



Junior
Achievement
Costa Rica

Miembro de JA Worldwide

35 Years of
Empowering
Lives

YO EMPRENDO

JUNIOR ACHIEVEMENT COSTA RICA

**CUADERNO
DE TRABAJO**

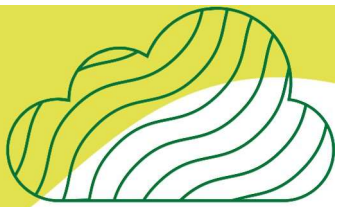


SERVICIO COMUNAL
ESTUDIANTIL

al

MINISTERIO DE /DIRECCIÓN DE
EDUCACIÓN PÚBLICAVIDA ESTUDIANTIL

©Junior Achievement Costa Rica, 2024

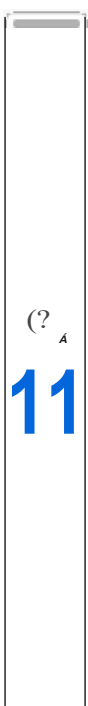


Es importante que sepas lo siguiente:

Este documento lo puedes imprimir para completar cada actividad asignada. Recuerda guiarte con cada sesión, ahí tendrás las herramientas y los recursos necesarios para completar cada actividad.

También, podrás completar cada actividad de manera digital. Te recomendamos utilizar [Adobe Acrobat](#), es una herramienta gratuita donde puedes visualizar y modificar documentos en formato PDF.

Cuando descargues el lector PDF en tu dispositivo electrónico, encontrarás una barra similar a la siguiente:



1. En la barra de herramientas debes seleccionar la caja de texto.
2. La opción que mejor te servirá para completar cada actividad es "Escribir texto".
3. Cuando seleccionas "Escribir texto", das click en cada actividad donde desees completar el ejercicio.

Actividad #2

Determine la misión y visión de su emprendimiento.

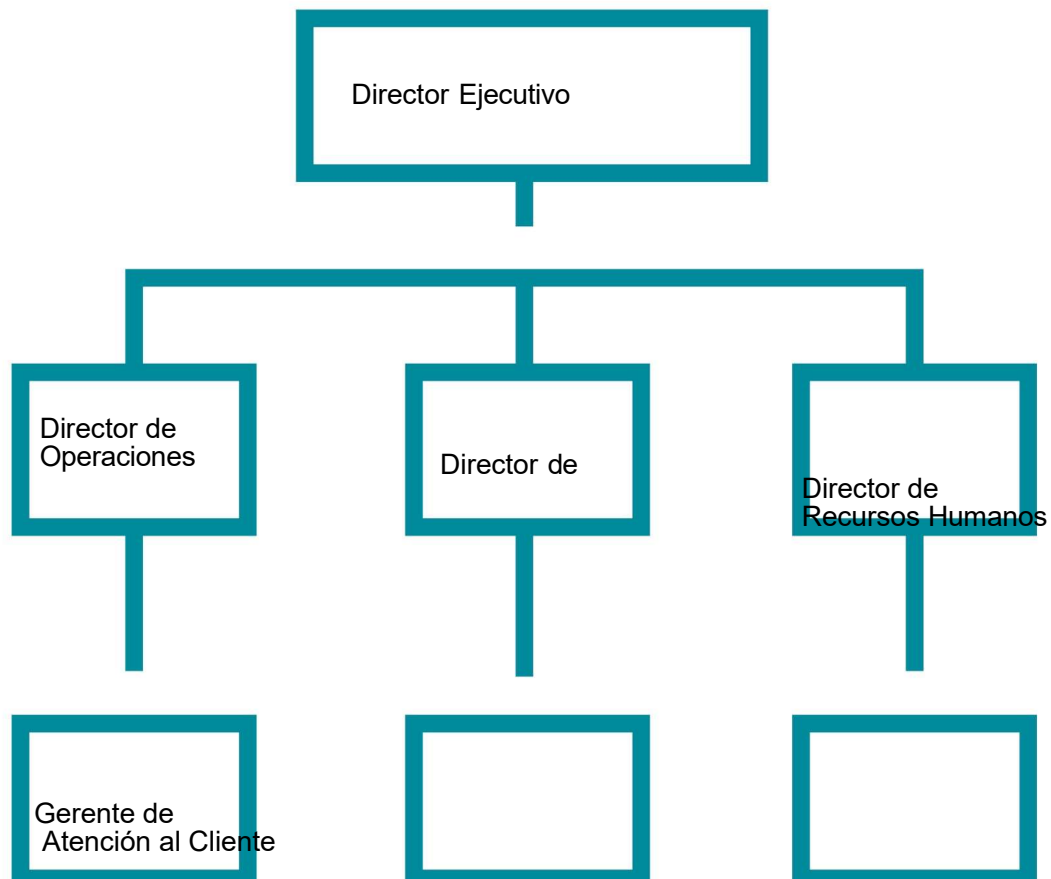
Misión:

Brindar acceso asequible y conveniente a servicios de salud mental y emocional de alta calidad, empoderando a las personas para que mejoren su bienestar integral mediante recursos innovadores, apoyo comunitario y atención profesional.

Visión:

Ser la plataforma líder mundial en bienestar mental, promoviendo una sociedad sin estigmas donde la salud mental sea accesible para todos.

Establezca su estructura organizacional. En cada recuadro, coloque la gerencia o puesto que crea necesario para su tipo de negocio.



Actividad #3

Defina cómo su emprendimiento va a cumplir con los tres pilares de desarrollo sostenible empresarial (social, ambiental y económico).

Sostenibilidad social:

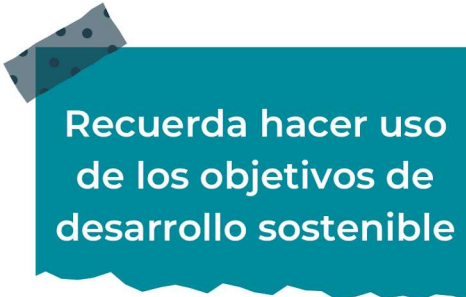
Ofrecer tarifas escalonadas y programas de asistencia financiera para asegurar que personas de todas las clases socioeconómicas puedan acceder a los servicios.

Sostenibilidad ambiental:

Promover el uso de plataformas digitales para reducir la necesidad de transporte, disminuyendo así la huella de carbono.

Sostenibilidad económica:

Diversificar las fuentes de ingresos mediante suscripciones, consultas individuales, y asociaciones con otras empresas.



Recuerda hacer uso de los objetivos de desarrollo sostenible

Actividad #4

Complete el Modelo de Negocios Canvas.

<p>Socios clave</p> <p>Profesionales de la salud mental (psicólogos, psiquiatras).</p> <p>Plataformas tecnológicas y proveedores de software.</p> <p>Organizaciones y ONGs de salud mental Instituciones educativas y empresas.</p>	<p>Actividades clave</p> <p>Desarrollo y mantenimiento de la plataforma.</p> <p>Prestación de servicios de salud mental en línea.</p>	<p>Propuesta de valor</p> <p>Acceso conveniente y asequible a servicios de salud mental.</p> <p>Programas personalizados de bienestar emocional.</p>	<p>Relación con el cliente</p> <p>Atención personalizada.</p> <p>Soporte en línea 24/7.</p> <p>Grupos de apoyo y foros comunitarios.</p> <p>Evaluaciones y seguimientos regulares.</p>	<p>Segmento de clientes</p> <p>Personas con necesidades de salud mental y emocional.</p> <p>Profesionales buscando manejo del estrés y bienestar.</p> <p>Estudiantes y jóvenes adultos.</p>
<p>Estructura de costos</p> <p>Desarrollo y mantenimiento de la plataforma.</p> <p>Salarios de profesionales de salud mental.</p> <p>Marketing y publicidad.</p>	<p>Recursos clave</p> <p>Plataforma tecnológica.</p> <p>Profesionales de salud mental.</p> <p>Contenido educativo y de autoayuda.</p>	<p>Canales</p> <p>Sitio web y aplicación móvil.</p> <p>Redes sociales y marketing digital.</p> <p>Asociaciones con empresas y instituciones educativas.</p>	<p>Fuentes de ingresos</p> <p>Pago por consulta individual.</p> <p>Publicidad y colaboraciones.</p> <p>Cursos y talleres en línea.</p>	



Recuerda: En la presentación “Modelo de negocio” puedes encontrar la información necesaria para completar esta actividad.

Actividad #5

Complete la siguiente matriz FODA:



Recuerda: En la presentación “Qué me diferencia” puedes encontrar la información necesaria para completar esta actividad.

Actividad #6

Elabore un logo, slogan y diseñe su marca empresarial.

El logo de mi
primer
emprendimiento



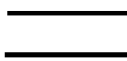
Transformando vidas, un día a la vez

Slogan

Colores
principales de mi
marca
empresarial



A	A	
---	---	--



Puedes dibujar el
logo o hacerlo
de forma digital.

Actividad #7

Establezca sus costos fijos, costos variables y con ello el precio de su producto o servicio. Debe colocar el valor monetario de cada costo (fijo y variable).

Mis costos fijos

- Alquiler del lugar \$2,000
- Servicios Públicos \$500
- Seguro \$300
- Software de Gestión de Clientes \$100
- Publicidad y Marketing \$800
- Mantenimiento y Limpieza \$200
-

Mis costos variables

- Honorarios de Terapeutas \$50/hora
- Materiales para Talleres y Terapias\$
- Café y Refrigerios para Clientes \$20
- Costo de Plataforma para Consultas
- Material de Oficinas \$150/mes
-
-

El precio de venta de mi producto / servicio es de:



Terapia individual \$15

Recuerde que los costos variables son unitarios.

Actividad #8

Determine el punto de equilibrio de su emprendimiento.

Te recordamos la fórmula del punto de equilibrio en unidades y monetario (colones):

$$\begin{aligned} \text{Punto de equilibrio en unidades} &= \frac{\text{Costos fijos totales}}{(\text{Precio de venta} - \text{costo variable total})} \\ \text{Punto de equilibrio monetario} &= \text{Precio de venta} \times \text{punto de equilibrio en unidades} \end{aligned}$$

Realiza el cálculo:

$$\text{Punto de equilibrio en unidades} = \frac{\text{---}}{\text{---}} = \underline{185 \text{ sesiones}}$$

$$\text{Punto de equilibrio monetario} = \frac{\text{---}}{\text{---}} = \underline{\$18,500}$$

Recuerda: El punto de equilibrio te ayuda a



conocer cuántas unidades o servicios debés vender para que podás recuperar tu inversión.



Actividad #9

Determine cuáles son los pasivos y activos de su negocio. Solamente, debes mencionar cuáles serían los activos y pasivos, no es necesario poner el valor monetario de los mismos.

Activos

- Caja y Bancos
- Cuentas por Cobrar
- Inventario
-
- Equipos y Mobiliario
- Tecnología
- Local u Oficina
- Fondo de Comercio
- Propiedad Intelectual
- Licencias y Permisos

Pasivos

- Cuentas por Pagar
- Sueldos y Salarios por Pagar
- Gastos Acumulados
- Préstamos a Corto Plazo
- Préstamos a Largo Plazo
- Arrendamientos Financieros
-
-
-
-



Ejemplos de activos: Terrenos, equipo de oficina, cuentas por cobrar, vehículos y patentes.



Ejemplos de pasivos: Deudas a corto y largo plazo, salarios, inventario y cuentas por pagar.

Actividad #10

Investigue cuántos productos o servicios existen en el mercado iguales al que mi emprendimiento ofrece.

El mercado global de servicios de salud mental es extenso y competitivo. En 2023, el tamaño del mercado fue de aproximadamente \$402.13 mil millones y se espera que crezca a \$544.63 mil millones para 2031. La competencia en el mercado está fragmentada con numerosos jugadores clave como Acadia Healthcare, Vita Health Group, Behavioral Health Services, y Sevia. Además, el mercado está segmentado por trastornos de salud mental (como depresión, ansiedad, trastorno bipolar, esquizofrenia y PT), grupos de edad (pediátrico, adulto y geriátrico), y regiones geográficas (Norteamérica, Europa, Asia-Pacífico, Medio Oriente y África, y América del Sur).

La competencia fomenta la actividad empresarial y la eficiencia, da al consumidor más donde elegir y contribuye a bajar los precios y mejorar la calidad.

Actividad #11

Determine cuál es la importancia de cumplir con las obligaciones tributarias y cómo se debe liquidar una empresa.

Importancia de las obligaciones tributarias:

Las obligaciones tributarias son esenciales para financiar las actividades del Estado, redistribuir la riqueza, mantener la estabilidad económica y asegurar la sostenibilidad fiscal. Permiten al gobierno proporcionar servicios públicos como educación, salud e infraestructura, fomentar la equidad y la transparencia, y financiar programas sociales. Además, un sistema tributario eficiente promueve el cumplimiento legal y reduce la evasión fiscal, contribuyendo al bienestar general y la cohesión social.

¿Cómo se liquida una empresa?

Para liquidar una empresa, primero los accionistas deciden cerrarla. Luego se nombran liquidadores, quienes hacen un inventario de activos y pasivos. Se pagan las deudas con los activos disponibles, siguiendo un orden legal. Después, se distribuyen los activos restantes entre los accionistas. Finalmente, se cancelan los registros legales y fiscales de la empresa y se registra la liquidación en el registro mercantil. Es crucial cumplir con todas las normativas legales y fiscales durante este proceso.

Guía para planear Yo Emprendo

¿Cuál es el tema que nos interesa?
(Problema y descripción)

La salud mental: Evitar que las personas puedan llegar a cometer actos que atenten contra su vida

¿Por qué es importante este tema?
(Justificación)

La salud mental es clave para prevenir actos suicidas al promover el bienestar emocional y proporcionar apoyo temprano.

¿Para quiénes lo vamos a hacer?
(Público meta)

Como compañía, nos preocupamos por la salud mental para proteger a nuestros empleados, promover un ambiente de trabajo seguro y productivo, y cumplir con responsabilidades éticas y legales hacia nuestra comunidad.

¿Para qué es la actividad?
(Objetivo)

Promover el bienestar emocional de los empleados y crear un ambiente laboral saludable y productivo.

¿Qué vamos a hacer?
(Actividades)

Actividades para mejorar la salud mental incluyen el ejercicio regular, la práctica de técnicas de relajación como la meditación, buscar apoyo social, y hablar con un profesional de la salud mental si es necesario.

¿Qué queremos lograr?
(Metas y Resultados)

Metas: Mejorar la salud mental de los empleados, reducir el estrés laboral, y promover un ambiente de trabajo positivo.

Resultados: Aumento en el bienestar emocional, mayor satisfacción y productividad laboral, y disminución en la incidencia de problemas de salud mental.

¿Qué necesitamos?
(Recursos y materiales)

Recursos y materiales incluyen programas de bienestar mental, acceso a profesionales de la salud mental, herramientas de gestión del estrés, y materiales educativos sobre salud emocional y bienestar en el trabajo.

¿Cuándo lo vamos a hacer?
(Cronograma)

¿Quién lo hace?
(Responsables)

