

Kakebo



Il quaderno dei conti di casa nato in Giappone nel 1904. A inizio mese decidi quanto mettere da parte, durante il mese scrivi ogni spesa in una delle quattro categorie, a fine mese rispondi alle quattro domande.

Il mese di _____

1. Quanto entra

Stipendio	€
Altre entrate	€
Totale entrate (A)	€

2. Le spese fisse, da togliere subito

Affitto o mutuo	€
Bollette	€
Abbonamenti	€
Telefono e internet	€
Rate	€
Assicurazioni e spese annuali ($\div 12$)	€
	€
Totale spese fisse (B)	€

3. Quanto voglio mettere da parte

Obiettivo di risparmio del mese (C)	€
--	---

4. Quanto posso spendere

Disponibile per il mese = $A - B - C =$ _____ €

Per le settimane 1-4 = disponibile $\times 7 \div$ giorni del mese = _____ € a settimana

Per la settimana 5 (dal 29) = disponibile $\times$ giorni che restano $\div$ giorni del mese = _____ €

Le quattro categorie

Sopravvivenza

quello che serve per vivere: spesa alimentare, farmaci, trasporti, prodotti per la casa.

Optional

quello che scegli, ma non ti serve: ristoranti, bar, cibo a domicilio, shopping.

Cultura

quello che ti fa crescere: libri, cinema, mostre, concerti, corsi.

Extra

quello che non avevi previsto: regali, riparazioni, visite mediche, multe.

Settimana 1

giorni 1-7

Budget della settimana: _____ €

Giorno	Sopravvivenza	Optional	Cultura	Extra
_ / _				
_ / _				
_ / _				
_ / _				
_ / _				
_ / _				
_ / _				
Totale				

Speso: _____ € Restano: _____ €

Cosa ho notato questa settimana

Settimana 2

giorni 8-14

Budget della settimana: _____ €

Giorno	Sopravvivenza	Optional	Cultura	Extra
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
Totale				

Speso: _____ € Restano: _____ €

Cosa ho notato questa settimana

Settimana 3

giorni 15-21

Budget della settimana: _____ €

Giorno	Sopravvivenza	Optional	Cultura	Extra
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
Totale				

Speso: _____ € Restano: _____ €

Cosa ho notato questa settimana

Settimana 4

giorni 22-28

Budget della settimana: _____ €

Giorno	Sopravvivenza	Optional	Cultura	Extra
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
__ / __				
Totale				

Speso: _____ € Restano: _____ €

Cosa ho notato questa settimana

Settimana 5

dal 29 a fine mese

Budget della settimana: _____ €

Giorno	Sopravvivenza	Optional	Cultura	Extra
__ / __				
__ / __				
__ / __				
Totale				

Speso: _____ € Restano: _____ €

Cosa ho notato questa settimana

Note del mese

Quanto ho speso, categoria per categoria

	Sopravvivenza	Optional	Cultura	Extra	Totale
Settimana 1					
Settimana 2					
Settimana 3					
Settimana 4					
Settimana 5					
Totale mese					

Il risparmio vero

Entrate (A) _____ – spese fisse (B) _____ – spese del mese _____
= **risparmio** _____ €
Obiettivo (C) _____ € · raggiunto? ☐ sì ☐ quasi ☐ no

Le quattro domande del kakebo

1. Quanti soldi avevo?

2. Quanti ne volevo mettere da parte?

3. Quanti ne ho spesi?

4. Come posso migliorare il mese prossimo?
