



En este regreso a clases, tu dinero también necesita aprender

Kit de supervivencia mental

Además de los gastos escolares, el regreso a clases puede afectar nuestro bienestar financiero. Conoce algunas recomendaciones para afrontar esta temporada con mayor tranquilidad.

- **1 Planea antes de comprar.** Haz una lista de los gastos escolares y establece un presupuesto realista.
- **2 Prioriza.** No todo tiene que adquirirse al mismo tiempo.
- **3 Cuida tu bienestar.** Si las preocupaciones por el dinero te generan ansiedad o dificultades para dormir, es momento de revisar tus finanzas y pedir apoyo si lo necesitas.

Recuerda que no se trata de gastar más, sino de decidir mejor. Un regreso a clases exitoso también incluye mantener un ambiente de calma en casa.

Conoce más recomendaciones para fortalecer tu bienestar financiero en la edición de agosto de la revista Proteja su Dinero.

Escanea y
conoce más



Hacienda

Secretaría de Hacienda y Crédito Público



Comisión Nacional para la Protección
y Defensa de los Usuarios de
Servicios Financieros