



## PLAN DE GASTOS: MAYRA

“El tiempo vuela como una flecha,” pensaba Mayra mientras veía una película con su pequeño hijo. Parece que fue ayer que nació su hijo, pero ya casi tiene 5 años. Mayra es una madre soltera y vive con su hijo Alex y su siempre alegre pajarito, Paco. Están disfrutando de la vida, aunque sea algo apretada. Mayra solo puede imaginarse como pasarán los próximos años con su hijo y quiere aprovechar del tiempo. Están alquilando ahorita, pero Mayra quiere comprar su propia casa en los próximos años.

**¡Ayúdenle a Mayra revisar y ajustar su gastos mensuales -- Pero con cuidado! No le quiten el gasto mensual de \$200. ¡Mayra le manda dinero a su mama que vive en El Salvador y este gasto mensual no es negociable!**

	Bruto	Neto		Bruto	Neto
Trabajo	\$2,200.00	\$1,850.00	Ingreso: ( )		
Mant de Niño	\$250.00	\$250.00	SSI/SSDI		
WIC			Otro:		
SNAP			<b>Ingreso Total</b>	\$2,450.00	\$2,100.00

  

<b>Hogar</b>	Estimación de Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos	<b>Misc.</b>	Estimación de Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos
1era Hipoteca		-		Gastos de niño		\$225.00	
2nda Hipoteca		-		Salud/Dental		\$15.48	
Impuestos/Seguros		-		Mascota		\$19.90	
Renta		\$700.00		Entretenimiento		\$15.02	
Cable		\$75.00		Dinero Mandado		\$200.00	
Internet (con renta)		incl.		Diezmo		-	
Teléfono		\$55.00		<b>Subtotal</b>		<b>\$475.40</b>	
Electricidad y Agua		\$80.00		<b>Ahorros</b>	Estimación de Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos
Gas		-		Jubilación		\$0	
Basura		incl.		Emergencia		\$0	
<b>Subtotal</b>		<b>\$910.00</b>		<b>Subtotal</b>		<b>\$0</b>	
<b>Transportacion</b>	Estimación de Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos	<b>Pagos de Deuda</b>	Estimación de Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos
Gasolina		\$101.93		Tarjeta de crédito		\$15 (mínimo)	
Mantenimiento		-		Tarjeta de crédito		\$25 (mínimo)	
Bus		-		Tarjeta de crédito		\$40 (mínimo)	
<b>Subtotal</b>		<b>\$101.93</b>		Carro		\$205.00/m	
<b>Aseguranza</b>	Estimación de Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos	Préstamo Estudiantil		\$72.15/m	
Auto		\$75.00					
Rentar		\$12.00					
Salud		Empleador		<b>Subtotal</b>		<b>\$357.15</b>	
<b>Subtotal</b>		<b>\$87.00</b>		<b>Otros Pagos</b>	Estimación de Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos
<b>Compras</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta de Gastos	Mant. de nino		-	
Mercado		\$160.00		Deuda Médica		-	
Comer en Calle		\$152.08		Gimnasio		\$35.93/m	
Ropa		\$27.00		<b>Subtotal</b>		<b>\$35.93</b>	
Corte de Pelo		\$55.00		<b>Gastos Totales</b>		<b>\$2361.49</b>	
<b>Subtotal</b>		<b>\$394.08</b>					

# Plan de Gastos: Luis

“Por fin pagamos el carro – ahora hay que celebrar - Sin los niños!” le dijo Luis a su esposa Aracely. Han pasado los últimos 22 meses pagando sus deudas y ahora solo tienen que pagar las dos tarjetas de crédito. Quieren empezar un fondo de emergencia y un fondo universitario para los niños. Tienen dos hijos, Luz (12) y Mateo (5). Luis trabaja tiempo completo con beneficios y un plan de jubilación con igualdad de 3%, mientras Aracely tiene un negocio de cuidado de niños en casa. Entre los dos ganan más o menos \$45,000 por año. **¡Ayúdenle a Luis lograr sus metas! ¡Revisen los gastos y hagan los cambios necesarios!**

	Bruto		Neto			Bruto		Neto	
Ingreso	\$2,500.00		\$2,200.00		Ingreso	\$1200.00		\$950	
Manutención					SSI/SSDI				
WIC					Otro:				
SNAP					<b>Ingreso Total</b>	\$3700.00		\$3150.00	
<b>Hogar</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos		<b>Mas Gastos</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos	
1era Hipoteca		-			Gastos del niño		\$225.00		
2nda Hipoteca		-			Salud/Dental		\$15.48		
Impuesto/Seguro		-			Mascotas				
Renta		\$1000.00			Entretención		\$100		
Cable		\$95.00							
Internet (con renta)		incl.			Sin Categoría		\$41		
Teléfono		\$150.00			<b>Subtotal</b>		<b>\$381.48</b>		
Electricidad/ Agua		\$85.00			<b>Ahorros</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos	
Gas		-			Jubilación		Trabajo		
Basura		incl.			Ahorros		\$0		
<b>Subtotal</b>		<b>\$1330.00</b>			<b>Subtotal</b>		<b>\$0</b>		
<b>Transporte</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos		<b>Pago de Deuda</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos	
Gas		\$119.93			Tarjeta de crédito		\$75 (Mínimo)		
Mantenimiento		-			Tarjeta de crédito		\$25 (Mínimo)		
Bus		-							
<b>Subtotal</b>		<b>\$119.93</b>			Carro		\$205.00/M		
<b>Seguro</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos		Préstamo Estudiantil				
Auto		\$75.00							
Rentar		\$12.00							
Salud		Trabajo			<b>Subtotal</b>		<b>\$305.00</b>		
Vida		Trabajo			<b>Otros Pagos</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos	
<b>Subtotal</b>		<b>\$87.00</b>			Manutención		-		
<b>Compras</b>	Estimación De Gastos	Gasto Actual	Meta De Gastos		Deuda Médica		-		
Mercado		\$360.00			Gimnasio		\$100/M		
Comer en Calle		\$192.08			<b>Subtotal</b>		<b>\$100</b>		
Ropa		\$27.00			<b>GASTOS TOTALES</b>		<b>\$2902.49</b>		
<b>Subtotal</b>		<b>\$579.08</b>							

# Seguimiento de Gastos

FECHA DE SEGUIMIENTO POR 30 DIAS

Renta Hipoteca	Comida	Servicios	Transportación	Medico/ Dental	Ahorros	Aseguranza	Donaciones y Diezmo	
	Comida							
\$ Total			\$ Total	\$ Total				
Hijos y Estudios		Mascota	Entretenimiento	Comida Afuera	Tarjetas de Credito	Préstamos	Otras Deudas	
\$ Total	\$ Total	\$ Total	\$ Total	\$ Total	\$ Total	\$ Total		
Otros Gastos:	Otros Gastos:	Otros Gastos:	Gastos Periódicos:	Gastos Periódicos:	Gastos Periódicos:	META 1:	META 2:	
			<i>Transferencia</i>	<i>Transferencia</i>	<i>Transferencia</i>	<i>Transferencia</i>	<i>Transferencia</i>	
			\$ Total					
\$ Total	\$ Total	\$ Total						

**TOTAL DE GASTOS MENSUALES**

\$

**DevNW**

# Seguimiento de Gastos Mensuales

Escoja un método para hacer el seguimiento de sus gastos por 30 días. Hay varias estrategias disponibles pero el punto es que escoja la opción con cual se siente comfortable para que se pueda dedicar y llevar a cabo el registro de sus gastos por 30 días.

## Método de Recibo

- Guarde todo los recibos y comprobantes de todos sus gastos y transacciones

## Método de Sobres

- En sobres separados ponga la cantidad de dinero disponible para cada gasto y anote las transacciones

## Método Chequera

- Describir con detalle todas las transacciones en su registro de cheques

## Método de Cuaderno/Libreta

- Mantenga un registro diario de todos los gastos

## Método del Calendario

- Los ingresos y gastos de en un calendario mensual

**¡¿Aplicaciones por medio de su banco?!**

# Creando Metas Inteligentes

eSpecifica

Medible

Alcanzable

Realista

Tiempo Oportuno

---

## **S-Especifica:**

Una meta especifica tiene muchas más posibilidades de ser lograda que una meta general. Para establecer una meta especifica que debe responder a las síes preguntas.

\*Quien: ¿Quién está involucrado?

\*Que: ¿Qué quiero lograr?

\*Donde: Identifica una ubicación

\*Cuando: Establecer un marco de tiempo

\*Cual: Identificar los requisitos y limitaciones

\*Por qué: Las razones específicas, propósitos o beneficios de lograr la meta

Ejemplo: Un objetivo general seria “Ponerse en forma”. Pero una meta especifica seria decir: “Unirse a un gimnasio 3 días a la semana”.

---

## **Medible:**

Establecer criterios concretos para medir el progreso hacia el logro de cada meta que ha establecido.

Cuando usted mide su progreso, a mantener el rumbo, a alcanzar sus plazos y experimenta la emoción del logro que impulsa al continuo esfuerzo necesario para alcanzar su meta.

Para determinar si su meta es medible hacer preguntas como.... ¿Cuánto? ¿Cuántos? ¿Cómo sabré cuando se lleva a cabo?

## **Adquirible - Alcanzable**

Al identificar las metas que son más importantes para usted, comience a descubrir maneras de hacerlas realidad. Usted desarrolla las actitudes, habilidades, destrezas y capacidad financiera para llegar a ellos. Empieza a ver oportunidades previamente pasadas por alto para traer a si mismo más cerca a el logro de sus metas.

Puede alcanzar casi cualquier meta que establecido cuando usted planea sus pasos con prudencia y establecer un marco de tiempo que le permite llevar a cabo esos pasos. Objetivos que pueden haber parecido muy lejos y fuera del alcance finalmente se acercan y se vuelven alcanzables, no porque sus

# Creando Metas Inteligentes

objetivos se reducen, pero debido a que crecen y se expandan para que coincida con ellos. Cuando genera sus metas fortalece la imagen de sí mismo. Usted se ve como digno de estos objetivos y desarrolla los rasgos y la personalidad que le permiten poseerlas.

## **Realista**

Para ser realista una meta debe representar un objetivo hacia el que ambos están dispuestos y capaces de trabajar. Un objetivo puede ser a la vez de alta y realista; usted es el único que puede decidir qué tan alta debe de ser su meta. Pero asegúrese de que cada meta representa un avance sustancial. Un alto objetivo es con frecuencia más fácil de alcanzar que una baja debido a una meta baja ejerce bajo la fuerza de motivación. Algunos de los trabajos más difíciles que jamás logrado en realidad parecen fácil simplemente porque eran un trabajo de amor.

Su objetivo es probablemente realista si usted realmente cree que se puede lograr. Otras formas de saber si su meta es realista es para determinar si usted ha logrado algo similar en el pasado o preguntarse qué condiciones tendrán que existir para lograr este objetivo.

## **Tiempo Oportuno**

La meta debe ser bien fundada dentro de un marco de tiempo. Sin ningún marco de tiempo no hay sentido de urgencia. Por ejemplo: Si usted quiere perder 10 libras ¿En cuánto tiempo quiere perderlas? “Algún día” no va a funcionar. Pero si usted sujeta dentro de un marco de tiempo, el “1 de Mayo”, entonces usted ha fijado su mente inconsciente a comenzar a trabajar en la meta. Palpable-Una meta es palpable cuando se puede experimentar con uno de los sentidos, es decir, el gusto, el tacto, el olfato, la vista o el oído. Cuando su objetivo es palpable usted tiene una mejor oportunidad de llegar a específicos, medibles y por lo tanto alcanzable.

S.M.A.R.T.

# Metas Inteligentes

**S** **(E)specífica** - Una meta específica tiene muchas más posibilidades de ser lograda que una meta general. Para establecer una meta específica debe de preguntarse las siguientes preguntas: ¿Quién están involucrados? ¿Qué quiero lograr? ¿Cuándo? ¿Porque?

**M** **edible** - Establecer criterios concretos para medir el progreso hacia el logro de cada meta que ha establecido. Cuando usted mide su progreso, se mantiene a rumbo, alcanzando sus metas con continuo esfuerzo necesario de largo y corto plazo

**A** **dquirible/Alcanzable** - Puede alcanzar casi cualquier meta que estableció cuando usted planea sus pasos con prudencia y establecer un marco de tiempo que le permite llevar a cabo esos pasos. Objetivos que pueden haber parecido muy lejos y fuera del alcance finalmente se acercan y se vuelven alcanzables, no porque sus objetivos se reducen, pero debido a que crecen y se expanden para que coincida con ellos. Cuando genera sus metas fortalece la imagen de si mismo.

**R** **ealista** - Para ser realistas, una meta debe representar un objetivo hacia el que ambos están dispuestos y capaces de trabajar. Un objetivo puede ser a la vez de alta y realista; usted es el unico que puede decidir que tan alta debe ser su meta. Su objetivo es probablemente realista si usted realmente cree que se puede lograr.

**T**  **tiempo Oportuno** - La meta debe ser bien fundada dentro de un marco de tiempo. Sin ningún marco de tiempo atado a ella, no hay sentido de urgencia. Por ejemplo, si usted quiere perder 10 libras, en cuanto tiempo quiere perderlas? "Algún día no va a funcionar. Pero si usted sujeta dentro de un marco de tiempo, "el 1 de Mayo, entonces usted a fijado su mente inconsciente a comenzar a trabajar en la meta.

(S) Definir la Meta:	Ahorros de Emergencia	Meta Financiera 1: Ahorros de Emergencia	Meta Financiera 2:	Meta Financiera 3:
(M) Defina una cantidad en \$:	\$500 (1)			
Ahorros Actuales	\$0 (2)			
Ahorros Necesarios (Línea 1- Línea 2)	\$500 (3)			
(T) Cuando quiero cumplir la meta?	1 año (4)			
En cuantos meses?	12 (5)			
(A) ¿Cuánto necesita por mes? (Línea 3/ Línea 5)	\$42/m (6)			
(R) Es importante para mí? Puedo hacer esto?	¡Claro que Si! (7)			

# Plan de Gastos Flujo de Dinero

Plan de Gastos: Pilar	Mes Anterior	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Proximo Mes
<b>Saldo de Efectivo Inicial</b>		\$0.00	(\$258.49)	(\$764.15)	\$73.29	---
<b>Entrada de Dinero</b>						
Trabajo #1		\$1,199.83		\$1,199.83		
Otro: _____						
Otro: _____						
<b>Total de Fuentes de Dinero</b>		\$1,199.83	(\$258.49)	\$435.68	\$173.29	
<b>Dinero que Sale</b>						
<b>Hogar</b>						
Alquiler or pago de Hipoteca		675.00				
Impuestos/Seg/HOA						
Cable						
Internet			45.00			
Telefono		62.00				
Electricidad/Agua			90.00			
Basura						
<b>Transportacion</b>						
Combustible para Autos		67.10		55.23		
Mantenimiento de Vehiculo		30.00				
Autobus						
<b>Seguro de Automovil</b>						
Auto		75.00				
Alquiler			15.10			
Salud						
Seguranza de Vida/Disabilidad						
<b>Compras</b>						
Mandado		230.57	24.00		34.54	
Comer Fuera		22.25	15.63	163.42	6.99	
Ropa				24.99		
Corte de Pelo		65.00	13.00			
<b>Variado</b>						
Gastos Escolares		40.00				
Medical/Dental					24.56	
Cuidado de Mascota		84.49				
Entretenimiento		26.91		15.75	1.20	
Cine		20.00				
Otro		5.00	0.78	3.00	1.00	
<b>Ahorro</b>						
Retiro						
Ahorros						
<b>Deuda</b>						
Tarejta de Credito		15.00				
Tarjeta de Credito			25.00			
Tarjeta de Credito		40.00				
Pago de Auto			205.00			
Prestamo de Universidad			72.15			
<b>Otros Pagos</b>						
Manutencion de los hijos						
Deuda Medica						
<b>Uso Total de el Dinero que Sale</b>		1,458.32	405.66	262.39	68.29	
<b>Menos total de fuentes de dinero que entra</b>		\$1,199.83	(\$258.49)	\$435.68	\$173.29	

# Plan de Gastos: Flujo de Efectivo

Plan de Gastos:	Mes Anterior	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Proximo Mes
<b>Saldo de Efectivo Inicial</b>						---
<b>Entrada de Dinero</b>						
Trabajo #1						
Otro: _____						
Otro: _____						
<b>Total de Fuentes de Dinero</b>						
<b>Dinero que Sale</b>						
<b>Hogar</b>						
Alquiler or pago de Hipoteca						
Impuestos/Seg/HOA						
Cable						
Internet						
Telefono						
Electricidad/Agua						
Basura						
<b>Transportacion</b>						
Combustible para Autos						
Mantenimiento de Vehiculo						
Autobus						
<b>Seguro de Automovil</b>						
Auto						
Alquiler						
Salud						
Seguranza de Vida/Disabilidad						
<b>Compras</b>						
Mandado						
Comer Fuera						
Ropa						
Corte de Pelo						
<b>Variado</b>						
Gastos Escolares						
Medical/Dental						
Cuidado de Mascota						
Entretenimiento						
Cine						
Otro						
<b>Ahorro</b>						
Retiro						
Ahorros						
<b>Deuda</b>						
Tarejta de Credito						
Tarjeta de Credito						
Tarjeta de Credito						
Pago de Auto						
Prestamo de Universidad						
<b>Otros Pagos</b>						
Manutencion de los hijos						
Deuda Medica						
<b>Uso Total de el Dinero que Sale</b>						
<b>Menos total de fuentes de dinero que entra</b>						