



SUSTENTABILIDADE
**ECONÔMICA
E FINANCEIRA**
PROJETO SOCIAL FEEVALE

Finanças

Pessoais
Familiares
Investimentos



Educação financeira



Esta cartilha foi desenvolvida pelo Projeto Social de Sustentabilidade Econômica e Financeira da Universidade Feevale com objetivo de auxiliar sua gestão financeira pessoal, a partir de informações básicas sobre educação financeira.

Espera-se que, com esta leitura, você possa colocar em prática formas de utilizar melhor o seu dinheiro e extrair o máximo de valor dele.

Boa leitura e aproveite!

Por que devemos ter um controle financeiro?

O controle financeiro pessoal é fundamental para manter uma relação saudável com o próprio dinheiro, gastando dentro das possibilidades, sem endividamentos desnecessários, visando ter uma situação econômica mais confortável no futuro e, por fim, possibilitando uma ótima organização de seu orçamento.

Ao não cuidarmos da economia doméstica, fica mais fácil nos deixar levar pelo momento e entrar em situações complicadas sem ter um plano reserva para recorrer em situações emergenciais.

Identifique qual o seu perfil financeiro

Reconhecer o seu perfil financeiro é importante para organizar as finanças pessoais. Muitas pessoas sequer se reconhecem como devedoras ou poupadoras. Portanto, reconhecer que existem diversos tipos de perfis financeiros é uma tarefa que ajuda a melhorar a educação financeira.

Ou seja, existem pessoas mais conservadoras, outras mais ousadas; umas mais “gastadoras”, outras mais econômicas. O perfil financeiro é o conjunto de características que cada pessoa possui no momento de lidar com o próprio dinheiro, gastos e economias. Pensando nisso, indicamos nesta cartilha um teste de perfil financeiro para você visualizar como está sendo a sua relação com o dinheiro nos últimos tempos e, a partir disto, tomar decisões que irão melhorar a sua vida financeira.

Faça o teste desenvolvido pela Empresa Serasa, clicando no link abaixo:

www.serasa.com.br/ensina/perfil-financeiro

O que é planejamento financeiro?

Planejamento Financeiro nada mais é do que o controle dos gastos, a organização das finanças e a definição de estratégias para o uso do seu dinheiro. Vide 10 (dez) dicas para ajudar você e sua família nesta organização:

1 - Separe as despesas **FIXAS** das **VARIÁVEIS**

Despesas fixas são todas aquelas que se repetem mês a mês (como água, luz, telefone, alimentação, moradia e internet) e as variáveis são todas as despesas que não contam com um valor fixo ou previsível, geralmente estão ligadas ao lazer (como vestuário, passeios, viagens, cinema, entre outros). Elas, também, podem aparecer na forma de gastos imprevistos, como conserto do carro ou reposição de um aparelho eletrônico que deixou de funcionar. Sabe-se que as despesas variáveis são importantes para a qualidade de vida da família.

No entanto, elas devem ser controladas para não consumir mais do que deveriam do seu orçamento doméstico. **Uma boa proporção é gastar até 35% da renda com esse tipo de gasto, enquanto 15% devem ser destinados para os seus investimentos e até 50% para as contas essenciais - despesas fixas.**

Claro! Conforme sua renda principal for sobrepondo-se aos gastos, deve-se investir mais para construir o seu patrimônio com mais rapidez.

2 - Organize quais são as fontes de RECEITA

É muito importante saber de onde vem o seu dinheiro. Principalmente nos dias de hoje em que se acumulam atividades profissionais nas horas vagas.

Dessa forma, você entenderá onde pode melhorar e se algumas rendas precisam ser substituídas por outras. Manter um bom fluxo de entrada é vital para a saúde financeira da sua família.

3 - Mapeie os OBJETIVOS familiares

Eles devem ser divididos entre curto, médio e longo prazo. **Objetivos considerados de curto prazo** são aqueles com menos de 6 (seis) meses, como o pagamento de dívidas.

Objetivos de médio e longo prazo são todos os que excedem 12 (doze) meses. Por exemplo, planejar suas férias, economizar para a faculdade dos seus filhos, pagar uma reforma da casa, comprar um terreno ou uma casa, entre outros.

4 - Escolha os INVESTIMENTOS CERTOS para os seus objetivos

Sempre que você quiser guardar dinheiro opte por ativos mais rentáveis e seguros. Isto é, aplique o seu dinheiro sempre de acordo com os seus objetivos financeiros e riscos que está disposto a aceitar.

5 - Opte por pagamentos À VISTA

O nome já diz: à vista. Ou seja, aquilo que você consegue “ver”. No caso, o valor que você irá desembolsar no ato da compra. Isso te faz ter noção que o dinheiro que você estará gastando é o dinheiro que você tem para isso. Claro, o cartão de crédito não é um vilão SE você souber usá-lo com sabedoria. No entanto, o pagamento à vista deve sempre ser escolhido se possível, pois além de quase sempre garantir descontos no preço final, pagar à vista, também, ajuda a evitar juros e manter as contas organizadas.



Claro! Nem sempre é possível fugir das parcelas, no entanto, seus gastos fixos mensais e itens como roupas e comida devem sempre ser pagos à vista. O parcelamento da fatura do cartão, por sua vez, deve ser evitado o máximo possível. Isso porque a maioria dos cartões de créditos apresenta taxas altíssimas para esse serviço.

6 - Respeite o seu padrão de vida

As pessoas se acostumam muito facilmente com as coisas. Quando a organização financeira da família estiver bem ajustada, sempre virá aquela vontade de gastar mais do que deveria. Essa é a hora de frear o ímpeto e manter o seu padrão de vida.

7 - Pratique a educação financeira

Não adianta proibir toda família de gastar dinheiro de forma radical sem mostrar a razão pela qual se faz isso. Nem estabelecer metas que não sejam realistas ou causem impactos sérios no padrão de vida familiar. Comece, então, a ensinar educação financeira à sua família de forma gradativa, mostrando como a economia de hoje pode gerar grandes frutos com o passar do tempo.

As pessoas costumam ter dificuldade em fazer planos de longo prazo, preferindo as recompensas imediatas. E isso é totalmente natural. Mas o primeiro passo para contornar esse comportamento é admitir o erro.

8 - Aproveite a segurança do planejamento

Quando você acompanha e controla o presente e começa a trabalhar pelo futuro, os imprevistos tendem a diminuir ou, quando aparecem, seu impacto é muito menor. Isso porque você está preparado.

A segurança que o planejamento financeiro familiar traz é fundamental. Trata-se da certeza de estar sempre pronto para qualquer emergência. Com isso, sua família poderá realizar qualquer objetivo, obedecendo ao planejamento previamente definido.



9 - Evite os ERROS mais comuns

Como os pequenos gastos do dia a dia. É preciso saber controlá-los e, claro, contabilizá-los, pois no montante mensal eles podem fazer toda a diferença. Outro grande vilão é a compra por impulso. Portanto, evite ir a grandes promoções e ofertas se você tem esse tipo de problema.

10 - Revise o planejamento

Por mais perfeito que um planejamento financeiro familiar seja, ele precisa de manutenção. Os objetivos mudam, as rendas mudam, então, analise o desempenho das suas finanças todos os meses e, se houver sinais de algum problema, não hesite em parar e organizar novamente.

A seguir, vide sugestões “passo a passo” para o desenvolvimento de uma planilha financeira para registrar ganhos, gastos e dívidas (caso haja):

1. Defina o modelo - Estabeleça o que será lançado na sua planilha, se serão suas receitas, suas despesas ou os dois.
2. Crie as colunas desejadas - Insira colunas que ajudarão no seu controle, como, por exemplo, Descrição, Data e Valor.
3. Lance despesas e receitas na mesma coluna - Dessa forma, você simplifica a inserção de dados na sua planilha, deixando-a mais parecida com o seu extrato bancário. Mas lembre-se de usar um sinal de "menos" (-) antes dos valores das despesas.
4. Use uma célula para somar a coluna dos valores – Dessa forma, você consegue checar o seu saldo mais facilmente.
5. Crie uma "aba" para cada mês - Em seguida, copie o saldo do mês anterior na primeira célula do mês seguinte para ter total controle sobre as despesas de cada mês.

Veja o exemplo a seguir da planilha financeira mensal:



RECEITAS		
	SALÁRIO	R\$
	HORAS EXTRAS	R\$
	FÉRIAS	R\$
	OUTROS	R\$
GASTOS		
ALIMENTAÇÃO	SUPERMERCADO (AÇOUGUE, PADARIA, FEIRA)	R\$
	RESTAURANTE	R\$
HABITAÇÃO	ALUGUEL	R\$
	CONDOMÍNIO	R\$
	GÁS	R\$
	IPTU	R\$
	MANUTENÇÕES GERAIS CASA	R\$
	LUZ	R\$
	ÁGUA	R\$
	TELEFONE FIXO	R\$
	CELULAR	R\$
	MENSALIDADE TV	R\$
MENSALIDADE INTERNET	R\$	
TRANSPORTE	PRESTAÇÃO DO CARRO	R\$
	SEGURO	R\$
	COMBUSTÍVEL	R\$
	IPVA	R\$
	MANUTENÇÕES GERAIS CARRO	R\$
	ESTACIONAMENTOS	R\$
	OUTROS TRANSPORTES	R\$
SAÚDE	PLANO DE SAÚDE	R\$
	MEDICAMENTOS	R\$
	MÉDICO / HOSPITAL	R\$
	DENTISTA	R\$
EDUCAÇÃO	COLÉGIO	R\$
	FACULDADE	R\$
	CURSO	R\$
	MATERIAL ESCOLAR	R\$
	UNIFORME	R\$
EXTRAS	BELEZA E ESTÉTICA	R\$
	ACADEMIA, CLUBE, ATIVIDADES FÍSICAS	R\$
	ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO	R\$
	PARCELAS DE EMPRÉSTIMOS / DÍVIDAS	R\$
	DIVERSOS	R\$
RESULTADO MÊS		R\$

Como receitas, temos todos os recebimentos e renda da família, sejam eles vindos do salário de trabalho, por horas extras exercidas, por recebimento de valor pelas férias ou por qualquer outro tipo de renda conseguido pelos integrantes da família (exemplo: investimentos).

Como gastos, nós temos as seguintes categorias:

Alimentação, Habitação, Transporte, Saúde, Educação e Extras:

- em **ALIMENTAÇÃO**, apresentam-se os gastos, normalmente, indispensáveis e fixos, por sempre ocorrerem, mas podem variar de valor no decorrer dos meses;
- em **HABITAÇÃO**, são as despesas com a casa, como aluguel/prestação, condomínio/IPTU, manutenções, gás, luz e energia elétrica. Essas categorias, mesmo que variem um pouco, ao longo dos meses, são contas fixas de todos os meses. Caso tenha TV a cabo ou internet são outros valores que entram em habitação, uma vez que são pagos mensalmente;
- em **TRANSPORTE**, são as despesas com locomoção, sejam elas realizadas por veículo próprio ou por transporte particular/público. São os estacionamento, a gasolina, as parcelas do carro, as tarifas de locomoção, seguro, impostos e manutenções gerais. Normalmente, qualquer gasto dentro desta categoria é considerado variável, pois pode mudar de acordo com o período e quantidade de uso dentro do mês;
- em **SAÚDE**, são todas as despesas com saúde da família, sejam médicos, dentistas, oftalmologistas, exames e tratamentos (esses considerados variáveis por serem imprevistos todos os meses). Caso a família tenha plano de saúde, este gasto deve ser registrado nesta categoria (já esse considerado fixo, por ser um valor desembolsado todos os meses);
- Em **EDUCAÇÃO**, depende muito do que a família "utiliza". Exemplos clássicos de gastos dessa categoria são as mensalidades escolares, os cursos de idiomas e outros como, por exemplo, aquisição de livros, palestras, oficinas e viagens de estudos;
- **EXTRAS** são todas as demais despesas realizadas pela família em cada mês, todas elas são despesas variáveis, pois como o mesmo indica, não são certas de ocorrerem sempre. E nessa categoria entram, ainda, os gastos com lazer.

Salienta-se que, se a criação de uma planilha pelo computador seja inviável, é possível utilizar aplicativos que podem ser baixados, gratuitamente, para auxiliar na organização de gastos e receitas, de acordo com a necessidade do usuário. Por fim, destacam-se as seguintes Dicas Importantes de Economia Doméstica:

Supermercado

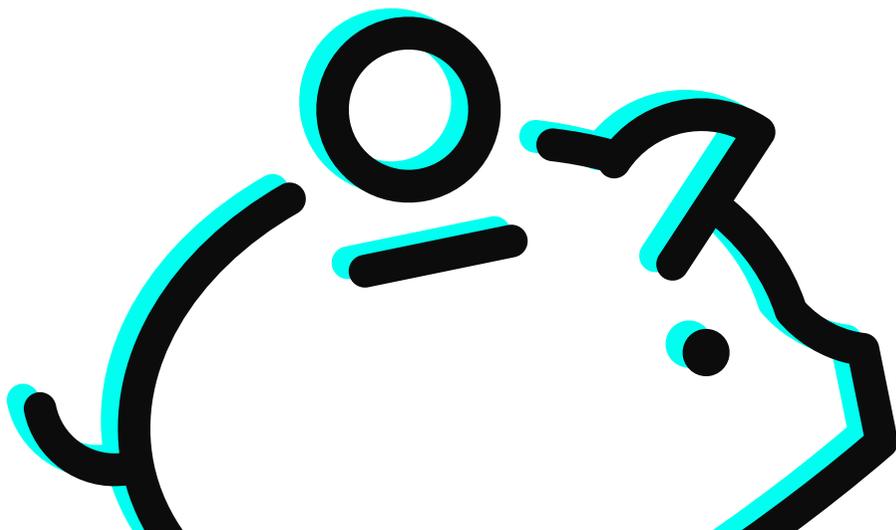
Faça uma lista de compras: verifique os armários e liste tudo o que é realmente necessário. Siga uma pré-seleção em cada setor do mercado, para ter a exata noção do que irá comprar.

Faça um planejamento semanal das refeições: desta forma, você saberá o quanto precisa comprar e evita desperdícios.

Experimente novas marcas: deixe o julgamento de lado e conheça os produtos mais baratos. Eles podem ser melhores que as marcas tradicionais.

Evite ir às compras com fome: ir ao supermercado com fome é uma armadilha. Você vai comprar além do necessário, por conta da necessidade de comer.

Vá sozinho: várias pesquisas científicas mostram que gastamos mais quando estamos acompanhados. Para economizar, vá sozinho ao supermercado e siga à risca o que planejou comprar.



Lista para o supermercado

HORTALIÇAS				FRUTAS			
	UN		UN		UN		UN
ABÓBORA		CHUCHU		ABACATE		MANGA	
ALFACE		COUVE-FLOR		ABACAXI		MARACUJÁ	
ALHO		MANDIOCA/AIPIM		BANANA		MELANCIA	
BATATA		PEPINO		GOIABA		MELÃO	
BRÓCOLIS		PIMENTÃO		LARANJA		MORANGO	
CEBOLA		REPOLHO		LIMÃO		PÊRA	
CENOURA		RÚCULA		MAÇÃ		PÊSSEGO	
OVOS		TOMATE		MAMÃO		UVA	
ALIMENTOS EM GERAL / BEBIDAS				LANCHE			
	UN		UN		UN		UN
ARROZ		ÁGUA MINERAL		PIPOCA		CHOCOLATE EM PÓ	
MASSA / MACARRÃO		REFRIGERANTE		PÃES		CHOCOLATE EM BARRA	
ÓLEO		SUCO		BISCOITOS		CHÁS	
CAFÉ		CERVEJA		GELÉIAS		GELATINAS	
FEIJÃO		VINHO		SALGADINHOS		BALAS	
LENTILHA							
FERMENTO							
BATATA PALHA							
CARNES E FRIOS				LIMPEZA			
	UN		UN		UN		UN
PEITO DE FRANGO (FILÉ)		MANTEIGA/MARGARINA		ÁLCOOL		AGUÁ SANITÁRIA	
ALCATRA		PRESUNTO		SABÃO EM PÓ/ LÍQUIDO		TIRA MANCHAS	
CARNE MOÍDA		SALAMINHO		DESENGORDURANTE		ESPONJA	
MÚSCULO		QUEIJO RALADO		SACO DE LIXO		ESPONJA DE AÇO	
FÍGADO		LINGUIÇA		DETERGENTE		SABÃO EM BARRA	
PEIXE		BACON		LIMPA VIDROS		PANOS	
		IOGURTE		PAPEL HIGIÊNICO		VASSOURA	
				LUSTRA MÓVEIS		AMACIANTE	
ENLATADOS, UTILIDADES E TEMPEROS				HIGIENE			
	UN		UN		UN		UN
ERVILHA		PALITO		ESCOVA DE DENTE		SHAMPOO	
MILHO		CANELA		CREME DENTAL		CONDICIONADOR	
AZEITONA		SAL		FIO DENTAL		DESODORANTE	
CREME DE LEITE		VINAGRE		APARELHO DE BARBEAR		ALGODÃO	
LEITE CONDENSADO		AZEITE		PÓS-BARBA		COTONETE	
FÓSFORO		MAIONESE		FRALDA		ABSORVENTE	
FILTRO PARA CAFÉ		MOSTARDA/KETCHUP					
GUARDANAPO		AÇÚCAR					
		MEL					

Alimentação

A maioria dos brasileiros gasta mais do que o necessário com a alimentação sem perceber. Vide algumas dicas de como você pode praticar a economia doméstica:

Saiba o consumo da sua família: compre apenas a quantidade de comida necessária. O estoque pode levar ao desperdício.

Faça as refeições em casa: comer fora de casa gera altos gastos. Por exemplo, ao pagar R\$ 20 para almoçar todos os dias, em um ano você terá gastado mais de R\$ 5.000.

Conheça as frutas e verduras da época: é uma boa maneira de consumir pagando pouco e diversificar a alimentação.

Tenha uma horta: com a sua própria horta você evita o desperdício e economiza mais de 70%.

Energia

A conta de energia pode comprometer o seu orçamento. A boa notícia é que você e toda a sua família podem adotar medidas simples para a redução desta conta:

Apague as luzes: ao sair de ambientes, não deixe as lâmpadas acesas.

Iluminação natural: aproveite a luz do dia, deixando as janelas da sua casa abertas. Utilize cores claras nas paredes, pois facilita que a iluminação natural permaneça por mais tempo.

Reduza o tempo no banho: o chuveiro é um dos vilões da conta de energia. Conscientize a sua família a tomar banhos mais rápidos, utilizando temperaturas mais amenas.

Troque as lâmpadas: utilize na sua casa as lâmpadas econômicas, como as de LED. A economia chega a 60% em relação às lâmpadas incandescentes e a iluminação é mais agradável.

Organize: acumule a quantidade de roupas equivalente à capacidade máxima da sua máquina de lavar. E, também, passe as roupas de uma só vez.

Temporizador: utilize os temporizadores da televisão e ar-condicionado, a favor da economia doméstica. Evite dormir com esses aparelhos ligados.

Compre eletrodomésticos econômicos: aqueles que têm a classificação A, são os mais eficientes no uso da energia elétrica.

Água

A economia doméstica depende da redução dos gastos fixos mensais, como a fatura da água. Além disso, tenha a consciência de que este é um recurso finito e escasso.

Feche as torneiras: evite lavar louças e escovar os dentes com a torneira aberta.

Verifique os vazamentos: torneira vazando é desperdício de água. Conserte ou troque, caso estiverem com este problema.

Eficiência: regule temporizadores de descarga e de torneiras na sua casa. A economia supera os 50%.

Programa de lavagem: conheça os modos de lavagem da sua máquina e escolha o mais adequado para cada tipo de roupa.

Reproveite: utilize a água que você lavou as roupas para lavar calçadas ou regar hortas.



Transporte

Dica muito importante para toda a família. O carro pode gerar gastos enormes. Para isso, procure meios de locomoção alternativos como a bicicleta e caminhada. São gratuitos e você, ainda, beneficia a sua saúde.

Renda extra

Você sabia que pode ganhar dinheiro com o que você não usa? Você pode vender online ou para lojas de itens usados. Além de desocupar a sua casa, você gera uma entrada de recursos.

Como você pode ver, para praticar a administração doméstica, não há nada fora do comum. E as dicas podem ser aplicadas por todos da família hoje mesmo. No fim do mês, o orçamento mostrará a diferença.





SUSTENTABILIDADE

ECONÔMICA E FINANCEIRA

PROJETO SOCIAL FEEVALE



UNIVERSIDADE
FEEVALE