

BOLETÍN MENSUAL DE BIENESTAR: BIENESTAR FINANCIERO

Muchas personas enfrentan estrés financiero, sin importar su nivel de ingresos. No podemos eliminar los obstáculos financieros de nuestras vidas, pero podemos reducir el estrés comprendiendo plenamente nuestros objetivos y desarrollando una hoja de ruta estratégica para alcanzarlos.

Una forma de reducir el estrés financiero es llevar un registro de lo que ganas y gastas. **Presupuestar significa** asegurarte de que tus gastos sean menores que tus ingresos para evitar endeudarte.



- + Existe una gran variedad de **aplicaciones a bajo costo o gratuitas para hacer presupuestos**, las cuales le pueden ayudar a no desviarse de sus objetivos. you stay on track.

APRENDER MÁS:

PUNTAJE DE CRÉDITO

- + Tener un buen puntaje de crédito puede marcar una gran diferencia en tu capacidad para obtener un préstamo y puede afectar la tasa de interés. Obtenga más información sobre los **puntajes crediticios** para asegurarse de que está preparado a la hora de sacar un préstamo.

PROGRAMA DE BENEFICIOS

- + Revisa los programas de beneficios de tu organización. Hay una amplia variedad de programas de beneficios que las empresas ofrecen, pero depende de ti aprovecharlos. Estos programas incluyen beneficios fiscales tales como **programas 401(k) para el retiro, cuentas de ahorros de salud y cuentas flexibles de gastos**.