

ЛИЧНЫЕ ФИНАНСЫ · БЮДЖЕТ И КРЕДИТЫ

«Бедные привычки»: где утекают деньги и что об этом говорит закон

Закон № 353-ФЗ о потребкредите ст. 5, 6, 7, 11 · Закон № 151-ФЗ о микрофинансовой деятельности · Закон № 177-ФЗ о страховании вкладов ст. 11 · НК РФ ст. 214.2 · Актуально на октябрь 2026

Как пользоваться этим листом

Ответьте на вопросы теста. Каждое «да» — привычка, на которой вы теряете деньги. Ниже по каждой — как её заменить и какие права дают законы о кредитах и вкладах.

Тест: да или нет

- Брали микрозаём «до зарплаты» хотя бы раз за год?
- Покупаете технику и мебель в кредит или рассрочку?
- Платите за ЖКУ и связь с комиссией?
- Держите сбережения дома наличными?
- Не знаете, сколько тратите за месяц на еду навынос, такси, подписки?
- Нет запаса денег хотя бы на месяц жизни?

1–2 «да» — есть утечки. 3 и больше — начните с раздела про займы и кредиты.

Займы и кредиты

✗ Микрозайм «до зарплаты»

353-ФЗ

Ставка до 0,8 % в день — это около 292 % годовых. Переплата по закону ограничена, но всё равно может превысить сам долг. Замена — запас денег на месяц.

! Рассрочка «0 %»

СТ. 6 353-ФЗ

Смотрите полную стоимость кредита в рамке на первой странице договора. Часто «0 %» — это скрытая наценка, страховка или платные услуги.

✓ Передумали брать кредит

СТ. 11 353-ФЗ

Целевой потребкредит можно вернуть досрочно в 30 дней, нецелевой — в 14 дней без предупреждения банка. Проценты — только за дни пользования.

✓ Страховка к кредиту

СТ. 7 353-ФЗ

От добровольной страховки, оформленной с кредитом, можно отказаться в 30 дней и вернуть деньги.

! **Кредитная карта вместо займа**

Льготный период работает, только если гасите долг полностью до его конца.
Снятие наличных и переводы с карты часто без льготы и с комиссией.

ОСТОРОЖНО

Сбережения

✗ **Деньги дома**

Их съедает инфляция, их могут украсть, они сгорают при пожаре.

ИНФЛЯЦИЯ

✓ **Вклад в банке**

Вклады застрахованы государством до 1,4 млн ₽ на человека в одном банке.
Проверьте, что банк есть в реестре участников системы страхования на сайте АСВ.

177-ФЗ

! **Налог с процентов**

С процентов по вкладам сверх необлагаемой суммы платят НДФЛ. Налоговая пришлёт уведомление сама.

СТ. 214.2 НК

✗ **«Вклад» с высокой доходностью от незнакомой компании**

Если компании нет в справочнике участников финансового рынка на сайте Банка России — не переводите деньги.

РИСК

Ежедневные траты

ПРИВЫЧКА	ЗАМЕНА
ЖКУ и связь с комиссией	Оплата в приложении банка или на сайте поставщика без комиссии
Платные подписки и опции, которыми не пользуетесь	Раз в месяц проверьте списания в выписке и отключите лишнее
Покупки по акции «только сегодня»	Правило 24 часов: отложите решение на сутки
Еда навынос и такси каждый день	Лимит на неделю, отдельная карта под эти траты

План на месяц

1 **Неделя 1**

Записывайте все траты. Найдите три самые ненужные.

2 **Неделя 2**

Отключите комиссии, подписки, лишние опции связи.

3 **Неделя 3**

Откройте накопительный счёт в банке из системы страхования вкладов. Настройте автоперевод части зарплаты.

4 **Неделя 4**

Сравните, сколько потратили, с первой неделей. Составьте бюджет на следующий месяц.

Чего не делать

- ✗ Не берите новый заём, чтобы погасить старый.
- ✗ Не подписывайте кредитный договор, не прочитав полную стоимость кредита.
- ✗ Не переводите сбережения «финансовым консультантам» из соцсетей и мессенджеров.

КODOBEE CЛOBO

бедные привычки

Напишите его боту **@labpravabot** — пришлём этот лист и разберём вашу ситуацию.

Телефон +7 (499) 390-60-21 · labprav.ru

Кредиты и займы съедают зарплату? Напишите в Telegram **@labpravabot**, сколько кредитов и займов, на какие суммы и есть ли просрочки, — скажем, что можно сделать по закону.

Нужен разбор вашего случая: письменная консультация юриста — правовая позиция, перечень документов и план действий по шагам. Заключение остаётся у вас. Запись по телефону +7 (499) 390-60-21.