

# Guía de Economía doméstica



# Índice

¿Por qué hacemos esta guía? .....	<b>página 3</b>
Consejos para organizar el dinero .....	<b>página 5</b>
Hacer un plan de ingresos y de gastos.....	<b>página 7</b>
Los gastos extra .....	<b>página 13</b>
Si vives con tus padres.....	<b>página 15</b>
Los bancos: tener el dinero en un banco .....	<b>página 16</b>
La nómina .....	<b>página 22</b>
Seguridad en internet .....	<b>página 23</b>
Consejos para ahorrar dinero .....	<b>página 25</b>
Ayudas para personas en el paro .....	<b>página 32</b>
La jubilación .....	<b>página 34</b>
Resumen de los consejos más importantes .....	<b>página 35</b>

# ¿Por qué hacemos esta guía?

Saber organizar tu dinero es muy importante y es más complicado de lo que parece. Por eso, en Plena inclusión La Rioja hacemos esta guía.

Tiene consejos útiles sobre **economía doméstica**, para que utilices bien tu dinero y puedas ahorrar para cuando tengas algún gasto imprevisto.

Es muy importante que no gastes más de lo que ganas y no gastes más de lo que tienes.

En esta guía también te explicamos gestiones del banco, como las cuentas bancarias, las tarjetas de crédito, las compras por internet y la seguridad.



## **Economía doméstica:**

Es la forma de controlar los ingresos y los gastos de tu casa y de tu vida.

## ¿Por qué hacemos esta guía?

También te damos algunos consejos sobre cómo puedes ahorrar en los gastos de tu casa.

Por ejemplo, ahorrar en la factura de la luz, del agua o de la calefacción.

En esta guía también te aconsejamos sobre cómo ahorrar en el supermercado.

Es importante que sepas organizar el dinero para poder pagar los gastos más importantes como la casa, la comida, la luz, etcétera.

Para eso, en esta guía te damos algunos consejos para que puedas organizar tu dinero, puedas controlar el dinero que tienes, el que vas gastando y el que estás ahorrando.

Así puedes saber cuánto dinero puedes ahorrar o utilizar para un gasto imprevisto o darte un capricho.



# Consejos para organizar el dinero

Es importante que sepas organizar tu dinero y que no lo malgastes para que puedas pagar todas tus facturas y llegar a fin de mes con dinero.

Es importante que puedas ahorrar algo de dinero, por si en algún momento tienes un gasto imprevisto. Un gasto imprevisto es, por ejemplo, que se rompa la lavadora y tengas que comprarte una nueva.



Además, si ahorras dinero también puedes darte un capricho, como irte de viaje, comprar las zapatillas de deporte que te gustan o la tablet que quieres.

## Consejos para organizar el dinero

Para organizar tu dinero, puedes hacer un plan de ingresos y de gastos. Un plan de ingresos y de gastos es un documento en el que apuntas el dinero que tienes cada mes y el dinero que gastas cada mes.

Así puedes controlar el dinero que gastas, ver el dinero que necesitas cada mes y puedes intentar ahorrar algo todos los meses.

También puedes ver el dinero que tienes en cada momento.

Con este plan, también puedes evitar tener deudas con otras personas o con el banco.

Con este plan puedes ver los meses en los que gastas más dinero y en los que ahorras más.



# Hacer un plan de ingresos y de gastos

Haz un plan de ingresos y de gastos todos los meses.

Puedes hacer el plan en el ordenador,

en la tablet, en el móvil

o escribirlo a mano en un papel.

En el plan tienes que apuntar

en un lado,

los ingresos.

Es decir,

el dinero que tienes para todo el mes.

Por ejemplo,

el dinero que cobras por tu trabajo,

el dinero que recibes de una ayuda

o si te da algo de dinero tu familia.

En este plan también tienes que apuntar,

en otro lado,

tus gastos.

Por ejemplo,

el dinero que pagas todos los meses

por el alquiler o por la hipoteca de tu casa,

lo que vas a gastarte en la comida,

los gastos de luz, calefacción y agua,

lo que pagas en la factura de teléfono

o cualquier otro gasto que tengas en un mes.



## Hacer un plan de ingresos y de gastos

Tienes que pensar que algunos meses hay más gastos.

Por ejemplo, en invierno se pone más la calefacción, si algún mes vas a la peluquería, o cuando te vas de vacaciones.





### ■ El Plan de ingresos y de gastos: los gastos que necesitas y los que no necesitas

En los gastos, tienes que apuntar primero los gastos de primera necesidad. Es decir, los más importantes, como la comida, la luz, el agua, la calefacción, etcétera.



Después, tienes que apuntar otros gastos necesarios. Es decir, la ropa y el calzado, si haces alguna actividad, etcétera. Luego tienes que apuntar gastos extras, como la reparación de algún aparato si se rompe y tienes que cambiarlo.



Por último, tienes que apuntar las cosas prescindibles. Es decir, cosas que te gustaría comprar, pero que no necesitas. Por ejemplo, un teléfono nuevo, hacer un viaje, etcétera.

## Hacer un plan de ingresos y de gastos

Este es un ejemplo sencillo para que puedas hacer tu propio plan de ingresos y gastos mensual:

MARZO		
Ingresos	Gastos	Dinero que me queda
900 euros de nómina.	200 euros de alquiler de la casa. Pago el 1 de marzo.	Me quedan 700 euros.
	50 euros para pagar calefacción, agua y luz. Pago el 7 de marzo.	Me quedan 650 euros.
	20 euros de clases de gimnasia. Pago el 20 de marzo.	Me quedan 630 euros.
	120 euros para comprar comida.	Me quedan 510 euros.
	120 euros para gastos de bolsillo: cine, tomar algo, comprar tabaco, etcétera.	Me quedan 390 euros.
	10 euros para la hucha para ir de viaje a París.	Me quedan 380 euros.

## Ahorrar

Con este plan sabrás el dinero que tienes, el que necesitas para pasar el mes y el que puedes ahorrar. Es importante ahorrar dinero todos los meses. Y es importante tener un dinero para emergencias. Así podrás pagar los gastos que no tenías previstos.

Tienes que saber que algunos meses ahorrarás dinero y otros no.

Eso es porque los gastos no son los mismos todos los meses. Así que no te enfades si no ahorras nada de dinero algún mes.

Es importante pagar tus facturas al día. Es decir, cuando te llegan. Así no te gastas el dinero de las facturas en otras cosas. Es cómodo **domiciliar** las facturas en el banco.

También es importante que sepas que si no pagas el alquiler o la hipoteca de tu casa puedes perder tu casa y quedarte en la calle. Si no pagas los recibos de la luz o del agua pueden cortarte la luz o el agua en casa.

SL.	Item Description	Price	Qty.	Total
1	Lorem Ipsum Dolor	\$50.00	1	\$50.00
2	Pellentesque id neque ligula	\$20.00	3	\$60.00
3	Interdum et malesuada fames	\$10.00	2	\$20.00
4	Vivamus volutpat faucibus	\$90.00	1	\$90.00
Thank you for your business			Sub Total:	\$220.00
			Tax:	0.00%

Payment Info:  
 Account #: 1234567890  
 Account Name: ABC Company  
 Billing Details: See your terms and conditions.

Terms & Conditions  
 Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Suspendisse interdum diam consectetur.

Authorized Sign

### Domiciliar:

Es dar el número de tu cuenta del banco a la empresa de la luz, del gas, del teléfono, etcétera, para que la empresa cobre las facturas por el banco y tú no tengas que ir a pagar cada mes.

### ■ Dinero prestado

Es mejor no pedir dinero prestado.

Si te prestan dinero  
tendrás una deuda  
y tienes que ser responsable  
y devolver el dinero.

Si no pagas las deudas  
puedes tener problemas.

Antes de pedir dinero prestado a alguien  
o al banco tienes que pensar:  
si lo necesitas de verdad,  
si es imprescindible  
si puedes devolverlo  
y en cuánto tiempo puedes devolverlo.

Si prestas dinero  
intenta prestar una cantidad pequeña.  
No le prestes dinero a un desconocido  
porque corres el riesgo  
de que no te lo devuelva.



# Los gastos extra

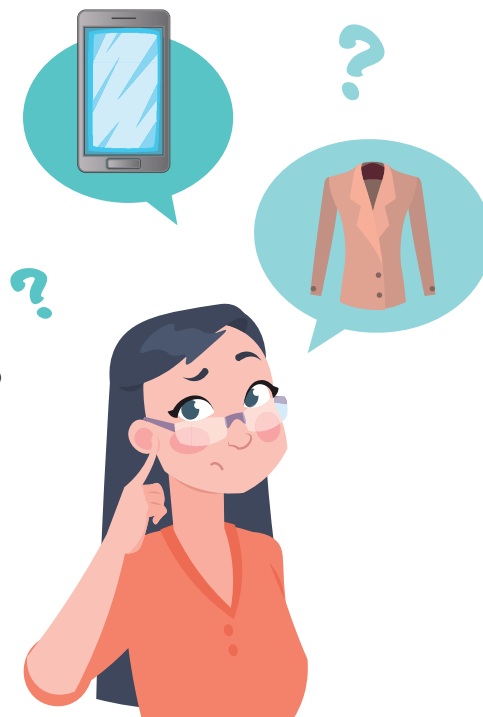
Los gastos extra son gastos que no habías previsto tener. Es decir, que no contabas con ellos. Por eso, es importante tener dinero para gastos extra, por si se rompe algo o necesitas dinero de repente.

Un consejo: cuando se rompa algún aparato, intenta arreglarlo. Si no puedes arreglarlo o arreglarlo cueste casi tanto dinero como comprar otro nuevo, entonces es mejor comprar uno nuevo.



Si algunos meses no puedes ahorrar dinero, intenta gastar menos esos meses en cosas que no sean necesarias. Por ejemplo, no compres ropa si no la necesitas o un teléfono móvil si el que tienes funciona. No compres más cosas de las que necesitas.

A veces hay que ahorrar durante mucho tiempo y esperar para poder comprarte el móvil que quieres.



### ■ La hucha

Otra manera de ahorrar es tener una hucha y meter monedas en ella de vez en cuando. Por ejemplo, monedas de 1 euro que te sobren cuando haces la compra o cuando tomas algo. Cuando la hucha esté llena, puedes aprovechar ese dinero para lo que necesites o para darte un capricho.



# Si vives con tus padres

Si vives con tus padres, también es importante que hagas un plan de ingresos y de gastos.

Anota tus ingresos en el plan. Piensa qué gastos puedes tener cuando vives con tus padres. Estos gastos son muy diferentes a cuando vives solo. Por ejemplo, cines, refrescos, actividades, ropa o regalos.

Anota en el plan si ayudas con dinero en casa. Es decir, si trabajas y das algo de dinero en casa para ayudar a tus padres. Si trabajas y vives con tus padres también puedes ahorrar.

Cuando vives con tu familia, no tienes tantos gastos como cuando vives solo. Pero eso no quiere decir que tienes que gastarte todo el dinero.

Hay que ser responsable con el dinero. Si no eres capaz de ahorrar por ti mismo porque te cuesta mucho guardar dinero puedes pedirle a alguien que te apoye.



# Los bancos: tener el dinero en el banco



Es importante que sepas cómo funcionan los bancos.  
Tener una cuenta en un banco  
es la forma más sencilla  
de guardar tu dinero.

Todas las personas que tienen DNI  
pueden tener una cuenta en el banco.

Si estás incapacitado y tienes un tutor o curador  
puedes tener una cuenta  
pero necesitas su autorización  
para utilizar el dinero.

Es importante saber qué es una cuenta bancaria,  
cómo funciona una tarjeta de crédito  
y saber algunos temas  
de seguridad de los bancos.



Además, cuando tienes una cuenta en un banco tu empresa puede ingresar tu nómina todos los meses en esa cuenta. También puedes tener una tarjeta de crédito y hacer compras con ella sin tener que llevar dinero encima.

Si tienes una cuenta en un banco puedes sacar dinero de un cajero cuando quieras, ingresar dinero, pagar recibos de luz, agua, calefacción, pagar compras por internet, etcétera.



### ■ Pagar recibos

Para pagar recibos, puedes hacer una domiciliación y así el banco se encarga de coger el dinero de tu cuenta para pagar tus recibos. Así no tienes que estar pendiente todos los meses de todos los recibos y que se te olvide pagar alguno.



También puedes hacer transferencias, es decir, pasar dinero a otras cuentas bancarias tuyas o de otras personas.

Las cuentas bancarias tienen unos gastos, que se llaman comisiones de mantenimiento. Pagas al banco para que mantenga la cuenta abierta. Es decir, para que la cuenta funcione y puedas hacer tus operaciones. A veces también te cobran comisiones por sacar dinero en un banco que no es el tuyo o por hacer una transferencia.

Tienes que saber cuánto dinero te van a costar estas comisiones. Revisa tus cuentas del banco. Míralas de vez en cuando para saber el dinero que tienes en la cuenta.



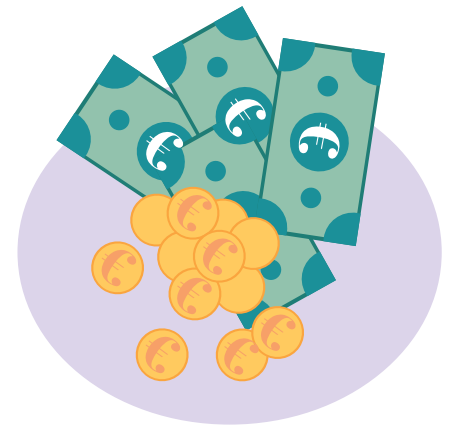
Asegúrate de que te han pagado la nómina o la **prestación por desempleo** o alguna otra ayuda que tengas y que no te han cobrado algún recibo mal. Por ejemplo, te has dado de baja de una compañía de teléfonos, pero te siguen cobrando los recibos.

No te gastes todo el dinero del banco porque te quedarás en números rojos. Es decir, sin nada de dinero y el banco puede cobrarte por eso.

No pidas préstamos al banco si no los necesitas. Luego tienes que devolver ese dinero, más los intereses. Es decir, más dinero del que te prestó el banco.

**Prestación por desempleo:**

Ayuda económica para personas que están sin trabajo. Para recibir esta ayuda, la persona debe haber trabajado antes un tiempo. También se llama 'cobrar el paro'.



## ■ Tarjetas de crédito

Todas las tarjetas de crédito parecen iguales, pero no lo son.

La tarjeta de crédito es como un carné de plástico duro con tus datos personales y tu número de tarjeta, que es un número de 16 cifras.

Cuando te haces tu tarjeta de crédito, en el banco te dan un número secreto para que puedas sacar dinero en un cajero o pagar con tarjeta cuando compras.

Es importante que te aprendas el número secreto.

Si no te acuerdas de él no vas a poder utilizar la tarjeta.

Con tu tarjeta, puedes pagar en tiendas.

También puedes sacar dinero del banco.

Cuando pagas con tu tarjeta te dan un ticket de compra.

Es importante que lo guardes por si tienes algún problema con la tarjeta.



No le digas a nadie los números que vienen en tu tarjeta ni tu número secreto.

Si pierdes o te roban tu tarjeta de crédito tienes que llamar a tu banco para que la cancelen y así nadie pueda utilizar tu tarjeta.

No dejes tu tarjeta de crédito a nadie.

No uses mucho la tarjeta de crédito. Pon un tope de dinero en la tarjeta. Eso quiere decir que no podrás gastar más de ese dinero al mes. Las tarjetas de crédito te permiten comprar cosas sin tener que llevar dinero encima. Pero tienes que controlar más el dinero que gastas.

No pagues todo lo que compras con la tarjeta de crédito. Piensa que cuando pagas con la tarjeta gastas dinero aunque no lo veas.

Intenta no sacar dinero con tu tarjeta de crédito en cajeros que estén muy alejados o muy oscuros. No aceptes ayuda de personas desconocidas que quieran ayudarte a sacar dinero.



# La nómina

Hay algunas cosas que tienes que saber de tu nómina. Cuando tienes una nómina tu jefe dice que vas a ganar un dinero **bruto** al mes. Por ejemplo, si vas a ganar 600 euros brutos al mes, tienes que saber que ese dinero no es el que te van a ingresar en tu cuenta. Te van a ingresar menos dinero.

El dinero que te ingresan se llama **neto**. Es decir, el dinero que queda del bruto, después de quitar un dinero que es para pagar impuestos. Por ejemplo, la Seguridad Social, el **IRPF**, formación profesional y desempleo.

Puedes preguntar a tu jefe cuánto dinero neto vas a ganar. Es decir, cuánto dinero te van a ingresar en tu banco.

## **Bruto:**

Es el dinero total que te paga la empresa en la que trabajas, pero no es dinero que te van a ingresar en tu cuenta del banco. El dinero que te ingresan se llama neto.

## **Neto:**

Es el dinero que te ingresan en tu cuenta del banco por tu trabajo después de descontar los impuestos.

## **IRPF:**

Es un impuesto que las personas que viven en España tienen que pagar al Gobierno de España. Este impuesto puede ser diferente cada año, porque depende del dinero que ganes en un año.

# Seguridad en internet

Estos son algunos consejos para mejorar la seguridad de tu dinero en internet. Utilizamos mucho internet para comprar y hay algunas personas que aprovechan ese momento para intentar engañarnos. Tienes que tener mucho cuidado con tu dinero en internet.

En internet encontramos muchas ofertas, pero algunas son engaños. Por eso, es importante comprar en tiendas oficiales y desconfiar de ofertas con precios muy bajos. Para comprar por internet tienes que utilizar páginas de internet seguras. Estas páginas suelen tener la imagen de un candado.

Antes de comprar algo, piensa si lo necesitas realmente.



No respondas a anuncios o mensajes en los que te piden datos personales, como tu dirección, teléfono, DNI o el número de tu cuenta del banco. Y nunca des tus datos personales a personas desconocidas.

### ■ Timos por internet

Cuidado con los timos. Hay mensajes que te dicen que te ha tocado un regalo pero es mentira. No abras ese mensaje porque seguramente te quieren engañar para conseguir tu dinero.





# Consejos para ahorrar dinero

Es importante que tengas en cuenta algunos consejos para ahorrar dinero en tu casa, en tu día a día.

Es importante que ahorres dinero cuando haces la compra. Puedes tener un dinero fijo todos los meses para hacer la compra.

Piensa bien lo que necesitas cuando vas al supermercado.

Puedes comprar productos de temporada o marcas blancas, que son más baratas.

No compres productos solo porque estén de oferta.

No llenes el carro de la compra hasta arriba y te gastes más dinero solo porque te lo vayan a llevar a casa.



- > Puedes ver más consejos en la 'Guía para hacer bien la compra':



[www.plenainclusionlarioja.org/publicaciones/publicaciones-plena-inclusion-la-rioja/file/4-guia-para-hacer-bien-la-compra](http://www.plenainclusionlarioja.org/publicaciones/publicaciones-plena-inclusion-la-rioja/file/4-guia-para-hacer-bien-la-compra)

## ■ Cuando compras ropa

Compra ropa solo cuando la necesites.  
Cuando vayas a comprar ropa,  
piensa bien lo que quieres  
y a qué tienda vas a ir.  
Mira bien las ofertas de las diferentes tiendas.

No compres ropa en rebajas  
sólo porque sea más barato.  
A veces,  
compras cosas en rebajas  
que luego no utilizas  
porque compras cosas que no necesitas.

Guarda el ticket de compra  
por si tienes que devolver la ropa.  
Cuando compres algo  
tienes que comprobar que está en buen estado.

No cortes las etiquetas de la ropa  
hasta que no estés seguro  
de que te la vas a quedar.  
Cuando cortas las etiquetas,  
ya no se puede cambiar la ropa.



### ■ Cuando compras teléfonos y productos de tecnologías, contratas un viaje, etcétera.

No compres por comprar. A veces, acumulas cosas solo por tener más. Por ejemplo, si tienes dos o tres móviles que funcionan porque te gusta cambiar de teléfono para tener los últimos modelos, pero solo usas un móvil. Esto es un gasto innecesario.

Es mejor que compres un móvil solo cuando lo necesites y que no compres más móviles solo porque son baratos. Si compras solo uno, podrás comprar uno mejor.

Cuando contrates un viaje o firmes un contrato con una compañía de teléfonos tienes que leer bien los documentos que te dan.



Lee la letra grande  
y también la que viene al final,  
que es más pequeña.  
Porque a veces,  
en la letra pequeña hay más información  
que te puede costar dinero.

Por ejemplo,  
si has contratado un viaje  
tienes que saber  
qué puede pasar  
si luego no puedes ir  
o si se suspende.  
Si te van a devolver todo el dinero  
o solo una parte.

O si has cambiado de compañía de teléfono,  
tienes que saber  
cuánto tiempo tienes que estar con esa compañía  
antes de cambiar a otra  
sin que te pongan una multa.

Por eso,  
es importante que revises tus facturas  
y compruebes que están bien.  
Y también es importante  
que veas las ofertas  
de otras empresas de teléfonos, luz, etcétera,  
por si puedes ahorrar algo en tus facturas.



### ■ Cuando estés en casa

Aprovecha la luz del sol cuando estés en casa.  
Cuando ya no entre luz natural a tu casa,  
entonces enciende la luz.

Apaga las luces que no necesites.  
Cuando salgas de una habitación  
apaga la luz,  
y enciende solo la luz de la habitación en la que estás.

Cuando veas la televisión,  
puedes apagar la luz  
y poner una lámpara pequeña.

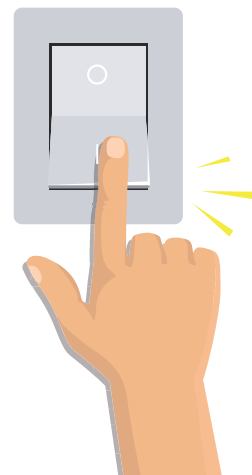
Utiliza bombillas de bajo consumo,  
puedes ahorrar  
y contaminan menos.

Cierra la puerta de las habitaciones  
que quieras mantener calientes.

> **Puedes ver más consejos en la 'Guía para que ahorres energía y dinero en casa':**



[www.plenainclusionlarioja.org/publicaciones/publicaciones-plena-inclusion-la-rioja/file/5-guia-para-que-ahorres-energia-y-dinero-en-casa](http://www.plenainclusionlarioja.org/publicaciones/publicaciones-plena-inclusion-la-rioja/file/5-guia-para-que-ahorres-energia-y-dinero-en-casa)



## ■ Otros consejos

Guarda los documentos importantes, como las facturas, todas juntas. Por si tienes que revisarlas en algún momento.



Si no tienes tarifa plana en tu móvil intenta llamar en el horario que sea más barato. Si llamas a un fijo hazlo desde otro fijo, es gratis o más barato.

Es importante que busques ayuda de profesionales cuando no entiendas algo relacionado con tu dinero.

No llesves nunca mucho dinero encima.

Es importante que conozcas los descuentos que tienen las personas con discapacidad. Por ejemplo, en el autobús, en el cine, en el teatro, en viajes, etcétera.



Puedes informarte en alguna asociación y en el Gobierno de La Rioja.

<https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/personas-discapacidad>

# Ayudas para personas que están en el paro

Si no tienes trabajo,  
no ganas dinero,  
y tienes que organizar mejor el dinero.  
Tu plan de ingresos y de gastos será distinto.

Es importante trabajar.  
Por eso tienes que cuidar tu trabajo  
y ser un buen trabajador.  
Si pierdes tu trabajo,  
intenta encontrar otro trabajo,  
para poder seguir pagando tus gastos.

Si pierdes el trabajo,  
tienes que informarte  
para saber si puedes cobrar la prestación por desempleo,  
que también se le llama 'cobrar el paro'.  
Es una ayuda que te dan  
cuando te despiden de tu trabajo.  
Tienes derecho a cobrar esta ayuda  
si te han despedido del trabajo  
y cumples unas condiciones.

La prestación por desempleo se pide  
en una oficina del Servicio Público de Empleo.  
Allí pueden decirte si cumples las condiciones  
y te pueden informar de todas las dudas que tengas.





También hay otra ayuda que se llama **subsidio por desempleo**.

Esta ayuda se puede pedir cuando no puedes cobrar el paro, o si cobrabas el paro pero ya se te ha acabado.

También tienes que cumplir algunas condiciones.

Esta ayuda también se pide en una oficina del Servicio Público de Empleo.

Además, hay otras ayudas para personas dependientes.

Una persona dependiente es una persona que necesita ayuda para hacer la comida, para lavarse, para salir a la calle, etcétera.

Para poder pedir y cobrar estas ayudas tienes que informarte en el Gobierno de La Rioja.

Hay dos tipos de ayudas para personas dependientes.

Una ayuda consiste en que te dan un dinero.

La otra ayuda consiste en que te dan servicios.

Por ejemplo, que una persona vaya a tu casa a ayudarte, que te den una plaza en una residencia, etcétera.

Además de estas ayudas,

hay otras ayudas,

que puedes consultar en la página web del Gobierno de La Rioja

<https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/personas-discapacidad>

o del Gobierno de España:

<https://www.mscbs.gob.es/ssi/discapacidad/home.htm>

**Subsidio por desempleo:**  
Es una ayuda económica que el Gobierno da a las personas con diferentes necesidades y situaciones. Se dan a las personas que están apuntadas en la oficina de empleo porque no tienen trabajo y no tienen ningún ingreso.



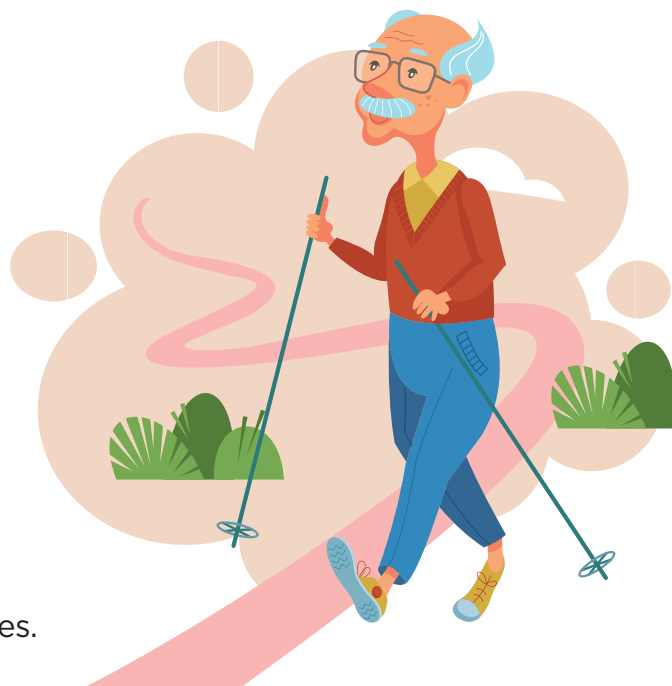
# La jubilación

Cuando se acerca tu jubilación, tienes que pensar que tendrás menos ingresos. Aunque cobrarás una pensión, no cobrarás el mismo dinero que cuando estabas trabajando. Por eso, es importante que ahorres durante toda la vida y que guardes el dinero en el banco.

Puedes preguntar en el banco por planes de pensiones, seguros, etcétera, para cuando seas mayor.

Para tener un plan de pensiones, tienes que meter una parte de tus ingresos en una cuenta del banco, y el banco te devolverá el dinero cuando te jubiles.

También tienes que saber que las personas mayores tienen descuentos en bonos de transporte público, hoteles, entradas de museo, teatro y cine, etcétera.



# Resumen de los consejos más importantes

En esta guía has aprendido muchos consejos útiles para saber organizar tu dinero. También has aprendido a hacer algunas gestiones del banco, como las cuentas bancarias y las tarjetas de crédito.

Te hemos dado consejos sobre las compras por internet y la seguridad, las ayudas económicas, etcétera.

Recuerda que es muy importante que sepas organizar tu dinero, y que puedas ahorrar por si tienes algún gasto imprevisto.

Te hacemos un resumen de los consejos más importantes:

- Es muy importante que no gastes más de lo que tienes.
- Para organizar tu dinero, puedes hacer un plan de ingresos y de gastos.
- Es importante pagar tus facturas al día.  
Es decir,  
cuando te lleguen.  
Así no te gastas el dinero de las facturas en otras cosas.  
Es cómodo domiciliar las facturas en el banco.
- Cuando se rompa algún aparato intenta arreglarlo.  
Si no puedes arreglarlo o el arreglo cueste casi tanto dinero como comprar otro nuevo, entonces es mejor comprar uno nuevo.
- Si algunos meses no puedes ahorrar dinero, intenta gastar menos esos meses en cosas que no son necesarias.

- > Si tienes una cuenta en un banco puedes sacar dinero de un cajero, ingresar dinero, pagar recibos de luz, de agua, de calefacción, pagar compras por internet, etcétera.
- > Para pagar recibos, puedes hacer una domiciliación y así el banco se encarga de coger el dinero de tu cuenta para pagar tus recibos.
- > Intenta no sacar dinero con tu tarjeta de crédito en cajeros que estén muy alejados y muy oscuros.
- > Para comprar por internet tienes que utilizar páginas de internet seguras. Estas páginas suelen tener la imagen de un candado.
- > No respondas a anuncios o mensajes en los que te piden datos personales, como tu dirección, teléfono, DNI el número de tu cuenta del banco. Y nunca des tus datos personales a personas desconocidas.

## Resumen de los consejos más importantes

- Es importante que ahorres dinero cuando haces la compra.
- Guarda los tickets de compra por si tienes que devolver lo que compres.
- Lee la letra grande de los contratos y también la que viene al final, que es más pequeña.  
Porque a veces en la letra pequeña hay más información que te puede costar dinero.
- No llesves nunca mucho dinero encima.
- Guarda los documentos importantes, como las facturas, todas juntas.
- Puedes informarte sobre la prestación por desempleo en una oficina del Servicio Público de Empleo.
- Es importante que ahorres durante toda tu vida para que tengas dinero cuando seas mayor.

**Edita:**

**Plena inclusión La Rioja**

Dirección:

Calle La Cigüeña 27 bajo.  
26004 Logroño (LA RIOJA)

Teléfono:

941 24 66 64

Página Web:

[www.plenainclusionlarioja.org](http://www.plenainclusionlarioja.org)

**Diseño y maquetación:**

**Calle Mayor**

Página Web:

[www.callemayor.es](http://www.callemayor.es)

**Depósito legal:**

LR 797-2020



© Logo Europeo de lectura fácil: Inclusion Europe. Más información en [www.easy-to-read.eu/es/](http://www.easy-to-read.eu/es/)

Edita:



Subvenciona:



**GRAFOMETAL**



Obra Social "la Caixa"

