

Mi hoja de presupuesto

20 · 10 · 70

CÓDIGO 18
El Castillo de Emma

Nombre: _____ Mes: _____

1. ¿Cuánto dinero recibo este mes?

Paga	€	Trabajos o encargos	€
Regalos	€	Otros	€

TOTAL DEL MES

2. Reparto en tres botes (primero me pago a mí)

20 %

Ahorro

Emergencias y objetivos (un viaje, un curso, algo que de verdad quiero).

Total × 0,20 =

 €

10 %

Crecer

Dinero que trabaja para mí: aprender o invertir más adelante.

Total × 0,10 =

 €

70 %

Gasto consciente

Mi vida normal, sin culpa y con criterio.

Total × 0,70 =

 €

Ejemplo: si recibes 50 €, guardas 10 € para ahorro, 5 € para crecer y te quedan 35 € para gastar. No importa que sean cantidades pequeñas: importa que cada bote reciba algo.

3. Mi objetivo de ahorro

Quiero ahorrar para:

Cuesta: €

Ya tengo: €

Me faltan: €

Lo tendré en (meses):

4. Mis reglas del mes

- ☐ Separé el ahorro **antes** de gastar.
- ☐ Esperé 24 horas antes de las compras por impulso.
- ☐ No compré nada solo para impresionar.
- ☐ Miré el precio total antes de pagar a plazos.
- ☐ No compartí mis claves ni códigos con nadie.

Registro de gastos

Apunta cada gasto. La última columna es la importante: **¿qué emoción estaba buscando?** Al final del mes verás patrones... y recuperarás el control.

Fecha	¿Qué compré?	€	¿Necesidad o deseo?	¿Qué emoción buscaba?
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	
			N · D	

TOTAL GASTADO

Al final del mes: ¿me he quedado dentro de mi 70 %? ¿Qué gasto no volvería a hacer? ¿Qué emoción se repite más?