

# Programa Crea Digital:

## Tu camino hacia la autonomía financiera.

- **Formato:** Talleres online en directo
- **Duración:** 90 minutos por sesión
- **Idioma:** Español
- **Total de 5 sesiones**

### RESUMEN DE LAS SESIONES

#### 1. Conceptos financieros para entender tus finanzas

Esta sesión está destinada a conocer los conceptos financieros básicos esenciales para comunicarnos con la banca, manejar las finanzas personales y tomar mejores decisiones en el día a día. Algunos de estos conceptos son las diferencias entre cuenta corriente y cuenta de ahorro, tipos de titularidad, IBAN, extracto bancario, tipos de intereses y comisiones, tarjetas débito/crédito, tarjetas revolving, diferencias entre préstamos y créditos.

Fecha: **Jueves, 5 de febrero de 2026 – 10:30 a 12:00H**

Formadora: **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera Fundación Nantik Lum

Inscripción: <https://ob10l202vdo.typeform.com/CreaDigital>

#### 2. Planificación presupuestaria y creencias limitantes

El objetivo de esta sesión es aprender a identificar y clasificar los distintos tipos de gastos. Se hace hincapié en la importancia de la planificación y del ahorro. Se exponen formas divertidas de crear el hábito en la familia. Finalizamos con consejos para ahorrar en la cesta de la compra, con recomendaciones y plantillas para planificar el menú semanal del hogar, preparar una lista de compras y organizar los tickets para justificar cualquier ayuda recibida.

Fecha: **Jueves, 12 de febrero de 2026 – 10:30 a 12:00H**

Formadora: **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera Fundación Nantik Lum

Inscripción: <https://ob10l202vdo.typeform.com/CreaDigital>

#### 3. Endeudamiento consciente y prevención del sobreendeudamiento

El objetivo de esta sesión es la prevención y/o manejo del sobreendeudamiento. Aprenderemos a identificar productos financieros peligrosos y algunos consejos sobre la influencia del marketing en nuestro proceso de toma de decisiones.

Fecha: **Jueves, 19 de febrero de 2026 – 10:30 a 12:00H**

Formadora: **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera Fundación Nantik Lum

Inscripción: <https://ob10l202vdo.typeform.com/CreaDigital>

#### **4. Banca online y seguridad digital**

Esta sesión está dedicada, sobre todo a conocer las ventajas y desventajas de la banca online y al conocimiento de los peligros de las estafas digitales. En base a las necesidades del grupo se podrán trabajar otros contenidos como: herramientas para hacer presupuestos, manejo del correo electrónico, trámites con la administración etc.

Fecha: **Jueves, 26 de febrero de 2026 – 10:30 a 12:00H**

Formadora: **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera Fundación Nantik Lum

Inscripción: <https://ob10l202vdo.typeform.com/CreaDigital>

#### **5. Género y finanzas. ¿Qué es la violencia económica?**

Taller dedicado a la visión de las finanzas desde la perspectiva femenina, ¿cómo nos comportamos las mujeres frente a las finanzas?, ¿tenemos las mismas oportunidades que financieras que los hombres?, ¿qué papel ocupamos en el sistema financiero. Abordaremos estas y otras muchas cuestiones

Fecha: **Jueves, 5 de marzo de 2026 – 10:30 a 12:00H**

Formadora: **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera Fundación Nantik Lum

Inscripción: <https://ob10l202vdo.typeform.com/CreaDigital>