

## PLAN DE GASTOS FAMILIAR

### LECCIÓN 2C DE DINERO PARA ALIMENTOS

---

#### Objetivos del estudiante

---

- El participante nombrará por lo menos una manera en que una familia típica podría gastar menos en la vivienda, alimentos, transporte, ropa y cuidado personal, recreación, u otros gastos comunes.
- El participante desarrollará un plan de gastos familiar basado en los ingresos y gastos de la familia, usando un estudio de caso o documentos personales.

#### Materiales de enseñanza necesarios

---

- Hoja de actividades—“Maneras de gastar menos”
- Hojas de trabajo—“Lleve la cuenta de sus gastos – A dónde va el dinero” y “Plan de gastos familiar” (2 alternativas)
- Lápices, calculadoras
- Rotafolios (papelógrafos) y pizarras acrílicas con marcadores

#### Información de fondo para el Educador

---

Esta lección es la conclusión lógica de la Lección 2B. Durante la Lección 2B, los participantes estudiaron los ingresos y gastos de una familia imaginaria y se les animó a hacer lo mismo con su propia familia. Durante esta lección, la información de la lección 2B se usará para tomar decisiones sobre los planes de gastos futuros de la familia—en la forma de un Plan de Gastos Familiar (que a veces se llama “Presupuesto”).

## La enseñanza de la Lección 2C

---

1. Pídales a los participantes que escriban en una hoja de rotafolio, pizarra de borrado en seco o nota post-it (nota con pegamento) las razones por las que desean gastar menos. Recoja las notas post-it y póngalas en el rotafolio o pizarra. Lea la lista y pídale a los participantes que aplaudan cuando usted lee cada afirmación que es verdadera para ellos también.

2. Introduzca esta lección repasando lo que se hizo durante las lecciones 2A y 2B.

2. Actividad: Maneras de gastar menos

Use la Actividad adjunta para comenzar una discusión breve sobre las maneras en que muchas familias podrían gastar menos o gastan menos en artículos que desean o necesitan.

3. Actividad: Hacer un Plan de Gastos para la familia del estudio de caso

Use la Hoja de trabajo “Plan de gastos familiar” para crear un plan de gastos para la familia o joven del estudio de caso que se usó en la Lección 2B.

Incorpore algunas de las sugerencias para gastar menos que se discutieron en la actividad anterior. Por ejemplo, la Familia #3 podría gastar menos en alimentos si comiera más comidas en casa. El Total de Gastos Planificados al final de la Hoja de trabajo para el Plan de Gastos debe ser menos que o igual al Ingreso Total de la familia.

4. Actividad: Hacer un Plan de Gastos Familiar

Distribuya a los participantes copias de la Hoja de trabajo “Plan de gastos familiar”. Ayude a los participantes a usar la hoja de trabajo para escribir los totales de sus ingresos y gastos mensuales personales (de las Hojas de trabajo que se usaron durante la lección 2B.) Si es necesario, sugiéralas a los participantes que completen la hoja de trabajo en casa.

**Instrucciones especiales para la categoría de gastos “Alimentos” en el “Plan de Gastos Familiar”:**

Los participantes que han completado la Lección 1 ya han calculado una cantidad de dinero que su familia debe gastar en alimentos. La cantidad en dólares escrita en el Paso 6 de la Hoja de trabajo “¿Cuánto debe planificar en gastos para alimentos?” se puede usar en el Plan de Gastos Familiar como la cantidad planificada para “Alimentos” para un mes.

5. Opcional: Guíe una discusión acerca de los métodos o sistemas que una familia puede usar para llevar la cuenta de los gastos mensuales. Distribuya la hoja informativa Sentido Común con los Dólares (Dollars & Sense) titulada “Cómo llevar la cuenta de los gastos.” La hoja informativa describe el método de Sobres, el método de Calendario, el método de guardar Recibos y el método del Cuaderno para llevar la cuenta de los gastos.

## Conclusión de la Lección 2C

---

Repase los puntos principales de la lección.

Agradézcales a los estudiantes su participación y pídeles que tomen unos minutos para completar un breve Formulario de Comentarios sobre la lección.

Antes de hacer las preguntas de evaluación del final de la lección, diga lo siguiente a los estudiantes:

**“Voy a hacer un par de preguntas que nos ayudarán a saber lo que han aprendido ustedes hoy. No tienen que contestar las preguntas si no lo desean. Todas sus respuestas serán privadas.”**

Preguntas del final de la sesión para la Lección 2C:

- ¿Qué nueva manera de ahorrar dinero piensa usted intentar?
- ¿Usa usted un plan de gastos?
- SI NO HA ESTADO USANDO UN PLAN DE GASTOS, ¿va usted a tratar de usar uno ahora?

Escriba las respuestas de los participantes y otra información acerca de la lección en el formulario de Notas del Educador.

No escriba los nombres de los estudiantes individuales en los formularios de evaluación ni en las preguntas. No comparta respuestas individuales o comentarios de los estudiantes con otros maestros o personal.

## ACTIVIDAD — MANERAS DE GASTAR MENOS

---

Los participantes toman turnos para sacar un pedazo de papel de la taza que ha sido cortado de la Hoja “Categorías de gastos.” Se le pide a cada uno que lea la categoría de gastos en su papel y que trate de pensar en una manera en que la familia podría gastar menos en ese tipo de gasto en particular. Por ejemplo, si la categoría de gastos es “Recreación y diversiones” la sugerencia podría ser, “Gastar menos en televisión por cable.” Después que se da la primera sugerencia, anime a otros participantes a dar otras sugerencias. Discuta o haga listas de las sugerencias, según el tiempo disponible.

Si un participante no puede ofrecer una sugerencia, se le permite decir, “Paso.”

Consulte las páginas 25 a la 31 en “Planificación para prever nuestros gastos” (Planning to Stay Ahead) donde encontrará muchas sugerencias buenas.

**Categorías de gastos—**

Recorte por las líneas y ponga cada uno de los siguientes gastos en una taza o sombrero, para que los saquen los estudiantes.

<p><b>Vivienda</b>  (alquiler o pago de hipoteca)</p>	<p><b>Mobiliario</b>  para su hogar</p>
<p><b>Servicios</b>  (calefacción y electricidad)</p>	<p> <b>Teléfono</b></p>
<p> <b>Transporte</b>  </p>	<p><b>Médico y dental</b>  </p>
<p><b>Alimentos</b> </p>	<p><b>Ropa</b> </p>
<p><b>Cuidado Personal</b>  </p>	<p><b>Educación</b> </p>
<p><b>Recreación y diversiones</b> </p>	<p><b>Contribuciones y regalos</b> </p>
<p><b>Cuidado infantil</b> </p>	<p><b>Pagos de crédito</b> </p>
<p><b>Seguro</b> </p>	<p><b>Otros gastos ???</b></p>

## HOJA DE TRABAJO — PLAN DE GASTOS FAMILIAR



¿Hay suficiente dinero cada mes?

Su **INGRESO MENSUAL TOTAL (A)** \$ \_\_\_\_\_

Sus **Gastos MENSUALES TOTALES (B)** \$ \_\_\_\_\_

Si sus **GASTOS MENSUALES TOTALES** son mayores que su **INGRESO MENSUAL TOTAL**, entonces usted necesita hacer algunos cambios. Un plan familiar de gastos y ahorros lo(a) puede ayudar a equilibrar su ingreso y sus gastos para que las dos cantidades sean iguales a fin de mes y así ayudarlo(a) a evitar las deudas.

Para cada categoría de gastos, decida la cantidad de dinero que usted planificará para gastar cada mes.

### PLAN DE GASTOS FAMILIAR

#### Ingreso (Cheque de sueldo)

Sueldo por hora (\_\_\_\_\_) X 40 horas/semana =\_(\_\_\_\_\_) Pago semanal

Multiplique el pago semanal X 52 semanas/año =\_(\_\_\_\_\_) Sueldo Anual

Divida el sueldo anual por 12 =\_(\_\_\_\_\_) ingreso neto mensual

Multiplique por .20 (20% para impuestos, FICA) =\_(\_\_\_\_\_) Retenciones

Reste las retenciones del ingreso bruto mensual = (\_\_\_\_\_) **Pago que recibe (A)**

**CATEGORÍA DE GASTOS CANTIDADES TOTALES PLANIFICADAS**

Vivienda y servicios	\$	_____
Alimentos	\$	_____
Transporte	\$	_____
Médico y dental	\$	_____
Ropa & cuidado personal	\$	_____
Educación y recreación	\$	_____
Contribuciones y regalos	\$	_____
Cuidado infantil	\$	_____
Pagos de crédito	\$	_____
Otros gastos	\$	_____
<hr/>		
TOTAL DE <b>GASTOS PLANIFICADOS*</b>	= \$	_____
	<b>(B)</b>	

*\*Asegúrese de que esta cantidad sea menos o igual al INGRESO TOTAL MENSUAL.*

## FORMULARIO DE COMENTARIOS

### El tema de hoy era “Un Plan de gastos familiar”

---

Tenemos mucho interés en sus comentarios sobre la lección de hoy. El llenar este formulario es voluntario y da a entender su consentimiento a participar. Todas las respuestas serán confidenciales hasta el grado que permita la ley. Los informes de Resumen u otros usos de esta información no lo(a) identificarán a usted de ninguna manera. Es posible que usemos sus comentarios para ayudarnos a describir el trabajo que hacemos y para mejorar lecciones futuras. Si usted tiene alguna pregunta, por favor comuníquese con Shelley King-Curry, (608) 265-5069  
¡Gracias!

¿Cuánto le ayudó la lección de hoy?

- me ayudó mucho
- me ayudó
- me ayudó un poco
- no me ayudó

Escriba una cosa que oyó hoy que tratará de hacer en su casa:

Por favor díganos si había algo que usted quería aprender en esta sesión que no se enseñó y que habría satisfecho sus necesidades.

# Lleve la cuenta de sus gastos - ¿A Dónde va su dinero?

## Gastos Semanales Reales


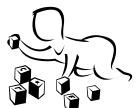



Semana \_\_\_\_\_

<b>Vivienda/servicios</b> 			<b>Alimentos</b> 			<b>Ropa/cuidado personal</b> 			<b>Médico/dental</b> 			<b>Educación/entretenimiento</b> 		
Pago alquiler/hipoteca Impuestos y seguro de propiedad Electricidad/gas/petróleo Agua/alcantarillado Basura Mantenimiento/materiales de limpieza de la casa Materiales para jardín/césped Mobiliario/aparatos electrodomésticos Teléfono de la casa/celular Otros gastos			Comestibles Comidas fuera de casa/máquinas expendedoras Almuerzos escolares Fórmula para el bebé Otros gastos			Ropa Cortes de pelo Zapatos y botas Lavado Productos personales Pañales Mesadas para los niños Otros gastos			Seguro de salud/dental Cuidado de la vista: anteojos, lentes de contacto Recetas médicas/medicamentos sin receta Otros gastos			Materiales escolares/matricula Lecciones (deportes/música/etc) Libros/periódicos/revistas TV e Internet por cable/satélite Arriando de videos Vacaciones/viajes en el fin de semana Pasatiempos/deportes Otros gastos		
Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$



# Gastos Semanales Reales

Semana \_\_\_\_\_

Pagos de crédito, arriendo de aparatos electrodomésticos tarifas/deudas a otros 			Cuidado infantil 			Donaciones y regalos 			Transporte 			Otros gastos 		
Pago Pago Pago Pago Pago Pago			Cuidado/centro infantil Niñera Manutención infantil Otros gastos			Donaciones (Organizaciones/iglesia) Regalos para cumpleaños y fiestas Otros gastos			Pago de automóvil/camioneta Llantas/reparaciones Pase para autobús/taxi Gasolina/aceite/etc Matrícula/seguro para automóvil Estacionamiento Otros gastos			Ahorros de emergencia Giros Estampillas de correo Tarifas de la corte/restitución Gastos de sindicato/trabajo Otros gastos Alimentos/cuidado de animal Cigarrillos/alcohol		
Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$	Fecha	Gasto	\$
Total		\$	Total		\$	Total		\$	Total		\$	Total		\$



*Wisconsin Nutrition Education Program*

UW-Extension provides equal opportunities in employment and programming, including Title IX requirements.

*WNEP education is supported by the USDA Food Stamp Program, UW-Extension, FoodShare Wisconsin, and local partners. In Wisconsin, FoodShare can help provide a healthy diet. To find out more about FoodShare, call your local FoodShare office.*

## PLAN DE GASTOS

INGRESO	CANTIDAD MENSUAL	GASTOS	CANTIDAD MENSUAL
Sus ganancias (pago neto)	\$	<b>Ropa/cuidado personal</b>	
Ganancias del esposo(a) (pago neto)	\$	Ropa	\$
Propinas/Comisiones/sobre tiempo	\$	Cortes de pelo	\$
Compensación por desempleo	\$	Zapatos y botas	\$
Manutención infantil/del esposo(a)	\$	Lavado	\$
Seguro Social	\$	Productos personales	\$
Otros ingresos	\$	Pañales	\$
		Mesadas para los niños	\$
<b>INGRESO TOTAL</b>	<b>\$</b>	Otros gastos	\$
		<b>Total de Ropa/cuidado personal</b>	<b>\$</b>
		<b>GASTOS</b>	
<b>Vivienda/servicios</b>			
Pagos de alquiler/hipoteca	\$		
Impuestos sobre la propiedad y seguro	\$	<b>Médico/dental</b>	
Electricidad/gas/petróleo	\$	Seguro de salud/dental	\$
Agua/alcantarillado	\$	Cuidado de la vista: anteojos, lentes de contacto	\$
Mantenimiento de la casa/materiales de limpieza	\$	Recetas médicas/medicamentos sin receta	\$
Mobiliario/aparatos electrodomésticos	\$	Otros gastos	\$
Materiales para jardín/césped	\$		
Basura	\$	<b>Total de gastos Médicos/dentales</b>	<b>\$</b>
Teléfono de casa/celular	\$		
		<b>Educación/entretenimiento</b>	
		Materiales escolares/matricula	\$
<b>Total de vivienda/servicios</b>	<b>\$</b>	Lecciones (deportes/música/etc)	\$
		Libros/periódico/revistas	\$
<b>Alimentos</b>		Cable/satélite para TV e Internet	\$
Comestibles	\$	Arriendo de videos	\$
Comidas fuera de la casa/compras máquina expendedora	\$	Vacaciones/viajes por el fin de semana	\$
Almuerzo escolar	\$	Pasatiempos/deportes	\$
Fórmula para el bebé	\$	Otros gastos	\$
Otros gastos	\$		
<b>Total Alimentos</b>	<b>\$</b>	<b>Total de Educación</b>	<b>\$</b>

<b>Pagos de crédito, arriendo de aparatos electrodomésticos/dinero que se debe a otros</b>		<b>Donaciones y Regalos</b>	
Pago \$		Donaciones (Organizaciones/iglesia) \$	
Pago \$		Regalos para cumpleaños y fiestas \$	
Pago \$		Otros gastos \$	
Pago \$		<b>Total de Donaciones y Regalos</b> \$	
Pago \$			
Pago \$			
<b>Total de pagos de crédito, arriendo de aparatos electrodomésticos y dinero que se debe a otros</b> \$		<b>Transporte</b>	
		Pago de automóvil/camioneta \$	
<b>Otros gastos</b>		Llantas/reparaciones \$	
Ahorros de emergencia \$		Gasolina/aceite/etc \$	
Giros \$		matrícula/seguro \$	
Estampillas de correo \$		Estacionamiento \$	
Gastos de sindicato/trabajo \$		Pase de autobús/taxi \$	
Alimento/cuidado de animal \$		Otros gastos \$	
Cigarrillos/alcohol \$		<b>Total de Transporte</b> \$	
Tarifas de la corte/restitución \$			
Otros gastos \$			
<b>Total de Otros Gastos</b> \$			

<b>Cuidado infantil</b>	
Cuidado/centro infantil \$	
Niñera \$	
Manutención infantil \$	
Otros \$	
<b>Total de Cuidado Infantil</b> \$	

**INGRESO TOTAL** \_\_\_\_\_  
**reste (-)** \_\_\_\_\_  
**\*GASTOS TOTALES** \_\_\_\_\_  
 (\*Sume los totales de cada categoría)  
**SALDO TOTAL** \$ \_\_\_\_\_



**NOTAS DEL EDUCADOR – LECCIÓN 2C**

---

Nombre del Educador: \_\_\_\_\_

Condado: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Lugar: \_\_\_\_\_

Número en el grupo (escriba “1” si es un estudiante individual)

**Respuestas de los participantes a las preguntas de la “Conclusión de la lección”:  
¿Qué manera nueva de ahorrar dinero piensa intentar?**

Número de participantes que respondieron \_\_\_\_\_

Número de participantes que no respondieron \_\_\_\_\_

**¿Usa usted un plan de gastos?**

Número de participantes que respondieron “SÍ” \_\_\_\_\_

**SI NO HA ESTADO USANDO UN PLAN DE GASTO, ¿va a tratar de usar uno?**

Número de participantes que respondieron “SÍ” \_\_\_\_\_

Número de participantes que respondieron “NO” \_\_\_\_\_

Número de participantes que respondieron “no estoy seguro” o “no sé”  
\_\_\_\_\_**Evaluación del Educador de la lección y de cómo fue recibida la lección por los  
participantes:****Otros comentarios de los participantes:****Nota al Educador:**

Completa este formulario después de cada vez que enseñe esta lección. Entrégueselo a su supervisor.

