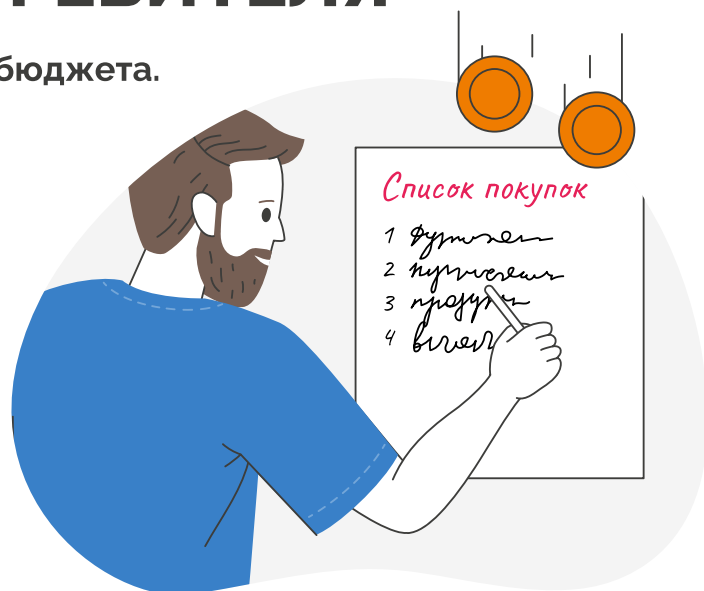


# 7 ГЛАВНЫХ ВЫВОДОВ ОСОЗНАННОГО ПОТРЕБИТЕЛЯ

Они помогут сэкономить до 20% личного бюджета.  
Полезно для любого возраста!

## 1 ЗАПРЕТЫ И ЖЕСТКАЯ ЭКОНОМИЯ — НЕ ДЛЯ МЕНЯ

Это приводит к срывам и растратам.  
Я трачу с удовольствием, но только на то,  
что **мне, действительно, нужно.**



## 2 ПЛАНИРУЮ ПОКУПКИ

В том числе и спонтанные — **выделяю  
в бюджете на них деньги** и получаю  
радость от этих трат.

## 3 СОСТАВЛЯЮ СПИСОК ПОКУПОК ПЕРЕД ПОХОДОМ В СУПЕРМАРКЕТ

Это помогает **не потратить лишнего**  
и выйти из магазина без чувства вины.

## 5 НАСТРАИВАЮ СВОЙ ЦИФРОВОЙ КОНТЕНТ

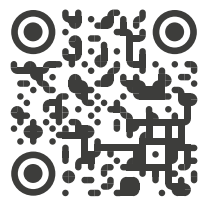
Отключаю пуш-уведомления  
маркетплейсов и скрываю объявления,  
которые заставляют купить то,  
что я **не планировал.**

## 4 РАЗБИРАЮ РАЗ В ГОД ВСЕ ШКАФЫ

В том числе и на кухне.  
Там обязательно **находится  
нечто забытое/нужное,**  
что я хотел купить снова.

## 6 АКЦИИ НЕ ДЕЛАЮТ ВЕЩИ НУЖНЫМИ!

Лучший способ уберечь свой кошелек  
от растрат по акциям типа «1+1=3» —  
это вопрос самому себе: «Что будет,  
если я это не куплю?».



Больше  
финансовых  
советов  
ищите на  
**моифинансы.рф**



## 7 ПОМНЮ, ЧТО УДОВОЛЬСТВИЕ — НЕ ТОЛЬКО В ПОКУПКАХ

Например, **росту суммы на депозите**  
можно радоваться не меньше,  
чем новым туфлям.

### РАЗУМНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ МЕНЯЕТ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

Это сложно. Но если цель — научиться тратить осознанно и сберегать,  
то начните постепенно. Например, сначала откажитесь от импульсивных  
трат на мелочи. Желаем удачи!