



ваши личные

# финансы

№1 (175)  
МАРТ 2026

семейный журнал

## Налоговые вычеты:

за что и сколько  
можно вернуть // С. 6

Какими льготами  
могут пользоваться  
пенсионеры // С. 8

## Фитнес-клуб закрылся:

как получить вычет  
за спорт? // С. 10

ТЕМА НОМЕРА

# Налог 2026





**ИНСТРУКЦИЯ**

**Если нечем платить по долгам: кому подходит внесудебное банкротство и как пройти процедуру**

**С. 15**

**АКТУАЛЬНО:**

Новые правила получения единого пособия для семей и налоговый бонус для родителей **С. 3**

**РАЗБОР:**

Незнакомец прислал деньги на карту и просит вернуть «ошибочный перевод» — что делать? **С. 4**

**ТЕМА НОМЕРА:**

**Налоговые льготы и бонусы в 2026 году** **С. 6**

**ИНСТРУКЦИЯ:**

Нет денег на платеж: что делать, если не можете обслуживать кредит **С. 12**

**ОБЗОР:**

Пенсия: новая стоимость пенсионного коэффициента и важные изменения для многодетных **С. 18**

**БЮДЖЕТ ПРОФЕССИЙ:**

«Если работа нравится, то она не в тягость»: механизатор о жизни на селе и финансовой стороне специальности **С. 20**

**ЛИКБЕЗ:**

Облигации федерального займа как инструмент для сбережений **С. 22**

**СВОЙ БИЗНЕС:**

«Интуиция и рынок совпали»: Наталья Рачилина о том, как ушла из финансистов и открыла ремесленную сыроварню **С. 24**

**РАЗГОВОР:**

Страшно остаться без денег: о чем говорят наши финансовые страхи и как использовать их во благо **С. 28**

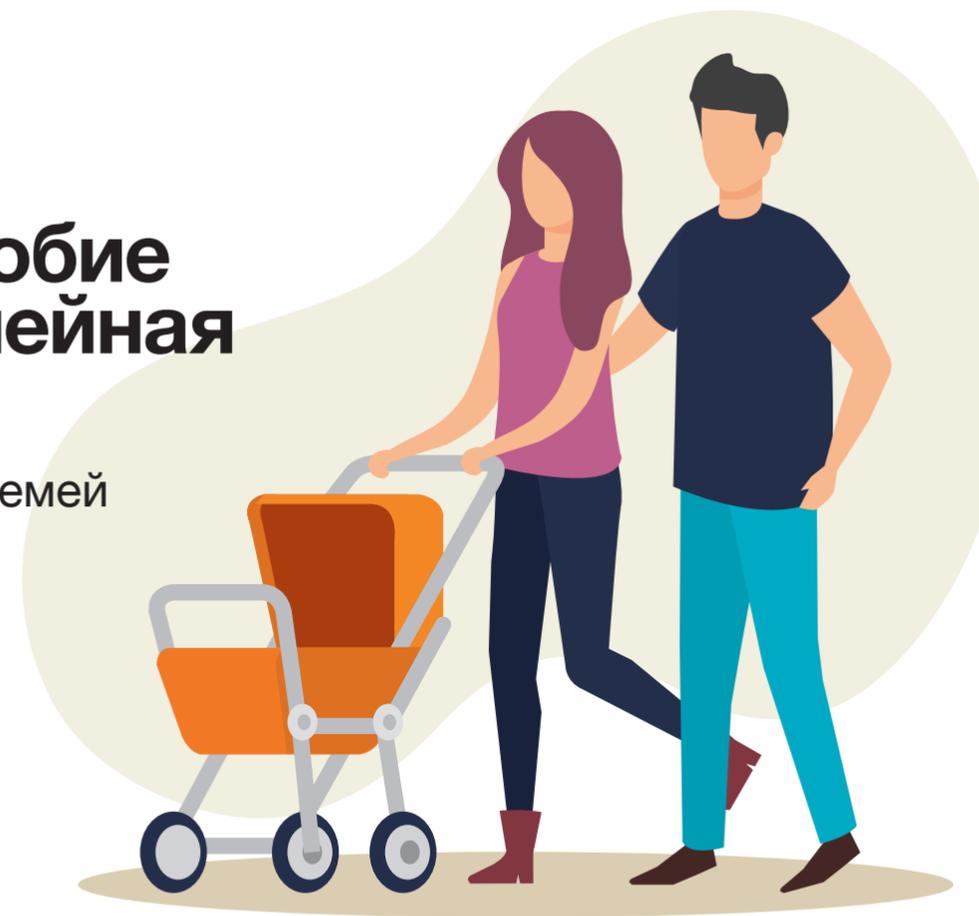
**ИСТОРИЯ:**

Кто придумал ипотечное кредитование и как несбывшаяся «американская мечта» обвалила финансовый рынок **С. 31**

**АКТУАЛЬНО**

# Единое пособие и новая семейная выплата

## Что изменится для семей с детьми в Томской области в 2026 году



В 2026 ГОДУ В ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ МЕНЯЮТСЯ ПРАВИЛА ПОДДЕРЖКИ СЕМЕЙ С ДЕТЬМИ: ОБНОВЛЯЮТСЯ УСЛОВИЯ ПОЛУЧЕНИЯ ЕДИНОГО ПОСОБИЯ, ПО-НОВОМУ УЧИТЫВАЮТСЯ АЛИМЕНТЫ, ПОЯВЛЯЕТСЯ НОВАЯ ЕЖЕГОДНАЯ СЕМЕЙНАЯ ВЫПЛАТА ДЛЯ РАБОТАЮЩИХ РОДИТЕЛЕЙ С ДВУМЯ И БОЛЕЕ ДЕТЬМИ. ЭТИ **ИЗМЕНЕНИЯ НАПРЯМУЮ ВЛИЯЮТ НА СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ**, ПОЭТОМУ **ВАЖНО РАЗОБРАТЬСЯ В НИХ ЗАРАНЕЕ.**

**текст:**  
Юлия  
ФАЛЛЕР

**Единое пособие: новые требования к доходу**

С 1 января 2026 года изменились правила назначения единого пособия при рождении и воспитании ребенка. Главное изменение касается доходов взрослых членов семьи: доход заявителя или другого трудоспособного взрослого за расчетный период должен быть не меньше 8 МРОТ (216 744 руб.). При подсчете доходов теперь учитывается и оплата больничного. При этом сохраняются ситуации, когда доход может быть ниже установленного уровня, например получение пенсии по старости, по инвалидности или по потере кормильца.

Размер единого пособия, как и раньше, составляет 50, 75 или 100 % регионального прожиточного минимума. С 1 января 2026 года

для беременных женщин он равен 10 934,5—21 869 руб. в северных районах Томской области и 9 943—19 886 руб. в южных районах. Обращаться за перерасчетом не нужно — его сделали автоматически.

**Кто может получать пособие**

Единое пособие могут получать беременные женщины и семьи с детьми до 17 лет включительно, если семья действительно нуждается в поддержке: среднедушевой доход не превышает прожиточный минимум на человека в регионе, а имущество — установленные нормы. Сохраняется и правило нулевого дохода: каждый взрослый в семье должен либо иметь подтвержденный доход не менее 8 МРОТ за расчетный период, либо уважительную причину его отсутствия. Это может быть уход за ребенком до трех лет или беременность.

**Алименты будут учитывать по-новому**

С 1 марта 2026 года меняется порядок учета алиментов при назначении единого пособия. Раньше условный размер алиментов считали от МРОТ — как 1/2, 1/3 или 1/4 его величины. Теперь расчет будет вестись от средней зарплаты по региону. Ее ежегодно определяет Росстат по итогам предыдущего года. Такой подход позволяет точнее

→ **С. 4**

учитывать реальные доходы семьи и лучше отражает экономическую ситуацию в регионе.

### Новая ежегодная семейная выплата: поддержка работающих родителей

С 2026 года вводится новая мера поддержки — ежегодная семейная выплата для работающих родителей (усыновителей, опекунов и попечителей) с двумя и более детьми до 18 лет и до 23 лет, если они учатся очно.

По сути, семейная выплата — это возврат части уплаченного НДФЛ по ставке 13 %. Налог пересчитают по ставке 6 %, а разницу вернут родителю. По предварительным оценкам, в 2026 году этой выплатой смогут воспользоваться около 60 тысяч семей в Томской области.

#### Условия для получения выплаты

- отсутствие задолженности по алиментам;
- российское гражданство;
- постоянное проживание в РФ;
- статус налогового резидента.

Среднедушевой доход семьи за прошлый год не должен превышать 1,5 прожиточного минимума на человека.

### Поддержка семей с детьми: как не запутаться в выплатах

В 2026 году система поддержки семей с детьми в регионе охватывает почти все этапы жизни семьи — от ожидания ребенка до его взросления, а иногда и дольше. Она включает как ежемесячные, так и разовые выплаты: единое пособие, ежегодную семейную выплату, пособие при рождении ребенка, выплаты при усыновлении или опеке, пособие по беременности и родам, а также отдельные меры поддержки для семей военнослужащих. Большинство выплат оформляются по принципу «одного окна» — без лишних справок и походов по ведомствам. Подать заявление можно онлайн через «Госуслуги» или лично в клиентской службе Социального фонда России (СФР).

Вся актуальная информация о выплатах, условиях их получения и сроках перечисления размещена на официальном сайте СФР. Также работает бесплатный контакт-центр: 8-800-10-000-01.

Если оба родителя в семье с двумя или тремя детьми работают официально и платят НДФЛ, семья может получить и ежегодную семейную выплату. Это возврат части налога — разницы между ставками 13 и 6 %. Например, при общем годовом доходе семьи, равном 1 080 000 руб., такая выплата может составить около 75 000 рублей в год. Обычно эти деньги используют на крупные расходы: подготовку к школе, лечение, ремонт или создание финансовой подушки.

## РАЗБОР

# Что делать, если на карту пришли деньги от незнакомца?

ЗВУЧИТ ПУГАЮЩЕ, НО ИЗ-ЗА ПЕРЕВОДА ОТ НЕЗНАКОМОГО ЧЕЛОВЕКА МОЖНО ПОПАСТЬ В ТЮРЬМУ.

ЕСЛИ НЕПРАВИЛЬНО СЕБЯ ПОВЕСТИ. ЧЕМ ИМЕННО ОПАСНЫ ПЕРЕВОДЫ ОТ НЕЗНАКОМЦЕВ И КАК СЛЕДУЕТ ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ НЕКТО ПРИСЛАЛ ВАМ ДЕНЬГИ, А ПОТОМ ТРЕБУЕТ ВЕРНУТЬ ИХ?

текст:  
Юлия  
СОЛОВЕЙ

### Перевод по ошибке — в чем опасность?

Переводы по ошибке действительно случаются: отправитель мог неправильно указать номер карты или номер телефона и деньги ушли не туда. Но даже если это и так, нельзя самостоятельно возвращать перевод — это может обернуться проблемами. Самая «легкая» — потеря денег. Мошенники через специальную программу подменяют свой номер на номер банка, с которого приходят уведомления, и присылают сообщение о зачислении денег на карту. Затем звонят/пишут и просят вернуть «ошибочный» перевод. В результате доверчивый получатель «возвращает» жуликам свои деньги, потому что никакого зачисления на самом деле не было.

Преступники придумали и более доходную аферу: они действительно отправляют деньги на карту человеку, а затем связываются с ним и просят вернуть «ошибочный» перевод, но на другой счет. Получатель возвращает, а через какое-то время сумма повторно списывается с его счета, потому что отправитель-мошенник обратился в свой банк и отменил перевод.

Вариация этой схемы — поддельные онлайн-магазины, куда мошенники заманивают людей демпинговыми ценами. Прельстившись флагманским смартфоном за полцены

от рыночной, покупатель делает заказ, оплачивает его на указанный счет, который на самом деле принадлежит третьему лицу. Затем мошенник связывается с этим лицом и просит вернуть «ошибочный» перевод. Деньги уходят жулику, а покупатель остается с убытком. Но он вправе обратиться в суд и потребовать возврата денег — естественно, от того человека, на чей счет они поступили. В итоге сумму, отправленную мошеннику, человек будет обязан вернуть по суду обманутому покупателю — снова двойной убыток.

Самая опасная схема — дроперство, через нее мошенники отмывают награбленные деньги. Чтобы не использовать собственные счета, через которые на них смогут выйти правоохранительные органы, они привлекают посредников — дропов (от англ. drop — капать, сливать, бросать). «Ошибочный перевод» — классический прием для вовлечения человека в дроперскую цепочку: на карту приходит перевод, а затем отправитель просит вернуть деньги — якобы ошибся и перевел не тому человеку. Но возврат просят сделать на другую карту, а не на ту, откуда пришли деньги.

Возвращая деньги, человек помогает мошенникам отмывать преступные доходы. И хотя сам он ничего не крад, с точки зрения закона он совершил преступление, так как выполнил операцию с этими деньгами. Мошенник может предложить оставить небольшой процент от суммы себе как «компенсацию за беспокойство». В этом случае доказать невольное участие в мошенничестве не получится, ведь человек фактически взял плату за перевод. В любом случае незнание об участии в дроперской схеме не освобождает от ответственности: могут оштрафовать, отправить на принудительные работы или в тюрьму.

### Некто прислал мне деньги — что делать?

Проверьте счет карты: действительно ли было зачисление денег. Если никаких поступлений не было, вас пытаются обмануть мошенники. Иногда их цель не просто заставить человека вернуть фиктивный перевод, а получить доступ к его счету. Для этого жулики добавляют ссылку, по которой просят перейти «для отмены операции» или «для получения деталей операции». Ссылка ведет на фишинговый сайт, где нужно «для подтверждения действий» ввести данные карты или авторизоваться с логином и паролем от онлайн-банка. Выполнить эти действия — значит отдать мошенникам доступ к счету.

Если сумма от незнакомца и правда поступила на карту и от вас требуют вернуть

ее, спокойно объясните, что деньги вернете, но только через официальную процедуру с участием банка. Обратитесь в свой банк через чат поддержки клиентов в личном кабинете на сайте банка или в приложении и сообщите об ошибочном переводе, прикрепив скриншот уведомления о зачислении денег и сообщения с просьбой вернуть их. Оставьте заявку на возврат перевода отправителю.

Можно попросить и отправителя обратиться в его банк для отмены перевода. Если на самом деле произошла ошибка, человек отреагирует адекватно. Мошенник же продолжит гнуть свою линию, может начать давить на жалость или запугивать судебными разбирательствами.

Если отправитель перевода давит, ведет себя агрессивно, названивает или заваливает сообщениями с требованиями вернуть деньги, обращайтесь в правоохранительные органы. Телефонный разговор лучше записать, если общение идет через переписку в мессенджере или соцсети, то нужно сделать скриншоты переписки.

Итак, если вы получили сообщение о зачислении на вашу карту перевода от незнакомца, а затем поступило требование вернуть деньги, ничего не возвращайте. Если отправитель денег атакует вас сообщениями или звонками с требованием вернуть деньги и угрожает, обратитесь в правоохранительные органы.

## ИНСТРУКЦИЯ

### Проверьте, было ли зачисление денег

Входящий перевод отразится в истории операций по карте. Проверить можно в банковском приложении или в интернет-банке.

### Если зачисления не было

Игнорируйте сообщение о переводе. Не переходите по ссылкам из сообщения и не передавайте данные карты и коды из СМС, если их просят под каким-то предлогом.

### Если деньги поступили

Обратитесь в банк с заявлением об отмене ошибочного перевода. Это нужно сделать, даже если никто не выходил на связь после зачисления средств.

Невозврат денег с точки зрения закона — это незаконное обогащение. Пользоваться этими деньгами и переводить их на другой свой счет тоже нельзя. Пусть лежат на карте до отмены операции банком.

**Налоговый вычет**

сумма, на которую уменьшается налогооблагаемый доход

ТЕМА НОМЕРА

# Налоговые вычеты в 2026 году

## Стандартные

### За сдачу норм ГТО

- Требуется:
- сдать зачет ГТО;
  - получить знак отличия;
  - пройти диспансеризацию в том же году.
- 18 000 ₽**

### На налогоплательщика

- пострадавшим из-за катастроф на Чернобыльской АЭС и ПО «Маяк»;
  - участникам испытаний ядерного оружия;
  - инвалидам ВОВ;
  - инвалидам из числа военнослужащих, получивших инвалидность в ходе участия в военных действиях.
- 3 000 ₽ в месяц**
- героям СССР и РФ и лицам, награжденным орденом Славы трех степеней;
  - участникам ВОВ;
  - жителям блокадного Ленинграда;
  - бывшим узникам концлагерей;
  - инвалидам детства, инвалидам I и II групп и др.
- 500 ₽ в месяц**

### На ребенка<sup>1</sup>

- первого **1 400 ₽ в месяц**
- второго **2 800 ₽ в месяц**
- третьего и последующих **6 000 ₽ в месяц**
- ребенка-инвалида до 18 лет;
- ребенка-инвалида I и II группы до 24 лет, учащегося очно **12 000 ₽ в месяц**

<sup>1</sup> действует для родителя, усыновителя, опекуна или попечителя, пока его доход с начала года не превысит 450 000 ₽

## Профессиональные

### За расходы на свою деятельность

- нотариусам;
  - адвокатам;
  - работникам по гражданско-правовым договорам.
- НДФЛ с расходов**
- получателям авторских вознаграждений (писатели, ученые и т. д.)
- НДФЛ с расходов (либо вычет с норматива затрат<sup>2</sup>)**
- ИП на ОСН **НДФЛ с расходов (либо 20% от общей суммы дохода<sup>2</sup>)**
- <sup>2</sup> если подтвердить расходы невозможно

## Инвестиционные

С индивидуальных инвестиционных счетов и по ПДС (лимит — 400 000 ₽)

- по ИИС-1 **НДФЛ со взноса**
- по ИИС-2 **НДФЛ с дохода от операций**
- по ИИС-3 **НДФЛ со взноса + с дохода**
- по ПДС **НДФЛ со взноса**

### По доходу с продажи ценных бумаг

- если они во владении не менее 3 лет **НДФЛ с 3 млн ₽ в год**
- если ранее по ним был убыток **вычет в размере убытка**

## Имущественные

### При покупке

- за расходы на покупку/строительство жилья **НДФЛ с 2 000 000 ₽**
- за уплаченные проценты по ипотеке **НДФЛ с 3 000 000 ₽**

### При продаже

- жилых помещений, земли или дачных участков (если срок владения менее установленного) **1 000 000 ₽ либо сумма фактических расходов**
- автомобилей, нежилых помещений и др. объектов (если срок владения менее установленного) **250 000 ₽ либо сумма фактических расходов**

## Социальные

Суммарный лимит — 150 000 ₽ в год:

- на обучение себя, своих детей, братьев и сестер, супруга/супруги;
- на лечение себя, своих детей, супруги/супруга, родителей;
- на покупку лекарств;
- на благотворительность;
- на взносы на негосударственную пенсию;
- на страхование жизни и ДМС;
- на прохождение независимой оценки квалификации;
- на занятия спортом, фитнесом и физкультурно-оздоровительные мероприятия (свои и детей).

### Вне суммарного лимита

- на обучение детей **110 000 ₽ в год на каждого ребенка**
- на дорогостоящее лечение **НДФЛ со всей суммы расходов**

**ВАЖНО**

## КАК ПОЛУЧИТЬ ВЫЧЕТ?

**1 Соответствовать условиям**  
Нужно не менее 183 дней в году жить в России и иметь облагаемый НДФЛ доход в том году, за который оформляется вычет. Возврат можно получить максимум за 3 предыдущих года, а его сумма не может превышать уплаченный НДФЛ.

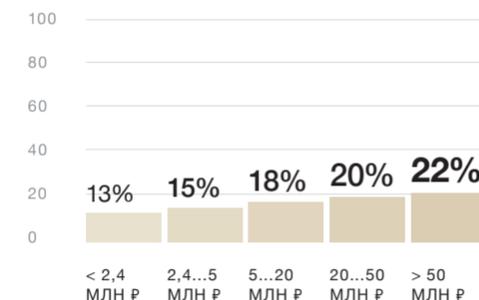
**2 Обратиться за услугой**  
Через ФНС (очно или на сайте) Заполнить и подать декларацию 3-НДФЛ по окончании года, за который нужно получить вычет. Возврат придет одной суммой после проверки декларации. *3 месяца отводится на камеральную проверку, месяц — на выплату.*

Через ФНС (в упрощенном порядке)  
После 20 марта в личном кабинете на сайте ФНС формируется предзаполненное заявление на вычет. Нужно проверить данные и подписать простой электронной подписью. *1 месяц отводится на камеральную проверку, 2 недели — на выплату.*

Через работодателя  
Предоставить в бухгалтерию по месту работы справку из ФНС о праве на вычет. Возврат происходит в течение года: работник получает на руки больше за счет неудержанного налога.

**ПОДРОБНО**

### Ставка НДФЛ (%) зависит от годового дохода:



### Земельный налог: 6 соток без налога

Пенсионеры и предпенсионеры имеют право не платить земельный налог за 6 соток одного участка. Если площадь участка менее 6 соток, налог за него платить не нужно. Если площадь земли более 6 соток, налог начисляется только на площадь превышения. Так, за участок площадью 10 соток нужно будет заплатить налог только с 4 соток.

Льгота применяется автоматически и только в отношении одного земельного участка, который находится в собственности, постоянном пользовании или пожизненном наследуемом владении пенсионера. Освобождается от налога участок с наибольшей суммой налога, если пенсионер не выбрал другой земельный надел.

Местные органы власти могут устанавливать дополнительные льготы по земельному налогу. В Томске пенсионеры освобождены от уплаты земельного налога за участки, предоставленные для садоводства и огородничества.

### Налог на имущество: за что можно не платить

Льгота предоставляется в отношении определенных видов недвижимости (жилого дома или его части, квартиры или комнаты, гаража или машино-места, а также хозяйственной постройки площадью не более 50 квадратных метров) при условии, что имущество не используется для ведения предпринимательской деятельности.

Льгота предоставляется только на один объект каждого вида. Например, если у пенсионера в собственности находятся две квартиры и га-

раж, от налога будут освобождены одна квартира и гараж.

За вторую квартиру налог придется уплатить. Следует учитывать, что налоговая льгота не применяется к помещениям, расположенным в административно-деловых и торговых центрах. Исключение — гаражи и машино-места в таких зданиях.

Кроме федеральных льгот в отдельных регионах и муниципалитетах могут действовать дополнительные меры поддержки. Так, в Томске пенсионеры освобождены от налога на помещения в овощехранилищах и погребах.

### Транспортный налог: льготы есть, но не на все

Льготы по транспортному налогу устанавливаются на региональном уровне. В Томской области они предусмотрены областным законом: пенсионеры освобождаются от уплаты транспортного налога в отношении самоходных транспортных средств на пневматическом и гусеничном ходу с мощностью двигателя не более 150 л. с. К таковым относятся тракторы, комбайны, бульдозеры, погрузчики, грейдеры, снегоочистители и иная спецтехника. Снегоходы в эту категорию не входят.

Льгота предоставляется автоматически и применяется к одному ТС: с наибольшей суммой налога либо к другому — по выбору пенсионера.

Для получения льготы у владельца транспортного средства должно быть водительское удостоверение, дающее право управления им.

текст:  
Юлия ФАЛЛЕР,  
Маргарита ЮЩЕНКО

## ТЕМА НОМЕРА

# Какие налоги не платят пенсионеры в 2026 году

ПЕНСИОНЕРЫ И ПРЕДПЕНСИОНЕРЫ, КОТОРЫЕ ВЛАДЕЮТ ИМУЩЕСТВОМ, ИМЕЮТ ПРАВО НА НАЛОГОВЫЕ ЛЬГОТЫ — МОГУТ НЕ ПЛАТИТЬ ЧАСТЬ НАЛОГОВ. К ЭТОЙ КАТЕГОРИИ ОТНОСЯТСЯ ПЕНСИОНЕРЫ, ПОЛУЧАЮЩИЕ ПЕНСИЮ ПО ЗАКОНУ, А ТАКЖЕ ПРЕДПЕНСИОНЕРЫ: МУЖЧИНЫ, ДОСТИГШИЕ 60 ЛЕТ, И ЖЕНЩИНЫ, ДОСТИГШИЕ 55 ЛЕТ.

## ДЕТАЛИ

### Налоговые уведомления

Налоговые уведомления направляются налогоплательщикам не позднее 1 ноября. Срок уплаты имущественных налогов — до 1 декабря.

Если пенсионеру предоставлены налоговые льготы по всем объектам имущества в его собственности, налоговое уведомление ему не направляется. Если есть имущество, за которое необходимо платить налог, в уведомлении будут указаны сведения только о таком имуществе. Информация о льготных объектах в уведомлении не отражается.

Также налоговое уведомление не направляется, если сумма начисленных налогов менее 300 рублей. Уведомление будет направлено при превышении установленного порога либо раз в три года.

Подробную информацию о налоговых ставках и льготах по имущественным налогам можно получить на официальном сайте ФНС России.

# Налоговый вычет за фитнес

АБОНЕМЕНТ НА ФИТНЕС КУПЛЕН, НО СПОРТЗАЛ НЕОЖИДАННО ЗАКРЫЛСЯ ИЛИ СМЕНИЛ ВЛАДЕЛЬЦА — С ТАКОЙ СИТУАЦИЕЙ ИНОГДА СТАЛКИВАЮТСЯ НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКИ. МОЖНО ЛИ В ЭТОМ СЛУЧАЕ ПОЛУЧИТЬ СОЦИАЛЬНЫЙ НАЛОГОВЫЙ ВЫЧЕТ И КАКИЕ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ ЭТОГО НУЖНЫ? НА ВОПРОС НАШЕЙ ЧИТАТЕЛЬНИЦЫ ОТВЕЧАЕТ УФНС РОССИИ ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ.



Социальный налоговый вычет за физкультурно-оздоровительные услуги можно получить только при соблюдении определенных условий. Если спортзал прекратил работу, возможность оформления зависит от конкретной ситуации.

## Обязательные условия для получения вычета

Во-первых, фитнес-организация или индивидуальный предприниматель, оказывающие услуги, должны быть включены в специальный перечень, который ежегодно формируется Минспорта России и размещается на его официальном сайте. Если фитнес-клуба нет в этом списке, право на вычет не возникает. Во-вторых, расходы должны быть подтверждены

установленным документом. С 1 января 2024 года это справка об оплате физкультурно-оздоровительных услуг для представления в налоговые органы РФ по форме КНД 1151160, утвержденной приказом ФНС России от 18.10.2023 № ЕД-7-11/756@. Она выдается по требованию налогоплательщика организацией или индивидуальным предпринимателем, оказавшими услугу.

## Что делать, если спортзал закрылся

В первую очередь необходимо проверить, продолжает ли организация или индивидуальный предприниматель деятельность (сделать это можно на сайте ФНС России с помощью сервиса «Прозрачный бизнес» по ИНН, наименованию организации или ФИО предпринимателя).

Затем обратиться за справкой к тому лицу, с которым был заключен договор и которому произведена оплата, даже если услуги были оказаны не в полном объеме.

## Когда получить вычет не удастся

Право на социальный налоговый вычет утрачивается, если на момент обращения за справкой организация или ИП:

- прекратили деятельность;
- исключены из ЕГРЮЛ или ЕГРИП.

Если справка об оплате услуг не была получена заранее, воспользоваться налоговым вычетом не удастся. Налоговые органы одобряют вычет только при наличии справки установленной формы, а выдать ее может только действующий исполнитель услуг либо его правопреемник.

## Возможное исключение

Если услуги оказывало юридическое лицо, которое не было ликвидировано, а прошло процедуру реорганизации (например, присоединение или преобразование), за справкой можно обратиться к его правопреемнику. В такой ситуации право на получение налогового вычета сохраняется.

Специалисты налоговой советуют не откладывать получение подтверждающих документов, чтобы не потерять право на социальный налоговый вычет за фитнес. Если же спортзал закрылся, а справка об оплате услуг не была оформлена заранее, действующее законодательство, к сожалению, не позволяет компенсировать понесенные расходы через налоговый вычет.



Перечень Минспорта для Томской области

текст:  
Юлия ФАЛЛЕР

ОДИН ИЗ ПРИНЦИПОВ КРЕДИТОВАНИЯ — ВОЗВРАТНОСТЬ. ОН ОЗНАЧАЕТ, ЧТО КРЕДИТ ДОЛЖЕН БЫТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЫПЛАЧЕН. ОТСУТСТВИЕ У ЗАЕМЩИКА ДЕНЕГ НА ОБСЛУЖИВАНИЕ КРЕДИТА НЕ ОСВОБОЖДАЕТ ЕГО ОТ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ ПЕРЕД БАНКОМ. НО ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЗАЕМЩИКУ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО НЕЧЕМ ПЛАТИТЬ ПО КРЕДИТУ? НЕ ПРЯТАТЬСЯ ОТ ПРОБЛЕМЫ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ И ИСКАТЬ РЕШЕНИЕ ВМЕСТЕ С КРЕДИТОРОМ.

ИНСТРУКЦИЯ

# Что делать, если нечем платить по кредиту

текст:  
Юлия СОЛОВЕЙ

**Е**сли заемщик столкнулся с ухудшением материального положения и не может исполнять обязательства перед банком, нельзя пускать ситуацию на самотек: чем дольше промедление, тем больше проблем в будущем. Если не платить, рано или поздно банк подаст иск в суд, приставы заведут дело и начнут принудительно списывать со счетов заемщика деньги в счет погашения долга перед банком. Не найдут денег — арестуют имущество, например автомобиль. Если кредит предусматривает залог (ипотека, автокредит), то банк заберет залоговое имущество. Поэтому не надо ждать проблем, лучше сразу пойти в банк и честно рассказать: не могу сейчас обслуживать кредит, но обязательно восстановлю свое финансовое положение и продолжу вносить платежи по графику. Банки заинтересованы в погашении кредитов. Если клиент оказался в сложной ситуации, но ранее рекомендовал себя как дисциплинированный заемщик, он может рассчитывать на помощь со стороны кредитора — реструктуризацию кредита или кредитные каникулы.

## 1 Реструктуризация

Реструктуризация кредита — это изменение условий его погашения с целью снизить финансовую нагрузку на заемщика. Кредитный договор, заключенный с банком, продолжает действовать.

Реструктуризация применяется, если финансовое положение заемщика ухудшилось по объективным причинам — например, его сократили на работе или он временно потерял трудоспособность из-за травмы или болезни. При этом заемщик может подтвердить банку ухудшение своего материального положения.

Банк может несколькими способами поменять условия погашения кредита:

- увеличить срок кредитования;
- уменьшить процентную ставку;
- ввести отсрочку платежей;
- отменить штрафные санкции.

Реструктуризация может быть проведена даже после допущенной заемщиком просрочки платежей. Но лучше ее не допускать и сразу идти договариваться с банком. О том, что заемщик прибегал к реструктуризации кредита, делается пометка в кредитной истории.

### Как сделать реструктуризацию

Чтобы банк пошел навстречу заемщику, ему нужно подтвердить, что у него есть уважительная причина для реструктуризации:

- потеря работы;
- существенное снижение зарплаты;
- длительная болезнь;
- потеря/повреждение имущества (например, в результате пожара или кражи);
- декретный отпуск;
- призыв в армию и др.

## ДЕТАЛИ

### Реструктуризация и рефинансирование — в чем разница?

Реструктуризация — изменение условий погашения действующего кредита, а рефинансирование — оформление нового кредита с более выгодными условиями ради погашения одного или объединения нескольких действующих кредитов. При рефинансировании заключается новый кредитный договор.

Сокращение с работы можно подтвердить копией приказа, длительную нетрудоспособность — выписками из медкарты или справкой от врача. Способ подачи заявления на реструктуризацию (очно или онлайн) лучше уточнить в банке. Информацию об этом можно найти на сайте кредитора или позвонить на горячую линию.

## 2 Кредитные каникулы

Кредитные каникулы — это льготный период (от 1 до 6 месяцев), в течение которого заемщик может не вносить платежи или вносить меньшую сумму, чем прописано в графике. При этом проценты за пользование кредитом продолжают начисляться. Сумму процентов, начисленных за время каникул, банк выделит в отдельный долг: по потребительскому и автокредиту его нужно погасить в самом конце, после всех платежей по графику (можно разбить на несколько платежей); по кредитной карте срок погашения процентов, начисленных в период кредитных каникул, — 720 дней (сумма разбивается на равные платежи).

Если у заемщика есть просрочка платежей, за которую банк начислил штрафы, эти суммы замораживаются на время каникул и не растут. По завершении льготного периода заемщик вернется к прежнему графику платежей — обновленный график банк пришлет в течение 5 дней после завершения кредитных каникул. Все пропущенные платежи перенесутся на конец срока кредита, к сроку кредитования добавятся месяцы кредитных каникул. Замороженные штрафы

ные платежи тоже нужно будет погасить после окончания льготного периода, пока они не начали расти.

Кредитные каникулы можно оформить по закону или по собственной программе банка (условия могут отличаться от госпрограммы). По закону воспользоваться кредитными каникулами вправе заемщики, оказавшиеся в трудной финансовой ситуации:

- если доходы заемщика снизились более чем на 30 % за последние 2 месяца в сравнении со среднемесячными доходами за прошлый год;
- если жилье заемщика оказалось в зоне ЧС, в результате чего пострадало имущество и ухудшились условия жизни.

По каждому из кредитов можно один раз оформить каникулы из-за снижения доходов и один раз из-за ЧС. Если ранее заемщик уже пользовался льготным периодом из-за пандемии/санкций (именно эти события стали причиной введения кредитных каникул в РФ), то второй раз оформить кредитные каникулы для того же займа ему не разрешат.

#### Условия одобрения банком кредитных каникул

- заемщик ранее не пользовался кредитными каникулами;
- по кредиту не идут судебные разбирательства;
- заемщик не признан банкротом;
- сумма кредита на дату выдачи соответствует установленному лимиту: 150 000 рублей — кредитная карта, 450 000 рублей — потребительский кредит, 1 600 000 рублей — автокредит.
- заемщик может документально подтвердить трудное финансовое положение.

Использование кредитных каникул фиксируется в кредитной истории заемщика, но не ухудшает ее, так как не допускается просрочка платежей.

#### Как оформить кредитные каникулы

Необходимо подать кредитору заявление и приложить к нему документы, подтверждающие право заемщика воспользоваться каникулами. Вид документа зависит от ситуации. Например, снижение дохода можно подтвердить справкой 2-НДФЛ, нахождение жилья заемщика в зоне ЧС подтверждается справкой от органов местного самоуправления. Заявление и документы можно подать в офисе банка или через его сайт/приложение — способ подачи документов лучше заранее уточнить. В течение 5 рабочих дней банк должен дать ответ на заявление заемщика.

При улучшении финансовой ситуации заемщик может в любое время возобновить

платежи по кредиту, не дожидаясь окончания кредитных каникул. Если платежи будут меньше, чем в графике, каникулы продолжат действовать, просто долг будет уменьшаться. Если заемщик будет вносить всю сумму платежа по графику, банк автоматически прекратит действие льготного периода и в течение 3 рабочих дней придет новый график платежей.

### 3 Ипотечные кредитные каникулы

Ипотечный заемщик в трудной ситуации тоже может оформить кредитные каникулы максимум на 6 месяцев, если оказался в сложной жизненной ситуации:

- потерял работу (нужна будет регистрация в службе занятости);
- нетрудоспособен из-за болезни (или декретного отпуска) более 2 месяцев подряд;
- получил инвалидность I или II группы;
- средний доход заемщика снизился более чем на 30 % за последние 2 месяца в сравнении со среднемесячными доходами за прошлый год, в результате на платеж по ипотеке стало уходить более 50 % официального дохода;
- увеличилось количество иждивенцев (дети, инвалиды I и II группы), а доход при этом снизился более чем на 20 %, в результате чего на обслуживание кредита уходит более 40 % дохода.

#### Условия одобрения банком ипотечных каникул

Банк одобрит ипотечные каникулы, если заемщик действительно попал в трудную жизненную ситуацию и может подтвердить это документами. При этом ипотечное жилье является единственным жильем заемщика, а размер кредита не превышает 15 млн рублей. Механизм оформления и действия ипотечных каникул такой же, как и с другими кредитами. Точно так же замораживаются неустойки и штрафы, но продолжают начисляться проценты по ипотечному кредиту. Набежавшую сумму нужно будет погасить в самом конце, после выплаты основного долга и процентов по нему. Платежи, внесенные во время каникул, не уменьшат долг и переплату, так как их вычтут из последних платежей по графику. Срок ипотеки продлится на срок каникул. Информация об ипотечных каникулах вносится в кредитную историю заемщика. Тот факт, что заемщик пользовался льготным периодом, не портит кредитную историю. Однако если на период каникул заемщик выбрал уменьшенные платежи (вместо нулевых), но задерживал или пропускал их, это негативно скажется на его кредитном рейтинге.

## ИНСТРУКЦИЯ

текст:  
Юлия СОЛОВЕЙ

# Внесудебное банкротство

## Как выбраться из долгов, если погасить их не получается

ЕСЛИ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА СЛОЖИЛИСЬ ТАК, ЧТО НЕЧЕМ ПЛАТИТЬ ПО КРЕДИТАМ И ДОЛГИ РАСТУТ С КАЖДЫМ ДНЕМ, ВЫХОДОМ МОЖЕТ СТАТЬ БАНКРОТСТВО. БОЛЕЕ ПРОСТАЯ И МЕНЕЕ ЗАТРАТНАЯ ПРОЦЕДУРА БАНКРОТСТВА — Внесудебная. КАКИМ КРИТЕРИЯМ ДОЛЖЕН СООТВЕТСТВОВАТЬ ДОЛЖНИК И ЧТО НУЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ СТАТУСА БАНКРОТА?

Официальное признание гражданина банкротом означает признание его неспособности платить по долгам и обязательствам перед банками, налоговой, МФО, поставщиками ЖКУ и др. Задолженность банкрота признается безнадежной и списывается.

Банкротом человек может быть признан через суд или же без его участия. В первом случае возникнут расходы на оплату услуг финансового управляющего и ряд других, внесудебная процедура признания банкротом бесплатна, не требует участия финуправляющего и запускается через МФЦ.

#### Кому подходит внесудебное банкротство

Пройти процедуру могут граждане с долгом от 25 000 до 1 млн рублей. В эту сумму входят платежи по кредитам и займам, налоги, алименты (они учитываются в общей сумме долга, но не списываются), дорожные штрафы, судебная задолженность и др. При этом доходы должника не позволяют ему платить по долгам.

Помимо суммы долга и отсутствия дохода для его погашения есть еще несколько условий — хотя бы одно из них должно выполняться для прохождения процедуры внесудебного банкротства.

- За плечами должника уже есть оконченное исполнительное производство. Это значит, что приставы уже заводили дело и пытались взыскать с человека задолженность, но не смогли — не оказалось имущества, которое можно реализовать в счет погашения долгов.

**В течение 5 лет после признания банкротом нельзя обращаться с новым заявлением о банкротстве, а при оформлении кредитов и займов необходимо указывать статус банкрота.**

## ПОДРОБНО

### Справки для банкротства через МФЦ

■ справка о получении пенсии (выдает СФР)

■ справка, подтверждающая, что исполнительный документ выдан более года назад (выдает ФССП/банк/работодатель)

■ справка об участии в СВО (выдает военкомат/МФЦ/«Госуслуги»/войсковая часть по месту службы)

Других неоконченных исполнительных производств по ст. 46, ч. 1, п. 4 у претендующего на статус банкрота быть не должно.

■ Единственный доход должника — это пенсия или социальное пособие в связи с рождением и воспитанием ребенка, приставы взыскивают долг не менее 1 года, но он все еще не погашен, а имущества, которое можно пустить на погашение, нет.

■ Должник был или является участником СВО, имущества, на которое можно обратить взыскание, не имеет, исполнительное производство длится более года, но долг не погашен.

■ Исполнительное производство в отношении должника длится более 7 лет.

#### Как пройти процедуру

##### Шаг 1: проверьте структуру своей задолженности

Претенденту на статус банкрота необходимо иметь четкое представление о том, кому и сколько он должен. Ведь спишутся долги только перед теми кредиторами, которые будут указаны в заявлении на банкротство. Кого упустили, тому выплачиваете долг. Лучше составить список всех кредиторов заранее. Суммы долгов должны быть указаны на дату подачи заявления.

Где посмотреть суммы задолженности:

■ займы и кредиты: запросить справку у кредитора в офисе/в личном кабинете на сайте банка/в мобильном приложении;

■ налоги: на сайте ФНС или на «Госуслугах»;

■ коммунальные платежи: в квитанциях на оплату или в личном кабинете на сайте поставщика услуг;

■ штрафы ГИБДД: на сайте ведомства или на «Госуслугах»;

■ судебная задолженность: на сайте ФССП. Важно не только перечислить всех кредиторов и полные суммы задолженности перед ними, необходимо указать верные сведения об этих организациях (название, адрес).

##### Шаг 2: подайте заявление и документы в МФЦ

Понадобится копия паспорта и документ, подтверждающий место жительства (или пребывания). Необходимые справки МФЦ запросит в СФР и ФССП через межведомственное взаимодействие, но можно получить их самостоятельно и принести сразу.

Еще раз подчеркнем: долги перед теми кредиторами, которых заявитель не внесет в список, придется выплачивать. Важно правильно указать суммы долгов: если сумма в заявлении окажется ниже фактической, кредитор сможет через суд остановить процедуру банкротства.

##### Шаг 3: дождитесь результатов проверки документов

МФЦ будет выяснять, отвечает ли должник критериям внесудебного банкротства, нет ли технических несоответствий и ошибок в документах. Если должник не отвечает критериям внесудебного банкротства, МФЦ выносит отказ. Повторное заявление можно подавать через месяц или обжаловать в суде отказ в приеме первого заявления.

Если проверка выявила несоответствия или технические ошибки, в запуске банкротства будет отказано. Все недочеты МФЦ перечислит, их можно будет устранить и через месяц подать новое заявление.

Если документы в порядке и по заявлению должника принято положительное решение, в Единый федеральный реестр сведений о банкротстве (ЕФРСБ) передается информация о запуске процедуры внесудебного банкротства гражданина в течение 4 рабочих дней. С момента включения в ЕФРСБ сведений начинается процедура банкротства, которая продлится полгода.

##### С какого момента должник считается банкротом

Пока идет процедура внесудебного банкротства, действует мораторий на удовлетворение требований кредиторов — прекращается списание платежей, начисление процентов, пеней и штрафов по обязательствам, задолженность не растет. Приостанавливаются имущественные взыскания по исполнительным документам (ФЗ «О несостоятельности (банкротстве)», ст. 223.4, чч. 1 и 2). Должнику в это время нельзя брать кредиты и выступать поручителем по чужим кредитам.

По окончании процедуры гражданин признается банкротом и освобождается от дальнейшего исполнения обязательств перед кредиторами, указанными им в заявлении, поданном в МФЦ. Задолженность признается безнадежной, сумма долга, указанная в заявлении, списывается.

#### Случаи, в которых долги не спишут

##### 1. Кредитор не попал в список

Не списывается задолженность перед кредиторами, которых должник не включил в список при подаче заявления на банкротство.

##### 2. Должник повел себя недобросовестно

Если должник мошенничал, был уличен в фиктивном или преднамеренном банкротстве. Не подлежат списанию:

■ текущие долги — долги, возникшие во время процедуры;

■ выплаты за моральный ущерб, вред жизни и здоровью;

■ алименты;

■ долги по выплате заработной платы и выходного пособия;

■ суммы убытков, которые должник принес организации, участником которой был;

■ платежи при привлечении к субсидиарной ответственности;

■ суммы возмещения за вред, нанесенный имуществу;

■ долги, не указанные в заявлении на банкротство.

#### Статус банкрота: последствия

По окончании процедуры внесудебного банкротства должник получает статус банкрота, его задолженность признается безнадежной, он освобождается от исполнения обязательств перед кредиторами, указанными в заявлении на банкротство. В ЕФРСБ вносятся сведения об окончании процедуры внесудебного банкротства.

Получение статуса банкрота имеет долгосрочные последствия. Так, в течение 5 лет после признания банкротом нельзя обращаться с новым заявлением о банкротстве, а при оформлении кредитов и займов необходимо указывать свой статус банкрота. Информация о банкротстве отражается в кредитной истории заемщика. В течение 3 лет после признания банкротом гражданину запрещается занимать руководящие должности в юридическом лице.

Если через внесудебное банкротство прошел индивидуальный предприниматель, он не может зарегистрировать новое ИП, быть учредителем и руководителем юрлица и подать снова на внесудебное банкротство раньше чем через 10 лет.

## ДЕТАЛИ

### Внесудебное банкротство отменяется, если...

#### 1 Улучшилось имущественное положение должника

Если имущественное положение должника улучшилось настолько, что он может погасить свои долги перед кредиторами из списка полностью или в значительной мере, он обязан в течение 5 рабочих дней сообщить об этом в МФЦ. В таком случае процедура внесудебного банкротства прекращается.

#### 2 Кредитор подал в суд иск о взыскании долга

Потребовать через суд погашения долга вправе кредитор, которого должник не включил в список, подавая заявление в МФЦ. Это может сделать и кредитор из списка, если обнаружит, что должник скрыл имущество/доходы, чтобы не платить по долгам, или занизил сумму долга. Если суд признает требования кредитора обоснованными, процедура внесудебного банкротства будет прекращена.



эксперт

**Дмитрий  
Мальцев**

управляющий  
Отделением  
Социального фонда  
России по Томской  
области

### Индексация затронула всех получателей страховых пенсий

С января 2026 года в Томской области прошла плановая индексация страховых пенсий. Пенсии выросли на 7,6% у более 250 тысяч пенсионеров региона. «Индексация проведена для всех категорий получателей страховых пенсий — как для неработающих, так и для работающих пенсионеров», — отметил Дмитрий Мальцев.

По словам Дмитрия Мальцева, размер прибавки индивидуален и напрямую зависит от исходного размера пенсии. В среднем страховая пенсия по старости у неработающих пенсионеров увеличилась почти на 2 053 рубля и достигла 29 183 рублей. У работающих пенсионеров рост составил около 1 373 рублей, а средний размер выплаты превысил 24 137 рублей.

Индексация распространилась на все виды страховых пенсий: по старости, по инвалидности и по случаю потери кормильца. Перерасчет был выполнен автоматически, в беззаявительном порядке. Все изменения были учтены без дополнительных действий со стороны получателей.

ОБЗОР

# Пенсии в 2026 году: индексация, новые правила и важные нюансы

С НАЧАЛА 2026 ГОДА В ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ ПОМЕНЯЛИСЬ ПРАВИЛА, СВЯЗАННЫЕ С ПЕНСИЯМИ. **ПЕНСИИ СТАЛИ ВЫШЕ ПОСЛЕ ИНДЕКСАЦИИ, ИЗМЕНИЛИСЬ ПЕНСИОННЫЕ КОЭФФИЦИЕНТЫ И ПРОДОЛЖИЛСЯ ПОСТЕПЕННЫЙ ПЕРЕХОД К НОВЫМ УСЛОВИЯМ ВЫХОДА НА ПЕНСИЮ. ТАКЖЕ ПОЯВИЛИСЬ ВАЖНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ДЛЯ МНОГОДЕТНЫХ МАТЕРЕЙ, КАСАЮЩИЕСЯ ПОРЯДКА НАЗНАЧЕНИЯ И РАЗМЕРА ПЕНСИОННЫХ ВЫПЛАТ. КОГО ЗАТРОНУЛИ ЭТИ ИЗМЕНЕНИЯ, НА СКОЛЬКО ВЫРОСЛИ ПЕНСИИ И НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?**

текст: Юлия ФАЛЛЕП

### Новое значение пенсионного коэффициента

Во время индексации изменились и ключевые параметры, влияющие на размер пенсии. С 2026 года стоимость одного пенсионного коэффициента составляет 156,76 руб., а размер фиксированной выплаты к страховой пенсии — 9 584, 69 руб. «Эти показатели используются при расчете всех страховых пенсий и напрямую влияют на итоговый размер выплат», — отметил руководитель областного отделения СФР.

### Условия выхода на пенсию: что важно знать в 2026 году

В 2026 году продолжается поэтапное повышение пенсионного возраста. Для выхода на страховую пенсию по старости по-прежнему необходимо соблюдение трех условий: достижение установленного возраста, наличие страхового стажа и требуемого значения индивидуального пенсионного коэффициента (ИПК).

В текущем году право на страховую пенсию по старости получают женщины в возрасте 59 лет и мужчины в возрасте 64 лет. Это продолжение той плавной траектории повышения пенсионного возраста, которая была заложена в законодательстве. Переходный период завершится в 2028 году, когда пенсионный возраст составит 60 лет для женщин и 65 лет для мужчин.

### Требования к стажу и пенсионному коэффициенту

В 2026 году для назначения страховой пенсии по старости необходимо иметь не менее 15 лет страхового стажа и ИПК, равный 30. Это обязательные требования. Как отмечает Дмитрий Мальцев, важно заранее понимать, хватает ли стажа и коэффициентов, и при необходимости планировать дальнейшую занятость.

Граждане, которые не смогли накопить необходимый стаж или нужное количество пенсионных коэффициентов, могут претендовать на социальную пенсию. Она назначается на пять лет позже страховой и обычно меньше нее. «Социальная пенсия — это мера поддержки для тех, кто по разным причинам не смог сформировать страховую пенсию», — пояснил управляющий региональным отделением СФР. В 2026 году социальная пенсия назначается мужчинам 1957 года рождения с 69 лет и женщинам 1962 года рождения с 64 лет.

### Новые возможности для многодетных матерей

С 1 января 2026 года в регионе вступи-

ли в силу изменения, касающиеся пенсионного обеспечения многодетных матерей. Женщины, воспитавшие пятерых и более детей, теперь могут рассчитывать на более высокий размер страховой пенсии. Периоды ухода за каждым ребенком до полутора лет учитываются при формировании пенсии без ограничения по количеству детей. Это существенно влияет на размер будущих выплат. С начала года 2,5 тысячи жительниц Томской области начали получать пенсию в новом размере.

Для перерасчета нужно подать заявление. Это можно сделать через личный кабинет на «Госуслугах» или очно в любой клиентской службе Отделения СФР по Томской области. При электронном обращении необходимо выбрать услугу «Перерасчет размера пенсии», указать вид пенсии (по старости или по инвалидности), а в качестве основания выбрать пункт «Иное основание» с формулировкой «Учет в стаже периодов ухода за детьми». Также нужно указать полные данные всех детей и при необходимости приложить сканы свидетельств о рождении.

### Как начисляются пенсионные коэффициенты за детей

С 2026 года за периоды ухода за детьми начисляются индивидуальные пенсионные коэффициенты. За первого ребенка предусмотрено 1,8 коэффициента за год ухода или 2,7 за полтора года. За второго — 3,6 коэффициента за год или 5,4 за полтора года. За третьего и каждого последующего — 5,4 коэффициента за год или 8,1 за полтора года. Ранее в стаж включался уход не более чем за четырьмя детьми и суммарно не более шести лет, теперь это ограничение отменено.

### Планирование, официальная работа и информированность

Говоря о ключевых ориентирах года, Дмитрий Мальцев выделяет три основных момента. «Чем раньше человек начинает отслеживать свой стаж и пенсионные коэффициенты, тем проще избежать сложностей в будущем», — отмечает он. По его словам, официальное трудоустройство и уплата страховых взносов напрямую формируют размер будущей пенсии, а информированность помогает своевременно адаптироваться к изменениям законодательства. «Мы всегда готовы помочь и объяснить, как действовать в конкретной ситуации», — подчеркивает он.

### ДЕТАЛИ

### Льготные категории для выхода на пенсию

Для ряда жителей Томской области продолжают действовать льготные условия выхода на пенсию. Они сохраняются для работников вредных и опасных производств, жителей северных территорий, педагогов, медицинских работников и др.

### КОНСУЛЬТАЦИЯ

Дополнительная информация и запись на прием (звонок бесплатный):  
**8 800 100 00 01**

Задать вопросы без предоставления персональных данных — официальные страницы отделения СФР в соцсетях:



ВК ОК



БЮДЖЕТ ПРОФЕССИЙ

# Профессия с характером и ответственностью: тракторист-машинист

МОЖНО ЛИ В СЕЛЬСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ ЗАРАБАТЫВАТЬ ДОСТАТОЧНО, ЧТОБЫ ВЫПЛАЧИВАТЬ ИПОТЕКУ, СОДЕРЖАТЬ СЕМЬЮ И ПРИ ЭТОМ ФОРМИРОВАТЬ ФИНАНСОВУЮ ПОДУШКУ БЕЗОПАСНОСТИ? ИСТОРИЯ ТРАКТОРИСТА-МАШИНИСТА ОЛЕГА ЛОБАНЕНКО РАЗРУШАЕТ ПРИВЫЧНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ О «СКРОМНЫХ СЕЛЬСКИХ ЗАРПЛАТАХ». ЕГО ДОХОД ЗАВИСИТ ОТ СЕЗОНА, НАГРУЗКА — ОТ ПОГОДЫ, А РЕЗУЛЬТАТ — ОТ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА. О ТОМ, КАК УСТРОЕНА ФИНАНСОВАЯ СТОРОНА ПРОФЕССИИ МЕХАНИЗАТОРА И ЧТО СТОИТ ЗА СТАБИЛЬНОСТЬЮ В СЕЛЕ, — В ИНТЕРВЬЮ «ВЛФ».

текст:  
Юлия  
ФАЛЛЕР

ФОТО ИЗ  
ЛИЧНОГО  
АРХИВА  
ГЕРОЯ

## Путь в профессию

41-летний Олег Лобаненко работает трактористом-машинистом в СПК «Белосток» уже двадцать лет и за это время стал профессионалом. Олег родился в деревне. Сельская жизнь была для него естественной средой с детства. Выбор профессии был осознанным. После школы он поступил в Томский сельскохозяйственный техникум, где получил специальность механика. Обучался по целевому договору от СПК «Белосток», что означало обязательную отработку в хозяйстве после окончания учебы. По условиям договора Олег должен был отработать

пять лет. Но прошло уже двадцать, и он по-прежнему на своем месте.

— Я как закончил техникум, так сразу пошел работать. У меня отец трудился в совхозе, и я с детства видел, как ему нравилось его дело. Наверное, поэтому и сам остался. Когда пришел, у меня буквально глаза горели.

## Что такое СПК «Белосток»

СПК «Белосток» — хозяйство молочно-мясного направления. Основная задача предприятия — обеспечение кормовой базы и производство молока

и мяса. Есть и отделение, которое занимается выращиванием зерна на продажу, но основное производство связано с животноводством. Коллектив предприятия СПК «Белосток» насчитывает более 150 человек, группа механизаторов и водителей — 40–45 человек.

По словам Олега, за последние семь лет в хозяйстве полностью обновили тракторный и автомобильный парк. Используется современная российская техника, в том числе КамАЗы, тракторы МТЗ и техника компании «Ростсельмаш». На животноводческих фермах применяется и импортное оборудование для кормления животных. Однако даже самая современная машина требует грамотного и внимательного специалиста.

## Чем занимается тракторист-машинист

Многие представляют тракториста как человека, который просто управляет техникой. На самом деле круг обязанностей значительно шире. Весной начинается посевная кампания. Сначала проводится прибивка влаги — боронование почвы. Затем Олег работает с сеялками — начинается посев. Посевная длится примерно две недели в зависимости от погодных условий.

После завершения сева наступает короткий перерыв — около двух недель. В это время Олег подготавливает кормозаготовительный комбайн. С начала лета и до конца августа идет заготовка сенажа — скошенной и измельченной травы, которая складывается в силосные ямы и служит кормом для скота. Затем механизатор подготавливает зерновую комбайн и выходит на уборку зерна. После завершения зерноуборочной кампании вновь возвращается к кормозаготовке — убирает кукурузу на силос.

— Вся наша работа направлена на обеспечение кормами. От этого зависит производство молока и мяса, — говорит Олег.

Зимой работа не прекращается. Машины проходят техническое обслуживание и ремонтируются. Тракторист разбирает узлы, меняет изношенные детали, готовит машины к новому сезону. Таким образом, тракторист-машинист — это и водитель, и механик, и техник одновременно.

## Ответственность и трудности

Для работы нужна не только физическая выносливость, но и высокая концентрация. Труд в сельском хозяйстве требует высокой отдачи. В сезон рабочий день может длиться до полуночи. Управление тяжелой техникой — это ответственность за безопасность и качество выполнения работ.

— Все зависит от погоды. Если стоит хорошая погода, работаем до двенадцати ночи, а иногда и до часа. Процесс длительный и неравномерный, — поясняет Олег.

Однако сам он не считает свою работу тяжелой.

## Доход и стабильность

Оплата труда в хозяйстве сдельная и зависит от сезона. Зимой объем работ меньше — в среднем

**Если работа нравится, то она не в тягость. Мне нравится, что я всегда на свежем воздухе. И при этом в своем «кабинете»: в кабине трактора или комбайна. Никто не отвлекает.**

заработок составляет около 30 000 рублей в месяц. Зато в посевной и уборочный период доход значительно выше — в среднем 70 000 рублей и более.

У Олега двое сыновей. Семья живет в двухквартирном доме в селе, ведет подсобное хозяйство — держат корову, быка и свиней. Это позволяет обеспечивать себя продуктами и экономить. Кроме того, семья приобрела квартиру в Томске в ипотеку — как вложение в будущее детей. Совокупный доход семьи позволяет уверенно справляться с обязательствами.

— Свое хозяйство помогает меньше покупать в магазине. Ипотека — самая большая статья расходов. Но справляемся. Иногда получается откладывать примерно по 15 000 рублей в месяц, — делится Олег.

## Любовь к профессии

Несмотря на то, что многие молодые люди после школы уезжают в город, часть возвращается после армии и остается работать в хозяйстве. Специалистов все же не хватает — механизаторы нужны всегда. Олег уезжать из села не планирует.

— Пока есть работа и платят достойно, нужно работать и жить здесь.

Для Олега его профессия не просто работа, а продолжение семейной традиции и образ жизни. Несмотря на сложности, Олег не жалеет о своем выборе. Для него трактор — это не просто техника. Главное в профессии, по его мнению, — ответственность и уважение к труду.



# Облигации федерального займа

## Что это и какие выбрать для сохранения сбережений

СЧИТАЕТСЯ, ЧТО САМЫЕ ПОНЯТНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ ХРАНЕНИЯ ФИНАНСОВ — ЭТО ВКЛАДЫ И НАКОПИТЕЛЬНЫЕ СЧЕТА. УСЛОВИЯ ПО НИМ ПРОЗРАЧНЫ, ДОХОДНОСТЬ СТАБИЛЬНАЯ, А ДЕНЬГИ ЗАСТРАХОВАНЫ ГОСУДАРСТВОМ. ТАКОЙ СПОСОБ ХРАНЕНИЯ ОСОБЕННО ВЫГОДЕН В ПЕРИОДЫ ВЫСОКОЙ КЛЮЧЕВОЙ СТАВКИ. НО НА СЛУЧАЙ ЕЕ СНИЖЕНИЯ ЭКСПЕРТЫ РЕКОМЕНДУЮТ ВСПОМНИТЬ ПРО ОБЛИГАЦИИ ФЕДЕРАЛЬНОГО ЗАЙМА (ОФЗ). **ОНИ НЕ МЕНЕЕ НАДЕЖНЫ, ЧЕМ ВКЛАДЫ, А ПО ДОХОДНОСТИ БЫВАЮТ ВЫГОДНЕЕ.**

текст:  
Юлия  
СОЛОВЕЙ

### Что такое облигации

Облигация — это эмиссионная ценная долговая бумага. Облигации могут эмитировать (выпускать) компании, регионы, муниципалитеты, государство. Покупая облигации, инвесторы занимают деньги их эмитенту, а тот обязуется за пользование деньгами периодически платить процентный доход (купон), а в конце срока обращения бумаги — вернуть ее номинальную стоимость. Облигации федерального займа (ОФЗ) считаются самыми надежными из облигаций. Как понятно из названия, их эмитентом является государство (в лице Министерства финансов). Именно поэтому риск для инвестора потерять вложенные деньги минимален. ОФЗ бывают нескольких видов в зависимости от условий и срока обращения.

### Как выбирать ОФЗ и где их купить

Выбор ОФЗ зависит от целей инвестора и ситуации в экономике. Если рассматривать облигации с прицелом на сохранение накоплений, то наиболее логичен выбор ОФЗ с постоянным доходом (ОФЗ-ПД). Это самый предсказуемый вариант: доходность заранее известна и ее можно легко рассчитать, риск потери денег нулевой, так как доход не зависит от ключевой ставки или инфляции. Доход по линкерам, флоатерам и бумагам с амортизацией долга предсказать проблематично из-за внешних факторов влияния. На фоне снижения Центральным банком ключевой ставки можно выгодно продать облигации досрочно, не дожидаясь погашения, и заработать на разнице цены по-

купки и продажи (так как рыночная стоимость облигации растет при снижении ключевой ставки).

Срок обращения облигаций тоже важен: чем он длиннее, тем больше колебаний может произойти на рынке, тем выше риск инвестора. Для минимизации рисков эксперты рекомендуют выбирать краткосрочные ОФЗ.

Облигации федерального займа не продаются напрямую, а только на бирже. Для их покупки понадобится открыть брокерский счет или индивидуальный инвестиционный счет (ИИС). Пополнить счет и совершить покупку можно через брокерское приложение. За операцию брокеры взимают комиссию — это нужно иметь в виду. А также тот факт, что доход от облигаций облагается НДФЛ.

## Виды и различия облигаций федерального займа

### 1 ОФЗ-ПД

«ПД» означает постоянный доход: процент купона по облигациям не меняется на протяжении всего срока обращения, выплачивается обычно два раза в год.

### 2 ОФЗ-ПК

«ПК» — переменный купонный доход, который меняется в течение срока обращения, если меняется ставка ЦБ, к которой он привязан. Эти бумаги еще называют флоатерами (от англ. float — плавать) из-за плавающей ставки купона.

### 3 ОФЗ-АД

«АД» — амортизация долга, которая означает, что номинальная стоимость облигации выплачивается не в конце срока обращения, а в процессе: номинал уменьшается с каждой выплатой, а вместе с ним снижается и размер купона.

### 4 ОФЗ-ИН

«ИН» — индексированный номинал: номинальная стоимость облигации привязана к инфляции и меняется вслед за ней, а размер купонного дохода фиксированный. ОФЗ-ИН называют линкерами: от англ. link — связь.

По срокам обращения ОФЗ делятся на краткосрочные (до 3 лет), среднесрочные (до 5 лет) и долгосрочные (более 5 лет). Доходность по ОФЗ, как правило, выше доходности депозитов, поэтому за счет облигаций можно не только спасти сбережения от инфляции, но и заработать.

текст:  
Юлия ФАЛЛЕР

ФОТО ИЗ  
ЛИЧНОГО АРХИВА  
И СОЦСЕТЕЙ  
ГЕРОИНИ

СВОЙ БИЗНЕС

# Гастро-бизнес

## Сколько стоит запустить сыроварню и гастробутик

ЭКОНОМИКА РЕМЕСЛЕННОЙ СЫРОВАРНИ — ЭТО БАЛАНС МЕЖДУ КАЧЕСТВОМ, ЦЕНОЙ И ОБЪЕМОМ. **ЭТО БИЗНЕС НЕ СВЕРХПРИБЫЛИ, А УСТОЙЧИВОСТИ,** ГДЕ ГЛАВНАЯ ЦЕННОСТЬ — ДОВЕРИЕ К ПРОДУКТУ И ЧЕЛОВЕКУ, КОТОРЫЙ ЕГО СОЗДАЕТ. В 40 ЛЕТ НАТАЛЬЯ РАЧИЛИНА СМЕНИЛА КАБИНЕТ ФИНАНСОВОГО ДИРЕКТОРА НА СЫРОВАРНЮ И НЕ ПРОИГРАЛА. ДЛЯ НЕЕ СОБСТВЕННЫЙ БИЗНЕС СТАЛ НЕ ПОБЕГОМ ИЗ НАЙМА, А ОСОЗНАННЫМ ШАГОМ: ПРОВЕРИТЬ СЕБЯ, ВЗЯТЬ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ И ПОСТРОИТЬ ДЕЛО, ГДЕ КАЖДОЕ РЕШЕНИЕ БЕЗ СОГЛАСОВАНИЙ И КОМПРОМИССОВ.



### ДОСЬЕ

**Наталья Рачилина, 51 год** — предприниматель, финансист, основательница сыроварни и гастробутика «Сырная коллекция» в Томске. По образованию — экономист, специализация — бухгалтерский учет и аудит, однако большую часть времени работала с финансами и управлением.

хороший ли эксперт, хорошая ли мама и жена. Это время переоценки. Муж меня поддержал: «Ты же говорила, что хочешь свое предприятие. Давай попробуй. Позже будет сложнее». И в 2017 году я открыла свой бизнес. Скоро будет уже десять лет. Я точно понимала: я хочу и я могу».

#### Ниша со вкусом сыра

Сыр появился в жизни Натальи задолго до запуска проекта — примерно за восемь лет, в тот период, когда Европа была открыта и путешествия были привычной частью жизни. Во время поездок особенно запомнились Италия с ее бурратой и страчателлой, выдержанный пармезан, атмосфера и редкое ощущение уважения к продукту. Со временем этот опыт начал обретать форму. Многие из увиденного переключалось в будущий гастробутик — в том числе и сырная инсталляция на входе, идея которой была однажды подсмотрена в Австрии.

Вторым поворотным моментом стало эмбарго. Европейские сыры исчезли, и рынок остро почувствовал нехватку привычного продукта. В этот момент, вспоминает Наталья, стало ясно: когда привычные бренды уходят, ниша освобождается, а у тех, кто готов рискнуть, появляется окно возможностей. «Это был редкий момент, когда интуиция и рынок совпали», — говорит Наталья.

#### Запуск проекта

От идеи до запуска прошло шесть месяцев. Общие инвестиции составили



около 3 млн рублей по ценам десятилетней давности. Из них 500—600 тысяч ушло на обучение, 1,5 млн — на производственное оборудование, еще около 1 млн рублей — на витрины и оснащение торговой точки, плюс ремонт.

Производство сыра с самого начала было запланировано как немасштабируемое. В одну смену в цеху перерабатывают около 600 литров молока, получая примерно 60 килограммов сыра. Почти 80 % операций — ручной труд. На изготовление одного килограмма сыра требуется в среднем 10 литров молока.

«Важно было не только сделать качественный продукт, но и понять, как продавать: мне нужен был трафик, узнаваемость. Открывать отдельный бутик «в тишине» я бы не рекомендовала: тебя никто не знает. А в торговом центре ты платишь аренду за поток людей. Поэтому на старте мне важно было зайти именно в точку с максимальным трафиком — в «Изумрудный город». Команда торгового центра показывала прогноз, ориентируясь на опыт других крафтовых проектов, и говорила: выручка будет ниже. Я показала свой бизнес-план: я считала проходимость, количество чеков, средний чек, прогнозировала выручку. И в первый же месяц мы показали то, что я планировала. Средний чек тогда был около 1 000 рублей. Даже при небольшом потоке около 30 человек в день ты можешь получать выручку порядка 30 000 рублей в день, то есть около 1 млн в месяц».

#### Жизнь сыроварни

«Дальше началась реальная жизнь бизнеса, — рассказывает Наталья. — Иногда я сама шучу, что не понимаю, кто я сегодня: финансист, технолог, продавец или сантехник. Финансы я держу в руках: у меня есть бухгалтер на аутсорсинге для отчетности, но платежи и контроль — мои. Мне важно владеть ситуацией. В производстве я тоже участвовала. Я начинала вместе с технологом: мне было важно проверить, могу ли я сама сделать продукт. И да — могу. Я могу встать и сварить любой сыр».

#### Сотрудники и клиенты

Особое место в этой истории занимают люди. В первые месяцы Наталья сама стояла за прилавком по 12 часов, без выходных. Ей было важно понять, кто ее клиент.

«За два месяца работы за прилавком я увидела портрет своего клиента: люди с достатком выше среднего, искушенные, часто бывавшие в Европе, понимающие, что такое хороший сыр, заботящиеся о здоровье. Молодежь приходит за рикоттой «для спорта», за бурратой как за модным продуктом. Много медиков, преподавателей — это люди, которые понимают, за что платят, и не спорят с ценой. Мне нравилось общение. Люди заинтересованы, хотят знать продукт: закваски, культуру, аромат, как есть, с чем сочетать. И важно получать обратную связь — так формируется доверие у клиента. Чтобы это работало, нужны регламенты. Везде



порядок, структура, чек-листы. Сотрудник не должен «догадываться», что важно. Плюс скрипт общения — не как заученный текст, а как опора на старте. Я сделала методичку: прежде чем выйти к клиенту, сотрудник ее учит, мы общаемся, проходим мини-аттестацию — и только потом стажировка».

Сегодня в команде Натальи работают 13 человек. Продавцы получают 60—70 тысяч рублей, технологи и старшие смен — 70—80 тысяч при графике 2/2. Бухгалтерия и маркетинг выведены на аутсорсинг — это снижает постоянную нагрузку.

**Конечно, на старте был страх и ощущение, что весь мир навалился: эмоциональные и финансовые проблемы, неизвестность. Но потом ты нащупываешь точки опоры и понимаешь: они внутри тебя.**

### Как складывается цена сыра

«Если говорить о цене сыра, первое — сырье. Мы работаем с томскими производителями, подбираем молоко под тип сыра. Для полутвердых — айрширская порода, для мягких — другой профиль молока. Качество молока — это микробиология, жир-белок, условия содержания, кормление. Я готова платить дороже рынка и всегда беру молоко по предоплате, потому что понимаю, как тяжело людям «на земле» делать хороший продукт.

По цене молока: сейчас ориентиры по качественному коровьему — около 60—65 руб. за литр (с доставкой может выйти до 65 руб.). Козье значительно дороже: 110—120 руб. за литр и выше, потому что объем его производства несравнимо меньше. И простая арифметика: на 1 кг сыра нужно 10 литров молока. То есть только молоко в козьем сыре может давать около 100 руб. себестоимости, плюс аренда, зарплаты, налоги и все остальное.

Дальше — технологии и обучение: сыроваров я учу постоянно, покупаю курсы, оттачиваем рецептуры. Обучала даже продавцов. Следующий блок — оборудование: оно должно быть точным (температурные режимы, минимальная погрешность). Формы, инвентарь — тоже качество, часто импорт. И наконец — закваски и ферменты: они у

нас в основном импортные, логистика усложнилась, приходится держать запас, потому что поставки нестабильны.

При этом нужно понимать: ремесленная сыроварня — это 80 % ручного труда. Чем дольше созревание, тем выше себестоимость: уход, переворачивания, мойка, хранение, электричество, холодильники. В Европе часть условий дает природа (пещеры, стабильная температура), а у нас все создается искусственно.

По себестоимости скажу прямо: сейчас себестоимость моих полутвердых сыров — около 1 500 руб./кг. В лавке они стоят около 2 300—2 500 руб./кг. То есть сверхприбыли здесь нет: легко посчитать, что остается «сверху» после всех обязательных расходов».

### Винное казино

Помимо сыра в проекте постепенно появился сопутствующий продукт. Пять лет назад команда добавила вино: была получена лицензия, а ассортимент формируется с принципиальным отказом от массмаркета. Ценовой диапазон при этом остается широким: в линейке есть бутылки от 100—1300 рублей, средний чек держится в пределах 2 000—2 500 рублей, а для ценителей представлены и редкие, более дорогие позиции.

Отдельное направление — мероприятия. Раз в месяц проходят дегустации и формат «винного казино»: камерная игра на десять человек с шестью винными подачами, где победитель получает бутылку вина. Стоимость участия — 3 000 рублей, при этом иногда мероприятие полностью выкупают под частный вечер.

### Развитие бизнеса

У проекта есть франшиза, однако она выстроена как франшиза на торговлю, а не на производство. Порог входа составляет около 3 млн рублей — это принципиально, поскольку формат не предполагает запуск «на коленке». По словам Натальи, для старта необходимы оборудование, выверенный формат, премиальная упаковка и отлаженные процессы. Если потенциальный партнер не готов к таким вложениям, значит, этот проект ему не подходит.

«Сложности бизнеса сейчас в основном не внутри — внутри они текущие и решаемые, — а извне: налоги, изменение правил, нестабильность. Я плачу зарплату стабильно, без задержек, но иногда сама смеюсь, когда муж спрашивает в конце месяца: «Налоги заплатила? Зарплату выплатила? Аренду выплатила? Молодец, еще месяц отработала».

Меня пугает перспектива НДС: это может быть плюс 200 000 руб. налогов в месяц, и я не уверена, что такой формат выдержит. Переложить все в цену теоретически можно, но это будет рост не на 5 %, потому что налог берется с оборота, а не с «добавленной стоимости», и потребитель в итоге заплатит больше. Есть предел психологический и экономический: нельзя бесконечно превращать магазин в «музей».

Если спросить, что для меня этот бизнес, — это атмосфера и возможность делиться. Я даже через бизнес полюбила людей. Раньше круг был узкий — бухгалтерия, семья, — теперь я вижу, какие все разные и классные. Бывают сложные клиенты, «ежики» с претензией к цене. Я стараюсь не продавить покупку, а дать попробовать: мне важнее, чтобы человек ушел с другим настроением. 100 граммов — это небольшая покупка, но она меняет отношение к продукту.

Конечно, на старте был страх и ощущение, что весь мир навалился: эмоциональные и финансовые проблемы, неизвестность. Но потом ты нащупываешь точки опоры и понимаешь: они внутри тебя. Если не пробовать, не экспериментировать, не зайти в неизвестность, ты их не найдешь. Страх — главный барьер. Когда преодолеваешь его, потом можешь сказать: все было не зря. Это мое дело, мое детище, как третий ребенок: двое уехали, а этот остался со мной. Я не хочу его потерять и буду делать все, чтобы сохранить».



эксперт

**Татьяна Москвитина,**  
ПСИХОЛОГ

### Турбулентное время усиливает тревогу

Хорошо жить в сытые времена, когда всего хватает, когда не испытываешь тревоги за будущее и средств достаточно, чтобы удовлетворить все свои потребности, поясняет психолог Татьяна Москвитина. «Но, как мы все прекрасно знаем, такие времена бывают редко и, к сожалению, заканчиваются. Похоже, что и сейчас мы живем в очень турбулентное время, когда страхи и тревоги людей активизируются, почва порой уходит из-под ног с получением очередной негативной новости и необходимо задуматься над тем, как прожить очередной кризис с наименьшими потерями и даже, возможно, с приобретением ценного опыта».

### Откуда берутся страхи

По мнению психолога, для понимания природы финансовых тревог важно разобраться, откуда «растут ноги» у страха как такового. С точки зрения биопсихосоциальной модели человек объединяет три сферы: телесную, эмоциональную, социальную. Страх — это эмоциональная реакция, но она всегда отражается в теле и влияет на социальную жизнь. В основе любого страха лежит фундаментальный инстинкт выживания.

«На протяжении всей истории человечества выживание напрямую зависело от доступа к ресурсам: еде, воде, убежищу. Этот опыт буквально закреплен в нашей психике. Те, кто мог добывать и сохранять ресурсы, выживали и передавали свои гены. Те, кто не мог, — вымирали. Этот опыт заложен в нашей ДНК. Наличие ресурсов позволяло не только выжить самому, но и обеспечить потомство, что было критически важно для продолжения рода. Страх остаться

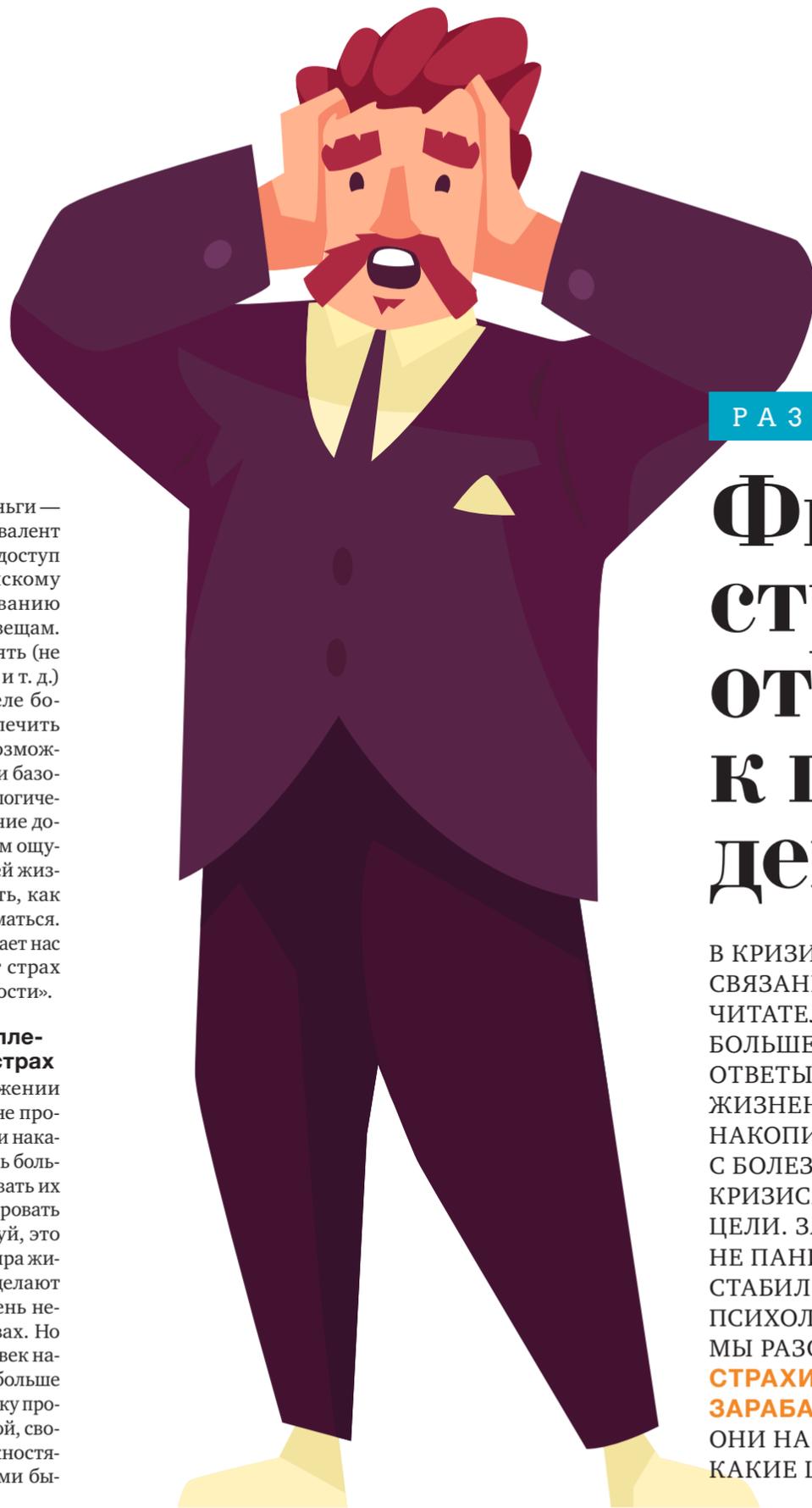
без ресурсов — это отголосок страха голода, холода, болезней и смерти, которые были постоянной угрозой для наших предков».

### Деньги как современный эквивалент ресурсов

В современной жизни деньги — это универсальный эквивалент ресурсов. Они дают нам доступ к еде, жилью, медицинскому обслуживанию, образованию и другим необходимым вещам. «Когда мы боимся потерять (не заработать, не накопить и т. д.) деньги, мы на самом деле боимся потерять (не обеспечить себе) безопасность и возможность удовлетворить свои базовые потребности. С психологической точки зрения наличие доступа к ресурсам дает нам ощущение контроля над своей жизнью. Мы можем выбирать, как жить, где жить, чем заниматься. Потеря этого доступа лишает нас контроля, что вызывает страх и ощущение беспомощности».

### Почему с накоплениями растет страх

Человечество на протяжении всей эволюции училось не просто добывать ресурсы, но и накапливать их, причем в очень больших количествах, передавать их своим потомкам, инвестировать и приумножать. «Пожалуй, это сильно отличает нас от мира животных, которые если и делают что-то подобное, то в очень незначительных количествах. Но чем больше каждый человек накапливает ресурсов, тем больше страх их потерять, поскольку провести границу между собой, своей личностью, ее возможностями и внешними ресурсами бывает довольно сложно».



РАЗГОВОР

беседовала:  
Юлия ФАЛЛЕР

# Финансовые страхи: от паники к плану действий

В КРИЗИС У МНОГИХ ПОЯВЛЯЮТСЯ ТРЕВОГИ, СВЯЗАННЫЕ С ДЕНЬГАМИ. МЫ ПОПРОСИЛИ ЧИТАТЕЛЕЙ ЧЕСТНО ОТВЕТИТЬ, ЧЕГО ОНИ БОЛЬШЕ ВСЕГО БОЯТСЯ В ФИНАНСАХ. ОТВЕТЫ ОКАЗАЛИСЬ ПРОСТЫМИ И ОЧЕНЬ ЖИЗНЕННЫМИ: ОСТАТЬСЯ БЕЗ ДЕНЕГ, НЕ НАКОПИТЬ НА СТАРОСТЬ, НЕ СПРАВИТЬСЯ С БОЛЕЗНЬЮ, ПОТЕРЯТЬ ВСЕ ИЗ-ЗА КРИЗИСА ИЛИ НЕ РЕАЛИЗОВАТЬ СВОИ ЦЕЛИ. ЗА ЭТИМИ ФОРМУЛИРОВКАМИ — НЕ ПАНИКА, А ПОНЯТНОЕ ЖЕЛАНИЕ СТАБИЛЬНОСТИ И КОНТРОЛЯ. ВМЕСТЕ С ПСИХОЛОГОМ ТАТЬЯНОЙ МОСКВИТИНОЙ МЫ РАЗОБРАЛИ, ПОЧЕМУ ФИНАНСОВЫЕ СТРАХИ ВОЗНИКАЮТ ДАЖЕ У ТЕХ, КТО ЗАРАБАТЫВАЕТ И ОТКЛАДЫВАЕТ, О ЧЕМ ОНИ НА САМОМ ДЕЛЕ СИГНАЛИЗИРУЮТ И КАКИЕ ШАГИ ПОМОГАЮТ СНИЗИТЬ ТРЕВОГУ.

### Виды финансовых страхов

«Страх и тревога — переживания довольно неприятные, но крайне нужные нам. Спросите: зачем? Все очень просто: они подсказывают, что нам угрожает какая-то опасность (реальная или нет — другой вопрос) и мы должны предпринять какие-то действия, чтобы ее нейтрализовать», — говорит Татьяна Москвитина. Рассмотрим основные виды финансовых страхов и попробуем понять, какие сигналы они нам дают. Если объединить все ответы наших читателей, становится ясно: в центре не сами деньги, а безопасность, контроль, достоинство, забота о близких и надежда на будущее.

### 1 Страх серьезно заболеть

Это значит потерять возможность работать и зарабатывать деньги. А еще хуже — стать инвалидом и быть обузой для семьи. Такие страхи занимают одно из центральных мест в иерархии финансовых тревог, так как напрямую угрожают базовой потребности человека в безопасности и выживании.

«Да, если что-то случится со здоровьем, то при современных ценах на медицинские услуги лечение может влететь в копеечку. Тогда что делать? Как известно, профилактика обходится гораздо дешевле, чем лечение. Поэтому ежедневная забота о своем здоровье — отличный способ защитить себя от большого количества бед и несчастий, связанных с его утратой. Полноценный сон, регулярный отдых, свежий воздух, здоровое питание, отсутствие вредных привычек, достаточная физическая нагрузка — вот что помогает сохранить здоровье и долголетие и уменьшить такой финансовый страх».

Перед тем как обозначить другие страхи, хочу сказать еще несколько слов о ресурсах (помним, что деньги — их эквивалент). Посмотрите вокруг себя и задумайтесь: откуда взялось все то, что вас окружает? Я имею в виду домашнюю обстановку, вашу одежду, еду в холодильнике, саму квартиру, машину, дачу, счет в банке и другие материальные ценности. Большинство ответят, что все это они приобрели благодаря своему труду (конечно, есть люди, которым это досталось в наследство — помните, мы говорили, что человек умеет накапливать ресурсы и передавать их другим людям). То есть первопричина всего, что вас окружает, — вы сами! К сожалению, страх потерять «все, что нажито непосильным трудом» довольно сильно искажает картину мира человека. Мы часто начинаем ценить наши материальные ресурсы больше, чем самих себя. Иными словами, забываем о себе как о главном источнике ресурсов. Ведь вашими внутренними ресурсами являются ваши знания, умения, цели, ценности, ваша уверенность и даже вера. И даже если вы потеряете все, что успели накопить, то при должном использова-

**Страх сам по себе не разрушителен. Он разрушает, когда остается неосознанным. Когда же мы видим его структуру и понимаем, чего именно боимся, появляется возможность действовать.**

нии своих внутренних ресурсов сможете все восстановить и даже приумножить».

**2 Страх потерять стабильность**  
Дефолт... Во многом придется начать сначала... И прощай, «подушка безопасности». А она создает такую стабильность!

«Учитывая, что за последние 35 лет нашу страну неоднократно сотрясали различные кризисы, в которых люди теряли накопления, реальная почва под таким страхом есть. Что можно сделать для увеличения своей устойчивости? Согласитесь, что чем больше у вас знаний в разных областях жизни, тем больше шансов найти себе применение, за которое вам смогут заплатить. Именно поэтому стоит вкладываться в свое обучение и образование, обучаться каким-то практическим профессиям, развивать свои хобби — в трудные времена вы сможете на этом заработать».

**3 Страх нищеты**  
Просто остаться без денег и умереть с голоду. «Терять уровень комфорта, безусловно, тоже неприятно. И совсем недавняя история нам говорит, что это возможно. Но гораздо страшнее быть финансово неграмотным человеком, не знать, как соотносятся ваши доходы и расходы, бездумно брать кредиты, следуя сиюминутным «хотелкам». Страшно не уметь распределять свои доходы таким образом, чтобы их хватало на все необходимое и даже на регулярное пополнение своей «подушки безопасности». Именно изучение сферы финансов, повышение своей финансовой грамотности и взятие под контроль доходов и расходов (для начала — хотя бы их регулярный учет) — все это помогает существенно уменьшить страх нищеты».

**4 Страх перед форс-мажором**  
А вдруг государство заберет деньги со вкладов... «Может случиться очередной дефолт? Может ли государство в очередной раз провести денежную реформу и оставить население с носом? Могут ли в мгновение по воле Центрального банка обесцениться все сбережения? Конечно, все это возможно! И

страшнее тому человеку, который ценит внешние обстоятельства и материальные блага выше, чем свои внутренние ресурсы и ценности. Какими бы ни были внешние обстоятельства, пока человек находится в гармонии с самим собой, ему не страшны никакие бури. Помните: только целый корабль способен пробиться сквозь шторм. Как только в корабле образуется течь или он начинает разламываться на куски, он идет ко дну».

**5 Страх перед отсутствием перспектив и стагнацией**  
Люди боятся ничего не добиться в жизни и через 10 лет оказаться на том же месте, если даже не хуже. Боятся так и не накопить на заветные цели, потерять надежду на лучшее финансовое будущее.

«По-моему, отличный страх, основная задача которого — подтолкнуть человека к развитию», — считает психолог.

**6 Страх влияния денег на отношения**  
К сожалению, бывает так, что деньги управляют людьми, которые рядом с нами. «Да, не все могут пройти через испытание богатством, — подтверждает Татьяна Москвитина. — Именно поэтому очень важно сохранять духовность, нравственную стойкость, развивать в себе альтруистические, милосердные качества».

**7 Парадоксальный страх**  
Иметь деньги, не зная, на что их потратить, — такой страх хоть и редко, но встречается. «Он скорее связан с потерей смысла, чем с нехваткой средств. В этом случае рецепт такой же — духовный рост и развитие», — считает психолог.

**Что объединяет все эти страхи?**  
Как уже было сказано, главное — это не сами деньги, а связанные с ними безопасность, контроль, достоинство, забота о близких и надежда на будущее. Мы боимся потерять контроль, не защитить семью, оказаться зависимыми. Нам страшно не реализовать потенциал, прожить старость в уязвимости, остаться без выбора. Деньги — это инструмент, который символизирует доступ к ресурсам. И чем нестабильнее внешняя среда, тем сильнее активизируется древний механизм выживания. Но важно помнить: финансовая устойчивость — это не только сумма на счете. Это еще и диверсификация доходов, финансовая грамотность, резервный фонд, это страхование, долгосрочное планирование, инвестиции в знания и навыки, ясные жизненные цели.

Страх сам по себе не разрушителен. Он разрушает, когда остается неосознанным. Когда же мы видим его структуру и понимаем, чего именно боимся, появляется возможность действовать. И тогда тревога превращается в стратегию».

текст:  
Юлия  
КРИВОКРАСОВА



ИСТОРИЯ

# Ипотека: от античного залога до современной финансовой системы

СЕГОДНЯ СЛОВО «ИПОТЕКА» ПРОЧНО ВОШЛО В НАШ ОБИХОД, А ЕГО ЗНАЧЕНИЕ ЗНАКОМО ДАЖЕ ШКОЛЬНИКАМ. БОЛЬШИНСТВО КВАРТИР И ДОМОВ ПОКУПАЮТ ИМЕННО БЛАГОДАРЯ ИПОТЕЧНОМУ КРЕДИТОВАНИЮ. ОДНАКО МАЛО КТО ЗНАЕТ, ЧТО САМОМУ СЛОВУ УЖЕ БОЛЕЕ 2 600 ЛЕТ. ПОЯВИЛОСЬ ОНО ЕЩЕ В ДРЕВНЕЙ ГРЕЦИИ: ИПОТЕКОЙ ГРЕКИ НАЗЫВАЛИ СТОЛБ ИЛИ КАМЕНЬ, КОТОРЫМ ОТМЕЧАЛИ ЗЕМЛЮ, НАХОДЯЩУЮСЯ В ЗАЛОГЕ. ПОЗЖЕ ЭТИМ СЛОВОМ СТАЛИ НАЗЫВАТЬ ЗАЛОГ НЕДВИЖИМОГО ИМУЩЕСТВА, ГАРАНТИРУЮЩИЙ ВОЗВРАТ ДЕНЕГ КРЕДИТОРУ.

**Рабы и «вещное право»**  
Что такое залог? Это способ обеспечения долговых обязательств, при котором заемщик передает кредитору право на имущество. Оно служит гарантией выполнения обязательств по договору. Заем денег под залог практиковался еще в древние века. В Древнем Египте им могло стать все, что было ценным и давало гарантию. Чаще всего закладывали рабов и землю. Уже тогда существовало «вещное право». Займы оформлялись договорами в присутствии свидетелей. По ним начислялись проценты, которые не должны были превышать сумму долга.

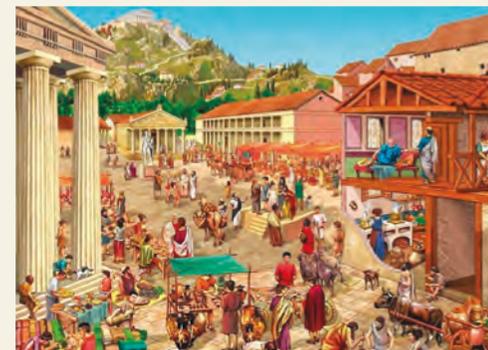
В Древнем Китае тоже можно было получить ссуду под залог земли. Обычно ее выдавали на 10 лет, а сам участок оценивался в 90 % от его стоимости. При этом заемщик не мог продать земельный участок, пока не выплатит долг. А кредитор на этот период получал право использовать его по своему усмотрению для получения выгоды. Если должник задерживал платеж, в наказание ему полагалось 10 ударов палкой. В случае непогашения долга приоритетное право выкупа участка получали родственники, затем его предлагали соседям.



## СЛОВАРИК

### Инсулы

Доходные дома, в которых жило большинство городского населения Древнего Рима. Квартирры еще не считались отдельными единицами собственности — они только сдавались в аренду, зато саму инсулу либо бизнес на ее первом этаже можно было приобрести в ипотеку.



Практика давать деньги в долг под залог существовала и в Древнем Вавилоне. Ее механизм зафиксирован в своде законов Хаммурапи, который относится к 1750 году до н. э. Высеченный на черной стеле свод из 282 статей регулировал гражданские, уголовные и семейные отношения. Процентная ставка в Древнем Вавилоне обычно составляла 20—30 % годовых. Но для малоимущих заемщиков ее могли снизить. При неурожае из-за наводнения или засухи заемщик мог отсрочить выплату на год, переписав договор с кредитором на глиняной табличке.

#### «Ипотека» — каменный столб на участке

Развитие ипотеки как кредита под залог недвижимости началось в Древней Греции. В 594 году до н. э. афинский политик Солон провел реформу, отменив поземельные налоги и обязательное наследование имущества по роду.

Но главное, что теперь при неуплате кредита должник не попадал в рабство, а рассчитывался имуществом. Для этого при оформлении кредита на границе земельного владения заемщика ставили каменный столб

с именем хозяина и кредитора, суммой залога и сроком его уплаты. Он и назывался «ипотека» (от греч. hypotheka — подставка, подпорка). Хозяин не имел права выносить с участка какое-либо имущество, а также закладывать его повторно, как это часто бывало до проведения реформы. Этой цели служили и ипотечные книги, доступные всем желающим для проверки заемщиков.

#### От фидуции и пигнуса до ипотеки

Спустя несколько веков опыт греков переняли римляне. В отличие от Греции, где основными источниками заработка были торговля, мореплавание и мануфактура, в Риме было более развито аграрное хозяйство. Земля имела большую ценность, а частная собственность была узаконена.

Изначально в Риме получила распространение такая форма залога недвижимости, как фидуция (fiducia). Это доверительная сделка, при которой права на заложенную недвижимость сразу переходили к кредитору. Получить их обратно должник мог после уплаты всей суммы долга. Однако такая система практически не защищала должника: кредитор мог либо потребовать долг, либо оставить имущество себе.

Позднее к документу о залоге добавили положение асtio fiducia. Оно частично ограничивало произвол кредитора, но многие правовые лазейки

## ДЕТАЛИ

### Первые банки Древнего Рима

Первые официальные ипотечные организации и менсарии (от латинского mensa — банк) начали создаваться в Риме в I веке н. э. При императоре Антонине Пие во II веке н. э. было разработано специальное законодательство для ипотечных банков.

Особую роль в развитии ипотечной системы сыграли финансовые аллиментарные фонды, учрежденные при императоре Траяне. Они предоставляли ипотечные кредиты под 5 % годовых для вдов и сирот — это была самая низкая ставка в Риме того времени.

ки сохранялись. Поэтому на смену фидуции пришел пигнус (pignus). Это неформальный залог, при котором имущество оставалось в собственности должника, а кредитор получал его во временное владение и мог требовать погашения долга за счет имущества в случае неисполнения обязательств. При этом закон запрещал ему оставлять предмет залога у себя. После реализации имущества кредитор обязан был вернуть должнику разницу между выручкой и остатком долга.

Из-за отсутствия публичности в Риме сделки с недвижимостью часто подвергались махинациям — одно и то же имущество могли заложить несколько раз. В государстве не существовало системы ипотечных книг, поэтому кредитор не мог проверить, находится ли имущество в залоге. Сделки фиксировались в простых соглашениях. Документы, имеющие юридическую силу, появились позже.

Постепенно рабовладельческий строй ослабевал, и земли все чаще стали сдавать в аренду. У арендаторов почти не было имущества, заложить они могли только орудия труда, но лишились бы возможности работать. Тогда им разрешили использовать орудия как залог. Со временем это стало применяться и к другой недвижимости, в том числе к домам и имениям. Так появилась ипотека: если должник не возвращал деньги, кредитор мог забрать заложенное имущество, продать его на торгах и покрыть свои убытки.

Возникали и новые виды залога, которые уже действовали не по соглашению сторон, а на основании императорских законов. Например, государство могло потребовать имущество в счет неуплаты налогов, также появились ипотеки в пользу жены на имущество мужа и другие. Так из скромного инструмента защиты арендаторов ипотека превратилась в сложную систему регулирования имущественных отношений.

## Средневековая ипотека и принцип гласности

После падения Римской империи развитие ипотечной системы остановилось на несколько сотен лет. В Средние века большинство государств Западной Европы приняли римское право. Идея ипотеки тоже нашла свое продолжение в европейских странах.

В Британии действовали два типа залога: «живой» и «мертвый». В первом варианте кредитор мог использовать землю должника для извлечения прибыли. Когда ее хватало для покрытия суммы долга, землю возвращали собственнику. В случае «мертвого» залога ее передавали во владение до тех пор, пока должник сам не выплатит всю сумму.

В Германии еще до начала формирования ипотечной системы было принято забирать имущество за долги. Но со временем укоренилась римская система, которую усовершенствовали, добавив принцип гласности. Сделку открыто заключали в публичных местах: ратушах, церквях, на народных собраниях. Затем была введена система земельных и ипотечных книг, где фиксировались сделки и информация о залогах. Позже они появились в Австрии, Швейцарии и других странах. Сумма залога должна была объявляться в соответствии с принципом гласности, то есть открыто. Ее размер фиксировался в ипотечной книге конкретной суммой. Проценты учитывались только при внесении в книгу записей.

## Ипотека и закон

Специальное законодательство, регулирующее права на недвижимость и ипотечное право, в Европе начали разрабатывать в конце XVII века. В его основу легли две базовые нормы: ипотека могла применяться только к недвижимому имуществу, а продавать его можно было только при посредничестве суда. Средневековые законы сохранили определение, что «ипотека по своей природе неделима, она основана на праве получения удовлетворения». А значит, право на возмещение относится ко всему имуществу целиком. Ипотека лежала на конкретном имуществе независимо от смены его владельца.



«Беззаботный бедняк». Неизвестный художник, XVI в.



## РОССИЯ: «МЕРТВЫЕ ДУШИ» И ЗАЛОГ ИМЕНЕЙ

В России возможность получить ссуду под залог имущества появилась во второй половине XVIII века вместе с правом владеть землей. Вначале она была доступна лишь людям из высшего сословия. Такие займы обычно выдавали земельные банки. При их получении учитывалось количество крепостных душ мужского пола, а стоимость хозяйства оценивала специальная комиссия. Но она не проверяла, живы ли крестьяне, поэтому помещики часто указывали в документах «мертвые души». Механизма возврата денег не было — имение у владельца забрать не могли. Общий долг помещиков перед государственными банками исчислялся сотнями миллионов рублей.

После отмены крепостного права бывшие крепостные получили право на банковские займы. Рынок ипотечного кредитования резко вырос, а кредиты стали выдавать не только государственные банки, но и частные кредитные организации. Выдача ипотечных кредитов в дореволюционной России достигла пика к 1914 году: было выдано 508 тысяч кредитов на общую сумму 3,3 млрд рублей. Площадь заложенной земли составила 56 % от общей площади частной собственности.

После Октябрьской революции развитие системы ипотеч-

ного кредитования затормозилось на 70 лет. Возродилась она лишь в 1997 году, когда был принят закон «О государственной регистрации прав на недвижимость и сделок с ней», а год спустя — закон «Об ипотеке (залоге недвижимости)».

Но кредиты выдавались под 40 % годовых, еще и в валюте — желающим взять их было немного. Поэтому по аналогии с американской Fannie Mae было создано российское Агентство ипотечного жилищного кредитования (АИЖК). Организация выкупала закладные и выпускала облигации, которые продавала на фондовом рынке, чтобы поддержать банки и сделать ипотеку доступнее. Уже к 2005 году ситуацию удалось стабилизировать, и россияне смогли получать ипотечные кредиты под 10—15 % годовых на срок до нескольких десятков лет.

Сегодня ставки по ипотеке в России достигают 17—20 % годовых. Однако государство сохраняет возможность получения льготной ипотеки для некоторых категорий граждан. Самая популярная — «семейная» ипотека. Также действуют «дальневосточная», «арктическая», «сельская», «военная» и «IT-ипотека», которые позволяют брать кредиты на недвижимость по сниженным ставкам.



Банкнота в 10 гульденов, выпущенная Баварским ипотечным и вексельным банком. 1836 год



Офис Саффолкского строительного общества, конец XIX в.

### Строительные сберкассы: общие деньги на покупку жилья

В XVIII веке в Германии сформировалась одноуровневая система ипотечного кредитования, при которой банк использует только собственные ресурсы для финансирования ипотеки, не передавая закладные на жилье другим посредникам. Она существует и сегодня.

Помимо этого немцы изобрели модель контрактных сбережений через строительные сберегательные кассы, основанную на коллективных накоплениях. Желающие приобрести жилье объединяются, чтобы собрать деньги на первоначальный взнос (от 30 до 50 % стоимости жилья) и взять в сберкассе ипотеку по выгодной ставке. Каждый участник является одновременно вкладчиком и заемщиком. Накопления используются в порядке очереди. Получив кредит, семья продолжает делать взносы, но уже не копит, а погашает долг.

В Великобритании строительные общества появились чуть позже — в конце XVIII века в Бирмингеме. Они работали по схожему с немецким принципу, но с разделением участников на вкладчиков и заемщиков. Вкладчики размещали свои деньги под проценты, а заемщики могли брать ипотеку без первоначального взноса. Строительные общества играли главную роль в ипотечной системе до середины XX века. Позже часть из них трансформировалась в ипотечные банки.

Фрагмент американской рекламы коттеджей, ~1950-е гг.



### ДЕТАЛИ

#### Сберкассы и современная Германия

В современной Германии строительные сберкассы по-прежнему играют ключевую роль в жилищном инвестировании. С их участием финансируется строительство трех из четырех жилых объектов.

Сегодня ресурсы для жилищных займов формируются из трех источников: вкладов граждан, платежей заемщиков за пользование кредитом и государственных премий, выплачиваемых при условии ежегодного внесения установленной суммы на счет.

Получить кредит может только вкладчик кассы после 5—6 лет регулярных взносов в размере, зафиксированном в контракте. При этом процентные ставки по вкладам и кредитам не меняются весь срок действия договора. Погашение займа растянуто на длительный период — не менее 10 лет при ставке 7—8 % годовых.

#### Ипотечные банки в Европе

Первый ипотечный банк появился в 1770 году в Силезии как государственный институт поддержки крупных помещичьих хозяйств. Для привлечения средств он начал выпускать закладные — особый вид ипотечных облигаций. В 1835 году начал работу Баварский ипотечный и вексельный банк. Во Франции в 1852 году возник специализированный ипотечный банк «Земельный кредит», который был взят под контроль государства и полностью формализовал ипотечные кредиты. В Австрии ипотечные банки появились только во второй половине XIX века, а в Англии в XIX веке их вовсе не существовало.

В Пруссии, Саксонии и некоторых других немецких государствах были утверждены уставы и уложения, регулирующие работу ипотечной системы на законодательном уровне.

#### Как «американская мечта» привела к мировому кризису

Эволюция ипотечного рынка привела к появлению двухуровневой системы кредитования. Впервые она была реализована в США при президенте Рузвельте. Чтобы выйти из Великой депрессии, государство провело экономические реформы. Оно ввело государственную поддержку ипотечного кредитования и основало Федеральную жилищную администрацию. В результате реформ первоначальный взнос по кредиту снизился, а банкам дали право выпускать ценные

бумаги, обеспеченные ипотечными кредитами. Их стали продавать инвесторам. Так появился вторичный ипотечный рынок, позволивший решить проблему дефицита кредитных ресурсов.

Для регулирования ипотечной системы были созданы специализированные организации: крупнейшая национальная корпорация и основной источник ипотечных фондов в США Fannie Mae (Federal National Mortgage Association), компания Freddie Mac, финансирующая ипотечные кредиты, и государственная корпорация Ginnie Mae, управляющая ипотечными программами, которые не могут развиваться в частном секторе. Они покупали ипотечные кредиты под государственную гарантию или страхование и выпускали ценные бумаги, обеспеченные этими активами. Банки стали меньше беспокоиться о невозврате долга, поэтому нарастили выдачу кредитов под небольшие проценты.

В 2000 году в США стартовала программа «Осуществление американской мечты». По плану за десять лет жилье должны были приобрести 18 млн семей. Программа привела к массовой выдаче кредитов людям с низким доходом, которые в итоге не смогли выплачивать ипотеку. Однако финансовые компании продавали ценные бумаги под эти займы как надежные. Доля невыплаченных кредитов выросла настолько, что в 2007—2008 годах в США начался ипотечный кризис, за ним последовал обвал биржи, а затем разразился мировой финансовый кризис.

# Региональный центр финансовой грамотности: бесплатные юридические консультации по финансовым вопросам

Задолженность,  
высокая долговая нагрузка

Финансовое  
планирование

Наследство

Банкротство  
физлиц

Накопления  
и сбережения

Финансовое  
мошенничество

Кредитование

Налоги и пенсионное  
обеспечение

---

## Как получить консультацию

8-800-201-67-70

По телефону  
горячей линии

Томск, ул. Гоголя, 15, оф. 401

Записаться и прийти  
на прием лично в РЦФГ



Telegram-канал  
«Мои финансы | Томск»



Telegram



Сайт

**РЦФГ**

региональный центр  
финансовой грамотности