

Viviendo dentro de un Presupuesto



Un mensaje educativo de...



1-877-99-CUENTAS

Información Personal

Información General

Nombre _____

Domicilio _____

Número de Teléfono _____

Número de Fax _____

E-Mail _____

Información de Emergencia

Contactar _____

Parentesco _____

Número de Teléfono _____

Domicilio _____

Información Médica

Instrucciones Especiales _____

Doctores _____

Número de Telefono _____

Alergias _____

Como Vivir Bajo un Presupuesto

Un presupuesto puede ayudarle a alcanzar las metas trazadas en su vida. Fijando sus metas le ayudará a cerciorarse que todos sus gastos van a ser incluidos en su presupuesto.

Manténgalo consigo, y anote todo lo que vaya gastando diariamente – ¡podrían sorprenderle algunos de sus gastos habituales!

Hágalo, por al menos un mes; al final de dicho mes, transfiera la información al presupuesto interactivo de nuestra página-web, www.navicoresolutions.org

Siguiendo dichas instrucciones, le ayudaría a establecer un presupuesto que reflejaría su actual modo de consumo; lo que permitiría ajustes para que su dinero vaya, realmente, adonde usted lo desee.



	Día 1	Día 2
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 3	Día 4
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 5	Día 6
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 7	Semana 1 Total
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

Escriba el total de la semana en el Manual de Preupuesto de Navicore Solutions

	Día 8	Día 9
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 10	Día 11
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 12	Día 13
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 14	Semana 2 Total
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Escriba el total de la semana en el Manual de Preupuesto de Navicore Solutions

Notas:

	Día 15	Día 16
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 17	Día 18
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 19	Día 20
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 21	Semana 3 Total
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Escriba el total de la semana en el Manual de Preupuesto de Navicore Solutions

Notas:

	Día 22	Día 23
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 24	Día 25
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 26	Día 27
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 28	Día 29
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Día 30	Día 31
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

	Semana 4 Total	Mensual Total
● Desayuno		
● Almuerzo		
● Almuerzo Escolar		
● Cena		
● Pasatiempo		
● Corte de Pelo/Manicurista		
● Ropa		
● Regalos		
● Dinero para Gastos		
● Comestibles		
● Artículos para Escuela		
● Gasolina/Peajes		
● Recetas Médicas		
● Lavandería/Tintorería		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
● Otro		
TOTAL		

Notas:

Escriba el total de la semana en el Manual de Preupuesto de Navicore Solutions

¿Cuanto Gano?

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
Cheque de trabajo				
Cheque de segundo trabajo				
Cheque de esposo(a)				
Propiedad alquilada				
Trabajo por cuenta propia				
Manutención de hijo(s)/ pensión				
Incapacidad/ compensación de trabajo				
Seguro social				
Propiedad de inversión				
Regalos/otro				
Total				

¿Cuanto Puedo Gastar?

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
● Desayuno				
● Almuerzo				
● Almuerzo Escolar				
● Cena				
● Pasatiempo				
● Corte de Pelo/Manicurista				
● Ropa				
● Regalos				
● Dinero para Gastos				
● Comestibles				
● Artículos para Escuela				
● Gasolina/Peajes				
● Recetas Médicas				
● Lavandería/Tintorería				
● Otro				
● Otro				
● Otro				
● Otro				
● Otro				
● Otro				
● Otro				
● Otro				
● Otro				
TOTAL				

Notas:



Navicore

SOLUTIONS

200 US Highway 9
Manalapan, New Jersey 07726
1-877-99-CUENTAS
www.navicoresolutions.org

