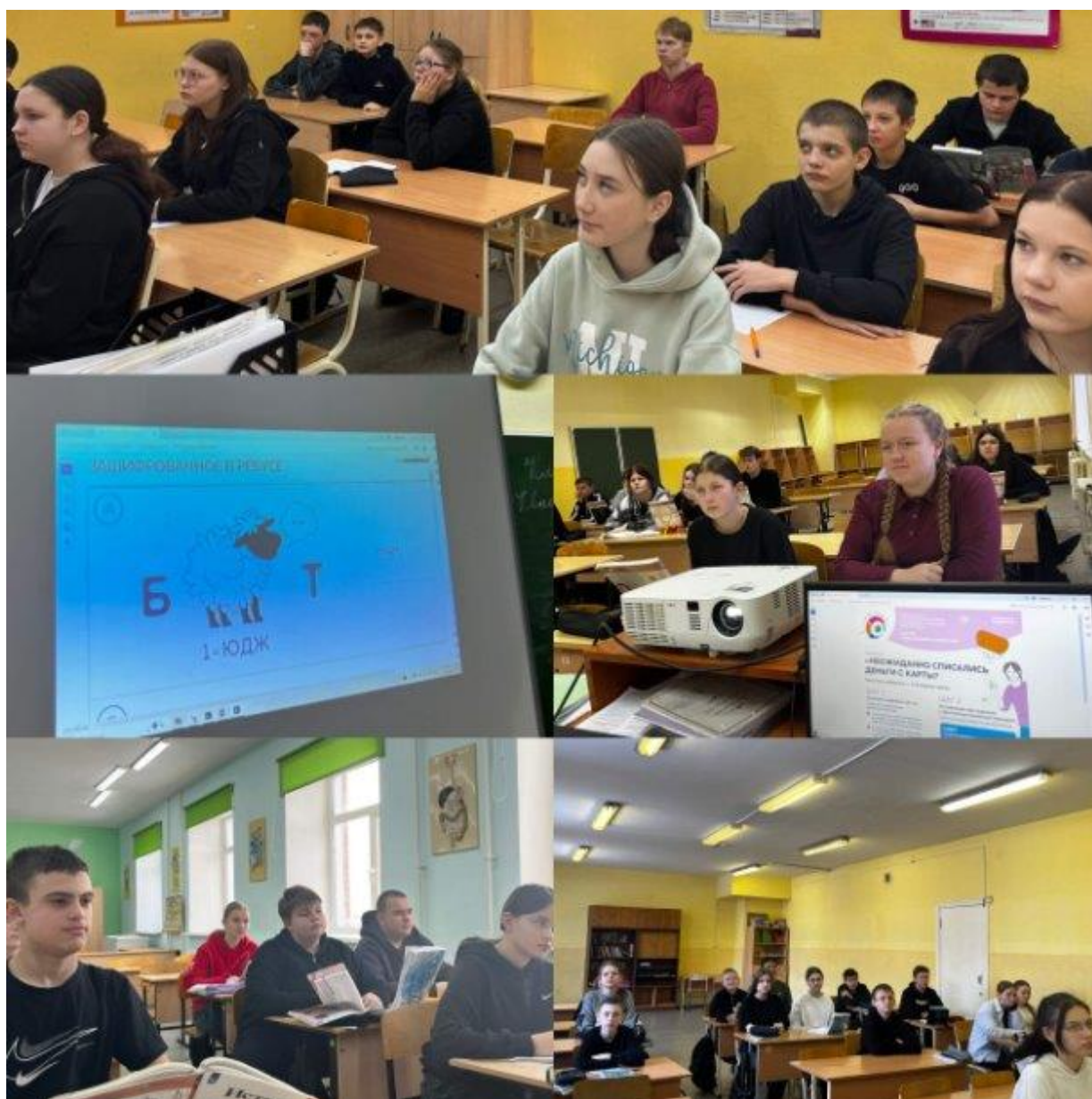


30 января 2026 года, в МБОУ «Называевская СОШ №1» Омской области прошли уроки финансовой грамотности в рамках Всероссийской просветительской эстафеты «Мои финансы» (7 этап), тема «Рациональное потребления».

Обучающиеся разгадывали финансовые ребусы, познакомились с памяткой «Как не нахватать лишнего на распродажах», а так же изучили чек- лист спонтанных покупок. В условиях постоянно меняющейся экономической ситуации умение грамотно распоряжаться ресурсами становится не просто полезным навыком, а жизненной необходимостью. Рациональное потребление помогает:

- сохранять финансовую стабильность
- избегать импульсивных покупок
- снижать долговую нагрузку и многое другое.





Всероссийская
просветительская Эстафета
по финансовой грамотности
«Мои финансы»



МИНИСТЕРСТВО
ФИНАНСОВ
РОССИИ

МОИ ФИНАНСЫ

Этап VII:
«Рациональное потребление»

ПАМЯТКА

«НЕОЖИДААННО СПИСАЛИСЬ ДЕНЬГИ С КАРТЫ?»

Как этого избежать — 3 основных шага»

ШАГ 1

Проводим цифровой чек-ап

Собираем информацию
обо всех подписках:

- ✓ в настройках своего смартфона в разделе «Подписки»: App Store для iOS, Google Play для Android
- ✓ в электронной почте, например, по ключевым словам: «подписка», «списание», «продление», «квитанция»
- ✓ в договоре (если заключали с какой-либо организацией: банк, страховая, интернет-сервис), например, по названиям вроде «Premium Care», «Защита Плюс», «Сервис Премиум», «Пакет Привилегий», «страховка»
- ✓ в банковских выписках за последние 2-3 месяца: ищем регулярные небольшие списания

СОВЕТ

Такой мониторинг лучше
проводить раз в месяц.
Это займет не больше 20 минут.

ШАГ 2

Не забываем про подписки
с бесплатным (пробным) периодом
Часто они продлеваются автоматически.

СОВЕТ

Ставьте напоминание на телефон
за 2 дня до окончания пробного периода.
Решите сразу: платить или отменить.

ШАГ 3

Устанавливаем мобильное
приложение банка и включаем
push-уведомления об операциях
по карте (у большинства банков
эта услуга бесплатная).

Так можно увидеть «ненужное» списание.

СОВЕТ

Видите непонятный платеж — звоните
в банк за уточнениями. Возможно, списание
получится оспорить и вернуть деньги.

Всего несколько минут в месяц, потраченных
на эту проверку, помогут сэкономить сотни,
а то и тысячи рублей. Сделайте этот цифровой
чек-ап своей финансовой привычкой!



Больше
финансовых
советов
ищите на
моифинансы.рф

