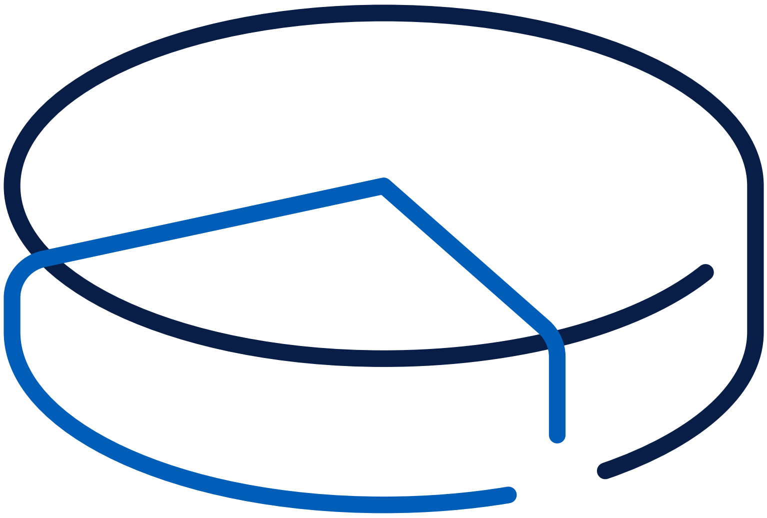
Classification: Limited



बजटिंग एसेंशियल्स वर्कबुक

नाम :

तारीख :

बजटिंग एसेंशियल्स

विषय-वस्तु

बजटिंग एसेंशियल्स 2

परिचय 3

बजट क्या है? 4

ईशान की कहानी 5

एलेक की कहानी 6

मार्क की कहानी 7

सैम का बजट 8

ऑनलाइन टूल 10

आपातकालीन फ़ंड 11

गतिविधि – आपातकालीन फ़ंड की शुरुआत करना 12

और जानकारी 13

मनी वरीज़ (Money Worries) 13

अनुदान सहायता 13

डिजिटल कौशलों से संबंधित और सहायता और सलाह 16

वे शब्द, जो आपको सुनाई दे सकते हैं 17

परिचय

कोर्स का लक्ष्य

इस वर्कशॉप का लक्ष्य बजट बनाने के तरीकों और ऐसा करने के फ़ायदों को समझने में आपकी सहायता करना है. आज जिन चीज़ों की चर्चा की गई है वह मार्गदर्शन के लिए है, वित्तीय सलाह देने के लिए नहीं. सभी वेबसाइटें, टूल वगैरह उपलब्ध चीज़ों के उदाहरण हैं.

उद्देश्य

इस वर्कशॉप की समाप्ति पर आप ये कार्य कर सकेंगे:

- वर्णन करें कि "बजट" से हमारा क्या मतलब है और इसके लाभों का पता लगाएं
- एक बजट बनाएं
- उपलब्ध ऑनलाइन बजटिंग टूल के प्रकारों का पता लगाएं
- आपातकालीन रकम होने के लाभों की सूची बताएं

बजट क्या है?

वह एक लक्ष्य बताएं, जिसके लिए आप महीने के आखिरी में पैसे रखना चाहेंगे.

____

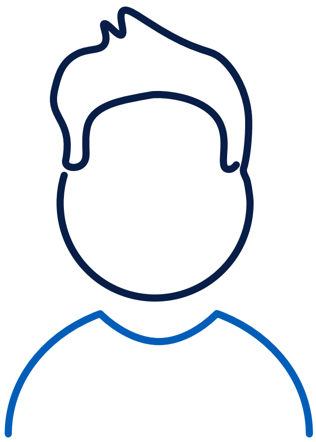
शब्द "बजट " से हमारा क्या मतलब है?

बजट होना महत्वपूर्ण क्यों है?

आप यह कैसे पता लगाते हैं कि आपका बजट क्या है?

आपको आय कहां से मिल सकती है?

ईशान की कहानी



ईशान अपना बजट बनाने की कोशिश कर रहा है क्योंकि वह एक डिलीवरी कंपनी के लिए कार्य करता है और उसे हर महीने अलग-अलग आय प्राप्त होती है.

ईशान, घर पर ऐसा एकमात्र व्यक्ति है, जो आय अर्जित करता है. कुछ महीनों में उसे अपने बिलों का भुगतान करने के लिए चुनौती का सामना करना पड़ता है, जबकि कुछ महीनों में उसके पास अतिरिक्त पैसे बच जाते हैं. वह ऐसे महीनों के लिए आपातकालीन फ़ंड के लिए पैसे अलग से बचा कर रखना चाहता है, जिनमें उसे अपने सभी खर्चे पूरे करने के लिए पर्याप्त भुगतान नहीं किया जाता है.

ईशान अपनी औसत मासिक आय इस तरह से निकाल सकता है, जिससे वह सही तरीके से बजट बना सके और पैसे बचा कर रख सके. ईशान पिछले तीन महीनों से अपनी आय लिखनी शुरू करके शुरुआत करता है:

- जनवरी की आय £800
- फ़रवरी की आय £1,500
- मार्च की आय £1000

तारीख	£ में आय
जनवरी	800
फ़रवरी	1,500
मार्च	1,000
3 महीनों का कुलयोग	3,300

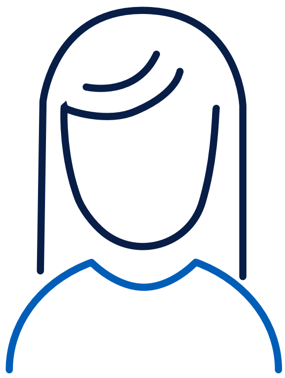
वह कुल राशि का पता लगाने के लिए तीनों महीनों की आय को जोड़ता है.

उसे अब सिर्फ़ यही करना है कि इस कुलयोग को तीन (उन महीनों की संख्या, जिनका उपयोग उसने गणना करने के लिए किया था) से विभाजित करना है.

तारीख	£ में आय
3 महीनों का कुलयोग	3,300
इसे महीनों की संख्या(3) से विभाजित करें	3,300/3
कुलयोग	1,100

इससे ईशान को उनकी औसत आय £1,100 प्रति माह पता चलेगी और वह इसका उपयोग अपना बजट बनाने के लिए कर सकता है.

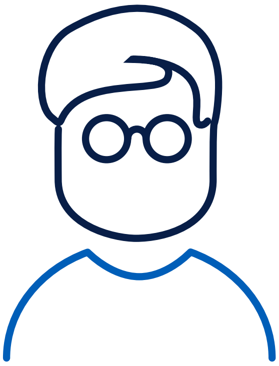
एलेक की कहानी



एलेक अपने उस फ़्लैट में अकेली रहती हैं, जिसे उन्होंने दो वर्ष पहले खरीदा था. वह कार्यालय जाने के लिए बस का उपयोग करती हैं. अपने खाली समय में, उन्हें जिम जाना पसंद है. जब उन्हें नई वॉशिंग मशीन खरीदने की ज़रूरत पड़ी, तो उन्होंने उसका भुगतान करने के लिए एक छोटा सा लोन लिया जिसका भुगतान उन्हें हर महीने करना पड़ता है. एलेक अपने काउंसिल टैक्स भुगतान भी नहीं कर सकी थी, इसलिए उसने उन्हें कॉल किया और जब तक ऋण चुकता नहीं हो जाता, उसने हर महीने अतिरिक्त भुगतान करने की व्यवस्था की.

एलेक के बाहरी भुगतान कौन से हैं?

मार्क की कहानी



मार्क एकल अभिभावक है और उसे अपने बजट की गणना करनी है. उसने अपनी आय और खर्च नीचे लिखे हैं – उन पर एक नज़र डालें और अगले पेज पर बजट शीट में राशियां दर्ज करें.

मार्क की मासिक आय में उनका £950 वेतन, अनुलाभ (किराया और काउंसिल टैक्स सहित) £500 और £87.20 चाइल्ड बेनिफ़िट है.

उनके मासिक खर्च आगे दिए गए हैं , गैस और इलेक्ट्रिक £167, पानी £40, भोजन £350, किराया £800, इंटरनेट £17, फ़ोन £10, काउंसिल टैक्स £110.

उन्होंने 'फ़िशिंग वीकली' भी सब्सक्राइब किया है, जिसके लिए उन्हें हर महीने £10 का भुगतान करना पड़ता है.

मार्क का बजट

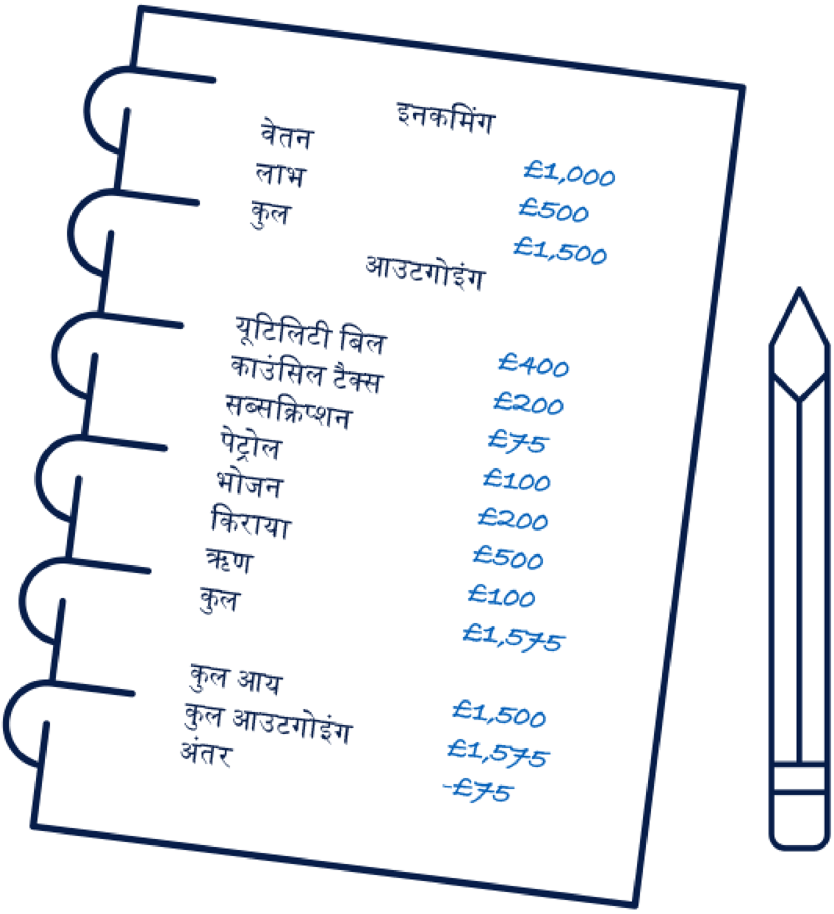
आइटम	आने वाली रकम
कार्य वेतन	
अनुलाभ	
बच्चों से जुड़े अनुलाभ	
कुल आय	

आइटम	खर्च रकम
गैस और इलेक्ट्रिक	
पानी	
भोजन	
किराया	
इंटरनेट	
फोन	
काउंसिल टैक्स	
फ़िशिंग वीकली	
कुल खर्च	

कुल आय	£
कुल खर्च	£
आय में से खर्च घटाएं	£

मार्क हर महीने पैसे कैसे बचा सकता है?

सैम का बजट



सैम अपने खर्च कम करने के लिए कौन सी कार्रवाई कर सकता है?

ऑनलाइन टूल

आप बजट बनाने में सहायता के लिए किन टूल की सहायता ले सकते हैं?

आपातकालीन फ़ंड

आपातकालीन स्थिति में आपको निम्न में से किन राशियों को आज़माना चाहिए?

a. तीन महीने के खर्च
b. तीन महीने की आय
c. £1,000

आप पैसे बचाना कैसे शुरू कर सकते हैं? उन अलग-अलग विधियों के बारे में बताएं, जिन्हें आप आज़मा सकते हैं.

गतिविधि – आपातकालीन फ़ंड की शुरुआत करना

सिलजा का बजट

इनकमिंग	
कुलयोग	£1,100
आउटगोइंग	
कुलयोग	£1,000
कुल आय	£1,100
कुल खर्च	£1,000
अंतर	£100

सिलजा के मासिक आपातकालीन फ़ंड की राशि £________

इरमा का बजट

इनकमिंग	
कुलयोग	£1,537.20
आउटगोइंग	
कुलयोग	£1,352.00
अंतर	£185.20

इरमा के मासिक आपातकालीन फ़ंड की राशि £________

और जानकारी

Budgeting Animation बजटिंग के लाभों के बारे में छोटा सा एनिमेशन. https://youtu.be/IiiqHWWZEXQ
Money Helper ऑनलाइन बजटिंग टूल आपके बजट की गणना करने में आपकी मदद करने के लिए ऑनलाइन टूल. https://www.moneyhelper.org.uk/en/everyday-money/budgeting/budget-planner
मनी सेविंग एक्सपर्ट (Money Saving Expert) पैसे-बचाने से जुड़ी सलाह की वेबसाइट https://www.moneysavingexpert.com/

मनी वरीज़ (Money Worries)

जैसे-जैसे जीवन निर्वाह की लागतें बढ़ रही हैं, अपने पैसे को पूरे ध्यान से खर्च करना चिंता का कारण बन सकता है. चाहे आप अपने भुगतानों का प्रबंधन करने की मुश्किलों का सामना कर रहे हों या खर्चों को कवर करने के लिए चिंतित हों, आप अकेले नहीं हैं.

और जानकारी के लिए इस लिंक का उपयोग करें:
https://www.halifax.co.uk/managingyourmoney/moneyworries.html

अपने स्वयं के बैंक से सलाह पाने के लिए Google में अपने बैंक के नाम के बाद 'money worries' लिखकर सर्च करें

अनुदान सहायता

ऋण सलाह अनुदान		
PayPlan – मुफ़्त ऋण सलाह और सहायता	• ऋण संबंधी मुफ़्त सलाह • आपके पैसे के लिए वैयक्तिकृत एक्शन प्लान	0800 280 2816 पर कॉल करें - लाइन सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से रात 8 बजे तक और शनिवार सुबह 9 बजे - दोपहर 3 बजे तक खुली हैं

	• सहायता ऑनलाइन या फ़ोन द्वारा उपलब्ध है	या फिर इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.payplan.com/
StepChange ऋण अनुदान	• अपने बजट को फिर से ट्रैक पर लाएं • ऋण से जुड़े कई तरह के समाधान • सहायता ऑनलाइन 24/7 या फ़ोन द्वारा	0800 138 1111 पर कॉल करें – लाइन सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से रात 8 बजे तक और शनिवार सुबह 8 बजे - शाम 4 बजे तक खुली हैं या फिर इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.stepchange.org/
नेशनल डेटलाइन (National Debtline)	• ऋण संबंधी मुफ़्त सलाह • गाइड, फ़ैक्ट शीट, बजटिंग टूल और नमूना पत्र • फ़ोन के ज़रिए और ऑनलाइन सलाह	0808 808 4000 पर कॉल करें – लाइन सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे से रात 8 बजे तक और शनिवार सुबह 9.30 बजे-दोपहर 1 बजे तक खुली हैं या फिर इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.nationaldebtline.org/

फ़ाइनेंशियल सपोर्ट (Financial Support)		
Turn2us – फ़ाइनेंशियल सपोर्ट अनुदान	• सही सहायता और उसे एक्सेस करने का तरीका खोजें • फ़ंड्स, अनुदान और अनुलाभ खोजें • अपने स्थानीय क्षेत्र में किसी सलाहकार से बात करें	कॉल करें: 0808 802 2000 – लाइन सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे - शाम 5 बजे तक खुली हैं या फिर इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.turn2us.org.uk/
मनीहेल्पर (MoneyHelper) के लिए मार्गदर्शन	• अनुलाभों, टैक्स, पेंशन, घर और बचत के बारे में सलाह के साथ सरकार द्वारा समर्थित • पैसे से जुड़ी गणनाएं, सहायतापूर्ण आलेख और नियमित अपडेट • सहायता ऑनलाइन, फ़ोन पर और आमने-सामने उपलब्ध है	कॉल करें: पैसे से जुड़े मार्गदर्शन के लिए 0800 138 7777 पर या पेंशन संबंधी मार्गदर्शन के लिए 0800 011 3797 पर - लाइनें सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से लेकर -शाम 6 बजे तक खुली हैं या फिर इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.moneyhelper.org.uk/en

वित्तीय सलाह

Citizens Advice की ओर से सहायता	• अनुलाभ, ऋण, हाउसिंग और उपभोक्ता अधिकार सहित कई तरह के विषयों पर मुफ़्त सलाह • आपके पैसों का प्रबंधन करने के बारे में सहायता • ऑनलाइन, व्यक्तिगत या फ़ोन पर सहायता	कॉल करें: अगर आप वेल्स में हैं, तो 0800 144 8848 या 0800 702 2020 पर– लाइन सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे- शाम 5 बजे तक खुली हैं या फिर इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.citizensadvice.org.uk/
मानसिक स्वास्थ्य और पैसे से जुड़ी सलाह	• मानसिक स्वास्थ्य और पैसे से जुड़ी चिंता अनुभव कर रहे लोगों के लिए सलाह और सहायता • अनुलाभों, पैसों के प्रबंधन और मानसिक स्वास्थ्य देखभाल की विशेषज्ञ जानकारी • पूरे UK की पुरस्कार विजेता ऑनलाइन सलाह सेवाएं	इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.mentalhealthandmoneyadvice.org/

हाउसिंग		
आवास और बेघर अनुदान	• बंधक, किराया और अनुलाभ सहित हाउसिंग से जुड़ी सलाह • पैसे और ऋण से संबंधित सहायता • ऑनलाइन या फ़ोन के ज़रिए किसी से बात करें	इस पर ऑनलाइन विज़िट करें https://www.shelter.org.uk/

डिजिटल कौशलों से संबंधित और सहायता और सलाह

डिजिटल हेल्पलाइन – We Are Digital की ओर से प्रदान की जाने वाली सेवा

- फ़ोन पर मुफ़्त 1-2-1 डिजिटल कौशल प्रशिक्षण
- इसके विषयों में ये शामिल हैं; इंटरनेट बैंकिंग, ऑनलाइन फ़ूड शॉपिंग, डॉक्टर का अपॉइंटमेंट बुक करना, वेबसाइट का उपयोग करना, वीडियो कॉल के ज़रिए दोस्तों और परिवार के लोगों से संपर्क में रहना, और अन्य

कॉल करें: 0345 222 0333 – लाइन सोमवार-शुक्रवार सुबह 9 बजे-शाम 5 बजे तक खुली हैं

बधिर और ब्रिटिश संकेत भाषा (BSL) का उपयोग करने वाले लोग BSL SignVideo का उपयोग करके सत्र बुक कर सकते हैं. Safari, Chrome या Firefox वेब ब्राउज़रों पर उपलब्ध है.

ऐसे ग्राहक जिनकी श्रवण क्षमता कम हो गई है या जिन्हें बोलने में समस्या है, वे सेवा का उपयोग Relay UK के ज़रिए कर सकते हैं.

वे शब्द, जो आपको सुनाई दे सकते हैं

शब्द	अर्थ
बजट	आपके पैसों को प्रबंधित करने और यह समझने का तरीका कि आपकी कितनी आय और खर्च हैं
डेबिट	जब आपके खाते से पैसा निकाला जाता है, तो इसे उस खाते से 'डेबिट' किया गया है
ऋण	वह पैसे, जो आपको अन्य लोगों को देने हैं
आपातकालीन फ़ंड	वह पैसे, जिन्हें आपने बचाए हैं, अगर आपको भविष्य में उनकी ज़रूरत पड़ सकती है
आय	वह पैसे, जो आपको भुगतान किए जाते हैं
लोन	वह पैसे, जो आपने उधार लिए हैं
आउटगोइंग	वह पैसे, जो आप खर्च करते हैं, उदाहरण के लिए पानी के बिल पर