

工作單指引與說明

我們知道, 填寫一整年的收入與支出預算可能是一項新的或不尋常的工作. 但這有助於全面瞭解你做為申請人的獨特財務狀況!

在你填寫申請書中的預算部分時, 請注意以下幾點:

- 儘量做到準確, 你可以對收入或支出做最佳估計.
- 你的支出有可能高於你的收入, 或低於你的收入. 每個人的財務狀況都不同!
- 如果你在閱讀過這份說明並嘗試完成申請書中的預算部分時若感到困惑, 請向當地蘭馨分會尋求幫助或發送電子郵件至 lydawards@soroptimist.org, 我們會很樂意協助你!

收入部分

A. 工作

- 在此填入你的薪水實得金額 (扣除稅款和任何醫療保費後). 你可以將每次薪水實得金額乘以一年的領薪次數來計算你一年的實得薪資.
- 如果你的薪資收入不固定或金額經常變動, 請盡量估算你的實得金額.
- 如果你有多份工作, 請在此框格中填入包括所有工作的收入.
- 對所有其他工作重複此程序, 以計算你的工作總收入金額, 將此數字填入你申請書中的預算部分.

B. 儲蓄

- 這個數字應該是你儲蓄帳戶中的總金額.

C. 子女撫養費/贍養費

- 我們知道這些收入來源可能每個月不同. 請盡量根據你的情況準確估計你從這些來源獲得的一年總收入金額.

D. 政府補助

- 你可能會收到的特定政府補助類別會因你所在的國家、州或省而異.
- 常見的政府補助類型可能包括現金補助、兒童保育補助、食物補助、水電費補助金等.
- 在計算這個數字時, 請務必使用政府補助計畫所提供的**年度**金額. 要計算出年度金額, 請將你獲得此政府補助的月份數乘以你從該計畫獲得的每月金額. 對每種類型的政府補助重複此程序, 並將所有補助全部加總在一起.
- 你從所有政府補助計劃中獲得的收入總數應填寫在你申請書的這個框格中.

E. 經濟援助

- 這些收入來源可以每年或每學期或每月分配一次. 請選擇一項. 如果按學期, 請註明每年有多少個學期. 該表格將根據您的選擇自動累加總數.
- 請包括你今年將收到或已收到的獎學金或貸款總額 (例如: 如果你每學期有\$5,000的貸款, 而你的大學每年有兩個學期, 那麼你每年的貸款額將為\$10,000).
- 請勿包括你不確定會收到的獎學金.

F. 額外收入，包括其他家庭成員的收入：

- 用這個部分列出其他家庭成員提供的收入 (例如: 伴侶、父母、子女)。
- 請務必將年度金額用於這些其他收入來源。要找到年度數字，請將您收到此收入的月數乘以您每月收到的金額。

*** 使用下面的工作表計算您的年收入 ***

每次領薪實得金額	X	一年領薪次數	=	工作年收入
\$				\$
儲蓄帳戶總金額			=	一年儲蓄金額
\$			=	\$
子女撫養費/贍養費的每月金額	X	一年付款次數	=	一年的子女撫養費/贍養費收入
\$				\$
政府每月補助金額	X	一年付款次數	=	政府一年補助金收入
\$				\$

請列出其他家庭成員收到的任何額外收入

其他收入來源: _____

其他收入來源: _____

其他收入來源: _____

一年的其他收入金額
\$
一年的其他收入金額
\$
一年的其他收入金額
\$
一年總收入
\$

將上述所有橘色框格中的數字加總起來, 即是你的一年總收入! →

經濟援助

獎學金、獎勵、助學金總額	X	一年的發放次數	=	一年的獎學金收入
\$				\$
所有貸款總額	X	一年的發放次數	=	一年的貸款收入
\$				\$
將上述部分中的所有橘色框相加, 即為您的年度經濟援助收入總額! →				年度經濟援助收入
				\$

年收入	\$
年度經濟援助收入	\$
將以上兩項合計相加即為您的年度總收入! →	年度總收入
	\$

支出部分

A. 住房

- 住房支出的計算方法是將你的每月房租或房屋貸款的金額 (包括保險) 乘以 12 個月, 即是你的一年住房支出。
- 如果你是每學期支付或每年支付住房費用, 請寫下你每年的住房費用總額。

B. 食物

- 估計你每個月花費在食物上的平均金額 (包括雜貨、外食及其他食物支出), 並將該數字乘以12個月, 即是你的一年食物費用。
- 即使你獲得政府的食物補助, 也請計算你花費在食物上的一年總金額。

C. 兒童保育

- 我們知道因你的時間安排或孩子的年齡, 全年的費用可能會有所不同. 盡你所能準確估計一年的總金額。
- 請在此框格中填入所有保姆、托兒所或課前/課後照顧的一年總金額。

D. 公用事業費用

- 您每年的網路、有線電視、電力、瓦斯、水、垃圾、手機、空調/暖氣和其他家庭公用事業費用應包含在公用事業中。
- 如果一年之中的費用不固定, 請使用最佳估計值, 或查看你的公用事業帳單以計算每月平均金額, 然後將其乘以 12 個月做為一年的公用事業費用。
- 對所有公用事業費用重複此程序, 以計算你的公用事業費用總金額, 將此數字填入你申請書中的預算部分。

E. 醫療

- 醫療費用的例子可以是掛號費、處方藥、治療、保險費 (如果僱主或政府補助不涵蓋) 和其他與醫療有關的自付費用。
- 此費用可能每個月會不一樣, 但請盡量估計一年的總金額。

F. 交通

- 這可能包括汽車付款、汽車維護、汽車保險、汽油、登記、維修、公共交通 (巴士、地鐵、火車) 或共乘費用 (Uber/Lyft) 。
- 某些交通費用可能一年只會發生一次或不定期發生, 請盡量估算一年的金額。

G. 學費、雜費和書籍

- 請務必列出你修習課程的年度學費和雜費的全部費用. 這項費用應該不計入任何補助金或貸款, 是你學費帳單的總金額。
- 如果你無法找到此項金額, 你也許可以在課程資訊網站和/或宣傳材料上找到這個金額。
- 如果你以前參加過課程, 你可以使用以前的書籍費用來估計今年的開支。
- 這可以包括數位化書籍或支付線上使用代碼費用, 你需要付費才能獲得課程材料。
- 請務必將一整年的書籍費用包括在內。

H. 額外費用

- 常見的額外費用可能包括電腦、服裝、個人護理用品、兒童活動或學校費用、債務/貸款支付等。

*** 使用下一頁的工作表來計算您的年度費用 ***

每月房租或房貸付款		一年中的月數		一年的住房支出
\$	X	12	=	\$
每月食物費用		一年中的月數		一年的食物費用
\$	X	12	=	\$
平均每月兒童保育費用		一年中的月數		一年的兒童保育費用
\$	X	12	=	\$
公用事業每月費用		一年中的月數		一年的公用事業費用
\$	X	12	=	\$
平均每月醫療費用		一年中的月數		一年的醫療費用
\$	X	12	=	\$
每月交通費用		一年中的月數		一年的交通費用
\$	X	12	=	\$

學費、書籍費和雜費 (計算任何貸款/經濟援助/獎學金之前) :

全額年度學雜費 (在申請助學金、獎學金或貸款之前)				每年學費及雜費開支
\$			=	\$
全年的所有書籍費用				一年的書籍費用
\$			=	\$

如果您的學費和書籍費用是按學期計算 :

學期學費及雜費		一年中的學期數		每年學費及雜費開支
\$	X		=	\$
學期書本費		一年中的學期數		一年的書籍費用
\$	X		=	\$

或者, 如果您的學費和書籍費為每月 :

每月學費及雜費		一年中的月數		每年學費及雜費開支
\$	X	12	=	\$
每月書籍費用		一年中的月數		一年的書籍費用
\$	X	12	=	\$

額外支出項目: _____

額外支出項目: _____

額外支出項目: _____

額外支出項目一年總金額	
\$	
額外支出項目一年總金額	
\$	
額外支出項目一年總金額	
\$	

將上述所有紫色框格中的數字加總起來, 即是你的一年支出		一年的總支出
總金額! →	\$	