

<p><u>Domingo</u></p> <p>Qué _____ Cant.</p> <p>Gasto total _____</p> <p>¿Cómo me siento? 😞 😐 😊</p>	<p><u>Lunes</u></p> <p>Qué _____ Cant.</p> <p>Gasto total _____</p> <p>¿Cómo me siento? 😞 😐 😊</p>	<p><u>Martes</u></p> <p>Qué _____ Cant.</p> <p>Gasto total _____</p> <p>¿Cómo me siento? 😞 😐 😊</p>	<p><u>Miércoles</u></p> <p>Qué _____ Cant.</p> <p>Gasto total _____</p> <p>¿Cómo me siento? 😞 😐 😊</p>
<p><u>Jueves</u></p> <p>Qué _____ Cant.</p> <p>Gasto total _____</p> <p>¿Cómo me siento? 😞 😐 😊</p>	<p><u>Viernes</u></p> <p>Qué _____ Cant.</p> <p>Gasto total _____</p> <p>¿Cómo me siento? 😞 😐 😊</p>	<p><u>Sábado</u></p> <p>Qué _____ Cant.</p> <p>Gasto total _____</p> <p>¿Cómo me siento? 😞 😐 😊</p>	<p>Trate de dividir cómo gastó su dinero esta semana:</p> <p>Total en comida fuera de casa _____</p> <p>Total en transporte _____</p> <p>Total en entretenimiento _____</p> <p>Total en ropa _____</p> <p>Total en meriendas _____</p> <p>Total en otros: _____</p> <p>Total en facturas/deudas: _____</p> <p>¿Sus gastos están relacionados con su estado de ánimo?</p>



University of Wisconsin-Extension

Como empleador que brinda igualdad de oportunidades en el empleo y acción afirmativa (EEO/AA, por sus siglas en inglés), la University of Wisconsin-Extension, proporciona igualdad de oportunidades en el empleo y en sus programas, incluyendo los requisitos del Título VI, Título IX, y de la ley federal para personas con discapacidades en los Estados Unidos (ADA, por sus siglas en inglés).

El control de gastos (*Wallet Tracker*)

El control de gastos es una actividad patrocinada por University of Wisconsin Extension. Esta herramienta le ayudará a controlar los gastos de su vida cotidiana.

Para usar esta herramienta:

1. Doble el formulario a lo largo de las líneas en la parte posterior de esta página.
2. Coloque el control de gastos en su billetera o cartera.
3. Apunte en la hoja cada centavo que gasta durante una semana. También anote cuál era su estado de ánimo o sus sentimientos cuando estaba comprando o gastando.
4. Al fin de la semana, clasifique todos los gastos en áreas específicas (comida, gasolina, ropa, etc.).

Para obtener información adicional sobre cómo gestionar el dinero, llame a su oficina local de UW Extension.

En el condado de Brown, se puede comunicar con Paula Hella, 920-391-4658 o por correo electrónico paula.hella@ces.uwex.edu

Se agradece a Beth Bell y Jane A. Gault, agentes de la University of Tennessee Extension por diseñar esta herramienta.

Adaptado por Paula Hella, Family Living Educator de la University of Wisconsin Extension



Como empleador que brinda igualdad de oportunidades en el empleo y acción afirmativa (EEO/AA, por sus siglas en inglés), la University of Wisconsin-Extension, proporciona igualdad de oportunidades en el empleo y en sus programas, incluyendo los requisitos del Título VI, Título IX, y de la ley federal para personas con discapacidades en los Estados Unidos (ADA, por sus siglas en inglés).