



A New Year – A Great Time to Focus on Your Financial Future

Filed in [Español](#), [Wages and Benefits](#), [Health and Retirement Benefits](#) • By: [Lisa M. Gomez](#) • January 3, 2024

[En español](#)



Happy New Year! As we welcome another year, it's a great time to focus on your financial future. Whether you're beginning your career or have been working for many years, now is the perfect time to learn about your retirement options (or refresh your memory!), review your progress, adjust your plan for reaching your retirement savings goal if needed, and take action. Here are some tips to help you get started:

Starting a New Job

If you're entering the workforce, retirement probably seems far off. But if you start saving now, you have one huge ally: time.

- **Budget:** To save for any goal, spend less than you earn. Set a budget, stick with it and review periodically to be sure you stay on track.
- **Manage Debt:** High debt and misuse of credit cards make it tough to save for retirement. Handle your credit cards wisely and avoid high-interest rate loans. Review all payment plan options for any student loans you have before selecting the best one for you. And be sure to make all payments on time!
- **Enroll in a Retirement Plan Available Through Your Job:** When you start a new job, inquire about and enroll in any retirement plan offered through your employment – it's the easiest way to save for retirement. It's important to understand how your plan works and what benefits you will receive, so review the plan description to understand the plan, your options, fees and eligibility requirements.

- **Determine Your Target Saving Rate:** This is the amount of your current salary to save to meet your retirement goal. The sooner you start saving, the more time your savings have to grow.
- **Maximize Your Contributions:** Contribute the maximum amount allowed, or if you can't afford that, try to contribute enough to maximize any employer matching funds. This is free money!

Mid-Career and Life Events

If you're in the middle of your career, you may have more responsibilities at work and home and you may have more expenses. It can be hard to focus on retirement planning, but be sure to make it part of your overall savings and money management plan.

- **Update Your Financial Plan for Life Events:** Life events, such as marriage, separation, divorce, birth or adoption, may create new financial demands. Update your financial plan for potential income and expense changes – and make sure to continue saving for retirement. Also, check your beneficiary designations with your plan to make sure they are up-to-date.
- **Plan for Financial Emergencies:** A large medical bill, home repairs, losing a job, or a death in the family can derail retirement savings. Establish an emergency fund or get insurance coverage, and find out whether there are options under your plan for emergency savings accounts.
- **Check your Target Saving Rate:** With any change in your circumstances, re-determine your target saving rate to remain on track to meet your retirement goal.
- **Know Your Spousal Rights:** Retirement accounts can be the biggest financial asset in a marriage. As part of a divorce or legal separation, you may have rights to some of your spouse's retirement benefit (or they may be able to obtain a portion of yours). In most private sector plans, this is determined by a court-issued qualified domestic relations order. Discuss the requirements with your attorney and your plan administrators.

Nearing Retirement

If you are close to retirement, your planning is more focused – and you're probably more motivated to save.

- **Compare Retirement Income and Expenses:** Gather information on the money you've already saved and any income you expect to receive during retirement. Estimate how much you'll need for retirement expenses. [Compare these numbers to figure out if you have a savings gap](#) to close before you retire.
- **Make Adjustments:** By planning for retirement early, you have time to make adjustments if you're not on track to meet your goals. You can increase your savings, decrease your expenses, or work longer. If you're over 50, take advantage of catch-up contributions.
- **Plan for Health Care:** Health care is often a major expense in retirement, so be sure to have a plan for this – see our resources below for more details. If retiring early, consider your options for health care coverage before Medicare kicks in at 65.
- **Make Your Money Last:** Develop a strategy to manage your retirement savings when you retire so they last over your retirement. This includes how you handle plan distributions, consider taxes, or invest this money. Learn how to avoid scams and routinely monitor your online retirement account to reduce cybersecurity risks.

Download these resources to get started:

- [Savings Fitness: A Guide to Your Money and Your Financial Future](#)
- [Interactive financial planning worksheets](#)
- [New Employee Savings Tips - Time Is On Your Side](#)
- [What You Should Know About Your Retirement Plan](#)
- [Taking the Mystery Out of Retirement Planning](#)
- [Retirement Toolkit](#)

For more information on planning for retirement, your protections under the federal law governing your retirement plan, or how the Employee Benefits Security Administration can help you, visit our [website](#). You can also contact a benefits advisor with your questions by visiting askebsa.dol.gov or calling 1-866-444-3272. Assistance is available in over 120 languages.

Un año nuevo: un buen momento para centrarse en su futuro financiero

Por Lisa M. Gomez

¡Feliz Año Nuevo! Al dar la bienvenida a un año más, es un buen momento para concentrarse en su futuro financiero. Ya sea que esté comenzando su carrera o haya estado trabajando durante muchos años, ahora es el momento perfecto para rever su progreso, ajustar su plan para alcanzar su meta de ahorro para la jubilación si es necesario y tomar medidas. A continuación se ofrecen algunos consejos que le ayudarán a empezar:

Comenzar un nuevo trabajo

Si está ingresando a la fuerza laboral, la jubilación probablemente le parezca lejana. Pero si empieza a ahorrar ahora, tendrá un gran aliado: el tiempo.

- **Presupuesto:** Con e fin de ahorrar para cualquier objetivo, gaste menos de lo que gana. Fije un presupuesto, cúmplalo y revíselo periódicamente con el fin de asegurarse de mantener el rumbo.
- **Gestionar la deuda:** El elevado endeudamiento y el mal uso de las tarjetas de crédito dificultan el ahorro para la jubilación. Maneje sus tarjetas de crédito con prudencia y evite préstamos con altas tasas de interés. Revise todas las opciones de planes de pago para los préstamos estudiantiles que tenga antes de seleccionar el mejor para usted. ¡Y asegúrese de realizar todos los pagos a tiempo!
- **Inscríbese en el plan de su empleador:** Cuando comience un nuevo trabajo, inscríbese en el plan de jubilación de su empleador, si ofrece uno; es la forma más fácil de ahorrar para la jubilación. Es importante comprender cómo funciona su plan y qué beneficios recibirá, así que analice la descripción del plan con el fin de comprenderlo, sus opciones, tarifas y requisitos de elegibilidad.
- **Determine su tasa de ahorro objetivo:** Este es el monto de su salario actual que debe ahorrar para alcanzar su objetivo de jubilación. Cuanto antes empiece a ahorrar, más tiempo tendrán sus ahorros para crecer.
- **Maximice sus contribuciones:** Contribuya con la cantidad máxima permitida o, si no puede permitirse¹ intente contribuir lo suficiente para maximizar los fondos de contrapartida del empleador. ¡Esto es dinero gratis!

Acontecimientos de la mitad de la carrera y de la vida

Si se encuentra en la mitad de su carrera, es posible que tenga más responsabilidades en el trabajo y en el hogar y que tenga más gastos. Puede ser difícil concentrarse en la planificación de la jubilación, pero asegúrese de incluirlo en su plan general de ahorro y administración del dinero.

- **Actualice su plan financiero para los acontecimientos de la vida:** Los acontecimientos de la vida, como el matrimonio, la separación, el divorcio, el nacimiento o la adopción, pueden crear nuevas demandas financieras. Actualice su plan financiero en caso de que sucedan cambios en ingresos y gastos y asegúrese de seguir ahorrando para la jubilación.
- **Plan para emergencias financieras:** Una gran factura médica, reparaciones en el hogar, perder el trabajo o la muerte de un familiar pueden arruinar los ahorros para la jubilación. Fije un fondo de emergencia u obtenga cobertura de seguro.
- **Verifique su tasa de ahorro objetivo:** Ante cualquier cambio en sus circunstancias, vuelva a determinar su tasa de ahorro objetivo para mantenerse encaminado y alcanzar su objetivo de jubilación.

- **Conozca sus derechos conyugales:** Las cuentas de jubilación pueden ser el mayor activo financiero de un matrimonio. Como parte de un divorcio o separación legal, es posible que usted tenga derecho a parte del beneficio de jubilación de su cónyuge (o que él/ella pueda obtener una parte del suyo). En la mayoría de los planes del sector privado, esto se determina mediante una orden calificada de relaciones domésticas emitida por un tribunal. Converse acerca de los requisitos con su abogado y los administradores de su plan.

Cerca de la jubilación

Si está cerca de jubilarse, su planificación estará más enfocada y probablemente esté más motivado para ahorrar.

- **Compare los ingresos y gastos de jubilación:** Recopile información sobre el dinero que ya ha ahorrado y todo ingreso que espera recibir durante la jubilación. Calcule cuánto necesitará para los gastos de jubilación. Compare estos números para determinar si tiene una brecha de ahorro que cerrar antes de jubilarse.
- **Haga ajustes:** Al planificar su jubilación anticipadamente, tendrá tiempo para hacer ajustes si no está encaminado para alcanzar sus objetivos. Puede aumentar sus ahorros, disminuir sus gastos o trabajar más tiempo. Si tiene más de 50 años, aproveche las contribuciones de recuperación.
- **Haga planes para atención médica:** La atención médica suele ser un gasto importante durante la jubilación, así que asegúrese de tener un plan para esto; consulte nuestros recursos a continuación para obtener más detalles. Si se jubila anticipadamente, considere sus opciones de cobertura de atención médica antes de que Medicare entre en vigor a los 65 años.
- **Haga que su dinero dure:** Desarrolle una estrategia para administrar sus ahorros para la jubilación cuando se jubile, de modo que le duren durante su jubilación. Esto incluye cómo maneja las distribuciones del plan, considera los impuestos e invierte este dinero. Aprenda cómo evitar estafas y monitorear periódicamente sus cuentas de jubilación en línea para reducir los riesgos de ciberseguridad.

Descargue estos recursos para comenzar:

- [Su dinero y futuro: una guía para ahorrar](#)
- [Hojas de trabajo para ahorrar](#)
- [Lo que usted debe saber...sobre su plan de jubilación](#)
- [Cómo resolver el misterio de la planificación de su jubilación](#)

Para obtener más información sobre la planificación de la jubilación, sus protecciones según la ley federal que rige su plan de jubilación o cómo la Administración de Seguridad de Beneficios del Empleado puede ayudarle, visite nuestro [sitio web](#). También puede comunicarse con un asesor de beneficios si tiene preguntas visitando [askebsa.dol.gov](https://www.askebsa.dol.gov) o llamando al 1-866-444-3272. Hay asistencia disponible en más de 120 idiomas.

Lisa M. Gómez es subsecretaria de la Administración de Seguridad de Beneficios del Empleado del Departamento de Trabajo de EE. UU.

Tags: [financial advice](#), [financial literacy](#), [financial planning](#), [espanol](#), [Employee Benefits Security Administration](#), [retirement savings](#)

SHARE THIS:

[A Year of Innovation Supporting America's Workers](#)

[5 Ways ARPA Investments are Modernizing the Unemployment Insurance System](#)

RELATED POSTS

MORE FROM AUTHOR



[A Long Overdue Update for Retirement Savings Protections](#)

[Scroll to top](#) ↑

Stay Connected! Sign up to receive Department of Labor updates.

Email Address

SUBSCRIBE

[Agencies](#)

[Forms](#)

[Guidance Search](#)

[FAQ](#)

[About DOL](#)

[News](#)

[Contact Us](#)

Submit Feedback

FEDERAL GOVERNMENT

[White House](#)

[Benefits.gov](#)

[Coronavirus Resources](#)

[Disaster Recovery Assistance](#)

[DisasterAssistance.gov](#)

[USA.gov](#)

[Notification of EEO Violations](#)

[No Fear Act Data](#)

[U.S. Office of Special Counsel](#)

LABOR DEPARTMENT

[About DOL](#)

[Guidance Search](#)

[Español](#)

[Office of Inspector General](#)

[Subscribe to the DOL Newsletter](#)

[Read the DOL Newsletter](#)

[Emergency Accountability Status Link](#)

[A to Z Index](#)

ABOUT THE SITE

[Freedom of Information Act](#)

[Disclaimers](#)

[Plug-Ins Used on DOL.gov](#)

[Accessibility Statement](#)



U.S. DEPARTMENT OF LABOR

200 Constitution Ave NW

Washington, DC 20210

1-866-4-USA-DOL

1-866-487-2365

www.dol.gov

Connect With DOL



[Site Map](#) |

[Important Website Notices](#) |

[Privacy & Security Statement](#)