

# Марафон сбережений: как пройти

Эксперты команды «Мои финансы» разработали для вас марафон из трех простых челленджей, которые помогут научиться создавать сбережения. Обязательное условие – регулярность выполнения!



Вставьте простые действия из наших челленджей в свой ежедневный график, и вы за короткий период сможете сформировать привычку копить.

30

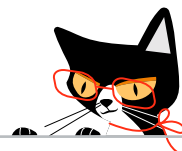


**Срок прохождения марафона сбережений – 90 дней. В нем три этапа по 30 дней.** Мы рекомендуем после успешного прохождения каждого этапа отмечать свою маленькую победу какой-нибудь приятной покупкой.



Распечатывайте материалы и ежедневно отмечайте в них каждый пройденный шаг. В конце марафона переведите все накопления на специальный счет в банке. Теперь это ваш счет-копилка.

Продолжайте создавать сбережения в комфортном темпе, и вы будете всегда финансово защищены! Желаем удачи!



# первый этап Учимся копить за 30 дней



Подробнее —  
на портале  
[моифинансы.рф](http://моифинансы.рф)

Впишите небольшую сумму,  
которую вы будете откладывать ежедневно:

Откладывайте деньги в специальный конверт, копилку или переводите на отдельный счет для накоплений. Зачеркивайте в календаре каждый день, в который вам удалось справиться с задачей. После завершения этапа впишите в окошко внизу сумму, которую удалось собрать.

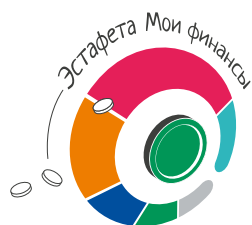
1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----



30 ура!



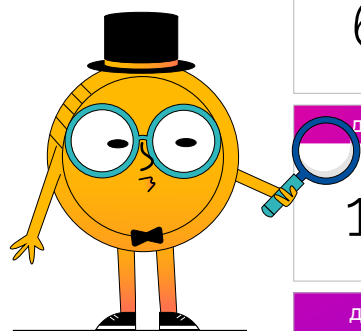
# второй этап Бинго!



Подробнее —  
на портале  
[moifinansy.rf](http://moifinansy.rf)

## Накопите 4 650 рублей за месяц

Начните накопления с 10 рублей. Это будет размер вашего ежедневного шага накоплений. Каждый день прибавляйте к сумме взноса еще по 10 рублей. Зачеркивайте в чек-листе каждый взнос. И так 30 дней.



день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
10	20	30	40	50
день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
60	70	80	90	100
день 11	день 12	день 13	день 14	день 15
110	120	130	140	150
день 16	день 17	день 18	день 19	день 20
160	170	180	190	200
день 21	день 22	день 23	день 24	день 25
210	220	230	240	250
день 26	день 27	день 28	день 29	день 30
260	270	280	290	300

всего за 30 дней

**4 650 рублей**



# третий этап

## Достигни цели за 30 дней



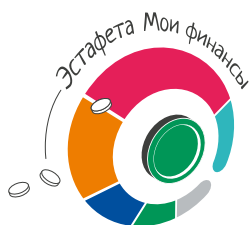
Подробнее —  
на портале  
[моифинансы.рф](http://моифинансы.рф)



**Поставьте перед собой реальную финансовую цель:**  
чтобы вы хотели купить через 30 дней.

Далее каждый день делайте по одному простому шагу, прописанному в нашем списке. Каждый шаг – это финансовая помощь в достижении цели. Зачеркивайте клеточку с каждым выполненным действием. Челлендж поможет закрепить привычку создавать сбережения и прокачать финансовую самодисциплину.

<p><b>День 1.</b> Определить финансовую цель.</p> <p>Стоимость цели вписать здесь:</p> <p>_____</p>	<p><b>День 2.</b> Записать, сколько надо откладывать в день, чтобы достигнуть цели за 30 дней:</p> <p>_____</p> <p>Сделать первый взнос.</p>	<p><b>День 3.</b> Составить список расходов текущего месяца.</p>	<p><b>День 4.</b> Отказаться от одного вида расходов до конца челленджа – положить сэкономленное на счет цели.</p>
<p><b>День 5.</b> Завести платежную карту с кешбэком.</p>	<p><b>День 6.</b> Выставить на продажу ненужную вещь. Прибыль положить на счет цели.</p>	<p><b>День 7.</b> Посмотреть на термометр за окном и отложить в копилку цели сумму по формуле: число градусов x 10. Цифру ниже нуля считать положительной.</p>	<p><b>День 8.</b> Не обедать в кафе. Взять еду с собой.</p>
<p><b>День 9.</b> Пойти в магазин со списком покупок.</p>	<p><b>День 10.</b> Составить список своих вредных финансовых привычек и отказаться от одной их них.</p>	<p><b>День 11.</b> Оштрафовать себя за импульсивную покупку на 500 рублей и положить деньги на счет цели.</p>	<p><b>День 12.</b> Устроить день без покупок.</p>
<p><b>День 13.</b> Округлить сумму на платежной карте. «Хвостик» положить на счет цели.</p>	<p><b>День 14.</b> Отказаться от бутылированной воды и купить фильтр.</p>	<p><b>День 15.</b> Проверить, выгоден ли тариф мобильного телефона и интернета.</p>	




# третий этап Достигни цели за 30 дней



Подробнее —  
на портале  
[моифинансы.рф](http://моифинансы.рф)

**Поставьте перед собой реальную финансовую цель:**  
чтобы вы хотели купить через 30 дней.

Далее каждый день делайте по одному простому шагу, прописанному в нашем списке. Каждый шаг – это финансовая помощь в достижении цели. Зачеркивайте клеточку с каждым выполненным действием. Челлендж поможет закрепить привычку создавать сбережения и прокачать финансовую самодисциплину.

<b>День 16.</b> Платить только наличными.	<b>День 17.</b> Разобрать кухонный шкаф с продуктами.	<b>День 18.</b> Завести дисконтные карты двух продуктовых магазинов, в которые вы ходите чаще всего.	<b>День 19.</b> Проверить копилку: сколько осталось до цели.
<b>День 20.</b> Подписаться на сайты и группы в соцсетях с анонсами бесплатных мероприятий в своем городе.	<b>День 21.</b> Сходить на любое бесплатное мероприятие.	<b>День 22.</b> Составить список бесплатных хобби.	<b>День 23.</b> Отказаться от подписки на сервисы, которыми давно не пользовались.
<b>День 24.</b> Не покупать напитки по дороге.	<b>День 25.</b> Использовать меньше воды, чем ваша норма.	 <b>День 26.</b> Выключать свет дома, когда он не нужен.	<b>День 27.</b> Промониторить акции, скидки и промокоды в магазинах. Найти товар, который хотели купить.
	<b>День 28.</b> Разобраться с получением налогового вычета.	<b>День 29.</b> Проверить, сколько удалось сэкономить за время прохождения челленджа.	<b>День 30.</b> Совершить покупку, которая была вашей финансовой целью в начале челленджа.

