

---



# Дневник расходов

---



Дневник на 30 дней





Таблица / Журнал

Создано в LoomJournals

---

# Как использовать этот дневник

---

Добро пожаловать в ваш дневник! Вот несколько советов для максимальной пользы:

- 1 Выделяйте несколько минут каждый день для записей
- 2 Будьте честны и пишите свободно, без самокритики
- 3 Старайтесь писать в одно и то же время для формирования привычки
- 4 Просматривайте записи еженедельно, чтобы замечать закономерности

- 
- Носите дневник с собой и записывайте каждый расход сразу
  - Заполняйте дату, категорию, описание и сумму для каждой покупки
  - Указывайте планируемый бюджет для сравнения с реальными тратами
  - Анализируйте итоги за неделю, чтобы заметить тенденции
  - В конце месяца изучите категории и скорректируйте бюджет



Отсканируйте для подробного руководства по этому дневнику



























































