

Reto del ahorro en 5 Días

Sabemos que es todo un reto comenzar el hábito del ahorro, en especial en estos tiempos donde la economía global se encuentra paralizada en algunos sectores.

Probablemente el miedo de lo que pasará mañana sea menor si sabes que tienes un fondo de ahorro para mantenerte a ti y a tu familia a salvo ante cualquier contingencia económica.



COMIENZA EN COMPAÑÍA DE LA COMUNIDAD DE FINANCIERA- MENTE

"Hoy más que nunca queremos ser un apoyo para ti y tu economía".

Ten acceso a nuestro contenido en video del reto, a través del grupo [Financiera-mente](#)

Día 1

Hagamos introspección de nuestros pensamientos hacia el dinero.

¿Qué te decía **mamá**, cuando eras pequeño respecto al dinero?.

¿Qué te decía **papá**, cuando eras pequeño respecto al dinero?.

¿Qué te decían **tus maestros**, respecto al dinero?.

¿Qué te decían **tus figuras de autoridad**, respecto al dinero?.

Día 2

¿Cómo es tu relación con el dinero?

Evalúa cuales de los siguientes aspectos va mas acorde a tu situación actual:

1. Gasto más de lo que recibo.
2. Tengo deudas que no me permiten dormir tranquilo.
3. Todos mis ingresos se convierten en gastos al final del mes y no genero ahorro.
4. Mi terapia emocional es ir de compras a centros comerciales.
5. Mi figura de éxito son personas con un estilo de vida lujosa.
6. Me enfocó en generar diversas fuentes de ingresos.
7. Administró mi dinero de manera que priorizo gastos.
8. Antes de hacer una compra la evalúo cuidadosamente, si me será útil.
9. Me gustaría generar un ahorro y comenzar a invertirlo en algo que me de rendimientos futuros.
10. Me gustaría tener un fondo de paz financiera, de que independiente de como se perciba mi ingreso tenga cubiertos al menos tres meses de mis gastos fijos.

Día 3

Un día sin quejas

La gente prospera no se queja. Déjame llevarte a un lugar de magia, **imagina un plantea en el que los pensamientos positivos guían la conciencia de los demás.**

Ese lugar dónde no hay quejas, solo posibles soluciones a los problemas.

Puede existir dentro de ti si estas dispuesto a creer en ti y lo que puedes lograr.

Recuerda que en lo que se enfoca la mente es lo que intensificará, si te enfocas en lo que sale mal, mas cosas te saldrán mal, enfocate en lo que puedes resolver y obtén mejores resultados.

Si te es posible, intenta una semana sin quejas y cuéntanos que cambios notaste.



Día 4

Gratitud



El universo, no te dará nada que no estes dispuesto a agradecer.

Valora lo que tienes, enlista al menos 10 cosas por las que estes agradecido

Ejemplo:

1. Familia unida
2. Trabajo
3. Salud
4. Techo
5. Alimentos
6. Algún buen libro
7. Una buena película
8. Una maravillosa amistad
9. Agradece ese excelente día que viviste a lado de tus seres queridos y quieres repetir
10. Agradece por el día de hoy, por respirar, por estar aquí, por pertenecer a una comunidad, el aquí y ahora.

Día 5

Sumas y restas

Ya hemos trabajado algunos bloqueos mentales que nos impiden ahorrar, es momento de poner en claro ¿Para qué queremos ahorrar?

- *Construir un fondo de emergencias
- *Un viaje
- *Un cambio de residencia
- *Colegiatura de nuestros hijos
- *Casa

... la mejor manera que nuestro cerebro reciba el mensaje es describirlo en fotos o imágenes.

No te pierdas lo siguiente, a partir de hoy, registrarás en una libreta cada ingreso y cada gasto. Al mes elaborarás tu balance de cuanto puedes ahorrar y a partir de hoy cada mes tendrás un porcentaje o una cantidad fija de ahorro.

Día 5

Sumas y restas (Ejemplo)

Ingresos:

Ventas o servicios:

\$15,000

Bonos: \$3,000

Total \$18,000

SÚPER TIP:

Comienza ahorrando al menos
el 10% de tus ingresos.

Gastos:

Renta o hipoteca:

\$6,000

Servicios: \$1,500

Despensa: \$2,500

Transporte: \$900

Colegiaturas: \$3,000

Diversión: \$2,000

Total \$15,900

Ahorro

mensual: \$2,100