



Всероссийская
просветительская Эстафета
по финансовой грамотности
«Мои финансы»



МИНФИН
РОССИИ

мои финансы

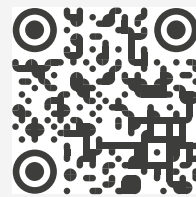
Этап VII:
«Рациональное потребление»



ТРЕКЕР СПОНТАННЫХ ПОКУПОК НА 30 ДНЕЙ

Учимся отказываться от импульсных трат.

1. Каждый вечер анализируйте покупки за день.
2. Если сделали импульсную покупку вне вашего плана, зафиксируйте ее в соответствующих клеточках трекера.
3. Если день обошелся без спонтанных трат — оставляйте поля соответствующего дня чистыми.



Больше
финансовых
советов
ищите на
moi-finansy.ru

После прохождения трекера, в графе «Анализ результатов» подсчитайте, сколько покупок сделали, на какую сумму, где и для чего. Это позволит, понять, сколько, на что и где именно вы теряете деньги на эмоциях. Обладая этой информацией вам проще станет сократить траты на спонтанные покупки и скорректировать свое финансовое поведение.

День трекера	Номер покупки	Что купили	Цена	Причина (зачем сделана покупка)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				



Всероссийская
просветительская Эстафета
по финансовой грамотности
«Мои финансы»



МИНФИН
РОССИИ

мои финансы

Этап VII: «Рациональное потребление»

День трекера	Номер покупки	Что купили	Цена	Причина (зачем сделана покупка)
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

Анализ результатов:

