

AUGUST 25

Si te resulta difícil prever tus gastos, provisionar ahorros o eventos como vacaciones...

Mide, analiza, proyecta y
DISFRUTA

Crez&Co



Introducción

Por qué este curso

- Las tareas domésticas son tan necesarias como tediosas y por lo general no gozan de ser de nuestro agrado
- Cuantos más seamos en casa, más difícil es atender las necesidades de todos, además de generar una carga mental muy difícil de soportar
- El aspecto económico nos trae de cabeza. No contar con presupuestos y ni siquiera saber cuanto gastamos al mes, nos hace llegar a fin de mes con el agua al cuello y que nos suponga un estrés pensar en vacaciones o regalos de Navidad, por el desembolso adicional que representan

Objetivos del curso

- Aprender a contabilizar los ingresos y gastos mensuales con el objetivo de prever ahorro y así atender picos de gasto estableciendo presupuestos
- Identificar desviaciones del presupuesto de manera sencilla y automatizada para evitar sorpresas desagradables
- Ahorrar tiempo organizando menús, compras, horarios y tareas domésticas. Optimiza tu tiempo y libera espacio en tu cabeza que puedes emplear en cosas mas gratificantes

Introducción



¿Necesito estar formado en algo para asistir al curso?

Solo necesitas poder trabajar en Excel a nivel básico. Esto es, sumas, restas, multiplicaciones y divisiones, tablas estáticas, copiar y pegar. Yo os enseñaré truquitos. Todo es muy sencillo, aunque quien no tenga práctica, tendrá que practicar.

¿Será online o presencial?, ¿se podrá ver en diferido?

Será online en directo, os compartiré pantalla para que veáis cada paso que doy.

¿Enviarás material de apoyo?

La idea es que vosotros desarrolléis vuestro propio material, vuestro propio Excel de gestión, pero si me solicitáis material, lo tendréis.

Si tengo una duda, ¿estarás para resolverla?

Por supuesto, podéis preguntarme por correo si lo necesitáis

¿En qué consiste este curso?

- En este curso vamos a desarrollar un documento Excel donde controlaréis todo lo referente a vuestra gestión doméstica.
- Podréis **establecer objetivos** de ahorro mensual e implementaremos un sencillo sistema de vigilancia automática para que os avise si no lo cumplís. También podréis establecer qué hacer con ese dinero y cuándo. Es decir, si un mes vais a comprar el carnet de vuestro equipo de fútbol, vais a pagar el IBI de una vivienda, os vais de vacaciones o vais a ir a la Feria, ese mes tendréis más gasto y no queréis sorpresas. Queréis tener el dinerito para poder gastarlo y eso lo vais a controlar así. También podréis ver desde hoy, vuestro ahorro anual quitando todos los gastos.
- Os enseñaré a elaborarlo acorde a lo que a día de hoy pensáis que tenéis controlado, pero también a alimentarlo y actualizarlo con los cambios que necesitéis a lo largo del tiempo.
- Os mostraré un sistema sencillo y rápido para elaborar **menús** para tantas semanas como queráis,
- **Listas de compra** de ropa recurrente y otras cosas necesarias y periódicas como el material escolar o los uniformes, que podéis actualizar año tras año fácilmente.

¿En qué consiste este curso?

- Lo que más nos trae de cabeza es el súper, porque si un día nos falta un calcetín no pasa nada, pero comemos todos los días. Os enseñaré cómo organizo las compras en función del espacio que tengo de almacenamiento y los menús que haya preparado. Hay compras que podemos hacer online y tener automatizadas cada cierto tiempo. En mi caso hasta la fruta y verdura la hago de manera automática, solo variando lo de temporada y adaptando a menús.
- Por último, los horarios nos vuelven locos y si un día faltamos parece que se va a acabar el mundo porque nadie sabe dónde hay que recoger y llevar a los niños. Yo misma me lío y espero que salgan por la puerta que no es más de una vez. Os enseñaré cómo los establezco y cómo hago para que estén siempre consultables, eliminando errores o haciendo más fácil la tarea a quien nos sustituya o ayude.
- Realmente, vamos a hacer un plan de negocio igual que el que haremos en el Curso de Emprendimiento, solo que aquí el beneficio lo vais a invertir en vosotros al tener más tiempo para vosotros, la cabeza más libre de tareas y la economía más sana.

Precio del curso

- Podemos hacer una primera sesión del curso en agosto 2025 y así estamos a punto para la vuelta de las vacaciones. Repetiremos en septiembre si hay mucha gente que no puede ahora.
- El próximo paso es responder el formulario que tenéis a continuación.
- El pago se hará al confirmar asistencia al curso.
- El curso no sólo incluye la sesión de 2 horas, si tenéis dudas más adelante, podéis preguntarme por correo.
- Es muy importante que respondáis fielmente el cuestionario, por favor, así sabré qué perfil tenéis y lo que buscáis y podré adaptarme mejor a vuestras necesidades

Precio del curso	
Horas	2
Precio	60€

AUGUST 25

¡¡GRACIAS!!