

# ¡Cuide su salud financiera y logre más calidad de vida!

La salud financiera, tan importante como la salud física o mental, permite una vida con más calidad, armonía y estabilidad.

El año 2020 le mostró al mundo que los imprevistos suceden y debemos estar preparados financieramente para enfrentarlos. Tener reservas nunca fue tan importante como ahora, en un mundo pos pandémico.

## ¡Prográmese!

Tener una reserva de emergencia es fundamental para mantener la calma en situaciones inesperadas. El valor que debe reservarse, generalmente, es de 6 meses del costo de vida de una persona. O sea, si Ud. gana un salario mensual de US\$ 3.000,00, su reserva debería ser de alrededor US\$ 18.000,00. Para trabajadores estables, la reserva puede variar de 3 y 4 meses de salario.

## Conozca los diferentes perfiles

Podemos mencionar 4 perfiles:



**Ahorradores:** siempre tienen una reserva de emergencia;



**Gastadores:** viven en el aquí y ahora sin preocupaciones;



**Donantes:** siempre están dispuestos a ayudar a quien necesite;

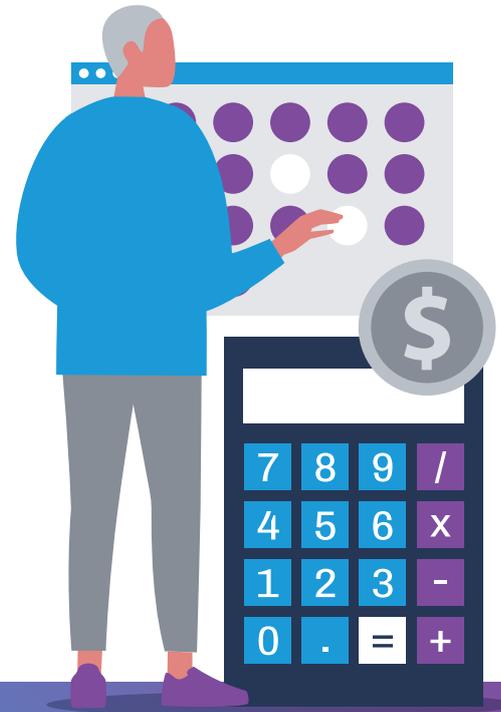
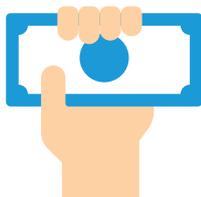


**Planificadores:** establecen metas económicas y formas de lograrlas.

## ¡Siempre alerta!

Sin dinero, el estrés, las preocupaciones y los anhelos se apoderarían de su vida. El mejor medio de evitar el miedo constante de no estar seguro de si se podrán pagar las facturas al final del mes es planificando.

- Sea organizado (controle las entradas y salidas de ingresos);
- Pronostique y controle los gastos;
- Deje que el dinero rinda;
- Establezca metas;
- Escape del sobregiro.



## Educación financiera para niños, ¡sí!

Los niños que aprenden a lidiar con el dinero desde una edad temprana se vuelven adultos más conscientes de sus ganancias. La educación financiera debe formar parte de las conversaciones familiares siempre que sea posible. Empiece cubriendo los conceptos básicos y desarrolle la conversación con sus hijos a medida que ellos crezcan.

- Explíqueles desde temprano las diferencias entre efectivo, tarjeta y cheque;
- Involucre a los niños en el presupuesto familiar mostrándoles los costos de alimentación, ropa, escuela y demás cuentas;
- Utilice juegos que simulen la vida financiera, como Monopoly y Game of Life;
- Incentive los niños a ahorrar. Regáleles alcancías para que empiecen a comprender el concepto de ahorrar dinero para una meta;
- Deje el dinero de la excursión familiar con el niño. Eso lo forzará a elegir prioridades.

**Garantice más calidad de vida y estabilidad para usted y su familia. ¡Defina metas y póngalas en práctica desde ahora!**