, könnyebben tudunk olyan megoldást választani, amely megfelel a saját igényeinknek.

Ez segít abban is, hogy a pénzügyeink átláthatóbbak legyenek, elkerüljük a felesleges költségeket, és biztonságosan tudjuk kezelni a pénzünket a mindennapokban.

Inkasszó

Banki hitelfelvételhez kell bankszámla, mert a bank erre utalja a hitelt, és sokszor innen vonja a törlesztőrészleteket is. Ha valaki tartósan nem fizeti a tartozását, a bank vagy más jogosult behajtási, később akár végrehajtási eljárást is indíthat. Ennek során előfordulhat, hogy a tartozást a bankszámláról vonják le. Ezt köznyelven gyakran inkasszónak nevezik. Ilyenkor nem feltétlenül százalékot vonnak minden beérkező pénzből, hanem a tartozás összegéig zárolhatják vagy levonhatják a számlán lévő pénzt, a jogszabályi korlátok mellett.



költségvetés, tartalék, bevétel, megtakarítás, kiadás



A családi költségvetés:

A családi költségvetés olyan terv, ami segít átlátni, hogy egy hónapban mennyi pénz jön be és mennyi megy el. Megmutatja, mire költjük a pénzt, és mennyit tudunk félretenni. Ez segít abban, hogy legyen tartalékunk váratlan

helyzetekre, és ne érjen minket meglepetés a kiadásoknál. Fontos megérteni, hogy nem mindig ugyanannyi a bevételünk vagy a kiadásunk: egy hónapban lehet több fizetés, bónusz, vagy extra költség, és mindez befolyásolja, mennyit tudunk félretenni. Ha előre átgondoljuk a kiadásainkat és pénzügyi céljainkat, könnyebb okosan gazdálkodni, mintha csak annyit költenénk, ami a fizetés után marad.

„Fizess először magadnak” elv



Miért beszélünk róla?

A családi költségvetés nemcsak azt segíti, hogy a pénzt jól kezeljük, hanem azt is, hogy a család minden tagja biztonságban és jólétben éljen. Ha tudatosan tervezzük a kiadásokat és bevételeket, minden családtag - gyerekek, nők vagy sérülékeny személyek - hozzáférhet a szükséges erőforrásokhoz. Így a költségvetés támogatja a nemek közötti egyenlőséget és erősíti a család védelmét a problémákkal szemben. A költségvetés megértése segít abban is, hogy:

- ne érjenek meglepetések a pénzügyekben,
- legyen tartalékunk váratlan helyzetekre,
- tudatosan alakítsuk a kiadásainkat és a megtakarításainkat.

Megtanuljuk, hogyan lehet előre tervezni, és nem csak remélni, hogy a hónap végén marad pénz félretenni.

Háztartási költségvetés

A családi költségvetés és a háztartási napló segít átírni a pénzügyeinket. Nézzük meg mi a különbség közöttük!

Családi költségvetés

= terv/keret -
jövőre vonatkozik

keretrendszer

hogy ne költsétek túl
magatokat és jusson a
célokra

előre elkészített
pénzügyi terv
célokhoz igazítja a
pénzmozgást

Háztartási napló

= megvalósultak rögzítése/
nyomonkövetés -
múltra vonatkozik

nyomonkövetés

hogy lássátok a
valóságot és kiderüljön,
hogy hol csúszik el a
terv

költségek tényleges,
utólagos rögzítése
célja, hogy lásd a
pénzmozgást

családi költségvetés



háztartási napló



tudatos pénzkezelés





Hogyan csináljunk családi költségvetést?

Érdemes először csinálni egy éves tervet. Ha nem muszáj, ne használjunk hiteleket, inkább próbáljunk meg amennyire lehet, előre tervezni.

Bevételek és megtakarítások:

- Először nézd meg, mennyi pénz jön be egy hónapban: csak a biztosan beérkező jövedelemmel számoljatok ekkor!
- Döntsd el, mennyit tudsz félretenni (akár kis összeget is)
- Ami ezután marad, az lesz az a pénz, amiből a havi kiadásokat fizeted. Az összeget ajánlott nem 4, hanem 5 hétre beosztani! Így biztosan minden napot beleszámítottál. A kiadások tervezésénél jól használható a borítékos módszer. A tervezett költségeket ne lépd túl!



Rendszeres kiadások: Ezek azok a kiadások, amik minden hónapban vannak, például: lakhatás (rezsi, lakbér stb.), közlekedés, kötelező élelmiszerek, tisztító- és tisztálkodószerek, krónikus betegségek gyógyszerei. Mindig a lakhatás legyen az első, aminek kifizetéséről gondoskodszt!



Ritkább, de nagy összegű (rendkívüli) kiadások: Vannak olyan kiadások, amik nem minden hónapban jönnek, de amikor igen, akkor sokat visznek el, pl. iskolakezdés, lakásfelújítás. Ezekre és a váratlan kiadásokra félre kell tenni, amennyire lehet.

Mennyi marad? Ha levontad a fix tervezett kiadásokat, látod, hogy mennyi marad.

Ebből mehet például:

- ruhára,
- hobbira,
- szórakozásra.

teljes bevétel



megtakarítás



keret



Feltöltőkártyás villanyóra

A feltöltőkártyás villanyóra abban segíthet, hogy a háztartás jobban kézben tudja tartani az áramfogyasztását és elkerülje az újabb tartozás felhalmozását.

Úgy működik, hogy az áramot előre kell feltölteni, hasonlóan egy telefonos feltöltőkártyához. Amennyi pénzt feltöltenek rá, annyi áramot lehet felhasználni. Így nem utólag jön egy nagyobb számla, hanem már előre látszik, mennyi pénz áll rendelkezésre az áramra.

Ez különösen akkor lehet hasznos, ha valakinek már van közüzemi hátraléka, vagy nehezen tudja havonta egyben kifizetni a számlákat. A feltöltőkártyás mérő segíthet abban, hogy ne nőjön tovább a tartozás, mert csak annyi áram fogyasztható, amennyit előre kifizettek.

Fontos tudni, hogy ez nem törli el a régi tartozást. A korábbi hátralékot továbbra is rendezni kell, például részletfizetéssel vagy más megállapodással a szolgáltatóval.

Havi költségvetés

Ha jól tervezel, akkor hónap elején már:

- félretetted, amit tudsz számoltál az állandó kiadásokkal, és gondoltál a
- ritkább kiadásokra is.

Érdemes a legfontosabb dolgokkal kezdeni:

bevásárlás, rezszi,
élelmiszer, gyerekellátás,
higiéniás termékek



Ha nehezen jössz ki a jövedelmedből a hónap végén, íme néhány tipp:

Tervezd meg a heti étrendet, eszerint állíts össze bevásárló listát, kövesd a boltok akcióit. Segít a gazdálkodásban, ha a maradék kész ételt lefagyasztod egy későbbi alkalomra. Nagyobb üzletekben általában kedvezőbbek az árak. Hogy tudd, melyik éri meg jobban, mindig az 1 kilóra vagy 1 literre kiszámolt árat figyeld az árcédulán. Sokat lehet spórolni az alkohol, cigaretta és elektromos dohányzó eszközök, chipsek, energitalok, szénsavas üdítők elhagyásával. Ráadásul így a család egészségét is jobban meg lehet őrizni, ami szintén kedvezően hat az anyagiakra, pl. nincs keresetkiesés, gyógyszerköltség. Figyelj a rezsiköltségekre! Kapcsold le a lámpát, ha nem vagy a szobában! Napközben, ha nem vagy otthon, csak temperáld a szobát! Télen vegyél fel egy pulóverrel többet otthon is! Sokat lehet spórolni a rezsiköltségen, ha egy alkalommal 2 napra is főzöl.



Az elérhető legkedvezőbb árakért felkeresheted az árösszehasonlító oldalakat: pl. arfigyelo.gvh.hu, argep.hu, arukereso.hu. Ezek segítenek abban, hogy könnyen összehasonlítsd a különböző boltok élelmiszerárait. A rendszeres használatával megtalálhatod a legolcsóbb ajánlatokat, így jelentős összeget spórolhatsz a bevásárlásokon. Az oldalon nyomon követheted az árak alakulását, ami segít felismerni a valódi akciókat és elkerülni a túlárzott termékeket. A tudatos tervezéssel megelőzheted az impulzusvásárlást - azaz a pillanatnyi érzelemből történő vásárlást -, hiszen pontosan tudni fogod, hol érdemes megvenni a szükséges dolgokat. Hosszabb távon ez a fajta odafigyelés segít a családi költségvetés egyensúlyban tartásában és a pénzügyi fegyelem kialakításában.

a fizetés általában fix összeg és minden hónapban jön

éves költségvetés táblázat

Jövedelmek	Jan	Feb	Már	Ápr	Máj	Jún	Júl	Aug	Szept	Okt	Nov	Dec
Fizetés 1												
Fizetés 2												
Plusz munka 1	például plusz műszak, amit nem vállalsz be minden héten											
Plusz munka 2												
Egyéb1	alkalmi bevétel, amit nem kapsz feltétlen minden hónapban, például vállalsz											
Egyéb2	alkalmi hétfégi munkát, de az is lehet, hogy ajándékba kapsz pénzt											
Megtakarítások összesen	Jan	Feb	Már	Ápr	Máj	Jún	Júl	Aug	Szept	Okt	Nov	Dec
Megtakarítás1	ez érdemes előre meghatározott, minden hónapban fix összeg legyen											
Megtakarítás2												
Rendszeres kiadások	Jan	Feb	Már	Ápr	Máj	Jún	Júl	Aug	Szept	Okt	Nov	Dec
lakhatás	általában fix, rezszi, lakbér, vagy hiteltörlesztő általában fix, buszbérlet, vagy											
közeledés	üzemanyag, esetleg bérleti díj											
egészségügy	ez a valóban szükséges ételkészlet jelenti, például tej vagy kenyér, ami általában fix egy heti/havi											
Kötelező ételkészlet	bevásárlásnál, nem számolódik bele az alkalmankénti csoki, vagy egyéb nem létszükségleti ételkészlet											
Egyszeri kiadások	Jan	Feb	Már	Ápr	Máj	Jún	Júl	Aug	Szept	Okt	Nov	Dec
ünnep	előre látható, nagyobb összegű, de nem rendszeres kiadások, ha az éves											
ajándék	költségvetésedben például számolsz azzal, hogy szeptemberben iskolatáskát kell											
gyerekcipő	venned a gyermekednek, akkor a havi megtakarításod mértékét is könnyebben meg											
A gyerek ballagása	tudod határozni											
Egyéb1												
Egyéb2												
Összesítés	Jan	Feb	Már	Ápr	Máj	Jún	Júl	Aug	Szept	Okt	Nov	Dec
jövedelem	az adott havi munkabérek, plusz munkabérek és egyéb bevételek összege											
Megtakarítás	amennyit az adott hónapban félretettetek											
Elkölthető	a havi jövedelmekből kivonod a havi megtakarításokat											
Kiadás	a rendszeres kötelező kiadást összeadod az alkalmi kiadással											
Fennmaradó összeg	a havi elkölthetőből kivonod a havi kiadásokat											

havi költségvetés táblázat

	Jan	Feb	Márc	Ápr	Máj	Jún	Júl	Aug	Szept	Okt	Nov	Dec
Elkölthető	Ide jön hónapra lebontva az az összeg, mely az adott hónapra maradt, miután az éves költségvetésben minden kiadást levontatok.											
Bevásárlás												
Háztartás												
szépségápolás												
Minden egyéb, amire a családban költötök havi szinten, vagy alkalomadtán												

Ide jönnek azok a dolgok, amiket a kötelező és rendszeres kiadásokon túl megvásároltok havi szinten. Itt annyival tudtok gazdálkodni, ami a legfelső sorban elkölthető/fennmaradó havi összeg.

Pénzügyi kaland:

A következő játékos feladatokon keresztül megnézzük, hogyan jelenik meg a pénz a mindennapi életünkben. A gyakorlatok segítségével megismerjük a bevétel, a kiadás és a megtakarítás fogalmát, valamint azt, hogyan hozhatunk tudatosabb pénzügyi döntéseket.

A feladatok bemutatják, miért fontos előre tervezni, és miért érdemes pénzügyi tartalékot képezni váratlan helyzetekre. A játékok egyszerűek és könnyen érthetők, mindenki a saját tapasztalataiból kiindulva kapcsolódhat be. A cél nem a verseny, hanem a közös gondolkodás és a pénzügyi ismeretek bővítése.





Okos döntések

Most játszunk a pénzügyek világában! A következő játékokban egyszerű, hétköznapi helyzeteken keresztül gyakoroljuk, hogyan ismerjük fel a bevételt, a kiadást és a megtakarítást, hogyan tudunk okos pénzügyi döntéseket hozni, és hogyan készülhetünk fel váratlan kiadásokra.

1. Bevétel - Kiadás - Megtakarítás játék

Minden játékosnak adunk képeket mindennapi tárgyakról vagy eseményekről.

Döntsd el, hogy az adott kép bevételt, kiadást vagy megtakarítást mutat.

Tedd a kártyát a megfelelő helyre: Bevétel, Kiadás vagy Megtakarítás.

Példák:

Bevétel: fizetés, családi pótlék, alkalmi kereset

Kiadás: élelmiszer, gyógyszer, buszjegy

Megtakarítás: persely, bank, tartalék pénz

A játék végén nézd meg, mennyit költöttél és mennyit takarítottál meg.

Gondold át, mely kiadások voltak fontosak és melyeket lehetett volna halasztani.

2. „Mit tennél?” szituációs játék

Olvasd el az esemény leírását és döntsd el, mit tennél a pénzeddel.

Választhatsz: okos döntés vagy kockázatos döntés.

Példák:

Betegség miatt gyógyszerre kell költeni. Mit csinálsz?

Akciós étel a boltban. Megveszed mindet, vagy csak ami kell?

Munkahelyi bónuszt kaptál. Mindet elköltöd vagy félreteszél belőle?

Beszéljétek meg, miért lehet jó vagy kockázatos a választásod.



3. „Váratlan helyzet” játék

Minden játékos kap 10 000 Ft játékpénzt. A játék során különböző események történnek, és döntened kell, hogyan használod a pénzt.

Példák:

Elromlott a biciklid - fizess 2000 Ft

Orvoshoz kell menni - fizess 3000 Ft

Nyertél egy kisebb versenyt - kapsz 2000 Ft

Egy barát kér kölcsön - fizess 500 Ft

Nézd meg a játék végén, mennyi pénzed maradt, és gondold át, miért fontos a megtakarítás.

4. Biztonságos pénzhasználat játék

Olvasd el az esemény leírását és dönts el, biztonságos vagy kockázatos-e a helyzet.

Példák:

SMS a banktól, kérik a kódod - nem biztonságos

Ismeretlen webshop túl olcsó termékkel - nem biztonságos

Bankfiókban intézed az ügyet - biztonságos

Gondold át, hogyan védheted a pénzed és adataid a csalások ellen.

Összefoglalás:

Mit tanultunk a Pénzügyi kalandból?

- **Bevétel, kiadás, megtakarítás:** megértettük, hogy a pénz be- és kiáramlásának tudatos követése segít jobban gazdálkodni.
- **Okos döntések:** Láttuk, hogy minden döntés számít, és érdemes előre átgondolni, mire költünk.
- **Tartalék szerepe:** A váratlan kiadásokra való megtakarítás biztonságot ad, és csökkenti a stresszt.
- **Gyakorlati üzenet:** most, hogy a játékokon keresztül láttuk a pénzügyeket, könnyebb lesz a saját életünkben is átgondolni: mennyit költünk, mennyit tehetünk félre, és hogyan készülhetünk fel váratlan helyzetekre.





Pro Tipp

Hogyan kerüljük a fölösleges költsékezést?

Kövesd nyomon a pénzedet!

Írd fel, mennyi pénzed van, és mire költöd. Így könnyebben észreveszed, mire van valóban szükséged, és mire költesz feleslegesen.

Figyeld a kiadásaidat!

Jegyezd fel rendszeresen a vásárlásaidat és a számláidat. Ez segít átlátni, hogy mire megy el a pénzed.

Készíts bevásárlólistát!

Vásárlás előtt írd listát, és próbáld meg csak azt megvenni, amire valóban szükséged van.

Tervezz előre!

Gondolj előre a várható kiadásokra, például a lakbérre, rezsire, ruházódásra vagy ajándékokra, és tegyél félre rájuk pénzt.

Tegyél félre rendszeresen!

Már kisebb összeg félrerakása is segíthet abban, hogy legyen tartalékod váratlan helyzetekre.

Ne vásárolj azonnal!

Nagyobb kiadás előtt állj meg egy pillanatra, és gondold át, valóban szükséged van-e az adott termékre.



Feladat a fenti blokkhoz:

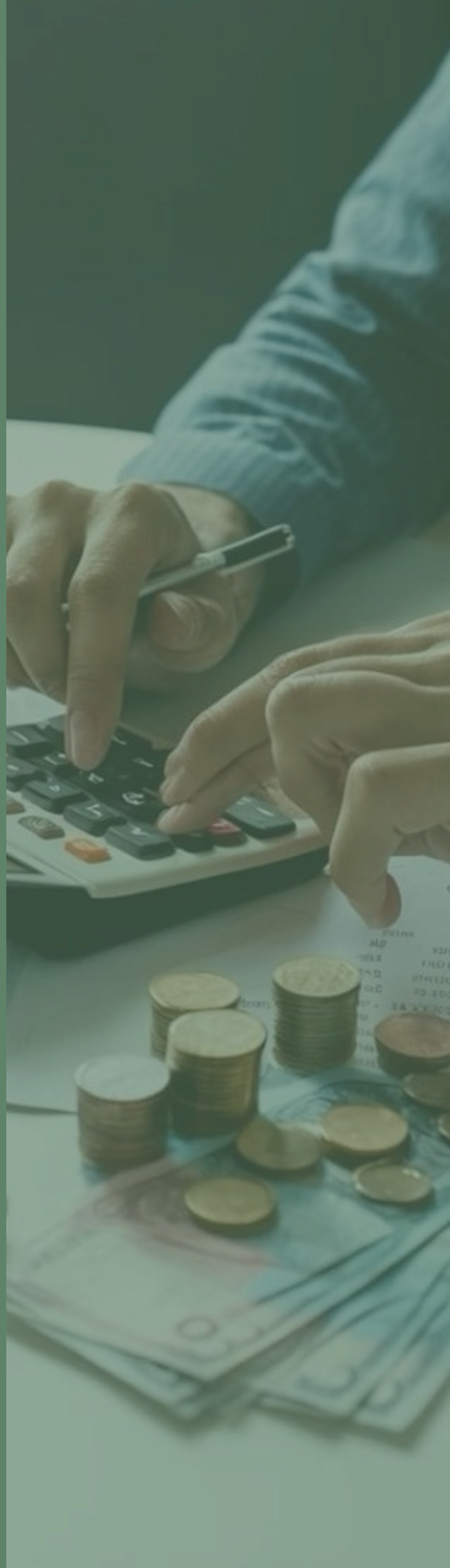
Írd fel az elmúlt hétről 5 fontos és 5 fölösleges kiadásodat.

Gondold át, hogyan spórolhattál volna!

A hitel

“

„A hitelképesség
legbiztosabb kritériuma,
ha valaki
nem szorul hitelre.”
Kner Izidor



Hitel: Tudatos döntés a pénzügyeinkben

Most, hogy már megismertük, hogyan lehet bevételeket, kiadásokat és megtakarításokat tervezni, és miért fontos, hogy legyen tartalékunk a váratlan helyzetekre, érdemes tovább lépni a hitelfelvételhez.



A hitel egy eszköz, amit tudatosan és körültekintően kell használni. Ha nincs elég megtakarításunk, előfordulhat, hogy a váratlan kiadásokat hiteltől kell fedezni. Ez viszont kockázatot jelent, és ezért fontos a pénzügyi védelem: a hitel tudatos kezelése segít megvédeni magunkat és családjunkat a pénzügyi veszteségektől, a túlzott adósságtól és a kiszolgáltatott helyzetektől.



A nemi egyenlőség szempontja is kiemelt jelentőségű, mert bizonyos élethelyzetekben - például gyermeküket egyedül nevelő szülők, különösen nők esetében - a szűkös anyagi források miatt a pénzügyi döntések különösen kritikusak.

A cél, hogy pénzügyi ismeretek birtokában, az összefüggéseket értve mindenki a helyzetének megfelelően tudjon önállóan dönteni, és a hitel segítse, ne pedig gátolja az anyagi boldogulást.



A befogadás biztosítja, hogy a hitellel kapcsolatos tudás mindenki számára érthető és elérhető legyen, kortól, háttértől vagy digitális jártasságtól függetlenül. Így nem csak a pénzügyi alapokat tanuljuk meg, hanem azt is, hogy mindenki képes legyen okos és biztonságos döntéseket hozni.



A hitel is része lehet a pénzügyeinknek, de mindig gondoljuk át, hogy valóban szükségünk van-e rá, és képesek vagyunk-e visszafizetni. Mielőtt hitelt veszünk fel, fontos megnézni, mennyi pénzünk van, mire szeretnénk felhasználni, és hogyan illeszkedik a havi kiadásaink közé. A tudatos döntés segít abban, hogy a hitelt biztonságosan használjuk, és elkerüljük a túlzott eladósodást.



hitel, adósság, késedelmi kamat, központi hitelinformációs rendszer, törlesztés, jelzálog, kamat, infláció



Hitel



Tőke



Kamat

amit a banknak fizetsz azért,
hogy használod a pénzt.

A kamat csak a pénz használatának ára, míg a **THM** egy százalékos értékben kifejezett mutató, kifejezve a hitelfelvétel összes éves költségét a tőkén felül.

*ezt kell figyelembe venni, mikor
bankok ajánlatait hasonlítod össze*

A hitelképesség:

A bank megnézi, hogy tudnád-e rendszeresen fizetni a hitelt, amit felvennél. Ehhez megvizsgálják, mennyi a bevétel havonta, mennyire biztos, hogy meg is marad hosszútávon a jövedelmed, és van-e elég értékes dolog a tulajdonodban - ingó és/vagy ingatlan vagyonod -, amit biztosítékként fel tudsz tenni (pl. egy lakás), de ezen kívül plusz biztosítékot is kérhetnek. Nem egyformán döntenek a bankok. Van, amelyik könnyebben ad hitelt, van amelyik nehezebben. Az is változó, hogy milyen igazolásokat kérnek ezekhez.

A kamat:

Amikor hitelt veszünk fel, nemcsak azt kell nézni, mennyi pénzt kapunk a banktól, hanem azt is, hogyan változhat a törlesztőrészlet. Ebben nagyon fontos a kamatozás típusa.

Állandó vagy fix kamatozásnál a kamat egy előre meghatározott ideig nem változik. Ez lehet például 5, 10, 15 év, vagy akár a hitel teljes futamideje. Ilyenkor a törlesztőrészlet kiszámíthatóbb: tudjuk, hogy havonta nagyjából mennyit kell fizetni. Ez főleg azoknak lehet jó, akiknek szűkös a havi jövedelmük, és nem fér bele, hogy a törlesztőrészlet hirtelen megemelkedjen. Hátránya, hogy a fix kamatozású hitel induláskor gyakran drágább lehet, mert a biztonságért többet kell fizetni.

Változó kamatozásnál a kamat időről időre módosulhat. Ha a kamatok csökkennek, a törlesztőrészlet is csökkenhet. Ha viszont a kamatok nőnek, akkor a havi fizetnivaló is emelkedhet. Ez veszélyes lehet, mert előre nem lehet biztosan tudni, hogyan változnak a kamatok. Egy hitel, ami ma még fizethetőnek tűnik, később túl nagy teher lehet.

Egyszerűen: a fix kamat biztonságosabb és kiszámíthatóbb, a változó kamat kockázatosabb, mert a havi törlesztő nőhet. Változó kamatot inkább csak akkor érdemes vállalni, ha valaki érti a kockázatot, van tartaléka, és akkor is tud fizetni, ha a törlesztő megemelkedik.

Hitelek típusai - mire való, milyen élethelyzetben lehet megoldás?

Az alábbi összefoglaló nem hitelfelvételre biztat, hanem segít megérteni, hogy a különböző hiteltípusok mire valók, és milyen helyzetben szokták őket használni. Minden hitelnél fontos megnézni a THM-et, a havi törlesztőrészletet, a teljes visszafizetendő összeget, valamint a szerződés feltételeit. Hitelfelvétel előtt érdemes átgondolni, mekkora összeget veszünk fel, mennyi idő alatt tudjuk visszafizetni, és hogy a hosszabb futamidő általában drágább hitelt jelenthet.



Hitelkártya

A hitelkártya egy olyan kártya, mellyel bank által kölcsönadott pénzt költhetsz. Nagyon fontos, hogy nem a saját pénzedet költöd, ezt később vissza kell fizetned. A hitelkártyát leginkább vásárlásra érdemes használni: boltban, interneten vagy egy szolgáltatást fizethetsz vele.

Ezt csak akkor érdemes használni, ha nem arról van szó, hogy valamire nincs pénzed, hanem, hogy csak később lenne rá pénzed, de most van szükséged az adott termékre.

Erre a bank ad neked egy keretet, mondjuk 100 000 Ft-ot, ez a hitelkeret. Ez a maximum, amit elkölthetsz és ez kamatmentes, ha időben - általában 1 hónapon belül - visszafizeted. Ha azonban nem fizeted vissza időben a teljes összeget, a bank kamatot számíthat fel, így a visszafizetendő összeg jóval magasabb lesz.



Személyi kölcsön

A személyi kölcsön egyik legfontosabb jellemzője, hogy általában fedezet nélkül igényelhető. Ez azt jelenti, hogy nem kell hozzá lakást, házat vagy autót felajánlani biztosítékként. Ettől egyszerűbb lehet az ügyintézés, de a bank így is megvizsgálja, hogy az igénylőnek van-e elég rendszeres jövedelme a törlesztéshez.

A személyi kölcsön többnyire szabad felhasználású. Vagyis a felvett összeget sokféle célra lehet elkölteni, például lakásfelújításra, háztartási gépre, tanulásra, egészségügyi kiadásra vagy más nagyobb, egyszeri költségre. A bank általában nem kéri, hogy számlákkal igazoljuk a felhasználást.

A személyi kölcsönnél előre ismert lehet a havi törlesztőrészlet és a futamidő, vagyis az, hogy mennyi ideig kell fizetni. Ez segíthet a tervezésben. Ugyanakkor a törlesztőt minden hónapban pontosan fizetni kell.

Fontos különbség, hogy mivel nincs mögötte fedezet, a személyi kölcsön kamata sokszor magasabb lehet, mint például egy lakáshitelé. Ezért nem szabad csak azt nézni, hogy gyorsan megkapható-e a pénz. Meg kell nézni a teljes visszafizetendő összeget és a THM-et is.

Személyi kölcsönt főleg akkor érdemes mérlegelni, ha egy fontos, konkrét kiadásra kell pénz, és a havi törlesztés biztonságosan belefér a család bevételeibe.



Áruvásárlási kölcsön

Az áruvásárlási kölcsön – más néven áruhitel – olyan hitel, amit egy konkrét termék vagy szolgáltatás megvásárlására lehet felvenni. Például hűtőre, mosógépre, telefonra, bútorra vagy más tartósabb fogyasztási cikkekre. Ilyenkor a vásárló nem egyszerre fizeti ki a teljes árat, hanem havonta részletekben törleszt.

Az áruvásárlási kölcsönt gyakran az üzletben vagy webáruházban lehet igényelni, sokszor a vásárláskor. Ez kényelmesnek tűnhet, mert a terméket akár azonnal el lehet vinni. Fontos viszont tudni, hogy ez is hitel, tehát fizetési kötelezettséget jelent.

Az áruhitel általában nem szabadon elkölthető pénz. A kölcsön az adott áru vagy szolgáltatás kifizetésére szolgál. Ez különbözteti meg például a személyi kölcsöntől, amit többféle célra is fel lehet használni.

Vásárlás előtt mindig meg kell nézni a THM-et, a havi részletet, a futamidőt és az összes visszafizetendő összeget. A „0% THM” ajánlatokat is el kell olvasni, mert lehetnek feltételek. Nem jó döntés csak azért megvenni valamit, mert „most elvihető”.

Áruvásárlási kölcsönt akkor érdemes vállalni, ha a termék valóban szükséges, és a havi részlet biztosan belefér a család pénzébe.



Folyószámlahitel-keret

A folyószámlahitel-keret a bankszámlához kapcsolódó hitellehetőség. Ez azt jelenti, hogy ha elfogy a saját pénz a számláról, a bank egy előre megadott összegig engedi, hogy tovább fizessünk vagy pénzt vegyünk fel. Ezt hívják hitelkeretnek.

Például ha valakinek 0 forint van a számláján, de van 50 000 forint folyószámla-hitelkerete, akkor a bank engedheti, hogy ebből az 50 000 forintból költsön. Ez azonban már nem a saját pénze, hanem hitel, amit vissza kell fizetni.

A folyószámla-hitelkeretet általában a rendszeres jövedelem alapján adja a bank. Ilyen lehet például a munkabér, nyugdíj vagy más rendszeresen érkező pénz. A törlesztés sokszor automatikusan történik: amikor pénz érkezik a számlára, abból a bank levonhatja a felhasznált hitel összegét és annak költségeit.

Előnye, hogy átmeneti pénzhiány esetén gyors segítséget adhat. Például, ha a fizetés csak pár nap múlva érkezik, de egy fontos számlát már ki kell fizetni. Veszélye viszont, hogy könnyű megszokni. Ha valaki minden hónapban mínuszba megy, akkor a hitelkeret már nem segítség, hanem állandó tartozás.

Fontos tudni, hogy a folyószámlahitelnek kamata és díja lehet. Ezért csak rövid időre, valóban szükséges helyzetben érdemes használni, nem mindennapi megélhetésre.

A jelzáloghitel olyan hitel, amelynél a bank ingatlant kér biztosítékként. Ez az ingatlan lehet például lakás, ház, telek vagy más értékes ingatlan. A hitelt legtöbbször lakásvásárlásra, építésre, felújításra vagy bővítésre veszik fel, de létezik szabad felhasználású jelzáloghitel is.

A legfontosabb különbség a személyi kölcsönhöz képest az, hogy itt van fedezet. Ez azt jelenti, hogy ha az adós hosszabb ideig nem fizeti a törlesztőrészeket, a bank végső esetben érvényesítheti a jelzálogjogot az ingatlanon. Egyszerűbben: komoly fizetési elmaradásnál veszélybe kerülhet az ingatlan.

A jelzáloghitel általában nagyobb összegű és hosszabb ideig tartó tartozás, akár 10-20 évre vagy még hosszabb időre is szólhat. Emiatt nagyon fontos, hogy a havi törlesztőrészlet ne csak most legyen kifizethető, hanem akkor is, ha később nőnek a kiadások, csökken a jövedelem, vagy váratlan probléma történik.

A jelzáloghitel felvétele előtt mindig több bank ajánlatát érdemes összehasonlítani, és nemcsak a havi törlesztőt, hanem a teljes visszafizetendő összeget, a THM-et, a kamatperiódust és az egyéb díjakat is meg kell nézni.

0% THM hitel

A 0% THM hitel olyan hitel, amelynél elvileg nem fizetünk többet, mint amennyibe a megvett termék kerül. A THM a teljes hiteldíj mutató, vagyis azt mutatja meg, hogy a hitelnek a kamaton kívül milyen egyéb költségei vannak. Ha a THM valóban 0%, akkor a törlesztőrészek összege összesen ugyanannyi kell legyen, mint a termék ára.

Például ha egy mosógép ára 120 000 Ft, és 12 hónapos 0% THM hitelt veszünk fel rá, akkor havonta 10 000 Ft-ot fizetünk. A végén összesen 120 000 Ft-ot fizetünk vissza.

Fontos, hogy a 0% kamat nem ugyanaz, mint a 0% THM. Lehet, hogy a kamat nulla, de van kezelési díj, számlanyitási díj, biztosítás vagy más költség. Ezért mindig a THM-et és a teljes visszafizetendő összeget kell megnézni, nem csak a reklám nagy betűit.

A 0% THM hitel akkor lehet hasznos, ha valóban szükség van a termékre, és a havi törlesztőt biztosan ki tudjuk fizetni. Veszélyes viszont, ha csak azért vásárolunk meg valamit, mert „úgyis kamatmentes”. A hitel akkor is tartozás, ha nincs rajta kamat.

Mire ne?

- Nem érdemes hitelt felvenni olyan dolgokra, amelyek nem létfontosságúak, és gyorsan elfogynak vagy elvesztik az értéküket. Ilyen lehet például a karácsonyi ajándék, ünnepi bevásárlás, nyaralás, drága telefon, ruha vagy szórakozás.

Az MNB is arra figyelmeztet, hogy a hitel nem ajándék, amit ma kölcsönből megveszünk, azt később kamatokkal és költségekkel együtt kell visszafizetni. Ez különösen veszélyes lehet ünnepek előtt, amikor könnyű többet költeni, mint amennyit a család valójában megengedhet magának.

Milyen biztosításokat szokás hitel mellé kötni?

Hitel mellé többféle biztosítást is ajánlhatnak. Ezek célja általában az, hogy baj esetén segítsenek a törlesztésben, vagy védjék azt az értéket, amire a hitelt felvették.

Fontos: nem minden biztosítás kötelező, ezért mindig meg kell kérdezni, mi kötelező, mi választható, és mennyibe kerül.

1. Hitelfedezeti biztosítás

A hitelfedezeti biztosítás azt jelenti, hogy bizonyos nehéz élethelyzetekben a biztosító átvállalhatja a törlesztőrészlet fizetését, vagy kifizetheti a fennálló tartozás egy részét vagy egészét.

Ilyen helyzet lehet például:

haláleset,
tartós betegség,
rokkantság,
keresőképtelenség,
munkanélküliség.



Ez jól hangzik, de nagyon fontos elolvasni a feltételeket. Nem minden esetben fizet a biztosító. Például lehet várakozási idő, kizárás, vagy olyan szabály, hogy csak bizonyos típusú munkaviszony esetén jár a segítség.

Egyszerűen: ez a biztosítás akkor segíthet, ha valami miatt nem tudjuk fizetni a hitelt, de csak a szerződésben leírt esetekben.

2. Lakásbiztosítás jelzáloghitel mellé

Jelzáloghitelnél, például lakáshitelnél, a bank gyakran elvárja, hogy legyen lakásbiztosítás az ingatlanra. Ennek oka, hogy az ingatlan a hitel fedezete. Ha például tűz, vihar vagy csőtörés miatt nagy kár keletkezik, a biztosítás segíthet a helyreállításban.

Ez nem ugyanaz, mint a hitelfedezeti biztosítás. A lakásbiztosítás az ingatlant védi, nem közvetlenül az adóst. Vagyis nem azért fizet, mert valaki elveszíti a munkáját, hanem azért, mert az ingatlanban kár keletkezik. Egyszerűen: lakáshitelnél a bank azért kérhet lakásbiztosítást, mert a lakás a hitel biztosítója.

3. Életbiztosítás hitel mellé

Nagyobb összegű hitelnél előfordulhat, hogy életbiztosítást is ajánlanak. Ennek az a célja, hogy az adós halála esetén a biztosító pénzt fizessen. Ebből a család vagy a bank rendezheti a fennmaradó tartozást.

Ez különösen akkor lehet fontos, ha a család egy ember jövedelmétől függ, és az ő kiesése miatt a hozzátartozók nem tudnák tovább fizetni a hitelt.

Egyszerűen: az életbiztosítás abban segíthet, hogy haláleset után ne maradjon a családra a teljes hiteltartozás.

4. Casco autóhitel vagy lízing mellé

Autóhitel vagy autólízing esetén előfordulhat, hogy a finanszírozó casco biztosítást kér vagy javasol. A kötelező gépjármű-felelősség-biztosítás nem ugyanaz, mint a casco. A kötelező biztosítás másnak okozott kárt térít, a casco viszont a saját autóban keletkezett kárra is vonatkozhat, például töréskárra, lopásra vagy elemi kárra.

Egyszerűen: casco akkor lehet fontos, ha az autó még hitelből vagy lízingből van, és egy nagy kár esetén is meg kell oldani a tartozást.

Mire kell figyelni?

A biztosítás hasznos lehet, de pluszki költséget jelent. Ezért hitelfelvétel előtt mindig meg kell nézni:

kötelező-e a biztosítás, vagy csak ajánlott,
mennyi a havi díja,
benne van-e a THM-ben,
pontosan milyen esetekben fizet,
mikor nem fizet,
van-e várakozási idő,
meddig fizet helyettünk,
le lehet-e mondani később.



A túlzott eladósodottság kockázatairól - vagyis mire figyelj oda (a Magyar Nemzeti Bank tájékoztatója)

- 1. Mielőtt felvesszük a hitelt gondoljuk végig, mennyire kockázatos.**
- 2. A legnagyobb kockázat az, ha nem tudjuk fizetni a hitelt.**
Ilyenkor a késedelmi kamatot, a követeléskezelés költségeit, díjait is nekünk kell fizetnünk. Valamint ezeket a nemteljesítési adatokat továbbbíthatják a Központi Hitelinformációs Rendszerbe, ami miatt később nem fognak hitelt adni.
- 3. Ha túl sokat késünk a törlesztéssel, a bank azt is mondhatja, hogy felmondja a szerződést és egyben kéri az egész tartozást.**
- 4. Ha a hitel mögött biztosíték például a lakásod, akkor ha nem tudod fizetni a hitelt, elveszik azt. Sőt, előfordulhat, hogy nem is elég a lakás és miután elvették is marad fizetnivaló.**
- 5. Csak akkora hitelt vegyél fel, amit akkor is tudsz fizetni, ha közben történik valami váratlan, például hirtelen kiadásod keletkezik, kevesebb jövedelmed lesz, vagy megemelkedik a törlesztő részleted.**

Egyéb, ténylegesen előfordulható, váratlan helyzetek, melyek megnehezíthetik, vagy meggátolhatják a törlesztést:

- elbocsáthatnak a munkahelyedről
- lecsökken a munkaidőd, ezáltal a béred is
- csökken a fizetésed, vagy megvonnak juttatásokat
- csökken a megrendelés, ezáltal a vállalkozásod bevétele
- betegség, műtét miatt keresőképtelenné válsz
- érhet baleset, ami gátol a munkavégzésben
- hirtelen kár a lakásodon, mely nagyszámú javítással jár
- hirtelen autójavítás, vagy csere, főleg, ha szükséged van autóra a munkádhoz
- árvíz, tűz, vihar okozta károk, melyeket nem fedez a biztosító
- válás
- partner munkájának, munkaképességének, bevételeinek megszűnése
- gyermekkel, családtaggal kapcsolatos nagy költségű vészhelyzet: kórházi kezelés, gondozási költség, stb.

- **idős hozzátartozó gondozási költsége**
- **váratlan bírság, jogi költségek**
- **váratlan orvosi számla vagy gyógyszerköltség, melyet a TB nem fedez**
- **hitel vagy lízing feltételeinek romlása - pl. szerződésmódosítás**
- **kamatemelkedés a változó kamatozású hitelnél**
- **devizaárfolyam drasztikus változása devizaalapú hitelnél**
- **csalás vagy azonosítólopás miatt elszenvedett pénzügyi veszteség, főleg, ha nem vigyázunk az online vásárlásnál...**
- **hirtelen lakbér-, vagy rezsiemelés**
- **valamely állami juttatás csökkenése, pl. megszűnő támogatás vagy segély**
- **munkaadó csődje**
- **iskolai, tanulmányi költségek hirtelen megemelkedése**
- **közös költségek hirtelen megemelkedése**
- **tartós infláció**



Alacsony jövedelmű családok - pl. egyszülős családok - esetén különösen fontos a tudatos hitelfelvétel, mert a hitel visszafizetésének sikertelensége nagyobb kockázatot jelent számukra.



A hitel mindig kockázatot jelent, ezért mindig mérlegelni kell: mennyit tudunk törleszteni váratlan helyzetek esetén. Ha hibázunk, adósságspirálba kerülhetünk!



Mit tegyél, ha mégis gondod adódik a hitel törlesztéssel?

- Minél hamarabb vedd fel a kapcsolatot a bankkal, és írásban is írd le, miért késelel.
- A bank ilyenkor áthidaló megoldásokat javasolhat, például részletfizetést, a futamidő meghosszabbítását, törlesztési türelmet, vagy azt, hogy az ingatlant te add el önállóan.
- Fizess, amennyit tudsz, mert a kamatok és díjak miatt a tartozás gyorsan nőhet.
- Ne dőlj be nem banki „segítőknak”, hanem először mindig a hitelt adó pénzintézetnél érdeklődj.

Miért nem jó ötlet hitelt hitellel fizetni?

Sokan úgy gondolják, hogy ha nem tudják fizetni a meglévő hitelüket, akkor egy újabb hitel felvételével megoldhatják a problémát. Ez azonban általában nem jó megoldás, mert a régi tartozás helyett egy újabb tartozás keletkezik, amelyet szintén vissza kell fizetni.

Az új hitelnek is van kamata, díja és havi törlesztőrésze. Ez azt jelenti, hogy a végén általában több pénzt kell visszafizetni, mint amennyivel eredetileg tartoztunk. Ha valaki azért vesz fel új hitelt, mert a meglévő hitelét már nem tudja fizetni, könnyen előfordulhat, hogy az új hitel törlesztése is nehézséget okoz. Ez adósságcsapdához vezethet.

Az adósságcsapda azt jelenti, hogy az ember egyre több energiát és pénzt fordít a tartozások rendezésére, miközben egyre kevesebb pénz marad a fontos kiadásokra, például élelmiszerre, lakhatásra, rezsire, gyógyszerekre vagy a gyermekek szükségleteire. Ez idővel nemcsak pénzügyi nehézséget, hanem megélhetési problémát is okozhat.

Ha valaki késik a törlesztéssel, a tartozása tovább növekedhet. Késedelmi kamatot, felszólítási díjat és behajtási költséget is felszámíthatnak. Súlyos esetben végrehajtási eljárás is indulhat, amely jelentősen megnehezítheti a család helyzetét.

Fontos azonban, hogy nem minden új hitel jelent rossz döntést. Tudatos adósságrendezés esetén több magas kamatozású hitelt egyetlen, kedvezőbb feltételekkel rendelkező hitel válthat ki.

Ez akkor lehet jó megoldás, ha az új hitel összességében kedvezőbb, a havi törlesztőrészlet hosszú távon is vállalható, és nem vezet további eladósodáshoz. Ilyen döntés előtt fontos alaposan átnézni a feltételeket, és nemcsak a havi törlesztőrészletet figyelembe venni, hanem a teljes visszafizetendő összeget és a futamidőt is.

Ha valaki fizetési nehézséggel küzd, érdemes minél hamarabb kapcsolatba lépni a bankkal vagy a hitelezővel. Sok esetben lehetőség van fizetési könnyítésre, átütemezésre vagy más megoldásra.

Érdemes képzett adósságkezelési tanácsadóhoz is fordulni. A család- és gyermekjóléti központokban gyakran elérhető ilyen szolgáltatás. A tanácsadó segíthet áttekinteni a pénzügyi helyzetet és megtalálni a megfelelő megoldást.

Pro tipp: Tanuld meg használni a mesterséges intelligenciát, azaz az AI-t a pénzügyeidben is



A hitelszerződések sokszor hosszúak, nehezen érthetőek, és tele vannak hivatalos kifejezésekkel. Ez különösen nehéz lehet annak, aki nem szokott ilyen iratokat olvasni. A mesterséges intelligencia, röviden AI, ebben segítséget adhat.

Az AI-t úgy kell elképzelni, mint egy segítőt, akinek kérdéseket tehetünk fel. Ha valamit nem értünk egy hitelszerződésben, megkérhetjük, hogy magyarázza el egyszerűbben. Például elmagyarázhatja, mit jelent a THM, a futamidő, a késedelmi kamat, az előtörlesztés, a biztosíték vagy a felmondás. Segíthet abban is, hogy észrevegyük, mely részekre kell különösen figyelni.

Fontos szabály: ne töltsünk fel mindent gondolkodás nélkül

Mielőtt bármit bemásolunk vagy feltöltünk egy AI-ba, figyelni kell az adatokra. Egy hitelszerződésben sok személyes adat lehet, például:

- név
- lakcím
- személyi igazolvány szám
- bankszámlaszám
- jövedelem
- munkahely
- hitelösszeg
- ingatlan címe
- szerződésszám



Ezeket nem biztonságos gondolkodás nélkül bemásolni egy internetes felületre. Az adatvédelmi kockázatokra több forrás is figyelmeztet: érzékeny adatokat, szerződéseket, személyes információkat nem szabad felelőtlenül AI-rendszerekbe feltölteni.

Ezért a legjobb módszer: először takarjuk ki vagy töröljük a személyes adatokat. A cél nem az, hogy az AI tudja, kik vagyunk, hanem az, hogy segítsen megérteni a szöveget.



Hogyan kérdezzünk jól az AI-tól?

Az AI akkor ad jobb választ, ha pontosan megmondjuk neki, mit szeretnénk. Ezt hívják promptolásnak. A prompt egyszerűen azt jelenti: utasítás vagy kérdés, amit beírunk az AI-nak.

Minél pontosabban kérdezzünk, annál hasznosabb választ kapunk.

Nem jó kérdés például:

„Ez mit jelent?”

Sokkal jobb így:

„Magyarázd el ezt a hivatalos szöveget egyszerű magyar nyelven. Úgy írd le, hogy egy pénzügyekben kevésbé jártas ember is megértse.”

Még jobb, ha azt is megmondjuk, milyen formában kérjük a választ:

„Három részben válaszolj: 1. Mit jelent? 2. Miért fontos? 3. Mire kérdezzek rá az ügyintézőnél?”

Ez azért hasznos, mert az AI így nem csak általánosan válaszol, hanem olyan formában, amit könnyebb használni.



Hogyan építsünk fel egy jó kérést?

Egy jó kérdésben érdemes megadni négy dolgot.

Először írjuk le, milyen szerepet szánunk az AI-nak:

„Segíts úgy, mintha egy türelmes ügyintéző lennél, aki egyszerűen magyaráz.”

Másodszor mondjuk meg, mi a feladat:

„Magyarázd el ezt a szerződésrészletet közérthetően.”

Harmadszor írjuk le, kinek szóljon a magyarázat:

„Olyan embernek magyarázd, aki nem ért a banki és jogi szövegekhez.”

Negyedszer kérjük meg, milyen formában válaszoljon:

„Írd le rövid pontokban, és emeld ki a kockázatokat.”

Egy jó prompt például így nézhet ki:

„Segíts úgy, mintha egy türelmes ügyintéző lennél. Magyarázd el az alábbi hivatalos szöveget egyszerű magyar nyelven, olyan embernek, aki nem ért a banki vagy jogi kifejezésekhez. Írd le rövid pontokban: mit jelent, miért fontos, milyen kockázata lehet, és mit kérdezzek meg az ügyintézőtől.”

Hogyan kérdezzünk úgy, hogy az AI kevésbé tévedjen?

Teljesen biztos módszer nincs, az AI néha tévedhet, vagy kitalálhat dolgokat. Ezt hívják hallucinációnak. Jó kérdésekkel viszont csökkenteni lehet ennek esélyét.

Érdemes mindig megkérni, hogy ne találgasson:

„Ha nem tudod biztosan, mondd azt, hogy nem tudod. Ne találgass ki adatokat.”

Fontos ügyekben kérjünk forrást is:

„Csak olyan információt írd, amit megbízható forrással alá tudsz támasztani, és adj működő linket.”

Hivatalos iratoknál jobb kisebb részekben haladni. Ne az egész dokumentumot akarjuk egyszerre megérteni, hanem egy-egy bekezdést. Írhatjuk például:

„Csak ezt a bekezdést magyarázd el egyszerűen. Ne írd hozzá olyat, ami nincs benne a szövegben. Az is segít, ha megkérjük, hogy válassza szét a biztos és bizonytalan részeket:

„Írd külön, amit biztosan tudni lehet, és amit még ellenőrizni kell.”

Ha szerződésről vagy hivatalos levélről van szó, kérjük meg, hogy mutassa meg, mire alapozza a válaszát:

„Írd oda, melyik mondatból következtetsz erre.”

Fontos: az AI segíthet megérteni a szöveget, de nem dönt helyettünk. Pénzügyi, jogi vagy hivatalos ügyben mindig érdemes ügyintézőtől, jogásztól vagy más megbízható szakembertől is segítséget kérni.



Adósságkezelésben is kaphatsz segítséget: vannak adósságkezelési tanácsadással foglalkozó szociális szakemberek, és programok. A területi Vöröskereszt vagy települési családsegítő központ tud segíteni ezek felkutatásában.

Az **adósságkezelés** a felhalmozott tartozások rendezését, csökkentését célzó folyamat, amely magában foglalja a pénzügyi tanácsadást, a hitelezőkkel való egyeztetést, részletfizetési megállapodások kötését és a jogi képviseletet. Célja az adósságcsapdából való kilábalás, a lakhatás megőrzése és a fenntartható pénzügyi helyzet visszaállítása.





Játék: Kockázat és döntés

Cél: A játék azt mutatja be, hogy a hitel felvétele felelős döntést igényel, és a döntéseink befolyásolják a pénzügyi helyzetünket.

Eszközök:

Képes kártyák, például: orvosi költség, váratlan lakáskarbantartás, fizetéscsökkenés, kisebb nyereség

Játékpénz

Három terület a padlón vagy táblán: „Megtakarításból fedezem”, „Hitelből fedezem”, „Kockázatos döntés”

Játékmenet:

A foglalkozásvezető felmutat egy kártyát, amely egy váratlan pénzügyi helyzetet mutat be. A résztvevők eldöntik, hogyan oldanak meg a helyzetet: megtakarított pénzből, kölcsön felvételével vagy átgondolatlan, kockázatos módon. Ezután beszéljük meg együtt, melyik megoldás lehet biztonságosabb, és milyen következményei lehetnek a különböző pénzügyi döntéseknek.

A játék üzenete: A hitel nem minden esetben rossz döntés, de mindig előre megfontolt döntést igényel. Csak akkor érdemes használni, ha a törlesztés hosszú távon is biztonságosan vállalható, és nem okoz pénzügyi nehézséget.



Összegzés Tudatos hitelhasználat A hitel lehetőséget ad váratlan kiadások vagy nagyobb vásárlások fedezésére, de mindig tudatos döntést igényel. Nem helyettesíti a megtakarítást, először mindig a saját tartalékunkat használjuk.

Fontos tanulságok:

Csak annyi hitelt vegyünk fel, amennyit biztosan vissza tudunk fizetni, még váratlan események esetén is.



Mérjük fel a kockázatokat, például késedelmes fizetés, kamatemelkedés vagy biztosíték elvesztése esetén.

Kommunikáljunk időben a bankkal, ha nehézség adódik, és ne higgyünk nem hivatalos „segítőknak”.



A pénzügyi döntéseknél figyeljünk a védelmi, egyenlőségi és befogadási szempontokra, hogy mindenki biztonságosan használhassa a hitelt.



Kulcsüzenet: A hitel csak akkor biztonságos eszköz, ha előre átgondoljuk a szükségleteinket, mérjük a kockázatot, van megtakarításunk, és felelősen kezeljük a törlesztést. Tudatos tervezéssel a hitel segíthet szükséges, nagyobb összegű termék megvásárlásában, vagy a váratlan helyzetek kezelésében, anélkül, hogy veszélyeztetné a pénzügyi stabilitásunkat.



A hitel egy eszköz, de csak akkor biztonságos, ha előre átgondoljuk, mennyi pénzünk van, mire van szükségünk, és mennyit tudunk visszafizetni. A pénzügyi tudatosság részeként osszuk meg a tanultakat másokkal is, hogy mindenki képes legyen okos döntéseket hozni.

A tartozások kezelhetők, ha tudatosan és lépésről lépésre állsz hozzá. Minden kis fizetés és tervezett lépés egy új győzelem, ami közelebb visz a pénzügyi szabadsághoz és a hosszú távú céljaidhoz.

Megtakarítás



“

"A VAGYON EGY PENNYVEL KEZDŐDI."
JULIE OTSUKA



Most, hogy áttekintettük a hitel tudatos felvételének szabályait és a kockázatok kezelését, érdemes tovább lépni a megtakarítások világába.

A hitel csak átmeneti megoldás lehet, és mindig kockázatot hordoz. Ahhoz, hogy pénzügyileg stabilak legyünk, először mindig a saját megtakarításunkra érdemes támaszkodni, mielőtt hitelt vennénk fel. A megtakarítási számla pedig egy olyan eszköz, amely segít biztonságosan félretenni pénzt, felkészülni a váratlan kiadásokra, és csökkenteni a hitelfelvétel szükségességét.

Ez a blokk bemutatja majd, hogyan lehet tudatosan építeni tartalékot, hogyan működik a megtakarítási számla, és milyen előnyökkel jár, ha előre gondolkodunk a pénzügyeinkről.

A megtakarítás segít abban, hogy felkészülten nézzünk szembe a váratlan kiadásokkal, és nagyobb biztonságban kezeljük pénzügyeinket.



megtakarítás, deviza, árfolyam

Kicsit a megtakarításról:

Gondolj a megtakarításra úgy, mint egy játékra, ahol te irányítasz és minden apró lépés számít. Minden egyes forint, amit félreteszel, közelebb visz a nagy céljaidhoz – legyen az saját otthon, tanulás, család, vagy akár egy nyugodtabb jövő. Nem kell mindent egyszerre félretenni, elég, ha kis lépésekben kezded, és következetesen folytatod. A lényeg, hogy legyen egy “pénzügyi párnád”, ami segít átvészelni a váratlan kiadásokat és támogatja a hosszú távú céljaidat. Most nézzük meg, hogyan tudsz biztonságosan és rugalmasan félretenni pénzt, kezdve a megtakarítási számlákkal!





értékmegőrzés, vagyonunk gyarapítása



Miért hasznos a megtakarítási számla?

Rugalmas, bármikor tehetsz rá vagy vehetsz le pénzt, nem kell előre meghatározni, mennyi ideig marad rajta a pénz.

Többnyire nem veszítesz sokat a kamatból, miközben a pénzed hozzáférhető marad.

Költségbarát, mert fenntartása és vezetése gyakran ingyenes, vagy olcsóbb, mint egy folyószámláé.

Nyomon követhető: elektronikusan kezelhető, így mindig láthatod, mennyi pénzed van és mire költöd.

Típusai

1.Devizanem szerint: megtakarítási számlát lehet nyitni

- forintban és
- devizában is.

A devizás számlánál jobban ingadozhat, hogy forintban mennyit ér a pénzed, mert közben változhat az árfolyam (vagyis, hogy például egy euró épp hány forintot ér).

2.Kamatozás módja szerint lehet

- fix (nagyjából előre tudod, mennyit fogsz fizetni),
- változó
- vagy változtatható.

3.A kamatszámítás módja szerint pedig

- küszöbös (van egy meghatározott határ, ami fölött nő a kamat is),
- sávós (az összeg külön részeire külön kamat jár, nincs ugrás, fokozatosan nő a kamat),
- egyszerű kamatozás (a kamatot csak annyi pénzre számolják, amennyit betettél, a korábban kapott kamat nem termel újabb kamatot).

Előnyei:

- Felkészít váratlan kiadásokra: tartalékot képezhetsz, amit gyorsan fel tudsz használni.
- Csökkenti a hitelfelvétel szükségességét: ha előre félreteszed a pénzt, kevésbé kell kölcsönhöz nyúlnod.
- Nyomon követhető: elektronikus hozzáféréssel mindig láthatod, mennyi pénzed van, és könnyen tervezhetsz. Rugalmas és egyszerű:
- Nem kell előre megmondani, mennyi ideig hagyod a pénzt a számlán.

Tippek a hatékony használatához:

- Rendszeres befizetés: még kis összegek is gyorsan gyarapodnak, ha rendszeresen teszed félre a pénzt.
- Különböztess meg a megtakarítást a költéstől: használj külön számlát a rendszeres kiadások és a megtakarítások számára.
- Felkészülés váratlan kiadásokra: legyen mindig egy kisebb összeg, amit azonnal fel tudsz használni, például orvosi költség, lakás karbantartás, hirtelen utazás felmerülése esetén.

Most, hogy tudod, hogyan lehet biztonságosan félretenni pénzt, nézzük meg, hogyan illesztheted a megtakarítást a hosszú távú céljaidhoz.

Hosszú távú célok - a jövő, amit építesz A hosszú távú célok olyan dolgok, amiket nem ma, hanem hónapok, évek alatt érünk el. Lehet, hogy elsőre távolinak tűnnek, de apró lépésekkel mindenki közelebb kerül hozzájuk. A megtakarítás ebben a legjobb társ: minden kis összeg, amit félreteszel, egy-egy építőkocka a nagy álmaidhoz. Példák a hosszú távú célokra:

- Saját otthon: Nem kell azonnal minden pénzed összeszedni. Ha rendszeresen spórolsz, előbb-utóbb összeáll a lakás előlege, vagy a lakhatás stabil alapja.
- Tanulás és képzés: Könyvek, tanfolyamok, kurzusok - a megtakarítás segít fedezni a költségeket, így nyugodtan koncentrálni a fejlődésre.
- Nyugdíj vagy biztonság: Idősebb korban jól jön, ha van egy kis tartalék, ami segít a mindennapokban és váratlan kiadásoknál.
- Családtervezés vagy nagyobb élethelyzet-változás: Egy kis megtakarítás stabilitást ad, ha új családtag érkezik, vagy ha munkahelyet váltasz.

Hogyan épülnek fel ezek a célok?

- Apró lépések: Nem kell egyszerre minden pénzt félretenni. Minden kis összeg számít.
- Rendszeres megtakarítás: Ha havonta vagy heti rendszerességgel teszel félre, a pénz "dolgozik" érted.
- Nyomon követés: Látod, hogyan gyarapodik a megtakarítás, és motivál a további lépésekre.
- Rugalmasság: Ha közben váratlan kiadás jön, a megtakarításod része továbbra is elérhető, így nem kell kockázatos megoldásokhoz nyúlni.

Kinek különösen hasznos?

- Családok átmeneti otthonban élőknek: A megtakarítás biztonságot ad, hogy a jövőben legyen stabilabb lakhatás és könnyebb legyen a mindennapok tervezése. Időseknek: Kis, de rendszeres megtakarítás
- nyugalmat ad, és támogatja a váratlan kiadások kezelését. Fiataloknak: A már fiatal korban elkezdett megtakarítás hosszú távon könnyebbé teszi a saját lakáshoz, tanulmányokhoz vagy az első önálló élethez jutást. Ukrán családoknak: A megtakarítás stabilitást ad a bizonytalan helyzetekben, és segít, hogy a mindennapi élet tervezhető legyen.

Miért érdemes hosszú távra gondolkodni?

- Mert a nagy álmokhoz idő kell - a kis, rendszeres megtakarítások összeadódnak.
- Mert a pénzügyi biztonság nyugalmat ad a mindennapokhoz.
- Mert így könnyebb elkerülni a kockázatos hiteleket, és önállóan tudod megoldani a váratlan kiadásokat.

Kulcs gondolat: „A hosszú távú célok nem tűnnek el, ha apránként építed őket. Minden félretett pénz egy lépés a jövőd felé.”

Vésztartalék

Az életben előfordulhatnak olyan helyzetek, amelyekre nem számítunk. Elromolhat egy háztartási gép, sürgősen gyógyszert kell vásárolni, vagy javítani kell az autót. Ezek a kiadások váratlanul jelentkeznek, ezért jó, ha van félretett pénzünk.

Ezt a félretett pénzt vésztartaléknak nevezzük. A vésztartalékot nem a mindennapi vásárlásokra tesszük félre, hanem csak olyan helyzetekre, amikor valóban szükség van rá. Ha van vésztartalékunk, kisebb az esélye annak, hogy kölcsönt kell kérnünk vagy hitelt kell felvennünk.

A vésztartalékot érdemes külön helyen tartani, például egy megtakarítási számlán vagy egy külön borítékban. Így kevésbé csábító elkölteni más célokra. Nem kell egyszerre nagy összeget félretenni. Már havi néhány ezer forint megtakarítása is jó kezdet lehet. A lényeg, hogy rendszeresen tegyünk félre annyit, amennyit megengedhetünk magunknak.

Gyakorlati példa

Katalin minden hónapban 3000 forintot tesz félre. Egy év alatt 36 000 forintot gyűjt össze. Egy napon elromlik a hűtőszekrénye, és a javítás 28 000 forintba kerül. Mivel van vésztartaléka, ki tudja fizetni a javítást. Nem kell kölcsönt kérnie, és a következő hónapokban ismét elkezd feltölteni a megtakarítását.

Fontos tudni: A vésztartalék célja nem az, hogy gyorsan sok pénzt gyűjtsünk össze, hanem hogy biztonságot adjon váratlan helyzetekben.



Vésztartalék elkülönítési módszerei

A vésztartalék akkor hasznos, ha külön van választva a mindennapi költőpénztől. Így kisebb az esélye, hogy apránként elköltsük. A legjobb, ha olyan helyen tartjuk, ahol biztonságban van, de szükség esetén gyorsan hozzáférhető.

Egyszerű megoldás lehet egy külön bankszámla vagy alszámla. Sok banknál a mobilbankban külön „zsebet”, „perselyt” vagy megtakarítási célt lehet létrehozni. Ennek adhatunk nevet is, például: „vésztartalék”. Így a pénz nem keveredik össze a napi költségekkel, mégis látható, mennyi gyűlt össze.

Hasznos módszer a rendszeres automatikus átvezetés. Ez azt jelenti, hogy amikor megérkezik a fizetés, családi pótlék vagy más bevétel, a bank automatikusan áttesz egy kisebb összeget a vésztartalékba. Ez lehet akár 1000-2000 forint is. A lényeg, hogy ne a hónap végén próbáljunk félretenni, mert addigra sokszor elfogy a pénz.

Aki nehezen tud nagyobb összeget félretenni, használhat kerekítéses megtakarítást is, ha a bankja kínálja. Ilyenkor bankkártyás vásárlás után a rendszer a költést felfelé kerekíti, és a különbözetet automatikusan félreteszi. Például ha valaki 870 forintért vásárol, a rendszer 1000 forintra kerekít, és 130 forint megy a megtakarításba.

Fontos, hogy a vésztartalék ne legyen lekötve hosszú időre, mert baj esetén gyorsan szükség lehet rá. Ugyanakkor ne is a napi használatú számlán legyen, mert ott könnyebb elkölteni. Első célként elég lehet egy kisebb biztonsági összeg, például 10-20 ezer forint. Később lehet törekedni egy havi, majd több havi alapkiadás összegyűjtésére.



Megtakarítási útvonal: szituációs játék

Cél: Fejleszteni a döntéshozatalt és a pénzügyi tervezést különböző élethelyzeteken keresztül.

Eszközök:

Kártyák: különböző élethelyzetek (pl. fizetés, bónusz, váratlan számla, ajándék)

Három zóna: „Elköltöm”, „Megtakarítom”, „Kockázatos döntés”

Játékmenet: A foglalkozásvezető felmutat egy élethelyzetet bemutató kártyát. A résztvevők eldöntik, hogy hogyan oldanák meg a helyzetet: elköltenék, félretennék vagy más módon oldanák meg. Ezután a választásuk szerint elhelyezik a kártyát.

Ezután közösen megbeszéljük, milyen előnyei és következményei lehetnek az egyes döntéseknek, hogyan segíthet a megtakarítás a váratlan helyzetekben, és miért fontos előre tervezni.

Üzenet: A tudatos pénzügyi döntések segítenek abban, hogy nagyobb biztonságban kezeljük a pénzünket. A megtakarítás nem azt jelenti, hogy mindenről le kell mondani, hanem azt, hogy előre gondolkodunk és felkészülünk a jövőbeli kiadásokra.

Közgyógyellátási igazolvány, mint pénzügyi segítség.

A közgyógyellátási igazolvány egy hivatalos igazolvány. Olyan emberek kaphatják meg, akik szociális helyzetük miatt rászorulnak erre a segítségre. Ezzel az igazolvánnyal bizonyos támogatott gyógyszerekhez, gyógyászati segédeszközökhöz és egyes egészségügyi szakellátásokhoz ingyen vagy kedvezményesen lehet hozzájutni.

Az igénylést el lehet indítani interneten, a Magyarország.hu oldalon, vagy személyesen a lakóhely szerint illetékes Kormányhivatalnál.

A közgyógyellátásnak két típusa van:

- Alanyi jogon járó közgyógyellátás:

Ez azt jelenti, hogy bizonyos élethelyzetekben a támogatás a jövedelemtől függetlenül jár. Ilyen lehet például az I-II. csoportú rokkantság, a rokkantsági járadék vagy a hadigondozotti státusz.

- Normatív jogon járó közgyógyellátás:

Ez a támogatás a jövedelmi helyzettől és a rendszeres havi gyógykezelési költségektől függ. Vagyis megnézik, mennyi a kérelmező jövedelme, és mennyit kell rendszeresen gyógyszerre vagy kezelésre költenie.

Az igénylés legfontosabb lépései:

1. Orvosi igazolás kérése

Először a kezelőorvostól vagy háziorvostól kell igazolást kérni arról, hogy milyen rendszeres gyógyszerekre vagy kezelésekre van szükség.

2. Kérelem kitöltése

Ezután ki kell tölteni a „Kérelem a közgyógyellátás megállapítására” nevű nyomtatványt.

3. A kérelem beadása

A kitöltött kérelmet és az orvosi igazolást be kell nyújtani a lakóhely szerint illetékes járási hivatalhoz vagy kormányablakhoz.

Az ügyintézés elektronikusan is elindítható, például Ügyfélkapun keresztül.

Használat a mindennapokban:

A gyógyszerértékekben a rendszer elektronikusan látja, hogy érvényes-e a közgyógyellátás. Ezért a gyógyszer kiváltásához általában nem kell felmutatni a plasztikkártyát.

Gyógyászati segédeszközök igénylésekor vagy egyes szakellátásoknál viszont továbbra is szükség lehet az igazolvány bemutatására.

A támogatás pontos összegéről és az aktuális keretről a NEAK hivatalos tájékoztatójában lehet részletes információt találni.

Összegzés:



A megtakarítás olyan, mint egy kis pénzügyi "kincsesláda": segít tudatosan kezelni a pénzed, felkészít a váratlan kiadásokra, és apránként közelebb visz a hosszú távú céljaidhoz – legyen az saját otthon, tanulás, képzés, nyugdíj vagy a család jövője.



Mit tanultunk:

A pénzt rugalmasan tehetjük rá, bármikor felvehetjük, és elektronikus úton nyomon követhetjük.

Különböző típusai vannak, pl. klasszikus, lekötött vagy gyermek/diák számla, mindnek más előnyei vannak.

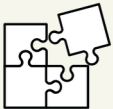
Fontos figyelni a kamatokat, a költségeket és a hozzáférhetőséget.



Rendszeres, tudatos megtakarítás segít felkészülni váratlan kiadásokra, mint például orvosi költség, lakásjavítás, vagy kisebb élethelyzet-változások.

A megtakarítás mindenkinek elérhető, kortól, háttértől és digitális jártasságtól függetlenül.

Kapcsolódás a korábbi blokkokhoz:



A megtakarítási számla a tudatos pénzkezelés és a hitel előtti előrelátás eszköze: először megtakarítunk, hogy ne kelljen kockázatos hitelhez nyúlni, és így védjük saját anyagi biztonságunkat és családjunkat.

Kulcs gondolat:

„Tudatosan félretenni pénzt könnyebb, mint később hitelből fedezni a váratlan kiadásokat.”



Online is védd a pénzedet és az adataidat!

“

"AZ IGAZI CSALÓ NEM ALKALMAZ KÉNYSZERT:
ELÉRI, HOGY BŰNRÉSZESEK LEGYÜNK A SAJÁT MAGUNK ELLEN ELKÖVETETT
BŰNCSELEKMÉNYBEN.NEM LOP EL SEMMIT,MI ADJUK NEKI."

MARIA KONNIKOVA



Az internet ma már a mindennapi életünk része: vásárolhatunk, számlát fizethetünk, jegyet vehetünk, híreket olvashatunk, kapcsolatot tarthatunk másokkal, vagy akár tanulhatunk is. Az online lehetőségek kényelmesebbé teszik az életünket, ugyanakkor veszélyeket is rejthetnek.

Az internet használata során fontos megvédenünk a pénzünket, személyes adatainkat és online fiókjainkat. Ha nem megbízható oldalakat, üzeneteket vagy alkalmazásokat használunk, könnyen csalás, adatlopás vagy más online veszély áldozatává válhatunk. Ebben a részben azt tanuljuk meg, hogyan használhatjuk biztonságosabban az internetet. Megismerjük:

- milyen biztonságos fizetési lehetőségeket érdemes használni, például előre feltöltős kártyát vagy külön virtuális pénztárcát;
- miért fontos a fiókok védelme, az erős jelszó és a kétlépcsős azonosítás használata;
- hogyan ismerhetők fel a megbízható weboldalak és a gyanús ajánlatok;
- mire figyeljünk e-mailek, üzenetek, alkalmazások és közösségi oldalak használatakor;
- hogyan védhetjük személyes adatainkat és pénzünket a mindennapi internethasználat során.

Rövid beszélgetés a bevezetéshez

Mielőtt mélyebben belemegyünk, érdemes egy rövid beszélgetést tartani:

- Te milyen gyakran vásárolsz az interneten?
- Milyen módon fizetsz ilyenkor: bankkártyával, előre feltöltős kártyával, vagy más módon?
- Volt már olyan, hogy bizonytalan voltál, egy weboldal biztonságos-e?

Ez a beszélgetés segít saját tapasztalatokból kiindulva ráhangolódni a témára, és felkészít arra, hogy a következő részben gyakorlati tippeket és szabályokat tanuljunk a biztonságos online vásárláshoz.

A bankkártya: a számla kulcsa

A bankkártya a számládhoz kapcsolódó kulcs, amivel hozzá tudsz férni a pénzedhez. Ezzel fizethetsz a boltban, az interneten, vagy vehetsz fel készpénzt az ATM-ből.



Ezért nagyon fontos, hogy biztonságban tartsd a kártyádat:

Ha más kezébe kerül, hozzáférhet a pénzedhez.

Soha ne add oda idegeneknek, ne add meg se a pin kódot, se a cvc számot!

Online vásárlásnál, ha lehetőség van rá, használj külön, előre feltöltött kártyát vagy virtuális kártyát, ne a fő számládhoz tartozót.

Lényeg: a bankkártya nemcsak fizetésre való, hanem a pénzedhez való kulcs is. Ha körültekintően használod, a pénzed biztonságban marad.

A biztonságos online vásárlás nem csak a pénzed védelmét jelenti, hanem a személyes adataidat is. Mindig ellenőrizz minden forrást, és ha bizonytalan vagy, kérj segítséget.

A digitális világban egyre gyakoribbak a hamis e-mailek, csaló weboldalak és hamis fizetési alkalmazások. Fontos, hogy megtanuljuk felismerni őket, és megóvjuk személyes adatainkat és pénzügyi információinkat.

A hamis emailhez, telefonhíváshoz fűződik az illetéktelen adománygyűjtés és az ún. unokázós csalás. Ennek leginkább a közösség idősebb tagjai vannak kitéve.



adatlopás, kártyaadat, kétlépcsős azonosítás, netbank online vásárlás, scam, utalás

A digitális világban egyre gyakoribbak a hamis e-mailek, csaló weboldalak és hamis fizetési alkalmazások. Fontos, hogy megtanuljuk felismerni őket, és megóvjuk személyes adatainkat és pénzügyi információinkat. Hogy ezt könnyebben megértsük, nézzük sorban, mire kell figyelni az online vásárlásnál és a fiókjaink védelmében. Megtanuljuk, hogyan ismerhetjük fel a gyanús üzeneteket, hogyan használhatunk biztonságos fizetési módokat, és milyen egyszerű szabályokkal óvhatjuk a pénzünket.

Hogyan véd meg a vagyonodat és személyes adataidat online?

Fizetés biztonságosan

Online vásárlásnál ne a fő bankkártyádat használd, ha lehet. Ha ellopják a kártyaadatodat, a teljes pénzed veszélybe kerülhet.

Biztonságosabb megoldások:

Előre feltöltős (egyszer használatos) kártya

Ez olyan, mint egy külön pénztárca. Csak annyi pénzt teszel rá, amennyit el akarsz költeni. Ha baj történik, csak ez az összeg vész el.

Külön fizetési alkalmazás vagy virtuális kártya, például: Revolut, Wise Ez is segít elkülöníteni a pénzedet a fő számládtól.

Vigyázz a fiókodra

Ha valaki bejut a fiókodba, a nevedben rendelhet, használhatja a mentett kártyádat, megszerezheti az adataidat (név, cím). Ezért fontos: Használj erős jelszót Ne legyen egyszerű (pl. születési év, név)

- Kapcsold be a kétlépcsős azonosítást

Belépéskor nem elég a jelszó

Egy plusz kódot is meg kell adni (SMS vagy e-mail)

Ellenőrizd a weboldalt

- Mielőtt rendelsz, nézd meg, hogy az oldal valódi-e.

Az „áloldalak” nagyon hasonlíthatnak az igaziakra.

Gyanús lehet, ha:

nincs telefonszám vagy cím megadva

furcsa a webcím

nem a cég nevére hasonlít

túl olcsó az ajánlat

Ha valami túl szép, hogy igaz legyen, akkor lehet, hogy csalás.



Tanulság

Online vásárlásnál mindig légy óvatos.

Védd az adataidat és a pénzedet egyszerű biztonsági lépésekkel.

Óvakodj a csalóktól!



Csaló (scammer): olyan ember, aki becsap, hogy pénzt vagy adatokat szerezzen tőled.



Gyanús üzenetek

- Kaphatsz SMS-t vagy e-mailt, például:

„Baj van a rendelésseddel, kattints ide!”

„Itt a számlád egy telefonról.”

Először mindig kérdezd meg magadtól:

“Rendeltem én ilyet?”

“Ismerem ezt az oldalt?”

Ha nem vagy biztos, ne kattints a linkre!

Inkább ne nyisd meg a weboldalt!

Vagy: hívd fel az ügyfélszolgálatot!



Gyanús telefonhívás

Figyelj, ha:

- Olyan bankból hívnak, ahol nincs számlád!
- Azt mondják, „átkapcsolnak” másik bankhoz (ilyet a bankok nem csinálnak).
- Azt kéri, utald át a pénzed máshová.
- Letöltetnének veled egy programot (például AnyDesk, TeamViewer).



Ez szinte biztosan csalás!

DOWNLOAD NOW



Soha ne add meg az alábbiakat!

- Bankkártya adatok:
- kártyaszám lejárat
- dátum 3 jegyű kód (CVC)



Netbank adatok:

- felhasználónév
- jelszó

Kódok:

- SMS-ben kapott kód
- banki jóváhagyás
- aktiváló kód

A bank soha nem kéri ezeket!

Hogyan vernek át, ha megadod ezeket?:

- belépnek a számládba
- a te nevedben fizetnek
- ellopják a pénzedet



Fontos szabályok:

- Ha sürgetnek, gyanakodj!
- Ha idegen hív, légy óvatos!
- Ne tölts le programot kérésre!
- Ne ossz meg személyes adatokat!

Közösségi médiában:

- Ne rakj ki okmányt!
- Ne mutasd a bankkártyádat!
- Ne írd ki személyes adataidat!
- Mit tegyél baj esetén?

Ha adatot adtál meg:

- Azonnal hívd a bankodat!
- Szükség esetén szólj a rendőrségnek!

Tanulság:

- Ha valami gyanús, inkább állj meg és gondolkodj!
- Jobb kétszer ellenőrizni, mint elveszíteni a pénzedet!



A biztonságos online pénzkezelés nemcsak technikai tudás kérdése, hanem védelmet nyújt a csalások és pénzügyi veszteségek ellen, és biztosítja, hogy mindenki, kortól, nemtől vagy háttértől függetlenül nyugodtan és biztonságosan használhassa a digitális pénzügyi eszközöket, legyen szó utalásról, fizetésről vagy számlaellenőrzésről.



Valódi vagy csaló üzenet? - Biztonságos online vásárlás játék

Cél:

A játék segít felismerni a gyanús üzeneteket, és megtanítja a biztonságos online reakciókat.

Játékmenet:

A facilitátor felolvas egy üzenetet. A résztvevők eldöntik, hogyan reagálnának:

- belépnek a hivatalos banki alkalmazásba vagy weboldalra;
- segítséget kérnek a banktól vagy egy hozzáértő személytől;
- nem kattintanak a linkre, és nem adják meg az adataikat.

Ezután közösen megbeszéljük, miért biztonságos vagy kockázatos az adott döntés.

Példa üzenetek:

✗ Gratulálunk! Ön nyert 50 000 Ft-ot! Kattintson a linkre, és adja meg bankkártyaadatait.”

✗ Az Ön számláját zároltuk. Kattintson ide az adatok megerősítéséhez!”

⚠ Szokatlan tranzakciót észleltünk. Ellenőrizze a banki alkalmazásban.”

Üzenet:

Gyanús üzenetek esetén ne kattintsunk ismeretlen linkekre, és ne adjunk meg személyes vagy banki adatokat. Mindig a hivatalos alkalmazáson vagy weboldalon ellenőrizzük az információkat.

Köszönjük, hogy részt vettél a foglalkozáson! Már azzal is sokat tettél, hogy figyeltél, kérdeztél, és gondolkodtál a saját pénzügyi szokásaidról. Jó és ügyes lépés volt, mert minden apró tudatos döntés közelebb visz ahhoz, hogy magabiztosan kezeld a pénzügyeidet. Ne feledd: a pénzügyi tudás lépcsőről lépésre épül. Gyakorold a megtakarítást, kövesd nyomon a kiadásaidat, és figyelj a biztonságra, amikor online fizetsz vagy vásárolsz.

„Ne azt nézd, mennyi a pénzed, hanem azt, mennyire tudod okosan használni!”

Oszd meg a tanultakat másokkal, beszéljetek a pénzügyi döntésekről, biztonságról, és támogassátok egymást. Minden apró lépés számít, és minden tapasztalat előrébb visz.

Vágj bele, haladj a saját tempódban, és örülj minden sikerednek a pénzügyeid kezelésében!



Szószedet

Adatlopás: Amikor valaki jogosulatlanul megszerzi személyes vagy pénzügyi adataidat.

Adósság: Olyan pénzösszeg, amit valakinek vissza kell fizetned, mert tőle kölcsönt kaptál.

Adósságfék szabály: Törvényi korlát, ami meghatározza, hogy a jövedelmedhez képest mekkora hitelt vehetsz fel.

Árfolyam: Az a viszony, ami megmutatja, hogy egy pénznem mennyit ér egy másikhoz képest.

Bankszámla: Olyan számla, amit a banknál nyitsz, ide érkezhetsz a fizetésed, és innen intézhetsz a pénzügyeidet, például utalhatsz vagy fizethetsz kártyával.

Bevétel: A pénz, amit kapsz, például fizetés, támogatás vagy eladásból származó összeg.

Befektetés: Olyan tevékenység, amikor a pénzedet valamilyen célra (például részvénybe vagy ingatlanba) fekteted, hogy később több pénzed legyen.

Deviza: Külföldi pénznem, például euró vagy dollár.

Folyószámla: A mindennapi pénzforgalomra szolgáló bankszámla, amelyről bármikor felvehetsz pénzt vagy fizethetsz.

Havi keret: Az a pénzösszeg, amit egy hónapban el tudsz költeni, miután levontad a kötelező kiadásokat.

Hitel: Olyan kölcsön, amit a banktól kapsz, és vissza kell fizetned kamattal együtt.

Hitelfedezet: Az a vagyon (például lakás, autó), amit a bank biztosítékként kér a hitelhez.

Hitelfedezeti mutató: Arány, ami megmutatja, hogy a fedezetként adott vagyon értéke hogyan aránylik a felvett hitel összegéhez.

Hitelképesség: Annak megítélése, hogy valaki mennyire megbízható a hitel visszafizetésében a jövedelme és tartozásai alapján.

Jövedelem: Az a pénz, amit munkáért vagy más tevékenységért cserébe kapsz.

Jövedeleमारányos törlesztőrészlet mutató (JTM): Szabály, ami meghatározza, hogy a jövedelmed hány százalékát költheted a hitel törlesztésére.

Kártyaadat: A bankkártyához tartozó információk, például kártyaszám, lejárat dátum, biztonsági kód.

Késedelmi kamat: Plusz pénz, amit akkor kell fizetned, ha késel egy tartozás vagy részlet befizetésével.

Készpénz: Fizikai pénz, azaz bankjegy és érme.

Költségvetés: Előre megtervezett terv arról, hogy mire mennyi pénzt szeretnél költeni és mennyi bevétel lesz.

Követeléskezelés költségei: Azok a díjak, amelyeket akkor számolnak fel, ha a tartozást nem fizeted időben, és intézkedni kell a behajtásáról.

Központi Hitelinformációs Rendszer (KHR): Adatbázis, amiben a bankok nyilvántartják a hiteladatokat, például hogy valaki rendszeren törleszt-e vagy tartozása van.

Kétlépcsős azonosítás: Biztonsági rendszer, ahol a bejelentkezéshez vagy fizetéshez nem elég a jelszó, egy második megerősítést (például SMS-kódot) is kérnek.

Kiadás: Az a pénzmennyiség, amit költesz, például számlákra, bevásárlásra vagy szórakozásra.

Lízing: Olyan megoldás, amikor valamit (például autót) részletekben fizetsz ki, és csak a végén válik teljesen a tulajdonoddá.

Megtakarítás: Az a pénz, amit nem költesz el, hanem félretesz a későbbre.

Megtakarítási számla: Olyan bankszámla, amin a félretett pénzedet tartod, és kamatot kaphatsz rá.

Netbank: Online felület, ahol a bankszámládat interneten keresztül tudod kezelni: egyenleget nézni, utalni, befizetni.

Online vásárlás: Amikor interneten keresztül rendelsz és fizetsz árukat vagy szolgáltatásokat.

Részlet: Egy nagyobb összeg kisebb, időszakonként fizetett része.

Scam: Csalás vagy átverés, általában az interneten, amikor valaki pénzt vagy adatokat próbál kicsalni.

Számla: Pénzügyi dokumentum, ami bizonyítja, hogy egy terméket vagy szolgáltatást kifizettél vagy ki kell fizetned.

Takarék: Olyan megtakarítási forma, ahol pénzt helyezel el, és kamatot kapsz érte.

Táppénz: Pénzbeli segítség, amit akkor kapsz, ha betegség miatt nem tudsz dolgozni.

Tartalék: Félretett pénz arra az esetre, ha váratlan kiadás merülne fel.

Tartozás: Másik személynek vagy intézménynek járó összeg, amit még nem fizettél vissza.

TB (Társadalombiztosítás): Állami rendszer, ami egészségügyi ellátást és egyes pénzbeli támogatásokat biztosít.

Törlesztés: Az adósság vagy hitel részletekben való visszafizetése.

Törlesztőrészlet: Az a rendszeres havi összeg, amit a hitel visszafizetéséhez fizetsz.

Utalás: Amikor pénzt küldesz egyik bankszámláról a másikra.

Felhasznált források

Adathalász hír. (2020). UniCredit Bank.

https://www.unicreditbank.hu/hu/popupeditpages/rolunk/hasznos_informaciok/fri ss_hirek/adathalasz-hir.html

Bank of America. (2019). Creating a budget with a personal budget spreadsheet.

Better Money Habits. <https://bettermoneyhabits.bankofamerica.com/en/saving-budgeting/creating-a-budget>

BiztosDöntés. (é. n.). Áruhitel. <https://biztosdotes.hu/cikkek/aruhitel>

Chubb, C. (2025, January 23). The most neglected part of your financial plan:

Your health. WealthKeel Advisors LLC. <https://wealthkeel.com/blog/health-and-wealth/>

Financial Conduct Authority. (2017, August 9). Protect yourself from scams.

<https://www.fca.org.uk/consumers/protect-yourself-scams>

Fidelity. (2026, January 5). How to budget | Fidelity's budgeting guideline.

<https://www.fidelity.com/learning-center/personal-finance/spending-and-saving>

Foligno, J. (2025, June 4). Why prioritizing your health is the smartest long-term investment you can make. Wealthtender. <https://wealthtender.com/insights/why-prioritizing-your-health-is-the-smartest-long-term-investment-you-can-make/>

Hungary: Health System Expenditures - World Health Systems Facts. (2025, October 31). World Health Systems Facts. <https://healthsystemsfacts.org/hungary-health-system-expenditures/>

HVG BrandLab. (2026, március 7.). 5 tipikus buktató, ami elviszi a pénzügyeket. https://hvg.hu/brandcontent/20260307_otp-megtakaritas-ongondoskodas

K&H Bank. (é. n.). Fix vagy változó kamatozású lakáshitel?

<https://www.kh.hu/cikkek/fix-vagy-valtozo-kamatozasu-lakashitel>

K&H Bank. (é. n.). Fix vagy változó kamatozású lakáshitel?

<https://www.kh.hu/cikkek/fix-vagy-valtozo-kamatozasu-lakashitel>

Magyar Nemzeti Bank. (2021). Oktatófilmek a pénzügyi tudatosságról.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/penzugyi-navigator-filmek/oktatofilmek-a-penzugyi-tudatossagrol>

Magyar Nemzeti Bank. (2022, augusztus 17.). Háztartási költségvetés.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/csaladi-zold-penzugyek/zold-gazdalkodas-otthon/penzugyi-tervezes/haztartasi-koltsegvetes>

Magyar Nemzeti Bank. (2023). Digitális biztonság.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/digitalis-biztonsag>

Magyar Nemzeti Bank. (2024). A hitel nem ajándék - MNB-kampány a kiszámítható ünnepi pénzügyekhez.

<https://www.mnb.hu/sajtoszoba/sajtokozlemenyek/2024-evi-sajtokozlemenyek/a-hitel-nem-ajandek-mnb-kampany-a-kiszamithato-unnepi-penzugyekhez>

Magyar Nemzeti Bank. (2025). Hitel és lízing.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/hitel-lizing>

Magyar Nemzeti Bank. (2025, szeptember). Tájékoztató a túlzott eladósodottság kockázatairól [PDF]. <https://www.mnb.hu/letoltes/tajekoztato-a-tulzott-eladosodottsag-kockazatairol-2025-09.pdf>

Magyar Nemzeti Bank. (é. n.). A fizetés elmaradásának következményei.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/hitel-lizing/fizetesi-nehezsegek/a-fizetes-elmaradasanak-kovetkezmaneyei>

Magyar Nemzeti Bank. (é. n.). Áruhitelek.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/hitel-lizing/fogyasztasi-hitelek/aruhitelek>

Magyar Nemzeti Bank. (é. n.). Biztosítások.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/biztositasok>

Magyar Nemzeti Bank. (é. n.). Fizetési nehézségek.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/hitel-lizing#fizetesi-nehezsegek>

Magyar Nemzeti Bank. (é. n.). Hitelek (Pénzügyi Navigátor füzet).

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/penzugyi-navigator-fuzetek/hitelek>

Magyar Nemzeti Bank. (é. n.). Ingatlan célú hitelek.

<https://www.mnb.hu/fogyasztovedelem/hitel-lizing/jelzalog-hitelek/ingatlan-celu-hitelek>

Martin, L. (é. n.). The Budget Planner. MoneySavingExpert.

<https://www.moneysavingexpert.com/banking/Budget-planning/>

Moonlock by MacPaw. (2024, November 29). Online Shopping Is NOT Safe – Unless You Follow These Security Tips [Videó]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=9asillo-yZY>

NN Biztosító. (é. n.). Családi költségvetés - Pénzügyi tervezés otthon.

<https://www.nn.hu/magazin/megtakaritas/csaladi-koltsegvetes-penzugyi-tervezes-otthon>

OTP Fáy Alapítvány. (é. n.). Pénzügyi alapok és digitális veszélyek - interaktív előadás (handout). <https://digitalisoktatasi.otpfayalapitvany.hu/tananyagkinalat/>

Pénzkalauz. (é. n.). Pénzügyi tudatosság. <https://penzkalauz.hu/penzugyi-tudatossag/>

Szendrei, Á. (2018, augusztus 21.). Háztartási, családi költségvetés készítése - Letölthető költségvetés-tervezővel. <https://szendreiadam.hu/tervezes/haztartasi-koltsegvetes-keszitesel>

Szendrei, Á. (2023, február). A 7+1 legfontosabb pénzügyi szabály, ami segít elérni a céljaidat. [Törzs](#)

The New Oil. (2024, November 2). 2024 Guide to Safe Online Shopping. [Törzs](#)

Világgazdaság. (2025, január). MNB Fogyasztói Percek: Segítség a fogyasztási hitelek útvesztőjében. [Törzs](#)

Weigl-Kiss, E. (é. n.). Gazdálkodás tréning-vázlat - pénzügyi ismeretek csoportfoglalkozáshoz. Magyar Vöröskereszt Budapest Fővárosi Szervezete, Csepeli Családok Átmeneti Otthona.

Jegyzetek

