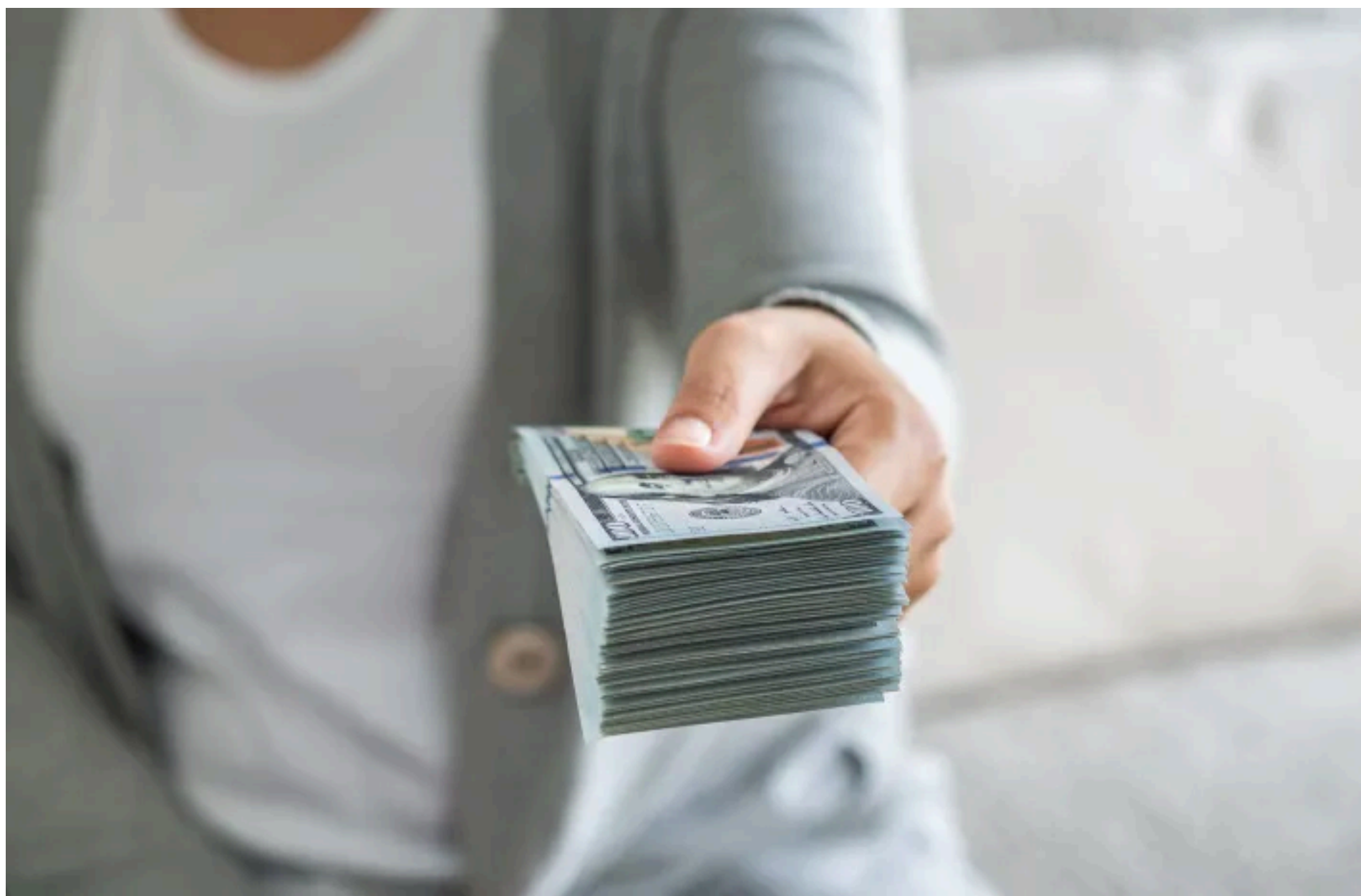




Home » Суспільство » 30-річні масово йдуть на "міні-пенсію": чому молодь відмовляється від звичної кар'єри

30-річні масово йдуть на "міні-пенсію": чому молодь відмовляється від звичної кар'єри

ЛИСЕНКО КАТЕРИНА — 17 Червня 2026, 18:21 🕒 2 Mins Read — **СУСПІЛЬСТВО**



Важливі новини щодня — додайте «Експерт» в улюблені джерела Google

Все більше людей не хочуть чекати пенсійного віку, щоб почати жити для себе. Натомість вони беруть тривалі паузи в роботі вже у 30–40 років, використовуючи накопичені заощадження.

Про це пише [Femcafe](#).

Новий тренд отримав назву micro-retirement або "мікро-пенсія". Його прихильники вважають, що життя не повинно складатися лише з роботи до пенсії, після якої людина нарешті отримує можливість відпочивати та займатися власними справами.

Молоді покоління дедалі частіше ставлять під сумнів традиційну модель життя. Багато хто скаржиться на постійне перевантаження, стрес і ризик професійного вигорання, через що десятиліттями підтримувати однаковий темп стає складно.

Саме тому все більше людей шукають спосіб знайти час для подорожей, сім'ї, навчання, хобі або просто відновлення сил.

На відміну від класичної пенсії, micro-retirement не означає остаточного завершення кар'єри. Людина свідомо накопичує кошти, щоб на кілька місяців або навіть рік залишити роботу та присвятити цей період особистим цілям.

Після завершення такої паузи більшість повертається до професійної діяльності. Для одних це можливість побачити світ, для інших — здобути нові навички або реалізувати власні проекти.

Важливою складовою цього підходу є фінансова підготовка. Прихильники "міні-пенсій" зазвичай заздалегідь створюють окремий резервний фонд, скорочують необов'язкові витрати та планують бюджет на весь період відсутності стабільного доходу.

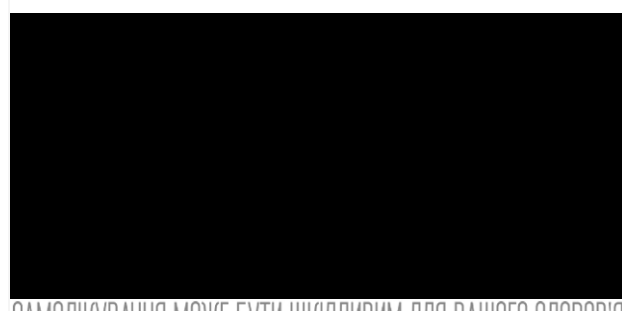
Саме тому експерти наголошують, що micro-retirement не є спонтанним рішенням. Така перерва потребує серйозної фінансової дисципліни та ретельного планування.

Популярність концепції багато в чому пояснюється прагненням не відкладати важливі життєві враження на пенсійний вік. Водночас фахівці застерігають, що цей спосіб життя підходить лише тим, хто має достатню фінансову подушку та чітко розуміє наслідки тривалої перерви в кар'єрі.

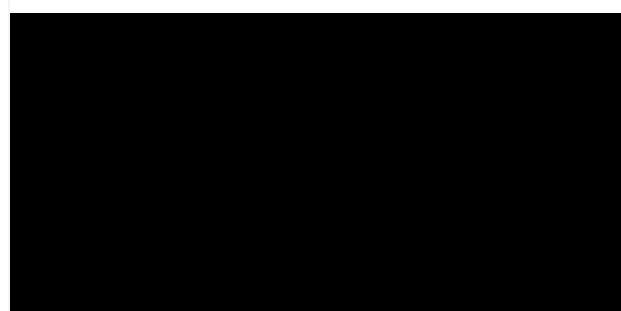
Читайте ЕКСПЕРТ у Google News

Помітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: corrections@expert.in.ua

[кар'єра](#) [пенсія](#) [робота](#)



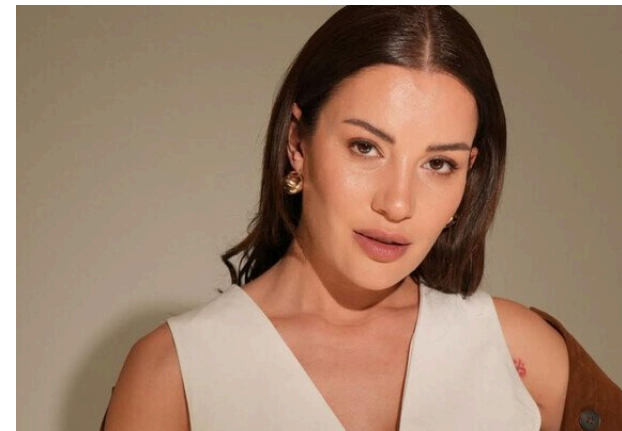
Якщо з'явилися варикозні вени або синюшні вузли, застосуйте це



Гроші впадуть з неба після того, як прочитаєш це



Грибок пройшов, а ноги стали як новенькі, завдяки цій ванночці!



Їй було лише 35: раптово померла відома акторка турецьких серіалів



Передбачила свою смерть? Мережу сколихнуло останнє інтерв'ю турецької...



Біля басейну у заміському будинку: Могилевська показала, як проводить...

ОСТАННІ НОВИНИ

СЬОГОДНІ

18:32 Шварценеггер вперше за довгий час вийшов у світ із коханою: який вигляд мала пара

18:21 30-річні масово йдуть на "міні-пенсію": чому молодь відмовляється від звичної кар'єри

18:15 Стилісти назвали зачіску літа-2026: чому жінки масово обирають гідро-боб

18:03 Федоров відповів на звинувачення щодо ТЦК: як хочуть покінчити з "бусифікацією"

17:55 Фудблогерка показала рецепт крилець у кока-колі: вечерея виїде як у ресторани

17:46 Водії майже не скаржаться на ці авто: які кросовери потрапили до рейтингу

17:39 Поцастило двічі: чоловік загубив виграшний квиток на 100 тисяч доларів, але сталося диво

17:31 Відмова від повістки не врятує: що загрожує за ігнорування ВЛК та ТЦК

17:21 В Україні знайшли "золоту жилу" літію: який регіон приховує мільйони тонн цінної руди

17:14 Водіям підвищать штрафи за повторні порушення: кого першими візьмуться карати

[LOAD MORE](#)

КАТЕГОРІЇ НОВИН

[Всі новини](#)

[Україна](#)

[Політика](#)

[Економіка](#)

[Світ](#)

[Стиль життя](#)

[Авто](#)

[Технології](#)

[Суспільство](#)

[Здоров'я](#)

ІНФОРМАЦІЯ

[Про проект](#)

[Автори](#)

[Редакційна політика і стандарти](#)

[Політика використання ШІ](#)

[Політика конфіденційності](#)

[Правила коментування](#)

[Контакти](#)

ТОВ «НОВА МЕДІА ГРУПА» © 2014—2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

editor@expert.in.ua
corrections@expert.in.ua
reklama@expert.in.ua