



Un presupuesto es un registro de ingresos y gastos que debe llevarse por escrito -no mentalmente- pues de esta forma es más fácil organizar las cuentas. Te damos una “ayudadita” con las siguientes listas que pueden adaptarse a tu situación particular.

Ingresos familiares	
<b>FIJOS</b>	
Tu salario (quítale los impuestos)	\$
El salario de tu pareja o hijo que contribuya con los gastos del hogar	\$
<b>VARIABLES</b>	
Ganancias (si tienen un negocio familiar, vendes por catálogo o manejas un taxi, por ejemplo)	\$
Propinas	\$
Bonos	\$
Repartos de utilidades	\$
Aguinaldos	\$

Quizá pienses que no tiene mucho sentido hacer un presupuesto si tus ingresos son variables. Todo lo contrario: puede ayudarte a detectar patrones de ingreso y consumo de los que hoy no eres consciente. Si cuentas con ingresos de los dos tipos -fijos y variables- haz un esfuerzo por cubrir tus necesidades básicas con los primeros.

**Clasifica tus gastos en grandes categorías, según tus necesidades particulares:**

Gastos familiares			
FIJOS		VARIABLES	
<b>Alimentación</b>		<b>Vestido y calzado</b>	\$
Comidas fuera de casa	\$	<b>Diversión</b>	
Bebidas	\$	Cine, teatro, conciertos, etc.	\$
Carnes	\$	<b>Servicios de comunicación</b>	
Cereales	\$	Internet	\$
Frutas y verduras	\$	Teléfono fijo	\$
Lácteos y huevo	\$	Celular	\$
Tortilla	\$	<b>Cuidado personal</b>	
<b>Vivienda y servicios</b>		Jabón, pasta dental, papel, crema, gel, spray, peine, etc.	\$
Hipoteca	\$	<b>Limpieza del hogar</b>	
Agua	\$	Detergente para ropa	\$
Luz	\$	Escobas, trapeadores, recogedor, jergas y trapos de cocina	\$
Gas	\$	Fibras, estropajos	\$
<b>Transporte</b>		<b>Salud</b>	
Gasolina	\$	Consultas médicas	\$
Pasajes	\$	Medicamentos	\$
<b>Educación</b>			
Colegiatura	\$		
Material / Libros	\$		

**¿Qué gastos puedes reducir?**

- Revisa con tus hijos qué útiles pueden reutilizar, reciclar o reparar.
- Lleva al trabajo alimentos preparados en casa.