

In addition to providing this article as a designed PDF, we are also offering it in Word format + image so that you can easily copy and paste the contents and use it for a newsletter or blog post on your website. This Word document includes the article in both English and Spanish.

Directions: Copy and paste the newsletter article + image below into your content management system. Use the English text, Spanish, or both. Hyperlink the text **highlighted in yellow** to the corresponding page on your unique GreenPath website, and update your organization name in the highlighted text area as well.

To find which website URL to start with, check out the [Partner Center](#) or contact the Partner Experience team at partnerexperience@greenpath.com.

Your Paycheck-to-Paycheck Holiday Survival Guide

The holidays should bring joy. However, when every trip to the grocery store or gas station feels more expensive than the last, the season can also bring a heavy dose of stress. In 2025, [67% of Americans report living paycheck to paycheck](#). Even households with steady incomes are struggling to keep up with recent tariff increases, leaving little room for holiday travel, gifts, or hosting holiday gatherings.

Celebrating does not have to mean draining your savings or racking up credit card debt. With [planning and budget-conscious choices](#) – you can still enjoy traditions that matter.

1. “Over the River and Through the Woods”... on a Budget

- **Skip peak travel days.** If you can, avoid flying or driving on the Wednesday before Thanksgiving or the weekend before Christmas – those days see the highest ticket prices and traffic.
- **Pack smarter.** Extra baggage fees add up quickly. Challenge yourself to fit everything into a carry-on (bonus: no waiting at baggage claim).
- **Road trip savings.** Carpool with family or friends heading in the same direction. Sharing fuel and toll costs makes a big difference.
- **Virtual visits.** Can’t afford the trip this year? Plan a video call “holiday dinner” with family. You’ll still connect – without the fuel costs.

2. Feast Without the Financial Hangover

- **Make it a potluck.** Hosting does not mean you have to cook every dish. Ask guests to bring their favorite side or dessert – most people enjoy contributing.
- **Choose budget-friendly dishes.** Pasta bakes, chili, and casseroles feed a crowd without costing a fortune.

- **Set the mood with DIY décor.** A string of lights, some greenery, and candles go a long way. Pinterest has endless low-cost ideas.
- **Cut back on extras.** No one will notice if you skip matching napkins or pricey table centerpieces. What they will remember is the feeling of connection.

3. Gifts That Don't Break Your Budget (or Your Spirit)

- **Secret shopper or gift swaps.** Instead of buying for everyone, draw names so each person gives and receives one thoughtful gift.
- **Set a spending cap.** Agree as a family or friend group to keep gifts under \$20 or \$30. It keeps things fun and fair.
- **DIY presents.** Baked goods, homemade candles, or framed photos are heartfelt and affordable.
- **Give the gift of time.** Write a “coupon” for a free babysitting night, a homemade dinner, or a weekend coffee date. These often mean more than store-bought items.

4. The Best Traditions Are Free

It's easy to feel pressure to “keep up” during the holidays. The best memories often come from shared traditions, not expensive purchases. Watching a classic holiday movie, taking a walk to see neighborhood lights, or baking cookies together costs little to nothing.

5. Wrap Up the Year with a Plan

- **Make a holiday budget.** Decide how much you can afford to spend in total, then break it down into categories (travel, gifts, food).
- **Track spending in real time.** Use a [budgeting app](#) or your financial institution's online tools to make sure you are staying on track.
- **Start saving early for next year.** Even putting \$10 to \$20 per paycheck into a dedicated “holiday fund” can make a huge difference by the time next November and December rolls around.

You Don't Have to Do This Alone

The holidays can be overwhelming when you are stretched thin, but you have support. **Your financial institution likely** offers helpful budgeting resources. And if debt is weighing you down, **GreenPath Financial Wellness** offers [free financial counseling](#) and a [Debt Management Program](#) that can lower interest rates and make monthly payments more manageable.

Guía para Sobrevivir las Fiestas Navideñas cuando vives de cheque en cheque

Las vacaciones deberían traer alegría. Sin embargo, cuando cada viaje a la tienda de comestibles o a la gasolinera se siente más caro que el anterior, la temporada también puede traer una gran dosis de estrés. En 2025, [el 67% de los estadounidenses informan vivir de cheque en cheque](#). Incluso los hogares con ingresos estables están luchando por mantenerse al día con los recientes aumentos de tarifas, dejando poco espacio para viajes navideños, regalos y reuniones familiares.

Celebrar no tiene por qué agotar sus ahorros o acumular deudas de tarjetas de crédito. Con la [planificación y elecciones conscientes del presupuesto](#), aún puede disfrutar de las tradiciones que tanto le importan.

1. De aquí para allá con la familia... pero sin gastar de más

- **Omita los días pico de viaje.** Si puede, evite volar o conducir el miércoles antes del Día de Acción de Gracias o el fin de semana antes de Navidad: esos días tienen los precios de los boletos más caros y la mayor cantidad de tráfico
- **Haz tu equipaje de manera más eficiente.** Las tarifas de por equipaje adicional o más peso del permitido, son costosas y se acumulan rápidamente. Desafíate a ti mismo a llevar todo, en un equipaje de mano (bonificación: sin esperas en la recogida de equipaje).
- **Ahorros en viajes por carretera.** Comparta el automóvil con familiares o amigos que se dirijan en la misma dirección. Compartir los costos de combustible y peaje marca una gran diferencia.
- **Visitas virtuales.** ¿No puedes pagar el viaje este año? Planifique una videollamada de "cena navideña" con la familia. Seguirás conectándote, sin el gasto de combustible.

2. Festejar sin resaca financiera

- **Conviértalo en una comida compartida.** Ser anfitrión no significa que tengas que cocinar todos los platos. Pida a los invitados que traigan su acompañamiento o postre favorito : la mayoría de la gente disfruta contribuyendo.
- **Elija platos económicos.** Los horneados de pasta, el chile y los guisos alimentan a una multitud sin costar una fortuna.
- **Crea el ambiente con una decoración casera.** Una cadena de luces, algo de vegetación y velas son de gran ayuda. La aplicación móvil Pinterest tiene un sinnúmero de ideas de bajo costo.
- **Reduzca los extras.** Nadie se dará cuenta si omite las servilletas a juego o los costosos centros de mesa. Lo que recordarán es la sensación de conexión.

3. Regalos que no rompen su presupuesto (o su espíritu)

- **Amigo secreto o intercambios de regalos.** En lugar de comprar para todos, haga un sorteo para que cada persona dé y reciba un regalo de esta forma compra un solo regalo.
- **Establezca un límite de gasto.** Acuerde como grupo familiar o de amigos mantener los regalos por debajo de \$ 20 o \$ 30. Mantiene las cosas divertidas y justas.
- **Regalos hechos por usted** Los productos horneados, las velas caseras o las fotos enmarcadas son sinceros y asequibles.
- **Regala tiempo.** Escriba un "cupón" para una noche de cuidado de niños gratis, una cena casera o una cita para tomar un café el fin de semana. Estos a menudo significan más que artículos comprados en la tienda.

4. Las mejores tradiciones son gratis

Es fácil sentir la presión de "mantenerse al día" durante las vacaciones. Los mejores recuerdos a menudo provienen de tradiciones compartidas, no de compras costosas. Ver una película navideña clásica, dar un paseo para ver las luces del vecindario u hornear galletas juntos cuesta poco o nada.

5. Termine el año con un plan

- **Haga un presupuesto para las fiestas.** Decida cuánto puede gastar en total, luego divídalo en categorías (viajes, regalos, comida).
- **Realice un seguimiento de los gastos en tiempo real.** Use una [aplicación de presupuesto](#) o las herramientas en línea de su institución financiera para asegurarse de mantenerse encaminado.
- **Comience a ahorrar temprano para el próximo año.** Incluso poner de \$ 10 a \$ 20 por cheque de pago en un "fondo de vacaciones" dedicado puede marcar una gran diferencia para cuando lleguen los próximos noviembre y diciembre.

No tienes que hacer esto solo

Las vacaciones pueden ser abrumadoras cuando estás al límite, pero tienes apoyo. **Es probable que su institución financiera** ofrezca recursos presupuestarios útiles. Y si la deuda lo agobia, **GreenPath Financial Wellness** ofrece [asesoramiento financiero gratuito](#) y un [Programa de Manejo de Deudas](#) que puede reducir las tasas de interés y hacer que los pagos mensuales sean más manejables.