

---



# 支出日记

---



30 天引导式日记



表格 / 日志

由 LoomJournals 制作

---

# 如何使用本日记

---

欢迎使用您的日记！以下是一些帮助您充分利用它的建议：

- 1 每天留出几分钟时间来书写
- 2 真诚地、自由地书写，不要自我评判
- 3 尝试每天在同一时间书写，养成习惯
- 4 每周回顾自己的日记，发现规律

- 
- 随身携带日记，每笔消费发生时立即记录
  - 填写每笔消费的时间、类别、描述和金额
  - 记录您的计划预算与实际支出对比
  - 每周回顾总额以发现趋势和调整习惯
  - 月末分析各类别以制定更明智的预算



扫描获取本日记的详细使用指南



























































