

12 HÁBITOS DE COMPRA PARA AHORRAR EN EL REGRESO A CLASES



BILLETE O MONEDA FALSO
¿QUÉ HACER?

OLIMPIADAS DEL AHORRO
**VUÉLVETE UN
CAMPEÓN**

COMIDA CHATARRA vs. NUTRITIVA
**FINANZAS E HIJOS
SANOS**

CONTENIDO

NÚMERO 11
Julio - Agosto, 2016

DIRECTORIO

Director General de Banco Azteca
Alejandro Valenzuela

Vicepresidente del Consejo de Administración de Banco Azteca
Luis Niño de Rivera

Dirección de Regulación Financiera
Sylvia Lloréns

Dirección de la Asociación del Empresario Azteca
José Ángel Cervantes

Coordinación Editorial y Comercialización
Sandra Cortés / Tel.: 1720 7893

Colaboración
Conducef
Centro de Diseño Instruccional de Banco Azteca
Energía y Medio Ambiente de Grupo Salinas
Hafid Rodríguez
Antonio Surisadai
Esteban Bolaños

Desarrollo de Negocios
Diana Gámez
Cynthia Mejía

Corrección de estilo
Blanca Martínez

Diseño
Berenice Zepeda
Raúl Veladiz

Ilustración
Claudia R. Sánchez

La revista **Aprende y Crece** de Banco Azteca, es un órgano de comunicación de Banco Azteca. Número de certificado de reserva, licitud de título y licitud de contenido otorgado por el Instituto Nacional de Derecho de Autor: En trámite. Publicación bimestral de distribución gratuita. Queda expresamente prohibida la difusión, reproducción total, parcial o similar del presente material, y puede incluso constituir un delito cualquier otro uso distinto, sin previo consentimiento escrito por el autor. Reservados todos los derechos. Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en o transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea fotoquímico, mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o cualquier otro inventado o por inventar, sin el previo permiso del autor.

Aprende y Crece 2
en Honduras

Educación Financiera 3
Aprende y Crece con el INFOP

9 conceptos 4
para entender tu estado de cuenta

Billete o moneda falso 6
¿Qué hacer?

Planea tus vacaciones 8
de manera inteligente

Olimpiadas del Ahorro 12
Vuélvete un campeón

Temporada de llluvias 18
Que no se inunde tu cartera

12 hábitos de compra 19
para este regreso a clases

Comida chatarra & nutritiva 20
Finanzas e hijos sanos



Estimado lector, nos sentimos honrados de que vuelvas a nuestras páginas y vivas junto a nosotros la experiencia de este boletín informativo número 11, ya que la publicación está realizada con la intención de brindarte enseñanzas que contribuyan a mejorar tus finanzas personales, así como las de tu familia y tu negocio.

Desde su lanzamiento, Aprende y Crece se ha caracterizado por promover el desarrollo económico de las sociedades en donde Banco Azteca se encuentra presente, a través de su iniciativa de Educación Financiera y Negocios que no sólo está enfocada en sus más de 20 millones de clientes, sino también en la sociedad en general.

A 3 años de iniciar actividades, Aprende y Crece ha traspasado fronteras, logrando transmitir su labor a miles de niños, mujeres, emprendedores, empresarios, adultos mayores y personas con capacidades diferentes de México, Guatemala, Perú, El Salvador, Honduras y próximamente Panamá.

El programa se centra en ofrecer educación y promover inclusión financiera a través de sus eventos (talleres, coaching, cine-debate, teatro, musicales, foros, ferias del ahorro), en todos los países. También, mediante aplicaciones para smartphones o tablets, series, programas de televisión y múltiples publicaciones (revistas, cómics y boletines). Todo esto replicado en su sitio web www.aprendeycrece.com en donde también se encuentran cursos en línea y puedes interactuar mediante sus redes sociales (Facebook, Twitter y YouTube).

Aprende y Crece expande sus horizontes en beneficio de la sociedad en una etapa, socialmente hablando, en donde es muy importante promover el emprendimiento, conservar la estabilidad económica y considerar al ahorro y la inversión como herramientas para el progreso y desarrollo de nuestras familias.




LANZAMIENTO DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FINANCIERA Y NEGOCIOS APRENDE Y CRECE EN HONDURAS

El Programa de Educación Financiera y Negocios Aprende y Crece llegó a Honduras. El evento de lanzamiento del portal Aprende y Crece se llevó a cabo en el Museo para la Identidad Nacional (MIN) el 2 de junio de 2016, contando con la participación de Sara Soriano de Teresa, Presidenta de la Junta Directiva de Banco Azteca, así como con la presencia de autoridades y reguladores del sector financiero, diversas instituciones aliadas y de los socios de Banco Azteca.

El nuevo portal de Internet www.aprendeycrece.hn es la plataforma más robusta de educación financiera y de negocios en Honduras, el cual tiene por propósito concientizar a la población sobre la importancia de la cultura financiera, cuidar su dinero, ahorrarlo y administrarlo, utilizando herramientas multimedia y dando la posibilidad de descargar contenido en línea de forma gratuita.

El sitio de Aprende y Crece Honduras utiliza los medios más vanguardistas de aprendizaje como innovaciones tecnológicas (apps para niños y adultos), programas de televisión (series y telenovelas), publicaciones educativas (cuentos interactivos, revistas, boletines) y eventos en todo el país (cine-debate, teatro, musicales, foros, talleres, entre otros).

Una de las principales contribuciones de este sitio es el desarrollo de contenido especializado para diferentes grupos de interés, tales como emprendedores, pequeños empresarios, jóvenes y niños, haciendo énfasis en el empoderamiento de la mujer.

La página web se puede visualizar a través de tablets y teléfonos móviles, con una navegación fácil y dinámica, además de hacer posible una constante interacción en redes sociales con expertos financieros. 



SEMANA DE LA EDUCACIÓN FINANCIERA APRENDE Y CRECE Y EL INFOP CREANDO HÁBITOS DE AHORRO EN HONDURAS

Con cultura del ahorro, conferencias e interacción el Programa de Educación Financiera y Negocios Aprende y Crece estableció alianzas estratégicas en Honduras, esta vez con la Comisión Nacional Bancaria y de Seguros (CNBS) y con el Instituto Nacional de Formación Profesional (INFOP).

Aprende y Crece de la mano del INFOP realizó la 1ª Jornada de Educación Financiera dirigida a más de 500 estudiantes y padres de familia que se dieron cita en las instalaciones de la sede central de la institución en Tegucigalpa, con el objetivo de mejorar las capacidades financieras de la sociedad en general.

El evento contó con la presencia del Director General del INFOP, César Pinto; de la Presidenta de la Junta Directiva de Banco Azteca, Sara Soriano de Teresa; así como del Presidente del Banco Central, Manuel Bautista; cerrando con la Presidenta de la CNBS, Ethel Deras.


Esta jornada ofreció 4 grandes conferencias, las cuales fueron:

“Títulos y Valores” por Ofelia Valladares Flores, Jefe Sección de Análisis del Departamento de Operaciones del Banco Central de Honduras, **“Tips de Marketing para Aprender a Emprender”** coordinada y realizada por el

Programa de Educación Financiera y Negocios Aprende y Crece presentada por Enrique Gómez Gordillo. **“Central de Información Crediticia”** impartida por Kadir Bendeck, Oficial de Investigación Técnico Financiero de la CNBS, y para la clausura el Cine-Debate titulado **“Mi negocio y mis finanzas”** impartido por Ruth Monroy, Coach de Negocios especialista de Aprende y Crece de Banco Azteca.

De igual forma del 3 al 5 de junio se llevó a cabo la **1ª Semana de Educación Financiera en Honduras** como una iniciativa de la Comisión Nacional Bancaria y de Seguros.

La sede fue dentro de las instalaciones del Centro Interactivo de Enseñanza CHIMINIKE en la Ciudad de Tegucigalpa y contó con la participación de la mayoría de las instituciones financieras y de seguros del país, así como de las dependencias reguladoras del sistema financiero nacional.

El stand de Aprende y Crece de Banco Azteca Honduras adentró a los visitantes en las finanzas a través de interacción, magia, diversión y distintas actividades como: El Teatro Interactivo “Ahorrar Queremos Gastar No Sabemos”, “El Ahorrador Más Débil”, Cuenta Cuentos “La Fórmula Mágica Para Cuidar el Dinero”, Feria del Ahorro, Cine Debate “Mi Negocio y Mis Finanzas” y BanQuiz. 

9 CONCEPTOS PARA ENTENDER TU ESTADO DE CUENTA

Dentro del estado de cuenta de tus tarjetas de crédito hay 9 conceptos básicos que debes aprender a identificar y saber qué significan. ¡Conócelos!

- 1. FECHA LÍMITE DE PAGO.** Es el último día que te marcan para pagar, ya sea tu deuda completa o el pago mínimo.
- 2. PAGO PARA NO GENERAR INTERESES.** Es el total de las compras que hayas hecho en el periodo. Si no quieres pagar intereses de estas compras, debes pagarlos completamente.
- 3. PAGO MÍNIMO.** Es la cantidad de dinero que tendrás que pagar para mantener al corriente tu línea de crédito. Procura siempre pagar más de esta cantidad.
- 4. FECHA DE CORTE.** Es el último día que el banco tomó en cuenta para incluir todas las transacciones que realizaste.
- 5. LÍMITE DE CRÉDITO.** Es la cantidad de dinero que el banco te otorga para usar con tu tarjeta. Procura nunca usarlo todo para que no tengas tu tarjeta al tope.
- 6. INTERESES.** El dinero que debes pagar al banco por brindarte la tarjeta de crédito.
- 7. SALDO.** Corresponde a la suma total de tu deuda con el banco.
- 8. CUENTA NORMAL.** Son todas las operaciones que realizaste durante el periodo a revisar.
- 9. PROMOCIONES.** Son las compras que hayas realizado bajo el esquema de "meses sin intereses".



Estado de cuenta mensual Tarjeta de Crédito				
Del 2 de Junio al 6 de Julio, con fecha de corte al 6 de Julio.				
1 Fecha Límite de Pago xx/xx/xxxx	4 Pago Mínimo	\$XXX,XXX,XX	3	
Número de Tarjeta XXXXXXXXXXX,XXXXXX	2 Pago para no generar intereses	\$XXX,XXX,XX	2	
Nivel de uso		Tasa de Interés		
Saldo anterior	XXXXXXX	Ordinaria	XXXXXX	XXXXXX
Compras y disposiciones	XXXXXXX	Moratoria	XXXXXX	XXXXXX
Comisiones cobradas	XXXXXXX	Promocional fija	XX	
Intereses	XXXXXXX	CAT (Costo Anual Total)	XXXXXX	
Saldo Actual al corte	\$20,000.00			
Saldo Pagos diferidos	\$20,000.00			
Límite de Crédito	\$60,000.00			
Crédito Disponible	\$60,000.00			
Detalle de operaciones 8				
Fecha	Concepto	Población	Otras divisas	Pesos
XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX
XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX
XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX
XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX
XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX
XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX
XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	XXXXXX

SI TIENES DUDAS SOBRE EL MANEJO DE TUS FINANZAS PERSONALES,

El Micrositio

EDUCA TU CARTERA ES PARA TI



TE ORIENTAMOS Y MANTENEMOS INFORMADO A TRAVÉS DE:

Material educativo

Cursos y programas

Sección infantil

Talleres

Guías de Educación Financiera

Consejos para tu bolsillo

INGRESA A WWW.CONDUSEF.GOB.MX

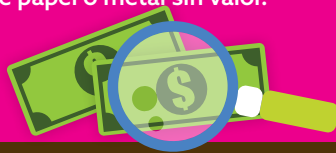
¿QUÉ HACER SI TIENE UN BILLETE O MONEDA QUE PARECE FALSO?

Si tiene en su poder un billete o moneda (a lo que nos referiremos como pieza) **que considere pueda ser falsa**, no la reintegre a la circulación, ya que constituye un delito que se castiga hasta con **12 años de prisión**.



Acuda a cualquier banco y solicite sea enviado al **Banco de México** para que sea verificado. A cambio, obtendrá un **recibo denominado "Anexo 6A"** que deberá contener un **"Número de Recibo SAM"** para dar seguimiento al trámite.

Si se determina que sí es un **billete o moneda (auténtico)**, el valor le será reembolsado a través del banco que le extendió el recibo, de otra forma se trata solamente de un pedazo de papel o metal sin valor.



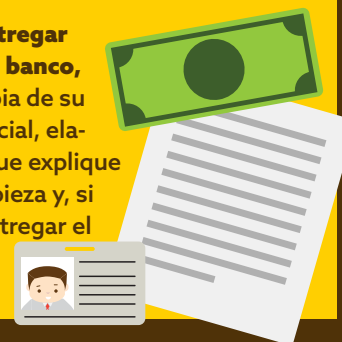
Puede consultar el resultado en un plazo de **30 días hábiles** bancarios en www.banxico.org.mx/dictamen o bien, llamando al **01.800.BANXICO (226.9426)** donde deberá proporcionar el **"Número de Recibo SAM"**.



Sólo las instituciones bancarias pueden retener una pieza presuntamente falsa. En caso de recibir una pieza de este tipo en la ventanilla de un banco o de un cajero automático, usted tiene derecho a reclamar el importe de la pieza dentro de los cinco días hábiles posteriores a la operación, de conformidad con el **artículo 48 Bis 1 de la Ley de Instituciones de Crédito**.



Usted **deberá entregar la pieza en dicho banco**, proporcionar copia de su identificación oficial, elaborar un relato que explique cómo obtuvo la pieza y, si cuenta con él, entregar el comprobante de la transacción.



El banco verificará, en los cinco días hábiles posteriores, que la operación se haya llevado a cabo conforme a lo relatado. Si resuelve a su favor, le reembolsará el importe de la pieza. En caso contrario, deberá informarle por escrito las razones que hayan motivado su negativa.

El reclamo debe realizarlo la **misma persona que recibió la pieza**. Aquí también le extenderán un **recibo -Anexo 6A**.



Para evitar recibir dinero presuntamente falso, revíselo siempre que lo obtenga, para eso cuentan con medidas de seguridad.

Para conocerlas visite **www.banxico.org.mx** en la sección **"Billetes y Monedas"**.

PLANEA DE MANERA INTELIGENTE TUS VACACIONES



SE ACERCAN LAS VACACIONES Y **PARA HACER UNA BUENA PLANEACIÓN** CON LA QUE NO DESAJUSTES TUS AHORROS O ADQUIERAS DEUDAS EXTRAS, DEBES PLANTEARTE ALGUNAS CUESTIONES.

1

PARA COMENZAR, TOMA EN CUENTA ESTAS CONSIDERACIONES:

- ¿Cuánto tienes ahorrado?
- ¿A dónde vas a ir?
- ¿Qué tipo de hospedaje te conviene?
- ¿Irás solo o acompañado?



3

LO QUE PUEDES HACER SI TE QUEDAS EN: CASA

- Desempolva los juegos de mesa, actividades como "Turista", las cartas o la lotería son alternativas entretenidas para disfrutar en familia
- Lleva el cine a casa, disfruta grandes ratos con películas y series
- Organiza comidas en las que todos los miembros de la familia se involucren; las parrilladas o los picnics en el jardín te ayudarán a salir de la rutina



2

Una vez establecidos todos estos puntos, sigue estos consejos que te ayudarán a pasar un tiempo agradable que se ajuste a tu presupuesto.

- Si tienes deudas o tus finanzas están apretadas, no es recomendable que hagas un viaje fuera de la ciudad. Analiza alternativas que puedas hacer en casa.

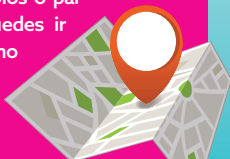
- Para realizar actividades fuera de la ciudad es recomendable contar con un ahorro previo.



4

LA CIUDAD

- Dedícale tiempo a la realización de actividades físicas o al aire libre, pueden ser caminatas en parques o armar rutas de bicicleta
- Ubica los lugares de interés que puedes visitar dentro de la ciudad: busca museos, parques, centros comerciales o monumentos
- Toma en cuenta los alrededores de la ciudad, hay pueblos o parques a los que puedes ir y regresar el mismo día sin tener que hacer gastos de hospedaje.



Recuerda que hagas lo que hagas, siempre debes apegarte a tu presupuesto. Si estas vacaciones no pudiste ir al lugar de tus sueños... ¡comienza a ahorrar!



FERIA de AFORES
Año del Ahorro Voluntario **2016**

Te invitamos a la **Feria de AFORES 2016** en la explanada del **Monumento a la Madre**

Jardín del Arte, entre Sullivan y Villalongín,
Del. Cuauhtémoc, Ciudad de México

Del **jueves 7** al **domingo 10** de julio
de **10:00** a **18:00** hrs.

¡La entrada es gratuita!



SARTEL: 13-28-5000
(Sin costo desde todo el país)

www.consar.gob.mx

Síguenos en:



Consulta:

www.aforeazteca.com.mx
www.consar.gob.mx

Una sucursal Elektra o Banco Azteca
cerca de ti en toda la República Mexicana

CONTÁCTANOS EN:

Línea Afore Azteca CDMX y Área metropolitana: 3099 8031
Lada sin costo: 01 800 112 1313 • Todos los días de 9 am a 9 pm
✉ infoafore@aforeazteca.com.mx

EDUCACIÓN, LA MEJOR HERENCIA PARA TUS HIJOS

En México, planear para el futuro y contar con algo de dinero ahorrado para alguna emergencia son temas que no se platican en familia ya que nuestra forma de pensar es "a mí nunca me va a pasar".

Un claro ejemplo de esto es el tema de la educación. Aunque sabemos que se trata de un pilar importante, no contamos con ningún respaldo económico destinado a este rubro.

Según datos de la Secretaría de Educación Pública, de 100 alumnos que se inscriben en primaria sólo 35 terminan la preparatoria, un dato realmente impresionante que debería ponernos en alerta a todos.

Es por eso que actualmente muchas asegura-

doras han optado por ofrecer seguros escolares que garantizan la educación de los hijos. Se trata de pólizas que otorgan un beneficio económico, el cual asegura la continuidad de sus estudios en caso de que el padre, la madre o el tutor lleguen a faltar por fallecimiento o resulten impedidos para aportar recursos económicos a causa de invalidez por accidente o enfermedad. Otra característica de estos seguros es que ofrecen coberturas adicionales como maestros en línea y vigencias anuales.

Por todo lo anterior, es importante que consideres adquirir este tipo de seguro y así garantices que tus hijos sigan estudiando en caso de que un día llegues a faltar. Recuerda que darles una buena educación es la mejor forma de protegerlos. ☺



¿Sabías que?

Con la APP de Banco Azteca ya puedes hacer tus **Aportaciones Voluntarias***



*Sin comisión

Consulta:

www.aforeazteca.com.mx
www.consar.gob.mx

Una sucursal Elektra o Banco Azteca
cerca de ti en toda la República Mexicana

CONTACTANOS EN:

Línea Afore Azteca CDMX y Área Metropolitana: 3099 8031 infoafore@aforeazteca.com.mx
Lada sin costo: 01 800 112 1313 • Todos los días de 9 am a 9 pm

OLIMPIADAS DEL AHORRO

Una tradición milenaria se acerca ya. Nos referimos a los Juegos Olímpicos que se celebrarán en su edición número 31 del viernes 5 al domingo 21 de agosto de 2016 en Río de Janeiro, Brasil.

Este evento internacional y multideportivo -el cual fue fundado en Olimpia, Grecia- se celebrará por primera vez en América del Sur, donde se espera la participación de 10,500 atletas (pertenecientes a 206 comités olímpicos) que competirán en 306 eventos de 28 disciplinas deportivas diferentes. Las competencias se

llevarán a cabo en 33 recintos deportivos en 4 localidades de la ciudad.




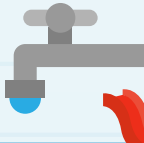

















Por eso, Aprende y Crece trae para ti esta Olimpiada del Ahorro. Para jugar debes contar con una ficha por jugador y un dado para todos. Debes ir avanzando conforme la casilla que te toque y así competirás contra tus contrincantes en retos divertidos. ¿Estás listo?

Los jugadores comienzan con una ficha y se turnan para lanzar un dado que les indicará la cantidad de casillas que deben avanzar. Cada jugador lanza 1 vez el dado por turno, sólo en caso de obtener un 6 podrá mover y tirar nue-

vamente el dado. Si un jugador obtiene tres 6 consecutivos, deberá regresar a la casilla inicial y no podrá mover su ficha hasta obtener nuevamente un 6. El jugador que logre llegar a la última casilla, contestar la pregunta final correctamente y haya realizado previamente todas sus pruebas será el ganador.

En caso de no responder correctamente la pregunta, comienza de nuevo desde la casilla "INICIO". Si caes en una ventanilla en donde comienza la resbaladilla de las deudas, desciende por ésta hasta la casilla donde finaliza. Si caes en una escalera del ahorro deberás subir.



<p>META Y mucha diversión (avienta el dado y responde correcto)</p> 	<p>26. Suma 1+ para que de mayor tengas una gran:</p> <p><u>l</u> <u>_</u> <u>v</u> <u>_</u> <u>r</u> <u>_</u> <u>i</u> <u>ó</u> <u>_</u></p>	<p>25. Cuida tus útiles escolares, suma un peso, en total van \$19</p> 	<p>24. Diviértete como enano, ahorra 3 más, ya son \$18</p> 	<p>23. No desperdicies agua, luz ni comida</p> 	<p>22. Completa la frase: Ahorra para cumplir tus</p> <p><u>_</u> <u>u</u> <u>_</u> <u>ñ</u> <u>_</u> <u>s</u></p>	<p>21. En el banco seguro nuestro dinero estará y así nunca nos faltará... (suma 3, ya son \$15)</p> 
<p>14. Abre con tu ahorro una cuenta bancaria para niños, dile a papá que te lleve</p> 	<p>15. Tu identidad es única e intransferible, haz un dibujo de ti (en dos minutos)</p> 	<p>16. Cuida tu dinero, agrega un peso más, ya son \$10</p> 	<p>17. Camarón que se duerme, su dinero pierde...</p> 	<p>18. Haz una buena acción monetaria al día</p> 	<p>19. El ahorro es una de las mejores a elegir, ya tienes 10, agrega 1 peso, son \$11</p> 	<p>20. Consume sólo lo necesario, guarda para después lo demás suma 1, tienes \$12</p> 
<p>13. Come tu lunch y guarda tu dinero, agrega 2 pesos, con \$9 podrías cocinar algo saludable, sigue guardando el dinero mejor...</p> 	<p>12. Regala una sonrisa, no cuesta, agrega un peso más al banco ya son 7, da dos brinco en tu lugar</p> 	<p>11. Colorea tus sueños y tus finanzas (colorea tu banco y agrega un peso más, ya son 6, guárdalos en tu banco)</p> 	<p>10. Dibuja tus metas, (dibuja un banco de ahorro, en dos minutos)</p> 	<p>9. Presupuesta: para que de mayor accedas a un préstamo o inversión, ahorra un peso más, ya son 5</p> 	<p>8. No malgastes tu domingo</p> 	<p>7. Define una meta (recoge tu dinero y agrega un peso más, ya deben ser 4)</p> 
<p>INICIO</p> 	<p>1. Ahorra... (consigue 1 peso)</p> 	<p>2. Di una rima con la palabra ahorro</p> 	<p>3. Distingue entre necesidades y deseos (canta en voz alta una necesidad y un deseo)</p> 	<p>4. Sé constante con el ahorro (consigue otro peso, ya tienes 2)</p> 	<p>5. Come frutas y verduras (avanza pero guarda tu dinero en esta casilla y ponle un peso más, ya son \$3)</p> 	<p>6. Casilla de las deudas: por eso debes cuidar tus pertenencias (di este trabalenguas 3 veces: el dinero se me va como agua, mejor el dinero guardo en un banco y no debajo del colchón o en la casa)</p>

Aprende a Ahorrar con el fantástico cuento de:



La fórmula mágica
para
cuidar el dinero

Many Moneda te enseña cómo hacerlo

sigue estos pasos:

1



DESCARGA

Puedes:
oírlo o leerlo
GRATIS

2



DESCUBRE

El mundo
de las finanzas.

3



DIVIÉRTETE

Aprende y Crece
con nosotros.

Sólo tienes que entrar a: www.aprendeycrece.com

En nuestra sección:

CHIQUIFINANZAS



/AprendeyCrece



@AprendeCreceBAZ



/AprendeyCrece







QUE NO SE TE INUNDE LA CARTERA

EN ESTA TEMPORADA DE LLUVIAS

Una de las mejores cosas que puedes hacer durante esta época de lluvias es anticiparte ante cualquier eventualidad que pueda llegar a desequilibrar tus finanzas. Para ello, te recomendamos seguir estos consejos:

VESTIMENTA

Para protegerte del clima hay accesorios como paraguas, impermeables y ropa especial. El precio de estos artículos se dispara por estar de moda; recuerda comprar en función a su uso y no a su apariencia.



TRANSPORTE

Si viajas en carro, revisa que las partes que más se pueden afectar por el agua estén en buenas condiciones (frenos, parabrisas, llantas). Si usas transporte público, recuerda anticipar tu salida para que no gastes más dinero en llegar a tu destino a causa de lentitud o sobrecupo.



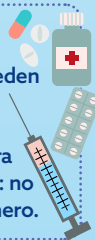
SEGUROS

En esta época los desastres naturales son muy comunes. Muchas veces los seguros no cubren estos rubros, así que revisa que tu cobertura incluya accidentes y desastres naturales.



SALUD

Los cambios de temperatura pueden aumentar el riesgo de contraer enfermedades. Acércate con un médico para que te vacune contra las enfermedades de temporada: no esperes a que éstas lleguen primero.



Para contrarrestar los efectos de la lluvia, lo mejor que puedes hacer es anticiparte integrando a tu presupuesto los gastos necesarios para esta temporada. Ten presente que lo adquirido en esta época es más caro debido a la demanda que tiene.

12 HÁBITOS DE COMPRA PARA AHORRAR EN EL REGRESO A CLASES



1. HAZ UN INVENTARIO.

Puedes juntar todos los útiles que se han acumulado de años anteriores, verás que muchas cosas aún se pueden utilizar.

2. ECONOMIZA EN LIBROS.

Hoy en día muchos libros están disponibles en internet de manera gratuita. De igual forma, puedes comprar libros de segunda mano en mercados o páginas web dedicadas a esto.

3. INTERCAMBIA.

Vende los libros que ya no uses a los padres con hijos en cursos inferiores y, de igual manera, busca comprarlos con los de los cursos superiores.

4. COMPRAS A FUTURO.

Hay muchos útiles como las calculadoras o juegos de geometría que se van volviendo más complejos conforme avanzan los años. Cómpralos ahora y evita gastar en versiones baratas que después tengas que cambiar.

5. REUTILIZA.

Evita comprar artículos desechables. Hay cosas como los folders, separadores y carpetas que puedes adquirir en materiales más resistentes para usar durante varios cursos.

6. APÉGATE A LA LISTA DE COMPRAS.

Si compras cosas sin revisar la lista puede que estés adquiriendo material extra que tus niños nunca llegarán a usar.

7. SÉ CUIDADOSO.

Para que tus niños no pierdan sus cosas puedes marcarlas. Tanto prendas como materiales didácticos pueden ser personalizadas y así evitar extravíos.

8. FOMENTA EL CUIDADO.

Para que puedas reutilizar todos los materiales, no basta con forrarlos o marcarlos, debes enseñar a tus hijos la importancia de cuidar sus pertenencias.

9. DECORA.

Los útiles con personajes de moda suelen tener costos más elevados, puedes hacer que tus hijos decoren sus cosas con recortes o stickers que tienen un costo más bajo.

10. COMPRAS AL MAYOREO.

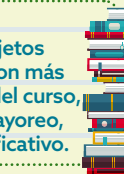
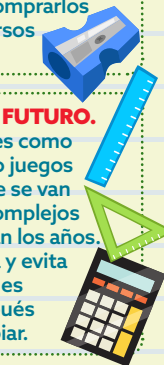
Hay objetos que se desgastan con más facilidad a lo largo del curso, si los compras al mayoreo, el ahorro será significativo.

11. AGUANTA AL ÚLTIMO MINUTO.

Puedes hacer tus compras durante los primeros días del inicio del curso, así muchos de los productos estarán en rebaja.

12. COMPRA SIN NIÑOS.

Al realizar tus compras evita llevar a tus niños, así evitarás antojos y compras innecesarias.



COMIDA CHATARRA vs. NUTRITIVA

México ocupa, según datos de la OMS, el primer lugar en obesidad infantil, esto debido a la dieta alta en grasas y carbohidratos que el mexicano practica cotidianamente desde la infancia.

PREPARAR UN LUNCH SANO Y BALANCEADO A TUS HIJOS TE PERMITIRÁ TENER UN CONTROL TOTAL SOBRE SU ALIMENTACIÓN, ÉSTE ACORDE A TUS RECURSOS.

Haz el desayuno y lunch con la confianza de un correcto control de calidad, recordando que estás haciendo alimentos para tus niños. No olvides que para ser atractivo debe ser de colores y a su estilo preferido. No obstante, considera las siguientes indicaciones:



1. VERDURAS Y FRUTAS.

Son indispensables ya que contienen agua, vitaminas, minerales y fibra. Se recomiendan 3 ó 4 porciones al día.



2. CEREALES Y TUBÉRCULOS.

Son la principal fuente de energía para nuestro cerebro; incluyen fibra y vitaminas del complejo B. Se recomiendan de 8 a 11 porciones al día.



3. LEGUMINOSAS Y ALIMENTO DE ORIGEN ANIMAL.

Son aquellos que nos brindan una buena fuente de proteína, vitamina B12, calcio, hierro y fósforo. Se considera idóneo de 2 a 3 porciones al día.



Recuerda que darle mucho dinero a tus hijos para el lunch escolar les afecta gravemente ya que esto no les enseña a ahorrar y además perjudica su alimentación. La mayoría de las veces, siendo niños, es más atractivo obtener la comida instantánea y chatarra que aún se vende a pesar de los criterios de regulación de comida en las escuelas implementado desde 2015, mandato oficial establecido en el Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria que tiene como objetivo enfrentar el sobrepeso, la obesidad y la diabetes.

¡Protege tu negocio!

5 CONSEJOS PARA EVITAR TRANSACCIONES FRAUDULENTAS CON TARJETAS DE CRÉDITO



LAS TRANSACCIONES FRAUDULENTAS SON MUY COMUNES; NO OBSTANTE, PUEDES EVITARLAS CON MÍNIMAS PRECAUCIONES. ES MEJOR UN CLIENTE ENOJADO QUE UNA PÉRDIDA POR ENGAÑO O FRAUDE.

1

No aceptes tarjetas que no estén en perfectas condiciones o que te inspiren desconfianza



2

Siempre verifica que esté firmada y coincida con la firma de la identificación



3

No aceptes tarjetas de clientes sin identificación o que denoten nerviosismo



4

Si notas alguna alteración en la banda magnética, niega la transacción y argumenta problemas con la línea telefónica o cualquier otro que evite ponerte en riesgo



5

Informa a tu personal sobre los detalles de aceptación, denegación de plásticos y transacciones fraudulentas





¿QUIERES SABER TODAS LAS COBERTURAS QUE DEBE TENER EL SEGURO PARA TU AUTO?



Descúbrelas
Llámando al 01800 333 82 29
Lunes a sábado de 9 a 9

Síguenos en:



/AprendeCrece

@AprendeCreceBAZ

/AprendeCreceBAZ

www.aprendeycrece.com

