

SONO ANCHE "AFFARI" TUOI

Parità finanziaria per tutti

La guida pratica per conoscere, gestire e scegliere il tuo futuro economico.

Educazione finanziaria, autonomia e pari opportunità.

Perché sapere come gestire i propri soldi significa avere più libertà di scegliere.



ASSOUTENTI
ENTE DEL TERZO SETTORE APS

Il denaro è anche affar tuo!

Parlare di soldi non dovrebbe essere complicato, né tantomeno un argomento riservato agli uomini o agli esperti.

Eppure, ancora oggi, molte ragazze e giovani donne si avvicinano all'età adulta senza avere gli strumenti necessari per gestire autonomamente le proprie risorse economiche, pianificare il futuro o riconoscere i rischi finanziari.

Sapere quanto guadagni, quanto spendi, come risparmi e quali strumenti utilizzi per gestire il tuo denaro non è soltanto una questione economica: significa acquisire consapevolezza, sicurezza e indipendenza.

L'educazione finanziaria è una competenza che riguarda tutte e tutti, indipendentemente dall'età, dal lavoro o dal reddito.
Per una donna, inoltre, conoscere i propri diritti economici e finanziari rappresenta un passo importante verso la parità di genere.

Questa guida nasce proprio con questo obiettivo: accompagnarti nella scoperta degli strumenti fondamentali per gestire il denaro nella vita quotidiana, evitare errori e costruire con maggiore consapevolezza il tuo futuro.

Non servono grandi patrimoni per iniziare. Servono informazioni corrette, piccoli accorgimenti e la capacità di fare scelte consapevoli.

Ricorda: il tuo futuro economico riguarda te. E sono anche affari tuoi!



INDICE

L'indipendenza economica comincia dalla consapevolezza pag. 4

Conosci i tuoi soldi: entrate e uscite pag. 6

Il budget personale: impara a gestire il tuo denaro pag. 8

Risparmiare oggi per scegliere domani pag. 11

Banche, carte e pagamenti digitali: conosci gli strumenti pag. 13

Attenzione alle trappole! Truffe, finanziamenti e acquisti consapevoli pag. 15

Il tuo futuro economico: lavoro, diritti e pensione pag. 18

Dieci regole per diventare più consapevole nella gestione del denaro pag. 19



L'indipendenza economica comincia dalla consapevolezza

Che cosa significa essere economicamente indipendenti?

Significa poter prendere decisioni sulla propria vita senza dipendere necessariamente dalle risorse economiche di altre persone.

Significa poter scegliere un percorso di studi, un lavoro, una casa, un viaggio, un progetto personale. Significa anche poter affrontare un imprevisto senza trovarsi in una condizione di vulnerabilità.

L'indipendenza economica non coincide necessariamente con l'avere uno stipendio elevato. È un percorso che si costruisce attraverso la conoscenza e la capacità di gestire le proprie risorse.



Perché l'educazione finanziaria è importante per le donne?

Le disuguaglianze economiche tra uomini e donne iniziano spesso molto prima dell'ingresso nel mondo del lavoro.
Tra i fattori che contribuiscono al divario economico troviamo:

- **Gender pay gap:** differenze nelle retribuzioni tra uomini e donne
- **Gender employment gap:** differenze nei livelli di occupazione
- **Lavoro di cura:** le donne continuano a sostenere una quota maggiore del lavoro domestico e familiare non retribuito
- **Carriere discontinue:** maternità, assistenza familiare e ricorso al part-time possono incidere sulla continuità lavorativa
- **Gender pension gap:** le differenze accumulate durante la vita lavorativa si riflettono anche sugli importi delle pensioni



Secondo il Rendiconto di genere INPS 2024, nel 2023 il tasso di occupazione femminile in Italia era pari al 52,5%, contro il 70,4% degli uomini. Il divario emerge anche sul fronte previdenziale: nel lavoro dipendente privato, le pensioni di vecchiaia delle donne risultavano mediamente inferiori del 44,1% rispetto a quelle degli uomini.

Gli stereotipi da superare



Hai mai sentito dire che:

- Gli uomini sono più portati a occuparsi di investimenti?
- Le donne sono meno interessate alla finanza?
- In una coppia è normale che sia uno solo a gestire i soldi?
- Parlare di stipendio e retribuzione è sconveniente?

La gestione del denaro non è una questione di genere, ma una competenza che si può imparare.

Il consiglio di Assoutenti

Non delegare completamente ad altre persone la gestione delle tue risorse economiche.
Anche quando condividi le spese con un partner o con la famiglia, è importante conoscere la tua situazione finanziaria e partecipare alle decisioni.



Conosci i tuoi soldi: entrate e uscite

Il primo passo per gestire bene il denaro è sapere quanto ne entra e quanto ne esce ogni mese.

Sembra semplice, ma spesso non abbiamo una percezione precisa di quanto spendiamo. Piccoli acquisti, abbonamenti, uscite e pagamenti digitali possono sommarsi senza che ce ne accorgiamo.

Le entrate

Sono tutte le risorse economiche che riceviamo.

Per esempio:

- Stipendio o compenso da lavoro
- Borsa di studio
- Lavori occasionali
- Pensione o altre prestazioni
- Rendite o altre entrate personali
- Eventuali contributi familiari



Le uscite

Sono tutte le spese sostenute.

Possiamo dividerle in due categorie.

Spese fisse

Sono quelle che si ripetono con regolarità e il cui importo è generalmente prevedibile:

- Affitto
- Abbonamenti
- Rata del finanziamento
- Assicurazioni
- Bollette e utenze ricorrenti

Spese variabili

Cambiano da un mese all'altro:

- Alimentari
- Trasporti
- Abbigliamento



- Ristoranti e tempo libero
- Viaggi
- Spese mediche

Esistono inoltre le spese impreviste: una riparazione, un guasto, una visita medica o un acquisto urgente.

Mettilo in pratica

Per un mese annota tutte le spese, anche quelle di pochi euro.
Puoi utilizzare:

- Un semplice foglio Excel
- Un'applicazione per la gestione delle spese
- Un quaderno
- Il CashFlow personale messo a disposizione nell'ambito del progetto

Scarica il CashFlow

Alla fine del mese confronta le entrate con le uscite.
Potresti scoprire che alcune spese sono necessarie, altre evitabili e altre ancora possono essere ridotte.



> Il consiglio di Assoutenti

Non sottovalutare le piccole spese ricorrenti.
Un abbonamento inutilizzato da 10 euro al mese significa 120 euro all'anno.

Il budget personale: impara a gestire il tuo denaro

Una volta conosciute le entrate e le uscite, puoi iniziare a pianificare le tue risorse.

Il budget personale è uno strumento che permette di stabilire quanto puoi spendere, quanto vuoi risparmiare e quali obiettivi desideri raggiungere.

Non significa rinunciare a tutto o controllare ossessivamente ogni acquisto.
Significa imparare a gestire il denaro in modo equilibrato, evitando che le spese superino sistematicamente le entrate.

La regola del 50/30/20

Un metodo semplice e molto conosciuto per organizzare il proprio budget è la regola del 50/30/20.



Consiste nel suddividere le entrate nette mensili in tre categorie.

50% – BISOGNI

La metà delle risorse viene destinata alle necessità:

- Affitto o mutuo
- Bollette
- Spesa alimentare
- Trasporti
- Spese sanitarie
- Altre necessità quotidiane

30% – DESIDERI

Una quota viene riservata alle attività che migliorano la qualità della vita:

- Shopping
- Cinema e concerti
- Ristoranti
- Viaggi
- Sport e hobby
- Tempo libero



20% – RISPARMIO E FUTURO

La restante parte viene destinata a:

- Fondo per le emergenze
- Risparmi per progetti futuri
- Obiettivi personali
- Investimenti consapevoli
- Previdenza complementare

Attenzione: la regola del 50/30/20 è un modello orientativo, non una regola obbligatoria. Se hai uno stipendio più basso, vivi in una città con affitti elevati o hai spese familiari importanti, puoi adattare le percentuali alla tua situazione.

Anche risparmiare il 5% o il 10% delle proprie entrate può essere un buon punto di partenza.

Cinque piccoli accorgimenti per gestire meglio il budget

1. Pianifica le spese prima di ricevere lo stipendio
2. Accantona una quota per il risparmio appena possibile
3. Controlla periodicamente il saldo del conto corrente
4. Evita acquisti impulsivi: prima di comprare qualcosa, chiediti se ti serve davvero
5. Verifica ogni mese se il budget previsto corrisponde alle spese effettive

Il consiglio di Assoutenti

Non aspettare di avere uno stipendio elevato per iniziare a risparmiare. L'abitudine alla pianificazione è una competenza che si costruisce nel tempo.



Capitolo 4

Risparmiare oggi per scegliere domani

Risparmiare significa accantonare una quota delle proprie entrate per poterla utilizzare in futuro.

Non è necessario disporre di grandi risorse economiche: anche piccole somme, messe da parte con regolarità, possono trasformarsi nel tempo in una risorsa importante.



Il risparmio può avere diversi obiettivi:

- Affrontare un imprevisto
- Pagare un corso di formazione
- Acquistare un'automobile
- Organizzare un viaggio
- Trasferirsi in una nuova casa
- Realizzare un progetto personale

Il fondo di emergenza

Una delle prime cose da costruire è un piccolo fondo destinato agli imprevisti.

Può servire in caso di:



- Perdita del lavoro
- Riduzione delle entrate
- Spese mediche impreviste
- Riparazioni urgenti
- Necessità familiari

Come obiettivo indicativo, si può puntare ad accumulare gradualmente una somma equivalente a 1-3 mesi di spese essenziali.

Non è un traguardo da raggiungere immediatamente: puoi iniziare anche con 20 o 30 euro al mese.

Risparmiare è diverso da investire

Sono due concetti collegati, ma non equivalenti.

Risparmiare significa accantonare denaro per utilizzarlo successivamente.

Investire significa impiegare il proprio denaro in strumenti finanziari con l'obiettivo di ottenere un rendimento nel tempo, assumendosi anche determinati rischi.



Prima di investire è importante:

- Conoscere il prodotto
- Comprendere i rischi
- Verificare i costi
- Valutare per quanto tempo puoi lasciare investito il denaro
- Considerare la possibilità di perdere parte del capitale
- Affidarsi a professionisti qualificati e autorizzati, verificando che siano abilitati a offrire servizi di investimento

Non esistono investimenti privi di rischio o rendimenti elevati garantiti.

Facciamo un esempio

Se riesci a risparmiare 50 euro al mese in un anno avrai accumulato 600 € e in 3 anni fino a 1.800 € senza considerare eventuali interessi o rendimenti.

Piccole somme, nel tempo, possono fare la differenza.



> Il consiglio di Assoutenti

Prima di pensare a investire, costruisci una base di risparmio che ti permetta di affrontare gli imprevisti senza dover ricorrere necessariamente a prestiti o finanziamenti.

Banche, carte e pagamenti digitali: conosci gli strumenti

Gestire il proprio denaro significa anche conoscere gli strumenti bancari e finanziari che utilizziamo quotidianamente.

Il conto corrente

È lo strumento che permette di gestire le entrate e le uscite di denaro.

Attraverso il conto corrente puoi:

- Ricevere lo stipendio
- Effettuare bonifici
- Pagare bollette
- Ricevere e inviare denaro
- Utilizzare carte di pagamento
- Consultare i movimenti



Prima di aprire un conto, confronta le condizioni economiche.

Controlla:

- Canone mensile o annuale.
- Costi dei bonifici.
- Commissioni sui prelievi.
- Costi della carta.
- Eventuali spese di gestione.

Non sempre il conto apparentemente gratuito è quello più conveniente.



Le carte di pagamento: non sono tutte uguali!

Carta di debito

Permette di utilizzare il denaro disponibile sul conto corrente. Gli importi vengono generalmente addebitati contestualmente all'operazione.

Carta di credito

Permette di effettuare pagamenti utilizzando un credito concesso dall'emittente, con rimborso successivo secondo le condizioni contrattuali.

Attenzione alle carte revolving: consentono di rimborsare gli importi a rate, ma possono comportare interessi e costi elevati.

Carta prepagata

È una carta sulla quale viene caricato preventivamente del denaro. Permette di effettuare pagamenti entro il limite della somma disponibile, secondo le condizioni dello strumento.

Pagamenti digitali: comodità e attenzione

Acquistare online, pagare con lo smartphone o utilizzare un'applicazione bancaria è ormai parte della quotidianità.



Per farlo in sicurezza:

- Utilizza password robuste e diverse
- Attiva l'autenticazione a più fattori quando disponibile
- Non condividere mai PIN e codici di sicurezza
- Non comunicare i codici OTP ricevuti via SMS o app
- Verifica sempre il destinatario prima di effettuare un bonifico
- Controlla periodicamente i movimenti del conto

ATTENZIONE!

La banca non ti chiederà mai di comunicare password, PIN o codici di autorizzazione attraverso una telefonata o un messaggio per annullare una presunta operazione sospetta.

In caso di dubbio, interrompi la comunicazione e contatta direttamente la banca attraverso i suoi canali ufficiali.

> Il consiglio di Assoutenti

Confronta periodicamente le condizioni del tuo conto corrente. Cambiare conto, quando é conveniente, può permetterti di ridurre i costi bancari.

Attenzione alle trappole! Truffe, finanziamenti e acquisti consapevoli

Il mondo digitale offre tantissime opportunità, ma espone anche a nuovi rischi. Truffe online, falsi investimenti e richieste di pagamento fraudolente sono sempre più diffuse.

Conoscere i principali meccanismi utilizzati dai truffatori è il primo passo per proteggersi.

Phishing: attenzione ai messaggi sospetti

Il phishing è una tecnica utilizzata per sottrarre informazioni personali e bancarie. Potresti ricevere:



- Un SMS che sembra provenire dalla tua banca
- Un'email che segnala un problema con il conto
- Un messaggio che invita a cliccare su un link urgente
- Una telefonata in cui qualcuno si presenta come operatore bancario

L'obiettivo è convincerti a comunicare dati riservati o autorizzare operazioni.

Come difendersi?



1. Non cliccare sui link sospetti
2. Non comunicare password o codici di sicurezza
3. Non installare applicazioni suggerite da sconosciuti
4. Contatta direttamente la banca utilizzando i recapiti ufficiali

Falsi investimenti e guadagni facili

Sui social circolano sempre più spesso annunci, video e messaggi che promettono investimenti miracolosi, guadagni elevati e immediati o risultati garantiti. Dietro queste offerte possono nascondersi vere e proprie truffe.

Diffida di chi promette:

- Guadagni elevati in pochissimo tempo
- Rendimenti sicuri e senza rischi
- Investimenti esclusivi riservati a pochi
- Recupero garantito del denaro perso



Le promesse di guadagno facile sono spesso utilizzate per attirare risparmiatori inesperti.
Prima di affidare il tuo denaro a qualcuno, verifica che l'intermediario sia autorizzato e informati sui rischi dell'investimento.

Prestiti e finanziamenti: attenzione alle rate

Un prestito è una somma di denaro che ricevi e che ti impegni a restituire nel tempo.
Un finanziamento è un concetto più ampio, che comprende anche il credito concesso per acquistare un bene o un servizio, spesso attraverso il pagamento a rate.

Ma attenzione: entrambi comportano un impegno economico futuro e possono prevedere interessi e costi aggiuntivi che aumentano la somma complessiva da restituire.

Facciamo un esempio:

Acquisti uno smartphone da 900 euro con un finanziamento di 24 rate da 45 euro al mese. Alla fine avrai pagato 1.080 euro, ben 180 euro in più rispetto al prezzo iniziale!

Prima di sottoscrivere un finanziamento, verifica:

TAN – Tasso Annuo Nominale

Indica il tasso di interesse applicato al finanziamento, ma non comprende tutti i costi.



TAEG – Tasso Annuo Effettivo Globale

Comprende il costo complessivo del credito espresso in percentuale annua, secondo le regole previste dalla normativa.

Per confrontare finanziamenti diversi, il TAEG è un indicatore particolarmente importante.



Tasso fisso e tasso variabile

Il tasso di interesse può essere fisso o variabile:

- **Tasso fisso:** rimane invariato per tutta la durata del finanziamento. Questo consente di conoscere in anticipo l'importo delle rate e di pianificare meglio le proprie spese.
- **Tasso variabile**: può aumentare o diminuire nel tempo, in base all'andamento di un indice di riferimento, come l'**Euribor**, utilizzato soprattutto per i mutui. Di conseguenza, anche l'importo delle rate può cambiare.

Da ricordare: il tasso fisso offre maggiore stabilità, mentre quello variabile può risultare più conveniente in alcuni periodi, ma comporta anche il rischio di un aumento delle rate.

ATTENZIONE AL BUY NOW, PAY LATER (BNPL)

Compri ora, paghi dopo! È la formula che permette di suddividere un acquisto in poche rate, spesso senza interessi.

Sembra comodo, ma attenzione: **anche una piccola rata è un impegno economico!** Più acquisti a rate possono sommarsi e pesare sul tuo bilancio mensile. Inoltre, in caso di ritardi nei pagamenti, potrebbero essere previsti costi aggiuntivi.

Un consiglio: prima di scegliere il BNPL, chiediti se hai davvero bisogno di quell'acquisto e controlla sempre le condizioni di pagamento. Pagare a rate non significa spendere meno!

Il consiglio di Assoutenti

Non firmare mai un contratto di finanziamento senza aver letto le condizioni. Confronta le offerte e verifica sempre il costo totale del credito.

Il tuo futuro economico: lavoro, diritti e pensione

L'indipendenza economica si costruisce anche attraverso le scelte lavorative e previdenziali.

Per questo è importante iniziare a interessarsi al proprio futuro economico fin dai primi anni di lavoro.

Conosci il valore del tuo lavoro

Il gender pay gap rappresenta una delle principali disuguaglianze economiche tra uomini e donne.

Le differenze retributive possono dipendere da diversi fattori:

- Differenze nei settori lavorativi.
- Minore presenza femminile nei ruoli dirigenziali.
- Maggiore diffusione del part-time.
- Interruzioni della carriera.
- Minori opportunità di crescita professionale.
- Differenze nell'accesso alle posizioni meglio retribuite



È importante conoscere i propri diritti, informarsi sulle condizioni contrattuali e acquisire consapevolezza del valore del proprio lavoro.

La pensione non è una questione lontana

Anche se sei giovane, è importante sapere che la pensione futura dipenderà dal percorso lavorativo e dai contributi versati durante la vita professionale.

Informarsi sulla propria posizione previdenziale è un'abitudine utile.

Puoi consultare il tuo estratto conto contributivo e utilizzare i servizi messi a disposizione dall'INPS.

È inoltre possibile informarsi sulla previdenza complementare, valutando attentamente caratteristiche, costi, rischi e vantaggi fiscali dei diversi strumenti.

> Il consiglio di Assoutenti

Non rimandare sempre al futuro le decisioni economiche importanti. Informarti oggi sul tuo contratto, sui contributi e sui tuoi diritti significa proteggere anche il tuo domani.

Dieci regole per diventare più consapevole nella gestione del denaro

Abbiamo visto che gestire il denaro non significa semplicemente risparmiare, ma imparare a prendere decisioni consapevoli.

Ecco dieci regole da portare nella vita quotidiana.

1. **Conosci le tue entrate:** sapere quanto guadagni è il primo passo per gestire le tue risorse.
2. **Controlla le tue spese:** anche i piccoli acquisti possono incidere sul bilancio.
3. **Pianifica il tuo budget:** stabilisci quanto destinare alle necessità, ai desideri e al risparmio.
4. **Risparmia con regolarità:** anche piccole somme possono diventare importanti.
5. **Costruisci un fondo di emergenza:** preparati ad affrontare gli imprevisti.
6. **Conosci gli strumenti finanziari:** informati prima di aprire un conto, utilizzare una carta o sottoscrivere un finanziamento.
7. **Proteggi i tuoi dati:** non condividere password, PIN e codici di sicurezza.
8. **Non fidarti dei guadagni facili:** ogni investimento comporta rischi.
9. **Informati sui tuoi diritti:** conoscere i propri diritti economici e lavorativi è fondamentale.
10. **Non delegare la tua autonomia:** partecipa sempre alle decisioni che riguardano il tuo denaro.

PER APPROFONDIRE

Per approfondire gli argomenti trattati, visita il sito: **www.assoutenti.it** alla pagina dedicata al progetto "Sono anche affari tuoi"



ASSOUTENTI
ENTE DEL TERZO SETTORE APS

Otto per mille
CHIESA VALDESE
UNIONE DELLE CHIESE METODISTE E VALDESI

Sono anche affari tuoi è un progetto di educazione alla cittadinanza, realizzato da Assoutenti, che promuove l'alfabetizzazione finanziaria tra giovani donne, usando lo sport come strumento di aggregazione e coinvolgimento.

Progetto sostenuto con i fondi Otto per Mille della Chiesa Valdese