

# CÓMO ESTIRAR SU DINERO DURANTE LA PANDEMIA

## La guía de HARC

### AHORRANDO DESDE SU CASA

#### Quando paguen las facturas...

- **EVITE LOS CARGOS POR RETRASO:** Puede ahorrar dinero fácilmente evitando los cargos por demora en los servicios públicos como la electricidad y el agua.<sup>1</sup> Puede establecer recordatorios mensuales para pagar las facturas o establecer una opción de pago automático en línea.
- **CANCELE LOS SERVICIOS:** Cancele los servicios mensuales que no utiliza mucho. Por ejemplo, si paga por servicios como Netflix, Hulu, YouTube Premium, Disney+, etc., pregúntese con qué frecuencia utiliza cada uno de estos servicios de streaming? Puede que descubra que utiliza mayormente uno o dos de ellos, por lo que ahorraría dinero si cancela algunas suscripciones.
- **USE LOS CUPONES:** Aunque no parezca que esté ahorrando mucho a través de los cupones, los ahorros se acumulan. Considere el uso de cupones, especialmente cuando compre en línea porque puede ahorrarle un 10% o más.<sup>1</sup>
- **HAGA ALGUNAS LLAMADAS:** Llame o envíe un correo electrónico a su seguro de auto para ver si puede ahorrar dinero en el seguro. Hágale saber a su aseguradora de auto que está manejando menos o que ya no viaja al trabajo y pida una póliza más barata. Además, tómese un tiempo para revisar sus pólizas de seguro y entender lo que está pagando.<sup>2</sup>



#### Consejo de HARC

Nuestra asistente de investigación, Amairani, comenzó a ahorrar dinero verificando que su membresía del gimnasio estaba en pausa o cancelada. También bajó su plan de datos telefónicos cuando empezó a notar que podía confiar más en el internet de su casa durante las ordenes de refugio en sitio.

#### En la cocina...

- **CULTIVAR HIERBAS:** Cultivar sus propias verduras o frutas es una gran manera de ahorrar dinero en la comida. A pesar de que no verá resultados inmediatos después de plantar, se beneficiará a largo plazo ahorrando dinero en un par de hierbas durante meses.<sup>1</sup>
- **EVITE EL AGUA EN BOTELLA:** En lugar de comprar paquetes de botellas de agua, considere la compra de un filtro o agua del grifo. Esto no sólo le ahorrará dinero, sino que también es ecológico.<sup>1</sup>
- **CONGELE LOS VEGETALES:** Las verduras tienen una corta vida útil en el refrigerador. Si nota que están a punto de echarse a perder, en lugar de tirarlas, use el congelador y descongélas después para hacer un batido.<sup>1</sup>
- **LLENE SU LAVADORA DE PLATOS:** Si usa una lavadora de platos, asegúrese de usarla con cargas completas para aprovechar al máximo tanto el agua como el detergente para platos. Usar el lavaplatos cuando está completamente lleno puede ahorrar hasta 1,000 galones de agua al mes.<sup>3</sup>



#### Consejo de HARC

Nuestra gerente administrativa, Theresa, ahorra dinero cultivando frutas y hierbas. También aprendió a hacer su propio desinfectante que puede usar como limpiador general del hogar. Además, se inscribió en el Programa de Termostato Nido para ganar recompensas y reembolsos.

#### En la lavandería...

- **SEQUE SU ROPA AL AIRE LIBRE** Colgar su ropa para que se seque ayudará a reducir el costo de sus facturas de gastos doméstico.<sup>1</sup> Si se preocupa de que su ropa se arrugue, entonces cuelgue su ropa en el baño mientras se ducha con agua caliente y el vapor desarrugará su ropa.
- **LAVE CON AGUA FRÍA:** Lavar con agua fría también reducirá el costo de las facturas de gastos domésticos, ya que las temperaturas más altas requieren más energía y dan lugar a tasas más altas. Además, lavar la ropa oscura con agua fría no sólo ahorra energía y agua, sino que también protege el color de la ropa.<sup>3</sup>
- **LAVE CARGAS COMPLETAS DE LAVADO:** Al igual que el lavaplatos, usar la lavadora con cargas completas de ropa es efectivo con respecto al ahorro.<sup>1</sup> No desperdiciará más agua de la necesaria y ahorrará a largo plazo.

#### Consejo de HARC

Nuestra directora ejecutiva, Jenna, y su marido se están tomando el tiempo para mejorar el aislamiento de su casa. Algunas de las puertas les faltan trozos de burletes, y por lo tanto el calor puede filtrarse. Arreglar esto es barato y fácil. Otro truco que han usado es aplicar películas bloqueadoras de rayos UV en las ventanas; éstas pueden bloquear el sol y reducir su factura de electricidad para que su aire acondicionado no tenga que funcionar tanto (lo cual es súper importante durante los veranos).

## GANANDO DINERO

#### Por venta...

- **VENDER COSAS ANTIGUAS:** Hay sitios web como Poshmark, Declutter, y Depop donde los usuarios establecen su tienda virtual. Puede publicar listados de cosas que ya no necesita o usa para ganar algo de dinero extra.
- **VENDER ARTÍCULOS HECHOS A MANO:** ¿Recientemente ha adquirido un pasatiempo como la fabricación de joyas o la pintura? Hay sitios web como Etsy, que ofrece un mercado para artesanos, artistas y coleccionistas para vender sus creaciones hechas a mano.



#### Por ofrecer servicios...

- **ENTREGAR ALIMENTOS:** PostMates, Doordash y Grubhub son plataformas populares de entrega de alimentos que implementaron servicios sin contacto para prevenir la propagación de COVID-19.<sup>4</sup> Si tiene buena salud y puede, considere la posibilidad de entregar alimentos con uno de estos servicios. Del mismo modo, Instacart es una plataforma que conecta a las personas con el pedido de un cliente para entregar alimentos. Puede ajustar su propio horario con control total y flexibilidad.
- **EL TRABAJO POR CUENTA LIBRE:** Muchos servicios y aptitudes pueden ser utilizados en el trabajo por cuenta libre como el arte, la entrada de datos y la corrección de pruebas. Freelancer es un sitio web de renombre para la contratación de trabajadores independientes.<sup>4</sup>
- **LLENAR ENCUESTAS EN LÍNEA:** Muchas empresas buscan la opinión y el punto de vista de la gente para revisar productos e ideas de negocios. Considere la posibilidad de llenar las encuestas por dinero en efectivo.

#### CONSEJO DE HARC

Nuestro asistente de investigación, Jerry, frecuentemente compraba cosméticos en Sephora y ahora está ahorrando mucho dinero porque se queda en casa y no encuentra ninguna razón para maquillarse. También ha adoptado un enfoque minimalista y ha practicado la limpieza de primavera vendiendo ropa, zapatos y cuero en línea.



## EL AHORRO COMO UN NEGOCIO

#### Como una organización...

- **REDUCIR LOS COSTOS:** Intente reducir todos los costos, excepto los de comercialización. Durante la recesión de 2008-2009, los propietarios de empresas que recortaron los costos de comercialización experimentaron un lento descenso en sus negocios. Sin embargo, los negocios al opuesto experimentaron un mejor desempeño.<sup>5</sup> Por lo tanto, sea estratégico en su comercialización para conectarse con su público objetivo y anunciar sus servicios a través de boletines de correo electrónico o medios de las redes sociales.
- **UTILICE PROGRAMAS DE ASISTENCIA TEMPORAL:** Debido a la pandemia, las compañías de servicios públicos y de seguros están ofreciendo descuentos temporales o aplazamientos de pago.<sup>6</sup> Vale la pena llamar a sus proveedores de servicios para ver si están ofreciendo alguna asistencia. Reduzca los gastos innecesarios como el presupuesto de viajes, bonos, gastos de software, gastos de espacio de oficina, etc. Busque áreas en las que se puedan recortar los gastos para evaluar una vez más su presupuesto.
- **TRABAJE A DISTANCIA:** Si su trabajo lo permite, entonces anime a su personal a trabajar a distancia porque esto puede reducir los gastos de suministros de oficina, servicios públicos, servicios de conserjería, etc.<sup>6</sup>



## RECURSOS COMUNITARIOS

- **OnwardCA:** Este es un recurso de una sola parada para los residentes de California que han sido impactados por la pérdida de trabajo durante la pandemia de COVID-19. OnwardCA trabaja conectándolo con los servicios esenciales de la vida (dinero, comida, refugio, etc.); oportunidades de reentrenamiento; y su próximo trabajo.
- **Riverside County Department of Public Social Services (DPSS) Child Care:** Estos programas de cuidado de niños proporcionan pagos por cuidado de niños a una variedad de familias elegibles. Ofrecen un acceso rápido y preciso para ayudar con los gastos de cuidado de niños.
- **CalFresh:** El programa de asistencia CalFresh/SNAP proporciona a los hogares de bajos ingresos beneficios electrónicos que pueden utilizar en la mayoría de las tiendas de comestibles.
- **CalWorks:** California Work Opportunities and Responsibility to Kids (CalWORKs) es una asistencia financiera temporal para familias elegibles con hijos menores que han perdido o han sufrido una reducción de sus ingresos. El programa está diseñado para proporcionar a las familias los medios para satisfacer sus necesidades básicas en tiempos de dificultad, mientras que les ayuda a entrar o volver a entrar en la fuerza de trabajo y ser autosuficientes.

#### Bibliografía

1. <https://www.cnet.com/how-to/28-tricks-to-stretch-your-stimulus-check-and-save-money-during-quarantine/>
2. <https://www.cnbc.com/2020/04/11/simple-ways-to-save-money-during-the-coronavirus-pandemic.html>
3. <https://www.conservecoachella.com/conserva-coachella/#tips>
4. [https://www.newsrecord.org/arts\\_and\\_entertainment/four-ways-to-make-money-during-quarantine/article\\_d4873048-78fd-11ea-82f9-0730128e83cf.html](https://www.newsrecord.org/arts_and_entertainment/four-ways-to-make-money-during-quarantine/article_d4873048-78fd-11ea-82f9-0730128e83cf.html)
5. <https://www.businessinsider.com/3-ways-to-cut-costs-grow-your-savings-during-pandemic-2020-5#if-youre-an-entrepreneur-or-business-owner-cut-down-on-everything-except-marketing-6>
6. <https://www.fnbo.com/insights/2020/small-business/how-your-small-business-can-cut-costs-during-the-pandemic/index.html>

Para más recursos, por favor visite:  
[HARCdata.org/covid-19](https://HARCdata.org/covid-19)

Esta infografía fue posible por parte de:

