


Opsparingsjournal



En 30-dages guidet dagbog



Sporer

Skabt med LoomJournals

Sådan bruger du denne dagbog

Velkommen til din dagbog! Her er nogle tips til at få mest muligt ud af den:

- 1 Sæt et par minutter af hver dag til at skrive
- 2 Vær ærlig og skriv frit uden at dømme
- 3 Prøv at skrive på samme tidspunkt hver dag for at opbygge en vane
- 4 Gennemgå dine noter ugentligt for at opdage mønstre

-
- Skriv dit opsparingsmål øverst hver dag (f.eks. feriefond, nødopsparing)
 - Registrer præcis, hvor meget du satte til side i dag — selv små beløb tæller
 - Opdater den løbende total for at se dine samlede fremskridt
 - Bedøm din opsparingsstribes fra 1 (lige startet) til 10 (ubrudt konsekvens)
 - Markér budgetfeltet, hvis du holdt dig inden for din forbrugsplan for dagen



Scan for en detaljeret guide til, hvordan du bruger denne dagbog

Opsparingsjournal

Dato: _____

	Man	Tir	Ons	Tor	Fre	Lør	Søn
Opsparingsmål	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Sparet beløb i dag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Samlet opsparing	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Opsparingsserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Holdt budgettet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Noter

Opsparingsjournal

Dato: _____

	Man	Tir	Ons	Tor	Fre	Lør	Søn
Opsparingsmål	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Sparet beløb i dag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Samlet opsparing	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Opsparingsserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Holdt budgettet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Noter

Opsparingsjournal

Dato: _____

	Man	Tir	Ons	Tor	Fre	Lør	Søn
Opsparingsmål	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Sparet beløb i dag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Samlet opsparing	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Opsparingsserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Holdt budgettet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Noter

Opsparingsjournal

Dato: _____

	Man	Tir	Ons	Tor	Fre	Lør	Søn
Opsparingsmål	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Sparet beløb i dag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Samlet opsparing	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Opsparingsserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Holdt budgettet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Noter

Opsparingsjournal

Dato: _____

	Man	Tir	Ons	Tor	Fre	Lør	Søn
Opsparingsmål	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Sparet beløb i dag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Samlet opsparing	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Opsparingsserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Holdt budgettet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Noter
