

ROZPOČET NA AUTOPILOTE

BEZPLATNÝ SPRIEVODCA

# Ako reálne začať šetriť

Získaj prehľad o svojich peniazoch, prestaň sa čudovať  
„kde mi to zmizlo" a odlož si každý mesiac — bez toho,  
aby si si čokoľvek odopieral.

50 % POTREBY

30 % TÚŽBY

20 % SPORENIE

JEDNODUCHÝ RÁMEC, KTORÝ POUŽÍVAJÚ MILIÓNY ĽUDÍ

# Kým začneš čítať

Táto príručka nie je o tom, aby si prestal žiť. Nenájdeš tu rady typu „nekupuj si kávu“. Nájdeš tu spôsob, ako pochopiť, kam ti reálne idú peniaze — a ako z toho každý mesiac niečo odložiť, aj keď máš pocit, že „nie je z čoho“.

Väčšina ľudí nešetrí nie preto, že by boli nedisciplinovaní. Šetria málo alebo vôbec, lebo **nemajú prehľad**. Nevedia, koľko reálne minú na jedlo, koľko im tečie do predplatných, na ktoré zabudli, a koľko „malých“ výdavkov sa za mesiac nazbiera do sumy, ktorá by pokojne mohla ísť do rezervy.

Keď prehľad získaš, šetrenie sa stane samozrejmosťou — nie bojom.

## TIP Ako túto príručku použiť

Nečítaj ju celú naraz a nezabudni. Prejdi si ju s ceruzkou, vyplň si checklisty na konci kapitol a jednu vec začni robiť ešte dnes. Malý krok, ktorý spraviš, je viac než dokonalý plán, ktorý odložíš.

## Čo ťa čaká

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| 1. Prečo väčšina ľudí nevie ušetriť              | 3  |
| 2. Pravidlo 50/30/20 — jednoduchý rámec          | 4  |
| 3. Nájdi svoje skryté výdavky                    | 6  |
| 4. Zaplať najprv sebe                            | 7  |
| 5. Železná rezerva — tvoj základ pokoja          | 8  |
| 6. Ako sa zbaviť dlhov (lavína vs. snehová guľa) | 9  |
| 7. 5 návykov ľudí, ktorým sa darí šetriť         | 11 |
| 8. 7-dňový plán, ako začať                       | 12 |

# 1. Prečo väčšina ľudí nevie ušetriť

Predstav si, že šoféruješ auto, ktoré nemá tachometer ani ukazovateľ paliva. Nevieš, ako rýchlo ideš, ani koľko ti zostáva do prázdnej nádrže. Presne takto väčšina ľudí zaobchádza so svojimi peniazmi — míňajú „od výplaty k výplate“ a na konci mesiaca sa čudujú, kam to všetko zmizlo.

Problém nie je vo výške príjmu. Poznáš ľudí, čo zarábajú veľa a aj tak nemajú nič odložené — a ľudí s bežným platom, ktorí si za pár rokov vybudovali slušnú rezervu. Rozdiel nie je v tom, koľko zarobia, ale v tom, **či majú prehľad a systém**.

## Tri najčastejšie dôvody, prečo šetrenie nefunguje

- **Chýba prehľad.** Keď nevieš, koľko míňaš na jednotlivé veci, nemôžeš to zmeniť. Šetríš „naslepo“.
- **Šetríš to, čo zvýši.** Necháš si sporenie „na koniec mesiaca“ — a na konci mesiaca už nič nezvýši. Toto otočíme v kapitole 4.
- **Malé výdavky sa podceňujú.** „Veď je to len 3 eurá.“ Lenže tridsať takých trojeur je 90 € mesačne a viac než 1 000 € za rok.

### Malý príklad, veľký rozdiel

Káva cez deň za 3,50 €, obed vonku 3× do týždňa po 8 €, jedno predplatné za 10 €, na ktoré si zabudol. To je zhruba **190 € mesačne — 2 280 € ročne**. Nemusíš sa toho vzdať. Stačí o tom vedieť a rozhodnúť sa vedome.

Prvý krok teda nie je „míňaj menej“. Prvý krok je **začať sledovať**. Až keď uvidíš svoje čísla, budeš vedieť, kde máš priestor — a kde naopak nemá zmysel si čokoľvek odopierať.

## 2. Pravidlo 50/30/20 — jednoduchý rámec

Ak existuje jedno pravidlo, ktorým sa oplatí začať, je to **50/30/20**. Je jednoduché, zapamätateľné a funguje pre väčšinu ľudí. Rozdelí tvoj čistý príjem (to, čo ti reálne príde na účet) do troch skupín:



### 50 % — Potreby (to, bez čoho sa nezaobídeš)

Nájom alebo hypotéka, energie, základné potraviny, doprava do práce, poistky, splátky, telefón a internet. Sú to výdavky, ktoré musíš platiť, aby si mohol normálne fungovať.

### 30 % — Túžby (životný štýl)

Reštaurácie, kaviarne, zábava, koníčky, oblečenie nad rámec nutnosti, predplatné streamov, dovolenka. Nič z toho nie je „zlé“ — je to život. Len by to nemalo prekročiť tretinu tvojho príjmu.

### 20 % — Sporenie a investície

Železná rezerva, investície, dôchodkové sporenie, mimoriadne splátky dlhov. Toto je tá časť, ktorá z teba robí človeka s pokojom v hlave a slobodou v budúcnosti.

#### TIP Nie je to dogma

Ak bývaš vo veľkom meste, tvoje „potreby“ môžu byť aj 60 %. Ak splácaš dlhy, možno teraz do sporenia nedáš 20 %. Pravidlo je **orientačný bod**, nie zákon. Cieľom je vedieť, kde stojíš — a postupne sa k pomeru 50/30/20 približovať.

### Ako si to spočítať (príklad)

Povedzme, že ti mesačne príde **1 200 € čistého**. Podľa pravidla:

| Skupina               | Odporúčané % | Suma z 1 200 € |
|-----------------------|--------------|----------------|
| Potreby               | 50 %         | 600 €          |
| Chcenia               | 30 %         | 360 €          |
| Sporenie a investície | 20 %         | 240 €          |

Teraz porovnaj tieto čísla s tým, koľko reálne míňaš. Ak ti na „túžby“ ide 500 € namiesto 360, našiel si presne to miesto, kde máš priestor. Nie preto, aby si si nič nedoprial — ale aby si sa rozhodol vedome.

#### TIP Appka to spočíta za teba

V aplikácii Rozpočet na Autopilote máš rozdelenie 50/30/20 zabudované. Zapišeš výdavky a hneď vidíš, koľko percent reálne ide do každej skupiny — a či dodržiavaš odporúčaný pomer. Žiadne ručné počítanie.

### 3. Nájdi svoje skryté výdavky

Toto je kapitola, kde väčšina ľudí zažije malý šok — v dobrom. Skryté výdavky sú sumy, ktoré platíš, ale takmer o nich nevieš. Nie sú veľké jednotlivo, ale spolu tvoria prekvapivo veľkú časť rozpočtu.

#### Kde sa skrývajú najčastejšie

- **Zabudnuté predplatné.** Streamy, appky, členstvá, cloud úložiská. Skús si spočítať všetky — priemerný človek platí za 2–3, ktoré nepoužíva.
- **Malé, časté nákupy.** Káva, desiata, drobnosti pri pokladni. Jednotlivo nič, mesačne dosť.
- **Bankové a iné poplatky.** Vedenie účtu, karty, poistenia, o ktorých ani nevieš.
- **„Akcie“, ktoré neboli akcie.** Nákup niečoho len preto, že to bolo „zľavnené“.

#### **POZOR** Sprav si audit predplatných

Otvor si výpis z účtu za posledné 2 mesiace a nájdi každú opakovanú platbu. Pri každej si polož jednu otázku: **„Použil som to za posledný mesiac?“** Ak nie, zruš to. Toto jediné cvičenie ušetrí väčšine ľudí 15–40 € mesačne.

#### Ako ich odhaliť raz a navždy

Skryté výdavky prestanú byť skryté vo chvíli, keď si ich začneš zapisovať. Netreba to robiť ručne v tabuľke — stačí zapísať každý výdavok v momente, keď ho spravíš (trvá to pár sekúnd), a appka ich za teba roztriedi do kategórií. Po prvom mesiaci uvidíš presne, kde ti peniaze tečú.

## 4. Zaplať najprv sebe

---

Toto je možno najdôležitejšia veta v celej príručke: **Odlož si peniaze skôr, než ich začneš míňať — nie potom, čo ti zvýšia.**

Väčšina ľudí to robí naopak. Dostanú výplatu, celý mesiac míňajú, a čo zvýši na konci, to (možno) odložia. Problém je, že na konci mesiaca zvyčajne nezvýši nič. Preto sa im nikdy nedarí šetriť.

### Ako to otočiť

Hneď po výplate — ideálne v ten istý deň — **odlož si stanovenú sumu bokom**, ešte než začneš platiť čokoľvek iné. Ber to ako najdôležitejšiu „platbu“ mesiaca: platbu sebe a svojej budúcnosti.

#### **TIP** Automatizuj to

Nastav si v banke **trvalý príkaz** na deň po výplate — nech sa suma presunie na sporiaci účet automaticky. Čo nevidíš na bežnom účte, to neminieš. Toto je najúčinnější trik na sporenie vôbec, lebo nevyžaduje žiadnu dennú disciplínu.

Nezačíňaj privysoko. Ak je 20 % teraz nereálnych, začni s 5 % alebo pevnou sumou, napríklad 30 € mesačne. Dôležitejšie než suma je **vytvoriť návyk**. Sumu môžeš zvyšovať, ako sa ti bude dariť.

## 5. Železná rezerva — tvoj základ pokoja

Predtým, než začneš investovať alebo sporiť na veľké ciele, potrebuješ jednu vec: **železnú rezervu**. Je to peniaze bokom pre prípad, že sa niečo pokazí — chladnička, auto, výpadok príjmu, nečakaný účet.

Bez rezervy ťa každý nečakaný výdavok hodí do dlhu alebo ti rozbije rozpočet. S rezervou prejdeš cez takéto situácie pokojne.

### Koľko potrebuješ

- **Prvý cieľ — 1 000 €.** Malá rezerva, ktorá pokryje bežné nečakané výdavky. Zvládnuteľná a rýchlo dosiahnuteľná.
- **Plná rezerva — 3 až 6 mesačných výdavkov.** Toto je cieľ, ku ktorému smeruješ. Ak míňaš 900 € mesačne, plná rezerva je 2 700 – 5 400 €.

#### TIP Kde rezervu držať

Nie doma v zásuvke a nie na účte, z ktorého bežne míňaš. Ideálne na **samostatnom sporiacom účte** — dostupná, keď ju potrebuješ, ale nie „na dosah“ pri každodennom míňaní. Oddelenie od bežného účtu je polovica úspechu.

### Ako sledovať postup

Sporenie na rezervu je maratón, nie šprint — a nič nemotivuje tak, ako vidieť, že sa blížiš k cieľu. Preto si nastav **sporiaci cieľ** a sleduj, ako sa postupne naplňuje. Keď vidíš „našetrené 1 300 z 3 000 €“, máš dôvod pokračovať. V appke na to slúžia sporiace ciele s postupom — každý mesiac zapíšeš, koľko si pridal, a sleduješ, ako progres bar rastie.

## 6. Ako sa zbaviť dlhov (lavína vs. snehová guľa)

Šetrenie a dlhy idú ruka v ruke. Ak platíš vysoké úroky z pôžičiek alebo kreditnej karty, tvoje peniaze ti unikajú rýchlejšie, než ich stihneš odložiť. Preto sa oplatí mať plán, ako sa dlhov zbaviť — a existujú dve overené metódy.

Obe fungujú tak, že **pri jednom dlhu platíš viac než minimum** a pri ostatných splácaš len minimálne splátky. Líšia sa v tom, ktorý dlh si vyberieš ako prvý.

### Metóda lavíny — matematicky najlacnejšia

Zoradiš si dlhy podľa **úrokovej sadzby** od najvyššej po najnižšiu. Najviac splácaš ten s najvyšším úrokom, ostatné len minimum. Keď ho splatíš, presunieš sa na ďalší.

Výhoda: zaplatíš celkovo **najmenej na úrokoch**. Nevýhoda: ak je najdrahší dlh zároveň veľký, prvý úspech príde neskôr — a to niekoho demotivuje.

### Metóda snehovej gule — psychologicky najsilnejšia

Zoradiš si dlhy podľa **veľkosti** od najmenšieho po najväčší (bez ohľadu na úrok). Najprv rozdrvíš ten najmenší, potom ďalší. Každý splatený dlh je rýchle víťazstvo, ktoré ťa nakopne pokračovať.

Výhoda: **rýchle úspechy a motivácia**. Nevýhoda: môžeš zaplatiť o niečo viac na úrokoch než pri lavíne.

#### TIP Ktorú si vybrať?

Ak ťa ženú čísla a chceš zaplatiť čo najmenej — **lavína**. Ak potrebuješ vidieť rýchle výsledky, aby si vydržal — **snehová guľa**. Obe fungujú. Najhoršia metóda je žiadna metóda.

#### Malý príklad

Máš tri dlhy: kreditka 400 € (24 % úrok), pôžička 1 500 € (9 %), a 200 € kamarátovi (0 %).

**Lavína:** najprv kreditka (najvyšší úrok), potom pôžička, potom kamarát.

**Snehová guľa:** najprv kamarát (najmenší), potom kreditka, potom pôžička.

Nech si vyberieš ktorúkoľvek — kľúčové je splácať **viac než minimum**. Minimálna splátka je nastavená tak, aby si splácal čo najdlhšie a zaplatil čo najviac na úrokoch. Každé euro navyše ti skrakuje dlh aj úroky.



## 7. 5 návykov ľudí, ktorým sa darí šetriť

---

Šetrenie nie je o jednorazovom hrdinstve, ale o malých návykoch, ktoré robíš automaticky. Tu je päť, ktoré majú spoločné takmer všetci ľudia s dobre zvládnutými financiami.

### 1. Poznajú svoje čísla

Nevedia to „približne“ — vedia to. Koľko im príde, koľko míňajú, koľko odkladajú. Nie preto, že by boli posadnutí, ale preto, že prehľad im dáva pokoj a kontrolu.

### 2. Sporia automaticky, nie z vôle

Nespoliehajú sa na disciplínu na konci mesiaca. Majú nastavený trvalý príkaz a sporenie sa deje samo, bez rozhodovania. (Kapitola 4.)

### 3. Rozlišujú medzi „chcem“ a „potrebujem“

Pred väčším nákupom si dajú pauzu — napríklad pravidlo 24 hodín. Ak to chcú aj na druhý deň, kúpia. Väčšinou zistia, že to už nepotrebujú.

### 4. Majú cieľ, nie len „šetriť“

„Šetriť“ je nuda a ľahko sa vzdáš. „Našetriť 3 000 € na rezervu“ alebo „2 000 € na dovolenku“ je konkrétne a motivujúce. Cieľ, ktorý vidíš rásť, ťa udrží v hre.

### 5. Kontrolujú sa pravidelne, ale krátko

Nerobia si z financií druhú prácu. Stačí im 5 minút týždenne — pozrú sa na čísla, upravia, čo treba, a idú ďalej. Pravidelnosť je dôležitejšia než dôkladnosť.

#### **TIP** Spoločný menovateľ

Všímni si, že žiadny z týchto návykov nie je o tom „míňať menej a trpieť“. Sú o **prehľade, automatizácii a jasnom celi**. Presne na týchto troch veciach je postavená aj appka Rozpočet na Autopilote.

## 8. 7-dňový plán, ako začať

Teória je pekná, ale zmení sa niečo len vtedy, keď začneš konať. Tu je jednoduchý plán na 7 dní. Každý deň jeden malý krok — na konci týždňa budeš mať prehľad aj systém.

### Deň 1 — Zisti, koľko reálne zarábaš a míňaš

Napiš si svoj čistý mesačný príjem. Potom si prejdí výpis z účtu za posledný mesiac a spočítaj, koľko približne minieš. Nemusí byť presné na cent — ide o hrubý obraz.

### Deň 2 — Sprav audit predplatných

Nájdi všetky opakované platby. Zruš tie, ktoré nepoužívaš. (Kapitola 3.)

### Deň 3 — Rozdeľ výdavky podľa 50/30/20

Zaraď svoje výdavky do troch skupín a pozri, ako ďaleko si od odporúčaného pomeru. Nekritizuj sa — len sa pozri.

### Deň 4 — Nastav si „zaplať najprv sebe“

Rozhodni sa pre sumu (aj malú) a nastav trvalý príkaz na deň po výplate. (Kapitola 4.)

### Deň 5 — Stanov si prvý sporiaci cieľ

Začni s rezervou 1 000 €. Zapíš si ho ako cieľ a sleduj postup. (Kapitola 5.)

### Deň 6 — Začni zapisovať výdavky

Odteraz zapíš každý výdavok hneď, ako ho spravíš. Trvá to pár sekúnd a je to najdôležitejší návyk z celej príručky.

### Deň 7 — Nastav si pripomienku na kontrolu

Raz týždenne (napr. v nedeľu večer) si sadni na 5 minút a pozri sa na svoje čísla. Čo išlo dobre, kde si prekročil rozpočet. Táto krátka pravidelná kontrola je to, čo z jednorazového odhodlania spraví trvalý návyk.

#### TIP Checklist — odškrtni si, čo máš hotové

- ☐ Poznám svoj čistý mesačný príjem
- ☐ Zrušil som nepoužívané predplatné
- ☐ Rozdelil som výdavky podľa 50/30/20
- ☐ Mám nastavený trvalý príkaz na sporenie
- ☐ Stanovil som si prvý sporiaci cieľ
- ☐ Zapisujem si výdavky
- ☐ Mám pripomienku na týždennú kontrolu

#### Toto všetko zvládneš aj na papieri

Naozaj. Ceruzka a zošit stačia. Ale ak to chceš mať automaticky, prehľadne a na jednom mieste — bez ručného počítania a tabuliek —

Zápis výdavku za pár sekúnd · rozdelenie 50/30/20 · upozornenia pri prekročení rozpočtu · sporiace ciele s postupom · trend po mesiacoch. Bez prepájania s bankou — tvoje dáta ostávajú u teba.

Vyskúšaj 7 dní zadarmo

rozpocetnaautopilote.sk