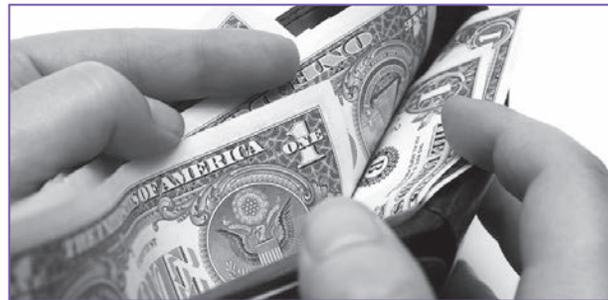


# Manejando sus finanzas



## Lo que está pasando

Si usted siente que sus finanzas están fuera de control, ¡no está solo! Muchas personas se preocupan por el dinero. Aunque sea común, la lucha diaria para pagar las cuentas crea estrés que puede ser dañino para su vida familiar y el bienestar de su hijo.

## Lo que usted podría estar observando

Se puede decir que su familia tiene “estabilidad financiera” si tiene:

- La habilidad de pagar las cuentas a tiempo
- Un monto de deuda manejable
- Un fondo de emergencia con suficiente para vivir de 3–6 meses como protección en contra de la pérdida de ingresos

## Lo que usted puede hacer

Sea como sea su situación, usted puede tomar ciertos pasos para llevar a su familia hacia una situación financiera más estable.

- **Esté consciente de dónde va su dinero.** Siga los gastos de su familia por un mes y mantenga al día su libreta bancaria. Estos pasos le ayudarán a sentirse más en control y a crear un presupuesto razonable.
- **Organícese.** Asegúrese de saber cuánto gana cada persona en su hogar y cuándo le pagan. Sepa cuáles recibos se tendrán que pagar de cada sueldo. Mantenga sus recibos en un lugar central para que no se pierdan, y revise sus finanzas a menudo.
- **Gaste solamente lo que gane.** Guarde sus tarjetas de crédito y use dinero en efectivo. Esto ayudará a asegurar que solamente compre lo que de verdad necesita y quiere.

- **Obtenga ayuda para estirar su presupuesto.**

Programas Estatales y Federales incluyen el Crédito por Ingreso del Trabajo (EITC, por sus siglas en inglés); el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP, sus siglas en inglés) o el Programa Especial de Nutrición Suplementaria Para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, sus siglas en inglés); el programa de Asistencia Temporal Para Familias Necesitadas (TANF sus siglas en inglés); servicios de cuidado de menores o vivienda a bajo costo; Head Start y otros.

- **Búsquese una cuenta bancaria.** Los servicios de cambio de cheques o préstamos de día de pago cobran cuotas altas. Un programa que ayuda a personas a acceder a cuentas corrientes gratis o a bajo costo se llama Bank On, (sólo disponible en inglés) en <http://joinbankon.org/about/>.
- **Empiece a ahorrar.** Cuentas de desarrollo individual (IDA, por sus siglas en inglés) igualan sus ahorros para ayudarlo a alcanzar una meta como la compra de una casa, entrenamiento para un trabajo nuevo, o empezar una pequeña empresa. Encuentre un programa de IDA cerca de usted en <https://prosperitynow.org/map/idas> (sólo disponible en inglés).
- **Busque nuevas oportunidades de empleo.** Programas de preparación para el empleo, capacitación vocacional, contratación y orientación profesional pueden ayudarlo a encontrar y a calificar para nuevas oportunidades que podrían pagar mejor y llevarlo hacia una situación financiera más segura.

---

**Recuerde:** Sí es posible lograr la estabilidad financiera, aun después de un retraso. ¡Los pasos que tome hoy ayudarán a crear un futuro mejor para su familia!

---

Esta hoja de consejos fue adaptada usando información de la Fundación Nacional Para el Asesoramiento Crediticio (National Foundation for Credit Counseling, <https://debtrelief.nfcc.org/hispanic/es/>). Usted puede descargar esta hoja de consejos y obtener más consejos sobre la crianza en <https://www.childwelfare.gov/topics/preventing/preventionmonth/resources/tip-sheets/> o llamando al 800.394.3366.