

Всероссийская  
просветительская Эстафета  
по финансовой грамотности  
«Мои финансы»



ФИНАНСОВАЯ  
ГРАМОТНОСТЬ  
ГОРОДА МОСКВЫ

мои финансы

Этап VII:  
«Рациональное потребление»

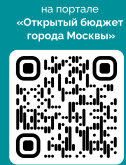


# ТРЕКЕР СПОНТАННЫХ ПОКУПОК НА 30 ДНЕЙ

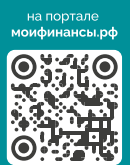
Учимся отказываться от импульсивных трат.

1. Каждый вечер анализируйте покупки за день.
2. Если сделали импульсивную покупку вне вашего плана, зафиксируйте ее в соответствующей клеточке трекера.
3. Если день обошелся без спонтанных трат — оставляйте поле соответствующего дня чистым.

Ещё больше  
про финансовую  
грамотность:



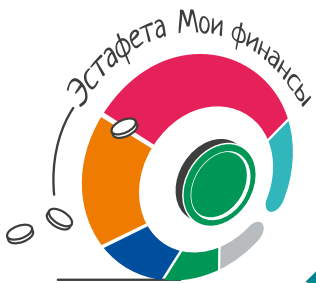
на портале  
«Открытый бюджет  
города Москвы»



на портале  
моифинансы.рф

После прохождения трекера в графе «Анализ результатов» подсчитайте, сколько покупок сделали, на какую сумму, где и для чего. Это позволит понять, где именно вы теряете денежные средства на эмоциях. Благодаря этой информации вам станет проще 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»



ФИНАНСОВАЯ  
ГРАМОТНОСТЬ  
ГОРОДА МОСКВЫ

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:

