

# LA RECESSIONE COLPIRÀ I SINGLE, ECCO COME FARSI TROVARE PRONTI

**L'**inflazione e una possibile recessione possono essere particolarmente difficili per la categoria dei single. In tempi di inflazione, il costo di tutto aumenta, compresi l'affitto, le bollette, i generi alimentari e l'assistenza sanitaria, e chi vive da solo dovrà farsi carico dell'aumento delle spese. A peggiorare le cose è la persistenza del divario salariale di genere, con le donne che guadagnano ancora circa il 20% in meno di quello che guadagnano gli uomini. Vista la disparità salariale, l'aumento dell'inflazione non stupisce che colpisca più duramente le donne con i loro redditi più bassi. Se entro la fine dell'anno ci sarà effettivamente una recessione (come prevedono gli economisti) i single entrerebbero in una situazione finanziariamente più vulnerabile. Come proteggerli?

**1. Metti al sicuro i tuoi risparmi:** durante una recessione, è importante proteggere i tuoi risparmi. Cerca di mettere il prima possibile da parte una certa quantità di denaro. In questo modo, avrai sempre un "fondo di emergenza" su cui contare in caso di necessità, che idealmente dovrebbe coprire almeno 6 mesi di spese. Per chi vive da solo, perdere uno stipendio può significare una pausa in tutte le entrate per la famiglia, e salari più bassi rispetto agli uomini per le donne, possono significare che le donne single abbiano anche meno risparmi a cui rivolgersi.

**2. Valuta le tue spese:** valuta attentamente le tue spese e identifica le voci di spesa superflue. Riduci al minimo le spese non essenziali e cerca di trovare modi per risparmiare denaro. Ad esempio, puoi tagliare le spese per il pranzo fuori casa, limitare gli acquisti di abbigliamento e utilizzare mezzi di trasporto pubblici invece dell'auto. Ma anche ridurre gli abbonamenti, i servizi via cavo, rinegoziare le assicurazioni. Sono solitamente aree in cui è possibile tagliare.

**3. Crea una rete di supporto:** durante una recessione, avere una rete di supporto forte può essere estremamente importante. Cerca di costruire rapporti significativi con amici, familiari e altri membri della comunità. Questi rapporti possono essere preziosi in caso di difficoltà finanziarie ed emotive. E possono essere anche la chiave per trovare un altro lavoro nel caso in cui l'azienda per cui lavori dovesse decidere di fare tagli del personale. Rimanere senza lavoro per settimane o mesi quando si verifica una recessione è una possibilità reale. Più contatti ha una persona, più è probabile che trovi

rapidamente un nuovo lavoro.

**4. Cerca nuove opportunità di lavoro:** durante una recessione, il mercato del lavoro può essere particolarmente difficile. Tuttavia, ci sono ancora opportunità di lavoro disponibili. Bisogna rimanere aggiornati sulle opportunità di lavoro e sui requisiti del mercato del lavoro, e cercare di sviluppare competenze e conoscenze altamente ricercate nel mercato che rendano competitivi. Anche iniziare un secondo lavoro prima che arrivi la recessione è un'opzione.

**5. Cerca di mantenere uno stile di vita sano ed equilibrato:** durante una recessione, può essere facile sentirsi sopraffatti dallo stress e dall'ansia finanziaria. Se il tuo lavoro è completamente remoto, puoi anche pensare di trasferirti in un'area a basso costo e meno caos.

**6. Investi consapevolmente:** con l'aumento dei tassi di interesse, le persone possono guadagnare anche il 4% o più sui loro soldi, rischiando nulla o molto poco, se fanno un po' di studio per capire come investire consapevolmente il loro denaro. Ci sono molte opzioni disponibili in tal senso con investimenti che spaziano dalle semplici obbligazioni, o dai fixed-term, che bloccando una certa cifra per un certo periodo hai alla fine un guadagno predefinito, oppure investimenti sulle materie prime per guadagnare dai rincari, oppure investendo su fondi di investimento come gli Etf e molto altro ancora. Segui lezioni, guarda webinar, leggi: tieniti sempre aggiornato per capire quali opportunità offre il mercato in questo senso. Se non sai da dove cominciare puoi guardare ad esempio i video gratuiti che trovi qui <https://www.mytradingway.com/>

In sintesi, durante una recessione, i single devono prendere alcune precauzioni per proteggere i loro risparmi, oltre a ridurre le spese non essenziali ed investire consapevolmente il loro denaro. Inoltre, è importante avere una forte rete di supporto, cercare nuove opportunità di lavoro e mantenere uno stile di vita equilibrato per gestire lo stress e l'ansia finanziaria. Con questi consigli, i single possono affrontare la recessione con maggiore serenità, sicurezza e resistenza.



Silvia Vianello

Già docente di finanza in Bocconi con incarichi anche a Parigi, New York e Houston, è stata anche direttore marketing di Maserati per 24 Paesi in 3 continenti. Oggi è tra le poche donne trader presenti a Dubai

