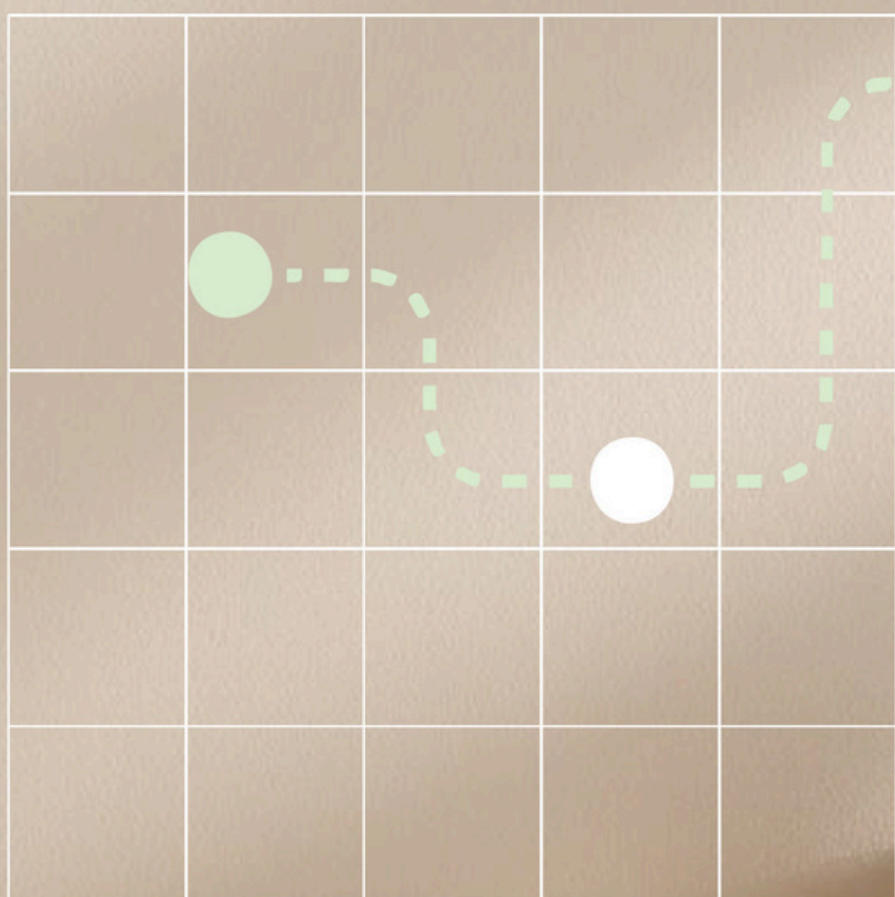


5X5

Μικρές Αλλαγές στις
Καθημερινές Δαπάνες



Γνώση
=
Χρήμα

FINANCIALLY EMPOWERED

Powered by Εθνική Τράπεζα

5X5

Μικρές Αλλαγές στις Καθημερινές Δαπάνες



Καφές
από σπίτι

1

2

Σούπερ μάρκετ
με σχέδιο



Ξεκαθάρισε
εφαρμογές
και συνδρομές

3

4

Μετακινήσεις
με σκέψη



Φαγητό εκτός –
λιγότερο, αλλά
καλύτερα

5

5X5

Μικρές Αλλαγές στις Καθημερινές Δαπάνες

Καφές από σπίτι



- • • • • **Διάλεξε καλό καφέ** ➡ Specialty coffee beans και φρεσκοαλεσμένος καφές δίνουν πιο πλούσια γεύση.
- • • • • **Εξοπλίσου** ➡ Μια μηχανή espresso ή AeroPress μπορούν να απογειώσουν το αποτέλεσμα.
- • • • • **Τέλειο αφρόγαλα** ➡ Μια χειροκίνητη αφρογαλιέρα ή ένα ατμοσύστημα θα σου χαρίσουν την υφή που αποζητάς.
- • • • • **Πρόσθεσε αρώματα** ➡ Κανέλα, κακάο, σιρόπι βανίλιας ή καραμέλας αυξάνουν τη γευστική ένταση.
- • • • • **Carpe coffee!** ➡ Βάλε μουσική, διάλεξε μια όμορφη γωνιά και απόλαυσε τη στιγμή!

5X5

Μικρές Αλλαγές στις Καθημερινές Δαπάνες **Σούπερ μάρκετ με σχέδιο**



- • • • • **Κάνε λίστα και μείνε σε αυτή ➡** Πριν φύγεις από το σπίτι, γράψε τι χρειάζεσαι και μην παρασύρεσαι από προσφορές που δεν σου είναι χρήσιμες.
- • • • • **Μην πηγαίνεις ποτέ πεινασμένος ➡** Η πείνα σε κάνει να βάζεις περισσότερα και αχρείαστα προϊόντα στο καλάθι.
- • • • • **Εκμεταλλεύσου τις προσφορές ➡** Αγόρασε σε προσφορά μόνο ό,τι ξέρεις ότι θα χρησιμοποιήσεις πριν λήξει - μην παρασύρεσαι.
- • • • • **Δες τα χαμηλότερα ράφια ➡** Τα πιο οικονομικά προϊόντα συχνά είναι κρυμμένα στα χαμηλά ράφια, κάτω από το ύψος των ματιών.
- • • • • **Δοκίμασε private labels ➡** Έχουν συχνά ίδια ποιότητα με τα επώνυμα!

5X5

Μικρές Αλλαγές στις Καθημερινές Δαπάνες

**Ξεκαθάρισε εφαρμογές
και συνδρομές**

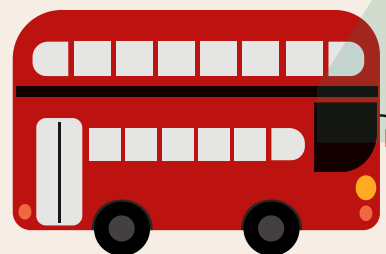


- • • • • **Κάνε ανασκόπηση των συνδρομών σου ➡** Μείνε στις υπηρεσίες που όντως χρησιμοποιείς και ακύρωσε ό,τι δεν χρειάζεται.
- • • • • **Εκμεταλλεύσου τις δοκιμαστικές περιόδους ➡** Δοκίμασε πριν δεσμευτείς και αποφάσισε αν η υπηρεσία σου προσφέρει αξία.
- • • • • **Σύγκρινε πακέτα και τιμές ➡** Υπάρχει πιο οικονομική επιλογή που καλύπτει τις ανάγκες σου;
- • • • • **Ρύθμισε υπενθυμίσεις για ανανεώσεις ➡** Μην ξεχνάς τις ημερομηνίες ανανέωσης, ώστε να αποφύγεις ανεπιθύμητες επιβαρύνσεις.
- • • • • **Δοκίμασε δωρεάν εναλλακτικές ➡** Πολλές φορές δωρεάν εκδόσεις κάνουν την ίδια δουλειά!

5X5

Μικρές Αλλαγές στις Καθημερινές Δαπάνες

Μετακινήσεις με σκέψη



- • • • • **Αγαπάμε τα ΜΜΜ** ➡ Είναι οικονομικά και συνήθως αξιόπιστα για τις καθημερινές μετακινήσεις.
- • • • • **Κοντινές αποστάσεις με πόδια ή ποδήλατο** ➡ Διπλό το όφελος: σε χρήματα και υγεία!
- • • • • **Carpooling με συναδέλφους** ➡ Μοιραστείτε το κόστος καυσίμων και μειώστε το κυκλοφοριακό φόρτο.
- • • • • **Σύγκρινε τιμές καυσίμων** ➡ Βρες την πιο συμφέρουσα επιλογή στην περιοχή σου ή μια ημέρα προσφορών.
- • • • • **Κάνε συνδυασμό** ➡ Για παράδειγμα, λεωφορείο με περπάτημα, αυτοκίνητο με μετρό.

5X5

Μικρές Αλλαγές στις Καθημερινές Δαπάνες

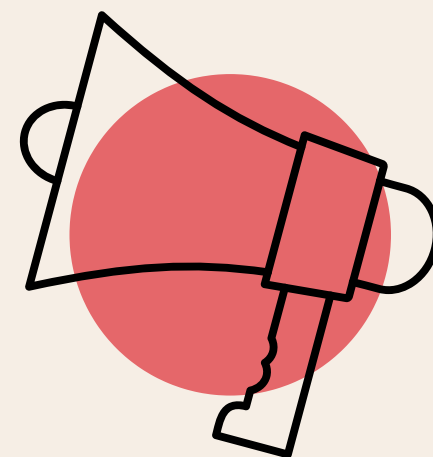
**Φαγητό εκτός –λιγότερο,
αλλά καλύτερα**



- **Επιλεκτικά φαγητό εκτός ➡** Όρισε συγκεκριμένες μέρες για γεύματα έξω, ώστε να γίνει κάτι ιδιαίτερο και όχι καθημερινή συνήθεια.
- **Meal prep στο σπίτι ➡** Προγραμματίσε και προετοίμασε υγιεινά γεύματα, μειώνοντας την ανάγκη για φαγητό απέξω.
- **Local διαμαντάκια ➡** Ανακάλυψε μικρά εστιατόρια που προσφέρουν ποιοτικά γεύματα σε λογικές τιμές.
- **Νέες συνταγές ➡** Η χαρά του σπιτικού μαγειρέματος μέσα από συνταγές που κάνουν το γεύμα εξίσου απολαυστικό με αυτό που βρίσκεις έξω!
- **Extra special ➡** Μέρος από τις οικονομίες σου μπορείς να το αφιερώσεις σε μια extra special έξοδο στο τέλος του μήνα - κάτι που ήθελες καιρό να δοκιμάσεις.



ΕΓΓΡΑΦΕΙΤΕ ΣΤΟ NEWSLETTER
a8inea.com/fin-empowered



FINANCIALLY EMPOWERED

Powered by Εθνική Τράπεζα



ΕΘΝΙΚΗ
 ΤΡΑΠΕΖΑ

