

PLANILLA 19 ELABORACIÓN DE UN PRESUPUESTO

Paso 1. Tener previsto los gastos mensuales

Mes: _____

Para preparar un presupuesto mensual, complete la siguiente planilla. A medida que se paguen las facturas, llene los montos reales.

Gastos mensuales	Previstos	Reales
Prima del seguro médico y otros gastos médicos estimados		
Alquiler/hipoteca		
Servicios públicos (electricidad, gas, agua)		
Comestibles/comidas		
Teléfono/celular		
Cable/Internet/servicios de emisión en continuo		
Transporte (pago del automóvil, combustible, pasaje de autobús)		
Pago de deudas (tarjetas de crédito/préstamos)		
Primas de otros seguros (automóvil/vida)		
Limpieza del hogar/mantenimiento del césped		
Cuidado infantil		
Otros gastos		
Total de gastos mensuales		

Cambios de los gastos a considerar

- Transporte y alojamiento para usted y su hijo, si el centro de tratamiento está lejos de la casa
- Gastos médicos adicionales, tales como suplementos nutricionales, medicamentos de venta libre, productos para la higiene, peluca, etc.
- Cuidado infantil y/o de mascotas para cuando están fuera de casa para el tratamiento o las citas médicas

Consejos para reducir los gastos

- Compare los precios de diferentes planes telefónicos/de cable o de seguros del hogar.
- Pida ayuda a sus familiares y amigos para el cuidado infantil o de mascotas.
- Use cupones para la compra de comestibles y coma en casa en lugar de restaurantes.

- Solicite asistencia económica a los programas ofrecidos por el gobierno o las organizaciones sin fines de lucro.
 - Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP, en inglés) para cupones para alimentos: **www.fns.usda.gov/snap**
 - Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños (WIC, en inglés): **www.fns.usda.gov/wic**
 - Programa de Asistencia para Energía para Hogares de Bajos Recursos (LIHEAP, en inglés): **www.liheap.org**
 - Programas de asistencia para medicamentos recetados
 - Programas de asistencia para copagos
 - Despensas comunitarias o bancos de alimentos
 - Tarifas reducidas en hoteles o casas de hospitalidad cerca de centros médicos
 - Asistencia con los costos de viajes para recibir tratamiento o programas de transporte compartido



Para informarse más sobre los programas de asistencia económica que están disponibles, visite **www.LLS.org/asuntos-financieros** o comuníquese con un Especialista en Información de LLS al **(800) 955-4572**.

Paso 2. Determinar los ingresos

Ingresos mensuales y sus fuentes	Previstos	Reales
Sueldo (ingreso neto*)		
Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI)/Seguro por Incapacidad del Seguro Social (SSDI)		
Beneficios laborales: discapacidad (a corto o largo plazo)		
Ingreso de jubilación del sector privado o de la Administración del Seguro Social (SSA)		
Asistencia económica		
Otras formas de ingresos		
Total de ingresos mensuales		

* El ingreso neto es el salario en mano después de los impuestos y otras deducciones salariales.

Cambios de los ingresos a considerar: Cuando determine los ingresos, recuerde considerar los salarios no percibidos (la pérdida de ingresos) debido a los períodos de licencia del trabajo para llevar a su hijo al centro de tratamiento y otras citas médicas.

Paso 3. Finalizar el presupuesto

	Previsto	Real
Total de ingresos mensuales		
Total de gastos mensuales		
Total después de los gastos (total de ingresos menos el total de gastos)		