



# Финансовый дневник

*Планирование доходов и расходов  
вашей семьи*





## О ДНЕВНИКЕ

**Зачем нужен дневник?** Дневник позволит увидеть, на что Вы тратите деньги, изменить структуру семейного бюджета, достичь финансовых целей, повысить самооценку и уверенность в собственных силах!

**Кому нужен дневник?** Он нужен именно Вам, если

- ✓ у Вас не получается копить деньги, но Вы хотели бы иметь какие-то сбережения;
- ✓ Вы планируете значимые денежные траты (поездку в отпуск, покупку техники, досрочную выплату кредита, свадьбу и другие);
- ✓ у Вас есть сбережения, но Вам кажется, что их могло бы быть больше.

**Кто должен заполнять дневник?** Вести дневник должны все члены семьи. Допустимо, что за его заполнение будет отвечать один член семьи, если он совершает большинство ежедневных трат.

**Как долго заполнять дневник?** Дневник рассчитан на полгода, но первые результаты Вы сможете увидеть уже через месяц! Для первичного заполнения Вам понадобится не более пары часов, дальнейшее ведение дневника отнимет у вас не более 10 минут в день! Кажется, это немного для Вашего финансового успеха?

**Когда заполнять дневник?** Если есть такая возможность, то лучше это делать в течение всего дня, если нет, то заполняйте его перед сном. На следующий день Вы и члены Вашей семьи, скорее всего, забудете все совершенные покупки, поэтому важно вести его регулярно!





## ТЕКУЩАЯ ФИНАНСОВАЯ СИТУАЦИЯ

Для достижения финансовых целей необходимо понять, какая финансовая ситуация сложилась в Вашей семье в настоящее время. Нужно понять, сколько Вы ежемесячно зарабатываете и сколько расходуете, то есть определить свой бюджет. Отнеситесь к этому как к необходимости.

**Ежемесячный доход семьи** – сложите все поступления всех членов семьи, проживающих вместе с Вами – заработные платы, пенсии, стипендии, субсидии, доходы от приусадебного участка, рукоделия и прочее.

**Ежемесячные расходы семьи** – сложите все расходы всех членов семьи, проживающих вместе с Вами: квартплату, образование, лечение, транспорт, продукты, выплаты по кредитам, развлечения, обязательные взносы и прочее.

**Ежемесячный баланс** – вычтите из общей суммы доходов Ваши расходы.







**ВНЕСИТЕ РАССЧИТАННЫЕ ВАМИ ПОКАЗАТЕЛИ В ГРАФУ ФАКТ ТАБЛИЦЫ.**

	ФАКТ	РЕЗУЛЬТАТ
ДОХОДЫ СЕМЬИ		
РАСХОДЫ СЕМЬИ		
БАЛАНС		

***Внимание!** Указанные суммы не обязательно должны быть точными до рубля, достаточно примерных ориентиров.*

Позже, записывая свои доходы и расходы в финансовом дневнике, Вы заполните графу РЕЗУЛЬТАТ. В зависимости от текущей финансовой ситуации (наличие долга или сбережений), а также личных желаний можно построить финансовый план на ближайшие полгода.







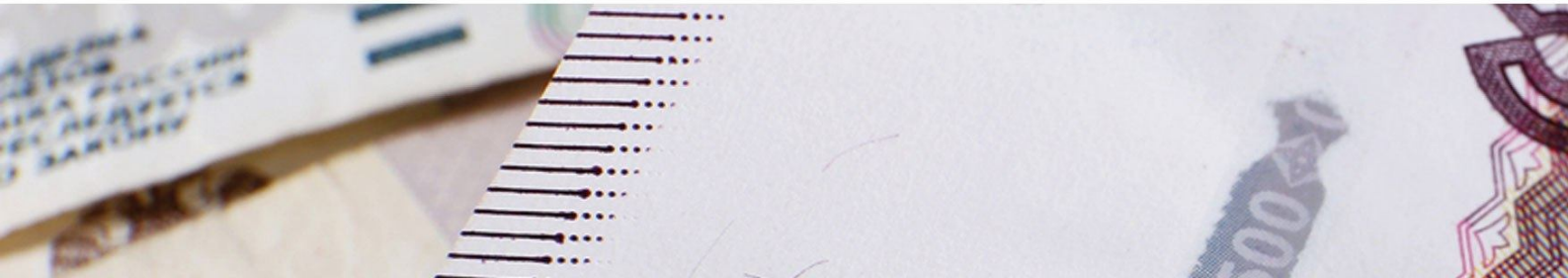
## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РАСХОДЫ ИЛИ ПРЕДВИДИМ НЕПРЕДВИДЕННОЕ

Когда известны доходы и расходы, а также сумма, которую можно накопить за месяц, создается впечатление, что можно приступить к реализации задуманного. Однако, это впечатление обманчиво! Нельзя забывать и про такие значимые расходы как

- ✓ дни рождения родных и близких;
- ✓ покупку сезонной одежды и обуви;
- ✓ ежегодное прохождение техосмотра автомобиля и приобретение ОСАГО;
- ✓ покупку учебников для школы или плата за секцию ребенка и др.

***Впишите в таблицу месяц, категорию расходов и примерную стоимость. Затем посчитайте предстоящие траты на полгода вперед.***

КАТЕГОРИЯ	МЕСЯЦ	ЦЕНА
ИТОГО		







## ВАШИ ДОХОДЫ

Регулярный контроль состояния бюджета поможет Вам стимулировать себя к постоянному увеличению дохода и одновременно с этим к оптимизации и сведению к разумному минимуму всех ежедневных расходов.

Многие ошибочно предпочитают делать накопления в конце месяца, полагая, что стоит откладывать ту сумму, которая осталась после всех «необходимых» трат. Но для того, чтобы действительно достичь поставленной цели, откладывать деньги нужно **в день получения зарплаты** или другого дохода! Рассматривайте сбережения в качестве необходимых трат, таких как оплата коммунальных платежей или кредитов. Вы сэкономите намного больше, если изначально не будете рассчитывать на эти деньги. Чтобы соблазнов потратить сбережения было еще меньше, целесообразно положить деньги на накопительный счет в банке.

### ДОХОДЫ:



**источник** (заработная плата, пенсия, стипендия, пособие / субсидия, доход от приусадебного участка, рукоделия и прочего, доход от собственного бизнеса, арендная плата за сдаваемое жилье, снимаемые ежемесячно проценты от сберегательного вклада в банке и прочее).





## ВАШИ РАСХОДЫ

- ✓ **кредиты / долги** (кредит, ипотека, долги, отданные конкретным людям и прочее).
- ✓ **квартплата/обязательные взносы** (газ, электричество, горячая/холодная вода, отопление, прочие коммунальные услуги, аренда, домашний / мобильный телефон, телевидение, Интернет, налоги, взносы в профсоюз, оплата детского сада и прочее).
- ✓ **транспорт** (бензин, ремонт, покупка запчастей, автохимии, автострахование, техосмотр и прочее).
- ✓ **развлечения/подарки** (кафе, ресторан, театр, кинотеатр, цирк, концерт, подарок на праздник (день рождения, годовщина, новоселье, 8 марта и другие), организация утренника и прочее).
- ✓ **медицина/здоровье** (медосмотр, лечение, медикаменты, стрижка, маникюр, массаж, абонемент в фитнес центр / бассейн / спортсекцию и прочее).
- ✓ **продукты** (продукты, бытовая химия и прочее).
- ✓ **одежда** (одежда и обувь, аксессуары).
- ✓ **другие расходы** (в поле бюджета есть место для четырех категорий на Ваш выбор).



### Пояснения для ведения учета:

В графу СУММА вписывайте всю стоимость по категории в целом. Так, единовременную покупку продуктов и бытовой химии записывайте суммой, указанной в чеке. Если покупки были совершены в разных магазинах, их можно просуммировать и записать одной общей цифрой.

Пример, «580 руб. – Рынок – 21 июня»



## ДОХОДЫ



(Впишіть місяць)

Сумма	Источник	Дата
	Итого за месяц	



## РАСХОДЫ (продукты)



(Впишите месяц)

Сумма	Категория	Дата
	Итого за месяц	



## РАСХОДЫ (продукты)



(Впишите месяц)

[illegible]



## РАСХОДЫ (продукты)



(Впишите месяц)

[illegible]



## РАСХОДЫ (одежда)



(Впишите месяц)

[illegible]



## РАСХОДЫ (квартплата, обязательные платежи)



(Впишите месяц)

Сумма	Категория	Дата
	Итого за месяц	



## РАСХОДЫ (транспорт)



(Впишіть місяць)

Сумма	Категория	Дата
	Итого за месяц	





## РАСХОДЫ (медицина, здоровье)



(Впишите месяц)

[illegible]



## РАСХОДЫ (развлечения, подарки, другое)



(Впишіть місяць)

[illegible]





## ПОДВЕДЕМ ИТОГ ЗА МЕСЯЦ

	ФАКТ	ПЛАН
ДОХОДЫ СЕМЬИ		
РАСХОДЫ СЕМЬИ		
БАЛАНС		

Старались ли Вы экономить?

☐ Да ☐ Нет ☐ Не совсем

Удалось ли Вам сберечь сумму,  
которую хотелось?

☐ Да ☐ Нет

*Если один из ответов на эти вопросы «Нет», внимательно пересмотрите свои записи и найдите те статьи расходов, которые можно сократить. Прежде всего, проанализируйте самые крупные покупки и статьи «Развлечения, подарки, другое».*

## Поблагодарите себя!







## ВАШИ УСПЕХИ

---

---

---

---

---

---

---

## ВАШИ НЕУДАЧИ

---

---

---

---

---

---

---





## ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

### *Делаем покупки правильно!*

1. Перед походом в магазин составляйте список того, что нужно купить.
2. Дорого не всегда значит качественно, изучайте состав перед покупкой товаров.
3. Перед покупкой проверьте комплектность и целостность товара (дыры, царапины и пр.).
4. Обращайте внимание на срок годности, особенно если товар продается «по акции».
5. Используйте дисконтные карты – свои и друзей.
6. Старайтесь не ходить в продуктовый магазин голодными.
7. По возможности берите в магазине корзинку, а не тележку.
8. Прежде чем купить что-то дорогостоящее, найдите отзывы о товаре / компании.
9. Не бойтесь спрашивать продавцов о товаре и лицензиях на него.
10. Избегайте необдуманных «сиюминутных» трат, даже если Вам кажется, что вещь отдают «почти даром».
11. Обращайте внимание на марки местных производителей.
12. Носите с собой бумажные и плотные пластиковые пакеты для продуктов.







## ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

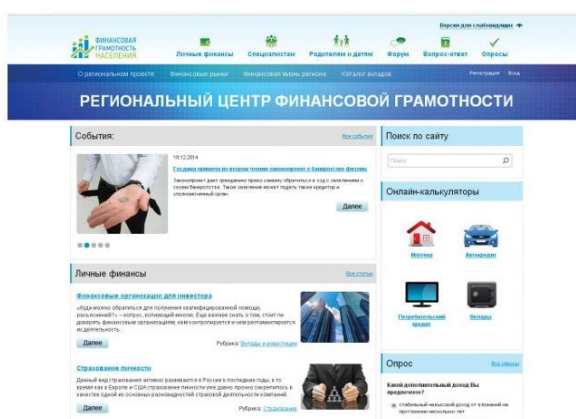
### *Семь золотых правил сбережения.*

1. Делайте сбережения в день зарплаты! Все ваши счета, оплаты услуг и покупки сами собой урегулируются, если вы сначала отложили деньги, а потом приступили к растрате того, что осталось.
2. Относитесь к сбережениям как к необходимым расходам, таким как коммунальные платежи или уплата налогов.
3. Ведите учет доходов и расходов.
4. Старайтесь не брать денег в долг, особенно «моментальные» кредиты под 1-2% в день.
5. Получив зарплату, идите домой или в банк, а не в магазин, чтобы для начала обдумать свои траты.
6. Заведите копилку или специальный отдельный счет в банке для сбережения денег.
7. Экономьте на своих вредных привычках (алкоголе, курении, фастфуде и прочем).

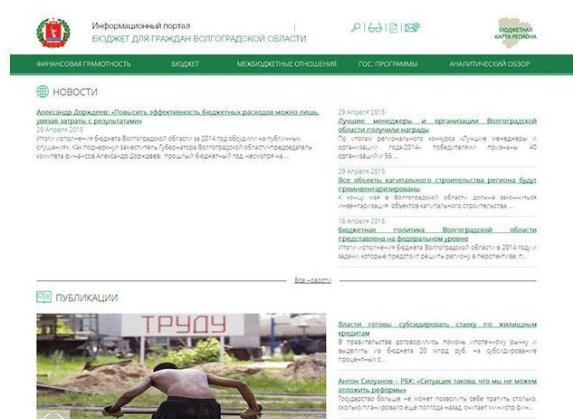




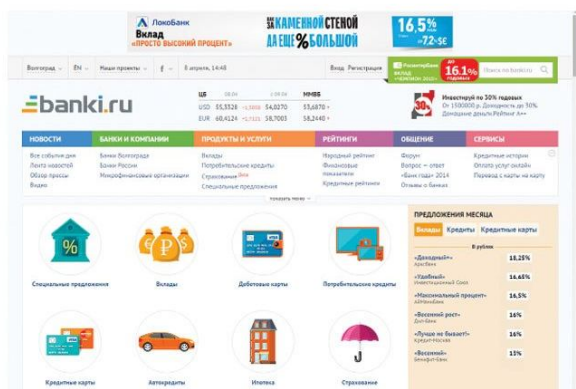
## ПОЛЕЗНЫЕ ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ



Сайт Регионального центра  
финансовой грамотности  
[www.fingram34.ru](http://www.fingram34.ru)



Портал бюджет для граждан  
Волгоградской области  
[www.minfin34.ru](http://www.minfin34.ru)



Сайт «Банки ру»  
[www.banki.ru](http://www.banki.ru)



Группа «Финансовая  
грамотность населения»  
[www.fb.com/groups/fingram34/](https://www.facebook.com/groups/fingram34/)





Волгоград  
2015