



Educação Financeira da Família

Sumário

Dicas práticas para uma boa conexão entre os familiares	6
Para que serve a educação financeira?	7
Essencial X Supérfluo	9
Desejo X Necessidade	9
Compras por impulso	10
Consumo X Consumismo X Consumo consciente	11
Saúde financeira, para toda a família viver bem	15
Dinheiro é coisa de criança sim, comece cedo e o resultado vem!	16
A relação com o dinheiro pode ser algo simples, e vale começar cedo	18
Orçamento	21
Contenção de despesas	24
- Reduzir, substituir ou cortar!.....	24
- Comparando preços e produtos.....	26

- Fazendo listas	27
- Formas de pagamento – à vista/a prazo	28
Direção X Velocidade	30
Dívidas, como elas aparecem?	31
- Negociação	33
O papel fundamental da Reserva de Emergência	35
Simulador de sonhos	37
Isso destrói os sonhos de muita gente, mas você pode fazer diferente	40
Seja criativo e, de uma vez por todas, comece a poupar	43
Desafio das 52 semanas	45
A importância da gratidão e da doação	47
Referências	48

Dicas práticas para uma boa conexão entre os familiares

- Você está mergulhando num universo de impacto e transformação para a vida das pessoas. Por isso, leia e explore todo o material apresentado, pois, certamente, ele contribuirá bastante para o processo de educação financeira e reorganização do dia a dia da sua família. As descobertas e o caminho podem ser incríveis!
- É importante estimular a conversa familiar sobre as questões que envolvem finanças, para que todos se sintam responsáveis e engajados na busca de uma vida financeira saudável para a família ao contribuir com ideias e soluções para alcançar os objetivos em comum.
- Estimule a curiosidade das crianças ou dos adolescentes de sua família ao trocar ideias com eles sobre os assuntos abordados nos livros. Peça a opinião deles e envolva-os no processo de educação financeira da família e nos planejamentos que vão fazer.
- Aproveite as oportunidades apresentadas nos livros para construir com as crianças ou os adolescentes da família uma base sólida para um futuro equilibrado financeiramente.
- Sempre que possível, leia o livro do aluno, pois ele apresenta experiências diferentes e propostas indicadas para todos da família resolverem juntos.
- A realidade financeira de cada família é diferente. Os planos e sonhos também. Aprender maneiras mais adequadas de lidar com o dinheiro ajudará com as conquistas futuras.

Unlisted / Stock Photos



Para que serve a educação financeira?

**dinheiro: gastar ou guardar?
planejamento: como fazer?
orçamento: para que serve?
consumo consciente: o que é?**

E os planos para o futuro, os desejos, os sonhos, como realizá-los?

As perguntas e as dúvidas relacionadas ao dinheiro são muitas, mas esse universo pode ser compreendido com a educação financeira.

São muitos os detalhes que influenciam a vida das pessoas no dia a dia e, por isso, em muitos casos, é comum que fatores relevantes sejam deixados de lado na hora de fazer escolhas.

O planejamento para administrar o dinheiro que se ganha e a educação financeira, em nosso país, são pouco aplicados pelas pessoas e é comum perceber que grande parte da população tem dificuldade em relação ao uso do dinheiro e pouco conhecimento do funcionamento do universo das finanças, fazendo escolhas e tendo comportamentos que podem transformar a vida financeira de qualquer um em caos.

Ao se pensar em planejamento e vida financeira saudável, uma questão é essencial ao fazer as escolhas do dia a dia:

não gaste mais do que você ganha!

Para ter uma vida financeira saudável, memorize e aplique sempre essa informação em suas decisões e nas escolhas que fizer.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=Jpp7uex7FgA&t=>



Parece simples, mas são tantas obrigações, contas que precisamos pagar no dia a dia, tantos desejos a realizar, tantas tentações...

Essas são algumas das razões de a educação financeira ser necessária, pois vai ajudar

a termos discernimento e consciência para fazermos escolhas, orientar nosso consumo e equilibrar a vida financeira, de maneira que não saia mais dinheiro do que entra, afinal, precisamos gastar menos do que ganhamos e, com isso, poupar mês a mês para ter um dinheiro reservado para emergências ou realizar algum plano.

Para isso, é importante entender que poupar deve ser um hábito mensal, recorrente, que deve ser encarado com firmeza, evitando dívidas, o que formará a base para

a sua saúde, não apenas financeira, uma vez que problemas financeiros levam a vários outros problemas: relacionamento familiar, no trabalho, físicos e emocionais e desses, outros problemas podem surgir, e tudo vai se multiplicando...

Muitos consideram que o que ganham é pouco, mas certamente conhecem alguém que ganha mais ou menos a mesma coisa e ainda assim consegue poupar. Há também pessoas que ganham muito dinheiro, mas têm uma enorme dificuldade em poupar, em administrar o dinheiro e ainda conseguem se endividar.

Não se iluda achando que ganhar muito dinheiro resolve tudo, absolutamente não, pois a dificuldade em administrar o que se ganha não está em quanto se ganha, mas nas escolhas que são feitas, está em conter o impulso das compras, em consumir de maneira consciente, em planejar o futuro, em viver cada momento de acordo com sua realidade e suas possibilidades...

Reflita sobre as informações apresentadas e verifique como a educação financeira pode ajudar a ter uma vida mais equilibrada e saudável, de maneira que contribua para realizar objetivos e sonhos.

Essencial X Supérfluo

Saber usar o dinheiro que se ganha é um dos objetivos da educação financeira. Para isso, é essencial aprender a fazer boas escolhas.

Ter clareza entre o que é essencial e supérfluo ajuda muito na hora de tomar a decisão entre usar ou não o dinheiro.

O que realmente você precisa no seu dia a dia?

O que não é essencial, mesmo que seja bacana?

Responder a essas perguntas ajuda a ter clareza de quais são suas prioridades, aquilo que é essencial para viver.



Unlisted / Stock Photos

Desejo X Necessidade

A diferença entre o desejo e a necessidade está relacionada com aquilo que queremos aquilo de que precisamos para viver.

Em diversas situações do dia a dia somos levados a tomar decisões e fazer escolhas e, antes de realizar nossos desejos, precisamos satisfazer nossas necessidades.

Difícilmente alguém consegue comprar ou ter tudo o que quer, e, antes de ficar frustrado com isso, deve se lembrar que, para ser feliz, não é preciso ter tudo o que se quer, mas perceber que as coisas simples da vida têm o potencial de trazer grandes alegrias e deixar o dia a dia mais leve.



Unlisted / Stock Photos

Compras por impulso



Shutterstock.com/Paolo Bona



Unlisted / Stock Photos

Você já deve ter visto aquelas prateleiras que ficam próximas aos caixas em supermercados e determinadas lojas, repletas de miudezas para o cliente comprar mais alguma coisa antes de ir embora. O nome delas é impulso, porque as pessoas são induzidas a comprar “com os olhos”, devido à fome do momento, sem pensar, por impulso.

Comprar por impulso é não pensar se você precisa ou não do produto, se ele é necessário ou supérfluo, se ele estava na lista de compras, no planejamento de gasto. Geralmente, apenas depois de comprar por impulso é que a pessoa pensa no que fez e se pergunta por que comprou o produto se nem precisava dele e nem estava em seus planos.

Supermercados, por exemplo, são organizados de maneira a forçar compras por impulso, até a altura das prateleiras é planejada. Produtos voltados para crianças ou para promover o aumento das vendas estão dispostos na altura dos olhos dos clientes.

É importante ter cuidado ao fazer compras para não levar por impulso itens que não são necessários e que muitas vezes nem queríamos, pois isso pode levar a arrependimentos depois e a gastar mais do que se tem.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=Y6gruopQ0Gk>

Consumo X Consumismo X Consumo consciente

Você já sabe que precisa de algumas coisas para viver e, para adquiri-las, você e sua família compram produtos ou pagam pelos serviços de outras pessoas. Isso é consumo, e quem compra os produtos ou paga por serviços é um consumidor.

Quanto mais se consome, mais é preciso trabalhar para comprar e, com isso, sobra menos tempo para aproveitar o que se comprou e estar com a família e os amigos. Por isso, o consumo vai além do dinheiro, ele implica usar o tempo da pessoa para trabalhar, ganhar pelo trabalho e, assim, ter dinheiro para comprar.

Comprar traz uma sensação boa para o consumidor, afinal, depois de se esforçar para ganhar com seu trabalho, ele consegue adquirir aquilo de que precisa para viver, além de outras coisas, que, muitas vezes, são supérfluos.

Comprar, comprar, comprar...

Comprar, mesmo sem precisar.

Comprar, porque sempre precisa ter algo novo.

Comprar, sem pensar se está dentro das condições do que se pode pagar, sem se preocupar se vai faltar para algo realmente necessário...

Isso é **consumismo**!

Ninguém nasce consumista. Essa necessidade de estar sempre comprando vai se moldando no dia a dia, com as inúmeras propagandas exibidas na televisão, na internet, em *outdoors* esparramados pelas ruas e que vão despertando o interesse das pessoas para comprarem diversos produtos, a fim de se sentirem na moda, mais bonitas e elegantes, parecidas com este ou aquele modelo de sucesso.



Unlisted / Stock Photos

Para evitar o consumismo

- Sempre que vir algo que faz os olhos brilharem, pergunte-se: “desejo ou necessidade?”.
- Reflita se realmente vai usar o que quer comprar de forma útil no seu dia a dia, pois o consumismo é caracterizado por compras utilizadas por pouco tempo, ficando, depois, esquecidas em algum canto.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=cCm7229lg7E>

Aprender a consumir é importante para não se gastar mais do que se tem, gastar no que é útil e necessário, não desperdiçar e até conseguir guardar dinheiro. Isso é consumo consciente.

O consumo consciente vai além das escolhas diárias que fazemos para gastar de maneira equilibrada, como fazer pesquisa de preços para não gastar mais do que é preciso ou comprar o que realmente é necessário. Inclui as pequenas escolhas e atitudes do dia a dia e que ajudam a preservar os recursos da natureza e evitar desperdício.

A escolha de produtos com pouca embalagem, por exemplo, é consumo consciente e reduz o uso de recursos da natureza.

O uso da água e energia elétrica sem desperdício também é consumo consciente.

A separação do lixo para reciclagem é consumo consciente e, com isso, muito do nosso planeta pode ser preservado.

Ter dinheiro pode levar muitas pessoas a se iludirem e consumirem de maneira pouco consciente, mas o dinheiro não cai do céu e deve ser usado com inteligência, evitando desperdícios e os prejuízos que pode causar para o próprio consumidor e, de maneira mais ampla, para todo o planeta.

Apenas depois de usar o dinheiro que se tem para atender às necessidades básicas diárias de moradia, alimentação, higiene, educação, comunicação, transporte, lazer e poupar pensando no futuro é que faz sentido pensar em gastar com algo extra.

Consumo consciente

Para consumir de maneira consciente, quem compra ou paga por um serviço deve estar atento a algumas situações.

- Não gastar mais do que tem ou ganha.
- Dar prioridade para comprar o que é necessário para viver.
- Comparar preços e produtos para não gastar sem necessidade.
- Observar a data de validade dos produtos, principalmente de alimentos.
- Verificar se o valor que está sendo cobrado por um produto é o que estava

indicado na prateleira ou etiqueta.

- Se for comprar um produto eletrônico, peça para o vendedor testar na sua frente e tire eventuais dúvidas sobre ele.
- Pesquisar a credibilidade da loja física ou da internet em que se faz a compra.
- Verificar a garantia do produto a ser comprado.
- Prestar atenção na etiqueta de eletrodomésticos que indica o consumo de energia do produto.
- Evitar o desperdício.
- Escolher produtos com pouca embalagem.
- Reutilizar embalagens ou separar o que pode ser reciclado.
- Não levar mais do que precisa ou queria. Faz parte do trabalho do vendedor oferecer mais e é seu direito não querer.
- Guardar o recibo, cupom ou nota fiscal de itens que tem o valor mais expressivo ou algum tipo de garantia. Você pode tirar uma foto e enviar para deixar guardado num *e-mail*, assim evita o risco de perder ou da tinta apagar.
- Guardar algum dinheiro todo mês.



O consumidor consciente também sabe que tem direitos protegidos pelo Código de Defesa do Consumidor (CDC) e que existe um órgão público de Proteção e Defesa do Consumidor, o PROCON, que pode ser acionado quando os direitos do consumidor não são cumpridos ou houver algum conflito a resolver entre consumidor e empresas fornecedoras de produtos ou serviços.



Conhecer os direitos do consumidor evita ser lesado no dia a dia, quer ao fazer aquisições em lojas físicas ou pela internet.

Uma questão útil quanto ao direito do consumidor, por exemplo, está relacionada à suspensão de alguns serviços, como conta de luz, conta de água, TV a cabo, telefone fixo ou celular, que podem ter a cobrança integral suspensa de 30 a 120 dias durante o período de uma viagem, por exemplo, ou mesmo para economizar e reorganizar as contas. É raro alguém fazer valer esse direito, sobretudo pela falta de conhecimento das pessoas quanto a isso. É fundamental conhecer os direitos do consumidor, pois isso pode oferecer diferentes possibilidades e evita muitos problemas nas relações de compra e venda.

Você pode acessar o Código de Defesa do Consumidor em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/533814/cdc_e_normas_correlatas_2ed.pdf

Saúde financeira, para toda a família viver bem

Para estar saudável, é necessário alimentar-se bem, fazer exercícios físicos, cuidar da higiene pessoal, manter a casa limpa e organizada...

Mas a saúde não está relacionada apenas ao corpo, pois o emocional e o social também precisam estar equilibrados para que uma pessoa esteja bem.

Contas atrasadas e falta de dinheiro podem abalar as emoções de qualquer pessoa, gerando ansiedade, tristeza, frustração e raiva, provocando brigas na família, falta de concentração no trabalho, alterando as relações sociais da pessoa que está enfrentando problemas financeiros.

Por isso a saúde financeira de uma família é tão importante. Dela depende o bem-estar físico, emocional e social de todos os seus integrantes.

Nem sempre é fácil equilibrar as contas, mas é necessário.

E você pode ser fundamental para o bem-estar da sua família.

Como?

Analisando com seus familiares como está a saúde financeira da família e ajudando a encontrar alternativas para colocar as finanças em equilíbrio: pagar as contas em dia e comprar o que é necessário, evitar gastos com supérfluos e de maneira impulsiva, pensar antes de fazer uma nova aquisição, planejar o que pretende comprar e guardar dinheiro para realizar seu plano.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo:
<https://www.youtube.com/watch?v=qEQg2gyuw>

Unlisted / Stock Photos



Dinheiro é coisa de criança sim, comece cedo e o resultado vem!

A ideia de abordar esse tópico é comentar sobre uma relação que muitos pensam

que não existe, mas que é construída de uma forma ou de outra, querendo-se ou não. O dinheiro faz parte da vida das crianças, independentemente da idade.

Costumo dizer que essa é a relação mais longa que temos na vida, pois ela influencia o local que nascemos, a escola em que estudamos, o local em que moramos, aquilo que se vai poder fazer, ou não, as próximas férias. Boa parte de nós não teve acesso à educação financeira nem orientação sobre o assunto durante a infância, adolescência e até mesmo na vida adulta. Então, é necessário fornecer informações sobre essa relação para as crianças e os adolescentes de maneira consciente e no momento que for mais adequado, para auxiliá-los a perceber, ao longo das fases em que vivem, como essa relação é importante e até dita muitos de nossos comportamentos.

A mesada, por exemplo, é questionada por alguns, indicada por outros, e, se bem utilizada, é sim um excelente meio de formar uma base interessante para a educação financeira e uma ferramenta que pode servir muito bem para começar a orientar as crianças sobre finanças de maneira prática. E não precisa necessariamente ser uma mesada, pode ser semanada ou quinzenada, de acordo com a idade da criança e o domínio e entendimento dela em relação ao tempo.

Unlisted / Stock Photos

Quanto ao valor, pode ser estabelecido de acordo com o que a quantia vai suprir, com o objetivo de se repassar esse valor (lanche da escola, compra de alguma coisa em um passeio feito em família) e conforme as possibilidades da família. Por exemplo, se a semanada é para a criança comprar o lanche na escola, e ela gasta R\$ 5,00 por dia, é recomendado dar R\$ 20,00 por semana. Você pode pensar que não vai ser suficiente, que precisaria de R\$ 25,00, mas na vida, certamente, você não teve tudo o que quis. Dessa maneira, pode-se motivar a criança a levar um lanche de casa ou, se ela quer comprar na escola, orientá-la a diminuir a média do valor gasto diariamente. Com isso, a criança se depara com a situação de escolha e prepara-se para a vida adulta. Isso é parte do processo de educar financeiramente!

Outra forma de educar com a mesada é em relação à antecipação. Se a criança diz que o dinheiro que tem já não é suficiente para o período ou acabou e pede que antecipe algum valor, pode-se fazer isso, desde que, naturalmente, desconte-se o valor adiantado no próximo repasse (semana, quinzena ou mês) e abata-se também uma pequena taxa pelo fato de ter antecipado o valor pedido. Por outro lado, se ela consegue ter sobra, pode-se dar um valor a mais, um valor de impacto ou mesmo dobrar o valor que ela poupou, para que perceba o ganho de forma clara. Tudo isso faz com que ela compreenda que quando gasta mais do que pode e precisa de dinheiro emprestado, tem que pagar uma taxa chamada de juros pela antecipação e que será penalizada com menos recursos para o período seguinte, já que antecipou o recebimento do valor. Por outro lado, se sobra dinheiro, ou seja, consegue poupar, é agraciada com o recebimento de juros. Isso é educação financeira, construindo aos poucos uma base sólida para o que terá pela frente na vida adulta.

As idas ao supermercado são ótimas oportunidades para orientar as crianças em relação ao uso do dinheiro, estimulando-as a usarem o valor que recebem para comprar o que querem. Com isso, a criança passa a valorizar o dinheiro que tem ao calcular o preço do que quer em relação ao valor do que dispõe. Também é interessante estipular ou entregar um valor para que a criança faça as próprias escolhas e compras na ida ao mercado. Provavelmente, ela não terá o suficiente para tudo o que quer, e, assim, precisará elencar as prioridades ou juntar mais dinheiro para a próxima ocasião. Com isso, ela aprende a esperar, a poupar, a juntar dinheiro para conseguir o que deseja. Assim como acontece na vida adulta, a ideia é colocar a criança em situações similares de escolhas, construindo uma base sólida para as vivências dela no futuro.

O que são juros?

Para quem investe, ele vem como uma taxa de rendimento, remuneração.

Para quem tem uma dívida ou paga de forma postergada ou parcelada, é um acréscimo de valor devido ao crédito a que se teve acesso pelo pagamento realizado depois.

É importante esclarecer que os juros não são apenas contra, pois quando se poupa e se investe, os juros vêm para acumular, recebe-se juros. Quem poupa recebe juros, quem se endivida paga juros.



Sugestão de vídeos sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=nVq0cszDckg>

A relação com o dinheiro pode ser algo simples, e vale começar cedo

Já ouvi crianças se referirem ao caixa eletrônico como “máquina de fazer dinheiro”. É preciso explicar que não é bem assim, aquele dinheiro é fruto de trabalho, e não está ali por acaso, assim como o cartão de débito ou de crédito. É importante explicar como funcionam: o de débito tira o dinheiro que está na conta na hora do pagamento e o cartão de crédito traz a possibilidade de pagar aquilo logo adiante, em uma ou mais parcelas.

Ao comentar que o dinheiro é fruto do trabalho, é válido refletirmos sobre algumas respostas automáticas que damos ao escutar das crianças perguntas como “Por que você tem que ir trabalhar?” ou “Por que trabalham tanto?”. Muitos respondem simplesmente que fazem isso porque precisam ganhar dinheiro, pode até ser verdade, pois trabalhamos para receber dinheiro, mas há aqueles que ganham dinheiro por meio dos negócios que montam, das ideias que têm. É válido, quanto ao trabalho, destacar a importância de procurar trabalhar com algo de que se gosta e mostrar o impacto do trabalho de cada um e a contribuição dele para a vida das outras pessoas. Assim, ensina-se para a criança que o trabalho,

além de proporcionar o ganho financeiro e a possibilidade de organizar melhor os planos e as necessidades da família, também pode trazer a realização pessoal e ajudar na construção da sociedade.

E o “não”, será que educa? É muito importante que você reflita sobre isso. Em determinados momentos, ele é necessário, fundamental, mas é necessário ter cuidado para não usar o “não” de forma equivocada. Se a criança pede algo, por exemplo, não se contente em apenas dizer “não”, mas pense junto com ela como é possível se organizar para alcançar aquele objetivo.

Precisamos quebrar alguns comportamentos tradicionais e que terminamos por repetir, tal como dizer: “papai / mamãe não tem dinheiro!”... Em muitos casos, temos dinheiro sim, mas temos também prioridades, e, na medida do possível, isso deve ser esclarecido para a criança, construindo a percepção dela para o que é uma prioridade e que não pode ficar em segundo plano em função de desejos ou supérfluos.

Também é preciso quebrar o tabu de que “dinheiro é sujo”, pois passa para muitos a impressão de que o dinheiro não é algo legal ou que é ilícito. Ao abordar o assunto, podemos ser mais sutis e dizer que “sempre que pegar em dinheiro é importante lavar as mãos, porque ele circula na mão de muitas pessoas”.

Muita gente pergunta qual o melhor investimento para ser feito pensando no futuro dos filhos. Isso é muito relativo: tem quem queira deixar um apartamento, dar um carro aos 18 anos, separar uma quantia para custear os estudos numa universidade particular; outros querem dar oportunidades de conhecimento, planejando intercâmbios, experiências culturais por meio de viagens ou aprendizagem de idiomas, tudo para promoverem o desenvolvimento dos filhos para que possam galgar da melhor maneira os caminhos e planos que escolherem, mesmo que depois percebam que se equivocaram. Cada um com seus objetivos e, conforme essas escolhas, investimentos podem ser feitos mensalmente, depois de analisar o que se adequa mais ao que está sendo planejado para ser realizado anos adiante.

Mesmo planejando investimentos e o futuro da família, é importante considerar que o exemplo é o que rege e mais impacta a vida da criança. São os modelos do dia a dia que a criança vivencia, a vida financeira equilibrada e o padrão de vida adequado da família que propiciam à criança viver de maneira agradável, positiva e construtiva. Reflita sobre o tipo de comportamento que um adolescente provavelmente apresentará se, ao longo de sua infância sempre ouviu dos familiares, quando questionados sobre a forma de pagamento nos estabelecimentos em que faziam compras, a resposta: “pode parcelar no máximo de vezes que puder”. Certamente, no dia em que esse adolescente tiver um cartão de crédito e a pos-

Existem muitas maneiras de promover a educação financeira de crianças e adolescentes, avançando, conforme a idade e o senso de responsabilidade, para que aprendam a administrar e usar o dinheiro com mais coerência de acordo com a sua realidade. Há exemplos de famílias que colocam na mesada um valor que inclui a mensalidade escolar, do plano de saúde, além de lanches, passeios e compras de algo desejado, com o objetivo de ensinar o custo dos produtos e serviços e o senso de responsabilidade ao gastar o que foi ganho; outras abrem conta no nome do adolescente, por exemplo, para que use o próprio cartão de débito para pagar por suas despesas com o dinheiro que vai sendo liberado conforme o tempo estabelecido. Qualquer que seja a maneira encontrada para educar financeiramente, ela é válida e o processo é transformador e gratificante.

Relacionar as pessoas da família que exercem atividade remunerada e participam da dinâmica financeira da casa, indicando o valor que recebem por esse trabalho, prepara para o tópico seguinte, orçamento, em que as entradas e saídas devem ser calculadas para equilibrar a saúde financeira da família.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=IMSDy9V0k4A>

RELAÇÃO DAS PESSOAS DA FAMÍLIA QUE TRABALHAM	VALOR RECEBIDO POR MÊS EM R\$
TOTAL DE ENTRADA EM R\$	

Orçamento

não gaste mais do que você ganha!

Manter essa ideia sempre em mente é essencial para a vida financeira saudável de uma família, pois ela orienta as escolhas do dia a dia e o planejamento para o que se quer fazer no futuro.

Mas, como é possível se organizar para usar o dinheiro disponível?

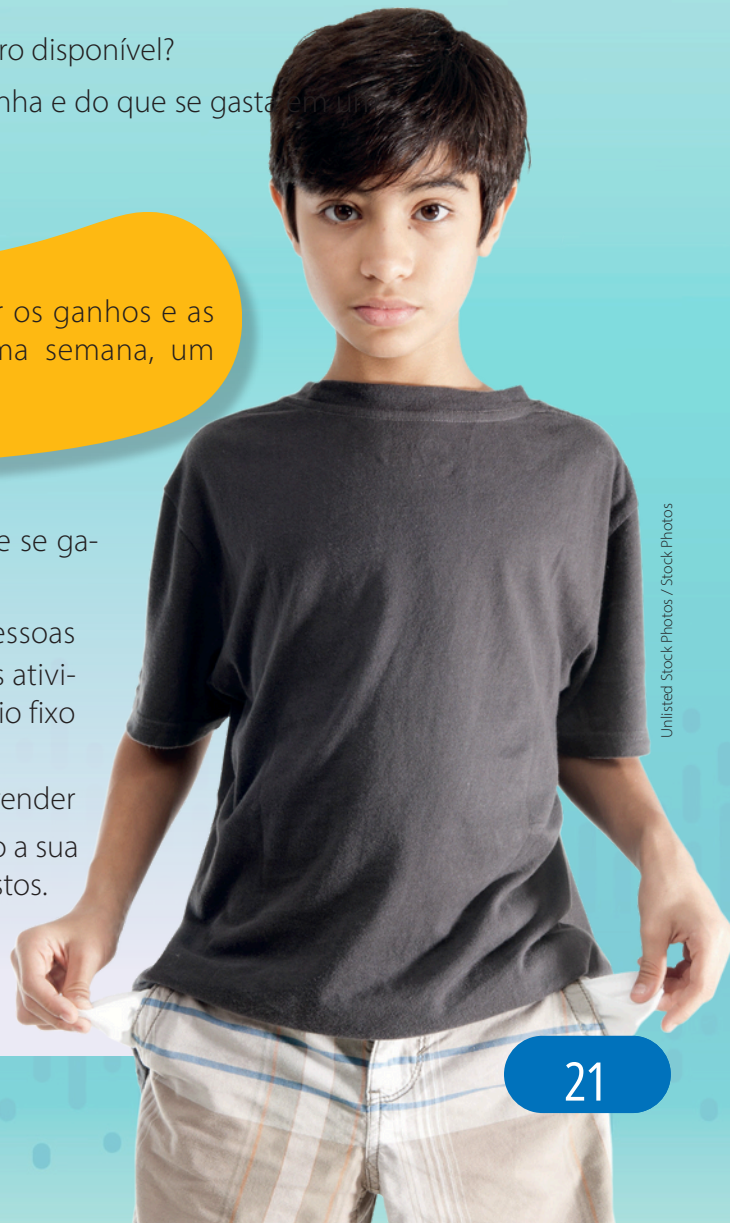
A resposta está em fazer o orçamento do que se ganha e do que se gasta em um determinado período.

Orçamento é um plano que ajuda a calcular os ganhos e as despesas de um determinado período: uma semana, um mês, um ano, por exemplo.

Para iniciar um orçamento, é necessário saber o que se ganha a cada período, a cada mês, por exemplo.

O que cada família ganha varia bastante, pois as pessoas têm diferentes trabalhos e profissões, exercem suas atividades por determinadas horas do dia, ganham salário fixo ou têm ganhos variáveis.

É por isso que cada família e cada pessoa precisa aprender a organizar sua vida financeira, sempre considerando a sua realidade, suas necessidades, seus ganhos e seus gastos.



Unlisted Stock Photos / Stock Photos

O modelo a seguir pode ajudar você a fazer um orçamento para avaliar como anda a saúde financeira da família.

Registre tudo o que a família ganha e todas as despesas, mesmo aquelas que parecem sem importância, como dar R\$ 1,00 para ajudar alguém ou um docinho que se comprou, pois apenas assim é possível saber como se gasta todo o dinheiro que a família recebe.

Entradas – Quanto a família recebe	Valor em R\$	Total

Despesas mensais		
Com a casa	Valor em R\$	Total

Com alimentação	Valor em R\$	Total

Com saúde	Valor em R\$	Total

Com educação	Valor em R\$	Total

Com comunicação	Valor em R\$	Total

Com transporte	Valor em R\$	Total

Com lazer	Valor em R\$	Total

Despesas financeiras – banco, cartão	Valor em R\$	Total

Com impostos e taxas	Valor em R\$	Total

Outras despesas*	Valor em R\$	Total
Total de despesas		

* No item Outras despesas, devem ser citados gastos com doação, compras de presentes, higiene e cuidados pessoais, cuidados com animais de estimação, compra de utensílios e eletrodomésticos e tudo o que não tiver sido relacionado anteriormente.

Outros modelos encontrados na internet e disponíveis em aplicativos podem ser utilizados para fazer o orçamento da família.

Qualquer que seja sua realidade financeira, o importante é começar a desenvolver a prática de registrar todas as despesas da família, a fim de verificar como está sendo administrado o dinheiro que se ganha.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=XZxdWEkVvPw>

Contenção de despesas

E quando o orçamento indica que se gasta mais do que se ganha, o que fazer? É preciso conter as despesas para equilibrar a vida financeira da família! Para organizar a vida financeira e um orçamento desequilibrado, inicialmente é necessário evitar novos gastos. Depois, é preciso revisar os gastos existentes, para verificar o que pode ser reduzido ou substituído. Apenas depois desses passos é que se verifica aquilo que precisa ser cortado das despesas para reequilibrar o orçamento e proporcionar à família saúde financeira.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: https://www.youtube.com/watch?v=R6naGXaU_B8

Reduzir, substituir ou cortar!

Reduzindo

Algumas vezes, reduzir despesas pode ajudar a equilibrar o orçamento de uma família.

Tomar alguns cuidados com o consumo de água e de energia elétrica, por exemplo, podem ajudar a reduzir o valor mensal dessas despesas.

Caminhar até o trabalho ou a escola em alguns dias do mês ou mesmo até o supermercado pode reduzir o gasto com transporte.

Na hora das compras, adquirir apenas os itens essenciais evita gastos com supérfluos.

Reduzir a quantidade de itens que se vai comprar ou até a quantidade de vezes ou o tamanho das porções que se vai consumir durante a semana também pode diminuir as despesas mensais e ajudar a equilibrar o orçamento. Em vez de consumir um produto em diversos dias da semana, você pode, por exemplo, consumir uma quantidade menor dele e apenas nos finais de semana.

Substituindo

Procurar alternativas para manter um serviço, porém de forma que se tenha acesso a ele, mas com um valor abaixo do que se está pagando, é uma maneira de tentar equilibrar o orçamento.

São exemplos de substituição de serviços:

- trocar o plano atual do celular por um mais econômico e que ainda atenda às necessidades, como passar a usar um pré-pago ou mesmo mudar de operadora,
- mudar a empresa que oferece o serviço de internet no momento por outra similar e mais barata,
- ir de bicicleta para o trabalho ou para a escola em vez de usar o carro ou ônibus.

Ao fazer compras, também é possível substituir alguns produtos por outros de menor preço. Assim, você não fica sem o produto, mas tem um gasto menor.

Cortando despesas

Para cortar despesas é necessário analisar o orçamento o que é desnecessário ou, em função do desequilíbrio entre o que se recebe e o que se gasta, precisa ser excluído no momento.

Um passeio, por exemplo, feito com os familiares todos os domingos pode ser uma despesa a ser cortada até equilibrar a vida financeira, pois acontece em média quatro vezes por mês e, certamente, pesa no orçamento.

reduzir, substituir e cortar
despesas ajudam a colocar o
orçamento em equilíbrio.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=Pw9eGFIVNtk>

Comparando preços e produtos

Para ajustar o orçamento com a redução de gastos e a substituição de serviços e produtos, pesquisar e comparar preços é fundamental, pois, muitas vezes, o que se precisa comprar ou o serviço a contratar pode ser encontrado por um valor bem menor!

A internet facilita muito a pesquisa de preços e comparação de produtos, mas isso também pode ser feito visitando lojas físicas e até por folhetos e encartes de propaganda.

A comparação de preços e produtos é recomendada, principalmente, quando se vai fazer a aquisição de uma mercadoria que custa caro e que não é frequentemente comprada, como equipamentos eletrônicos, eletrodomésticos e até medicamentos.

Também é importante para a redução de gastos não ceder ao impulso de comprar porque os produtos estão em promoção, oferta, liquidação ou embalagem econômica. Calcule se realmente vale a pena comprar mais e se não vai perder a mercadoria em função do prazo de validade.

Sobre embalagens econômicas, verifique se realmente saem mais em conta. O leite em pó, por exemplo, em embalagem econômica padrão vem com 800g; a compra de 4 pacotes de 200g, geralmente sai mais em conta. O mesmo acontece com a água sanitária de 2L: apesar de a embalagem ser econômica, costuma sair mais cara do que duas embalagens de 1L.

Antes de fazer qualquer compra que pareça tentadora, sempre faça as perguntas a seguir.

- Preciso deste produto? Por quanto tempo vou utilizá-lo? Qual a durabilidade
- do produto? Se preciso apenas de um, vale a pena comprar vários? Se
- guardasse o dinheiro que precisaria para comprar vários produtos e em
- maiores quantidades agora, não poderia juntar para comprar outra coisa de
- que vou precisar depois?

Fazendo listas

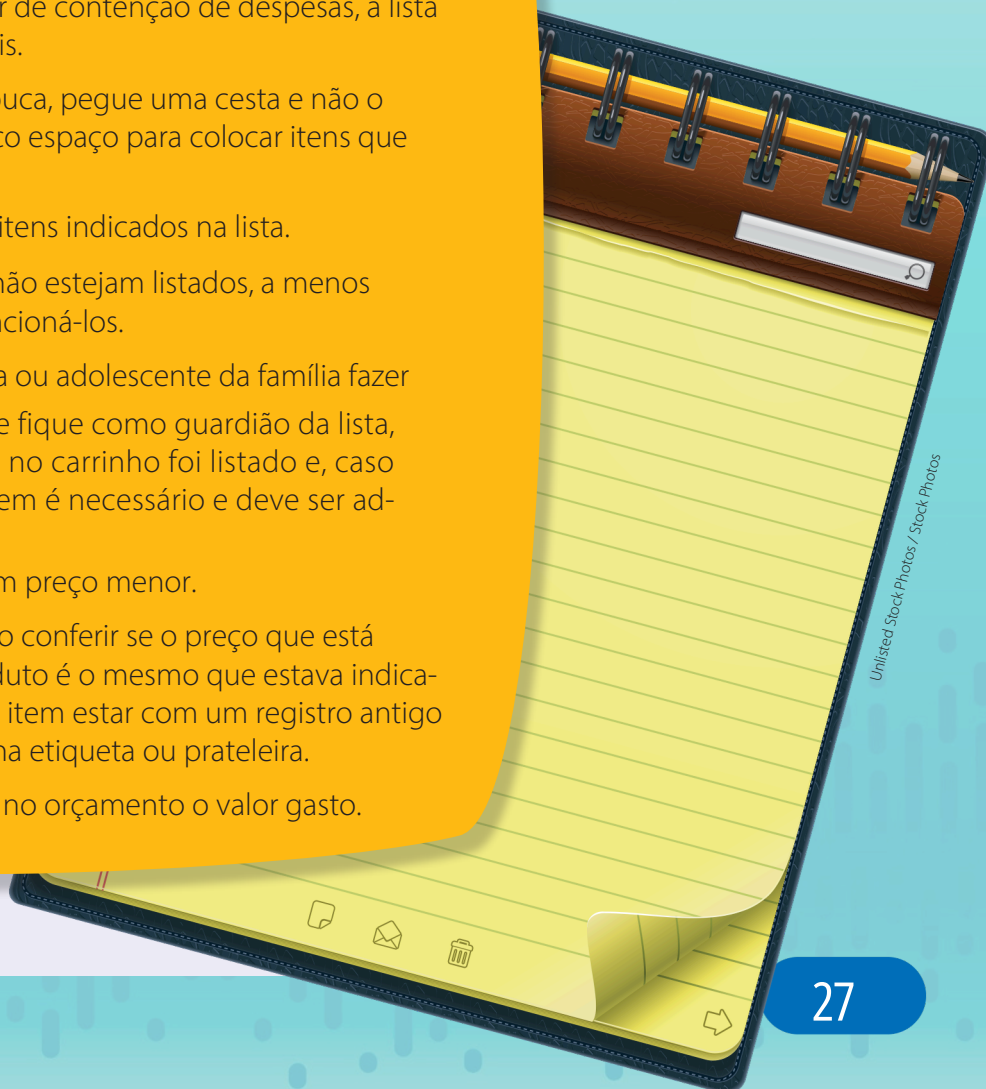
Fazer listas também é uma maneira de não gastar mais do que se precisa e além do que se tem, ajudando a equilibrar o orçamento. É importante, portanto, quando for às compras, adquirir apenas o que está na lista.

Dicas para as compras no supermercado ficarem de acordo com o planejado.

- Evite fazer compras com fome, pois a tentação e o desejo de colocar mais itens na cesta ou no carrinho é grande, levando a comprar por impulso.
- Faça uma lista daquilo que está faltando em casa e que é necessário comprar. Se a fase for de contenção de despesas, a lista deve conter os itens essenciais.
- Se a quantidade de itens for pouca, pegue uma cesta e não o carrinho, pois assim haverá pouco espaço para colocar itens que não estão na lista.

Separe apenas a quantidade de itens indicados na lista.

- Não acrescente produtos que não estejam listados, a menos que tenha esquecido de mencioná-los.
- Se for acompanhado de criança ou adolescente da família fazer as compras, deixe que ela ou ele fique como guardião da lista, para que confira se o que entra no carrinho foi listado e, caso não, para avaliar se, de fato, o item é necessário e deve ser adquirido no momento.
- Pesquise itens equivalentes com preço menor.
- Na hora do pagamento, é válido conferir se o preço que está sendo cobrado em cada produto é o mesmo que estava indicado, pois pode acontecer de o item estar com um registro antigo e diferente do que constava na etiqueta ou prateleira.
- Ao voltar das compras, registre no orçamento o valor gasto.



Formas de pagamento - à vista / a prazo

Uma maneira de também reduzir gastos e equilibrar o orçamento é a forma de pagar por um produto.

Por isso é válido e recomendado fazer a pesquisa de preço antes de comprar, por exemplo, um eletrodoméstico. Certamente você encontrará valores diferentes para o equipamento pesquisado em função da forma de pagamento: à vista ou a prazo.



Isso acontece porque o fabricante do produto ou o comerciante podem receber o dinheiro à vista, no ato da compra, ou a prazo, tempos depois e em parcelas.

Quando o pagamento é a prazo, quem vendeu o produto ainda não recebeu o valor da mercadoria, é como se tivesse emprestado o valor do produto para o consumidor que o comprou, afinal, ele está com o produto e não deu o dinheiro em troca. Para compensar, então, é possível aplicar juros ao valor ainda a ser pago.

O que são juros?

É uma taxa ou acréscimo de valor a um crédito por algo que foi comprado em uma ocasião para ser pago depois.

Por isso, a forma de pagamento pode interferir no valor do produto a ser comprado. É o consumidor que precisa analisar o que vale mais a pena para ele fazer em função de seu orçamento e de suas necessidades:

- em que forma de pagamento vai gastar menos?
- o que vale mais a pena e melhor se encaixa à sua possibilidade financeira, comprar a prazo ou guardar um pouco de dinheiro todo mês até poder comprar à vista e, muitas vezes, ainda conseguir mais algum desconto?



Unlisted / Stock Photos

Conhecer o preço dos produtos e de marcas concorrentes é necessário para negociar valores menores aos que estão anunciados e pedir descontos.

Pagamento à vista, em dinheiro ou por meio de um PIX, também, pois o estabelecimento que faz a venda tem o dinheiro disponível na hora e não tem custos como os que são gerados pela maquineta ao vender por meio de cartões de débito ou crédito.

Direção X Velocidade

Certamente, você já deve ter escutado a fábula do coelho e da tartaruga, até parece uma piada, afinal, quem já viu um coelho apostar corrida com uma tartaruga? E mais, quem imaginaria aquele final?

Pois é, na jornada da vida também é assim, nem sempre os mais rápidos garantem os melhores resultados: sejam os mais rápidos no sentido de ganhar mais dinheiro, de gastar mais rápido ou até mesmo de tomar decisões mais rapidamente.

Há pessoas que saem mais cedo para um compromisso e preocupam-se tanto em chegar rápido que não conferem o endereço certo. Com isso, chegam rápido, sim, mas no endereço errado, do outro lado da cidade, e, assim, acabam se atrasando, pois chegam mais tarde ao lugar combinado.



na vida, então, geralmente, a direção
pode ser mais importante que
a velocidade.

Isso não quer dizer que no dia a dia devemos agir com a velocidade de uma tartaruga, mas que devemos analisar se o que estamos fazendo será bem feito se for realizado com pressa ou se é algo que requer mais paciência e cuidado, para não correr o risco de precisar refazer tudo.

Ganhar dinheiro rápido nem sempre quer dizer que a pessoa está no caminho certo, pois muita gente também gasta muito rápido e, com isso, muitas vezes, desequilibra a balança das entradas e saídas, ou seja, daquilo que ganha e daquilo que gasta.

Por isso, é preciso estar sempre atento ao orçamento e gastar menos do que ganha, para evitar o desequilíbrio financeiro e o caminho natural para as dívidas, afinal, como dizia a tartaruga: “devagar se vai ao longe!!!”.

Dividas, como elas aparecem?

As dívidas começam a aparecer quando se gasta mais do que se ganha.

Para tentar manter a maneira de viver, o chamado padrão de vida, muitas pessoas fazem empréstimos e passam a usar o cartão de crédito ou o cheque especial como um recurso para adquirir produtos e serviços.

Aparentemente, isso pode resolver o desejo de compra ou o problema vivido naquele momento, mas possivelmente trará mais desafios e desequilíbrio financeiro logo adiante.

Cheque especial é um valor disponibilizado pelo banco, na conta do cliente e que ele pode usar a qualquer momento, porém, o dinheiro é do banco e, se for usado, o cliente paga juros ao banco até que devolva o valor.

Os juros do cheque especial estão entre os mais altos do mercado.

Nem todos que gastam mais do que ganham fazem dívidas de imediato, pois algumas pessoas têm uma reserva de emergência ou algum dinheiro guardado, porém, gastando mais do que ganham, passam a utilizar parte desse dinheiro e, com o tempo, o valor que estava disponível diminui e se esgota, principalmente se for utilizado por vários meses.

Por isso, é fundamental procurar identificar no orçamento quais despesas podem se adequar à realidade e ao momento que se está vivendo, para que as dívidas não tirem a estabilidade da vida pessoal, do trabalho e do dia a dia da família.



Panther Media / Stock Photos



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=8SvE3pQ42cg>

Para evitar as dividas!

- Faça o orçamento todo o mês, para que as escolhas do dia a dia estejam de acordo com sua realidade e suas possibilidades.
- Reduza gastos e substitua produtos por outros mais em conta caso o orçamento esteja desequilibrado entre os recebimentos e os gastos.
- Não compre supérfluos.
- Corte despesas que não caibam no orçamento do momento.
- Não faça compras por impulso, pois, em muitos casos, gasta-se o dinheiro destinado a outras aquisições necessárias e que não está disponível.
- Faça lista de itens necessários para fazer compras.
- Calcule se as compras feitas no crédito podem ser pagas no vencimento da fatura. É importante acompanhar semanalmente os gastos com o cartão de crédito, a fim de não ter surpresa com o valor total da fatura.
- Não utilize o valor disponível do cheque especial, pois os juros para pagar o que se deve são muito altos e consomem muito do dinheiro que ainda vai se ganhar. É importante saber que ninguém é obrigado a ter um valor no cheque especial.
- Evite fazer muitos parcelamentos. Antes de comprar dessa maneira, é necessário verificar se o valor de cada prestação assumida na hora da compra estará disponível no prazo combinado para pagá-las. As parcelas de várias compras somadas podem representar o uso de grande parte do valor a receber no mês, o que compromete o orçamento.
- Não atrase o pagamento das contas básicas, pois são cobrados juros pelos dias de atraso e multa, o que leva a gastar mais dinheiro para regularizar a situação, além de poder causar o transtorno de ficar algum tempo sem água ou luz em casa.



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=KZOJG00zoi8>

Negociação

Ao perceber que existem dívidas a pagar, a primeira providência a se tomar é não fazer novas dívidas. Apenas assim é possível iniciar o caminho para reorganizar as despesas, equilibrar o orçamento e buscar a saúde financeira.

Na sequência, é importante saber o que se deve, para quem, quanto se deve e quanto de multas e juros são cobrados em função dos atrasos.

Depois disso, o passo seguinte é negociar o pagamento, estabelecendo prazos e valores que realmente possam ser pagos conforme o orçamento que se tem.

Negociar é tentar encontrar a melhor maneira para resolver uma situação, de modo que todos os envolvidos fiquem satisfeitos com o resultado.

Em muitos casos, para se livrar das dívidas, além de negociar, é necessário gerar renda extra para aumentar o que se ganha, a fim de equilibrar as finanças e virar o jogo.

É importante lembrar que orçamento ideal não é aquele que mantém ganhos e gastos equilibrados, mas que apresenta gastos menores do que os ganhos, pois apenas assim é possível poupar um pouco a cada mês e ter uma margem de dinheiro para eventuais despesas que possam surgir, o que é muito comum acontecer.



Unlisted Stock Photos / Stock Photos

Tendo os detalhes sobre cada dívida, o ideal é se organizar para se livrar primeiro daquelas que têm juros maiores, portanto, o potencial maior de se tornar uma bola de neve. Mas nem sempre isso é feito, pois há situações que interferem no dia a dia, e, às vezes, é mais importante quitar uma dívida com um parente ou amigo, por exemplo, devido ao constrangimento gerado.

Dívida ou conta a pagar	A quem pagar	Forma de pagamento – parcelas (quantas) ou total	Valor devido por parcela	Valor total devido	Valor de multa e taxa de juros	Prazo para pagamento
Total de dívidas da família						

O papel fundamental da Reserva de Emergência

Como tempo percebemos que tem gente que só aprende à força, depois de

passar por experiências que dificultam a existência e até a sobrevivência, como a pandemia que iniciou em 2020 e fez muitas pessoas perceberem a importância de ter reserva de emergência, fundo de reserva, colchão de segurança, entre outros nomes que remetem ao mesmo objetivo.

E você, sabe exatamente o que significa isso e qual a importância e o impacto de uma reserva de emergência em sua vida?

Certamente o período crítico da pandemia do coronavírus mostrou na prática para muita gente a importância de ter uma reserva de emergência, pois muitas famílias precisaram usá-la para suprir as necessidades em função de não terem entrada por um bom período; outros não tiveram como dispor dela, pois não tinham essa tal reserva.

A reserva de emergência representa um valor que dá suporte para a família em algumas situações da vida, como desemprego, redução de renda, doença familiar, oportunidades de negócios, entre outras razões, proporcionando tranquilidade, caso imprevistos aconteçam.

No Brasil, ao ser demitido do emprego, um trabalhador tem alguns direitos trabalhistas assegurados: Fundo de Garantia por Tempo de Serviço (FGTS), multa por rescisão contratual e seguro desemprego, caso não encontre outro trabalho. Porém, recentemente, devido à situação do país, instalou-se a prática de empresas demitirem funcionários sem cumprir os pagamentos a que eles tinham direito, levando-os a procurar a Justiça para recebê-los, o que frequentemente leva um longo tempo para acontecer. O fundo de reserva também é útil em momentos como esse.

como calcular o valor para compor o fundo de reserva?

O ideal é que o fundo de reserva seja um valor correspondente às despesas mensais de 6 a 12 meses. Ou seja, se uma família gasta mil reais por mês, precisa de seis a doze mil reais de fundo de reserva. Esse valor varia de acordo com o perfil de cada pessoa, de cada família, e outras variações podem ser adotadas, não havendo uma regra, mas bom senso para garantir a segurança necessária quando preciso.

A reserva de emergência dá autonomia e permite que se tenha mais tranquilidade ao fazer escolhas e tomar decisões. Imagine você querer mudar o rumo, ajustar algo na vida pessoal ou profissional e não ter nenhuma reserva, nada que ofereça um respaldo para isso; você vai ficar ancorado, sem a possibilidade de reajustar as velas, porque, se parar de receber, não tem como pagar as contas, o que talvez torne determinados planos realmente inviáveis.

Existem alguns erros bem comuns na hora de compor a reserva. Muitas pessoas dizem ter um imóvel, um terreno ou algum bem como fundo de emergência, mas isso não faz parte da reserva, pois o valor dela precisa ter liquidez, isto é, a possibilidade de o valor rapidamente estar disponível, na mão quando precisar. E não se consegue transformar um bem em dinheiro da noite para o dia.

Outro erro comum é as pessoas utilizarem o fundo de reserva para fazer uma viagem ou festa de aniversário. Não é correto descapitalizar a reserva para esses fins, pois aniversário tem todo ano e uma viagem pode-se fazer quando quiser, mas é necessário planejar esses eventos.

Independente da fase de sua vida, corra atrás para compor o seu fundo de reserva.

Pode levar dois, três, quatro, cinco anos ou mais, mas o importante é começar, é dar o primeiro passo. Coloque uma meta inicial para ter o equivalente a um mês da

reserva, depois, avance para três meses, seis meses e, aos poucos, vá aumentando a meta. Invista de 50% a 70% do que poupa a cada mês com esse foco. Para isso,

antes, é fundamental perceber que é preciso poupar. O importante é ter consistência e fazer isso todo mês mesmo, acreditando que, aos poucos, você chega lá!



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo

<https://www.youtube.com/watch?v=qhmqjYR0s-E>



<https://www.youtube.com/watch?v=EhUBMopvI6s>



<https://www.youtube.com/watch?v=sc1pILQMr08>



Unlisted Stock Photos / Stock Photos

Simulador de sonhos

Assim como para equilibrar o orçamento é necessário ter algumas atitudes, mudar alguns comportamentos para realizar os desejos também.

É importante planejar os sonhos, traçar os objetivos e poupar para tirá-los do papel e transformá-los em realidade.

Todo começo de ano, renovamos as nossas expectativas, desejamos mudanças e queremos fazer acontecer algo que valorizamos, porém, muitas vezes, isso acaba ficando apenas no pensamento e como mais um desejo que tivemos...

Realizar sonhos e planos exige empenho, mas ninguém é mais interessado e capaz de unir forças e correr atrás daquilo que quer do que você mesmo!

“sonhar, planejar & realizar!”

Se você sonha, tem muitas possibilidades de realizar o que quer, mas é necessário planejar os passos que vai dar até chegar lá.

Para isso, você pode usar o Simulador de sonhos!



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=w5Nt3COu0Nc>

Unlisted Stock Photos / Stock Photos

Para ativar o Simulador de sonhos, você precisa indicar o seu sonho ou objetivo, determinar em quanto tempo pretende realizá-lo e o valor estimado que precisa juntar para fazer isso!

Depois, é possível calcular o valor que precisa juntar a cada mês, persistindo em guardar o valor estabelecido, para, então, ver seu sonho se realizar.

“sonhar, planejar & realizar!”

Entre o sonhar e o realizar há um elo chamado planejar, e ele é decisivo para realizar o sonho, pois é o que mantém o foco nas atitudes do dia a dia, necessárias para persistir com clareza no caminho a percorrer para fazer um sonho acontecer.

Planejar, no entanto, não basta. De pouco adianta ter um plano pronto se ele não é cumprido. É preciso muita disciplina e comprometimento para executar o que foi planejado.

Durante nossa vida, podemos fazer planos para realizar em curto, médio e longo prazo.

- Curto prazo (CP): para realizar em até 2 anos.
- Médio prazo (MP): para realizar entre 2 a 5 anos.
- Longo prazo (LP): para realizar entre 5 a 10 anos ou mais para frente.

Unlisted Stock Photos / Stock Photos

O mais importante do Simulador de sonhos é perceber que é possível realizar a maior parte dos sonhos que temos e planos que fazemos, mesmo que, muitas vezes, num prazo bem maior do que aquele que gostaríamos.

E você, que planos tem? Que sonhos gostaria de realizar? Em quanto tempo?

Converse com seus familiares sobre os sonhos e planos que têm para o futuro e utilizem o Simulador de sonhos para pôr em prática o que desejam realizar.

	OBJETIVO	QUANDO	QUANTOS MESES POUPANDO?	VALOR?	R\$ MÊS?
CP (até 2 anos)					
MP (2 a 5 anos)					
LP (mais de 5 anos)					

Isso destrói os sonhos de muita gente, mas você pode fazer diferente

É comum nos depararmos no dia a dia com alguns obstáculos, tentações que

nos deixam mais distantes de alcançar nossas metas e nossos objetivos. São os chamados “destruidores de sonhos”. Procure identificar quais estão na sua rotina e fuja deles! Existem muitos, mas vou alertá-los em relação a três.

O primeiro deles é a falta de planejamento. É comum que as pessoas, simplesmente, pensem num objetivo, como fazer uma viagem internacional nas próximas férias, trocar de carro no próximo ano ou fazer uma festa para celebrar o aniversário, mas sem fazer planejamento, sem base financeira para realizar de forma tranquila o que se quer. É preciso listar a quantia necessária para alcançar cada meta, o prazo que se tem para conseguir essa quantia e o quanto é preciso dispor mês a mês para isso. Tendo essa visão, é possível fazer ajustes para que seja viável a realização de cada desejo. Isso, sim, é um planejamento, é materializar os objetivos.

Não esqueça: não basta planejar, é essencial ser fiel à execução do plano, precisa ter disciplina para cumprir o que planejou, e isso é o elo entre o sonho e a sua realização. Para cada sonho, um planejamento. E como costumo dizer, quem sonha e planeja, realiza! Ou simplesmente o lema que já usei muito e até hoje me acompanha: “Sonhar, planejar & realizar”,

que se tornou, inclusive, o nome desta coleção, pois é um lema poderoso e transformador para quem planeja e faz acontecer.



Unlisted / Stock Photos

Outro grande destruidor de sonhos é o cartão de crédito. Apesar de poder funcionar como uma ponte para a realização dos sonhos, em função da maneira como a maior parte das pessoas o utiliza, ele acaba sendo um grande destruidor de sonhos. Ter crédito pode ser uma força aliada, mas a ilusão de que crédito representa um valor que se tem é que é o problema. O mau uso ou a utilização sem planejamento do cartão de crédito deixa a vida da maior parte dos brasileiros enrolada, sobretudo com as compras parceladas. Esse cartão não deve ser considerado complemento das receitas. É comum pessoas que chegam à metade do mês (ou até antes) sem dinheiro para as despesas e, com isso, passam a usar o cartão para suprir algumas ou mesmo todas as demandas sem analisar se estão utilizando o crédito com algo realmente necessário para aquele momento de aperto. E aí, no mês seguinte, têm dificuldade para pagar a fatura, e começa a se formar a bola de neve. A pessoa passa a trabalhar apenas para poder pagar as contas, não consegue e percebe que elas apenas aumentam, pois há juros e outras despesas que se acumulam. Com isso, não se sente realizada porque não alcança as metas e os sonhos.

Por último, é a impulsividade que pode destruir os sonhos. O consumo inconsciente, impulsivo, está cada vez mais comum e é estimulado ferozmente pelo *marketing* na tela do celular, na televisão e em propagandas espalhadas pelas ruas, criando falsas necessidades e desejos de consumo nas pessoas. É gerado um imediatismo que impede as pessoas de esperar para comprar até juntar o dinheiro necessário e, quem sabe, ter a oportunidade de barganhar e conseguir um bom desconto em uma compra à vista, o que representaria não gastar a mais e até poupar. Parte do consumo impulsivo é devido ao próprio ritmo e estilo de vida que temos, que se reflete na necessidade de compensar a semana difícil de trabalho, a briga que se teve com o companheiro, o trânsito intenso do caminho, ou simplesmente porque diante de tantas frustrações a gente merece uma recompensa, ou porque está na promoção, ou o frete está gratuito, levando o consumidor a se esquecer das suas prioridades ou ignorá-las no momento de impulsividade.



Sugestões de vídeo sobre o conteúdo
<https://www.youtube.com/watch?v=0nmb0TlKalk>



<https://www.youtube.com/watch?v=oPuQalchqok>

Orientar crianças e adolescentes quanto aos destruidores de sonhos, os anteriormente analisados e tantos outros que tiram as finanças das pessoas dos trilhos, é uma oportunidade incrível para promover a educação financeira. Por isso, é fundamental propor reflexões sobre o assunto e educar para a importância do planejamento financeiro diário, dos sonhos e planos que se quer alcançar e como se pode viabilizar a realização deles dentro das próprias possibilidades e no prazo adequado.

O que se quer alcançar depende apenas da própria pessoa, portanto não se deve atribuir a responsabilidade pelo que não deu certo a terceiros. É necessário assumir o controle da própria vida e seguir em frente! Esse espírito de autorresponsabilidade pode ser orientado pouco a pouco nas crianças e nos adolescentes, pois é mais um ponto que fortalece a base deles para o futuro.

Seja criativo e, de uma vez por todas, comece a poupar

O ser humano é movido por metas, objetivos, razões, e por isso costumo dizer

que parapoupar é preciso ser criativo e que “quem poupa por poupar, gasta por gastar”. Avança com mais clareza e foco aquele que tem metas, objetivos e, principalmente, criatividade para poupar pensando no hoje e no amanhã.

Apresento a seguir algumas maneiras criativas de poupar que podem ajudá-lo nessa busca, nesse processo de construção.

A primeira delas passei para um casal de amigos há anos e até hoje continuo indicando. Foi inspirada pelo *insight* que veio à mente naquele momento como forma de motivar e dar clareza ao que eles buscavam. Eles tinham o desejo de comemorar cinco anos de casados fazendo uma viagem especial. Faltavam três anos para a data. Traçamos um plano com o objetivo (a viagem especial), a data para realização (36 meses adiante) e o valor aproximado de que precisariam. Fizemos os cálculos e descobrimos que precisariam poupar R\$ 100,00 por mês durante o período. Logo, eles perceberam que era possível e toparam o desafio. Muitas vezes, é importante materializar o sonho para que seja mais estimulante alcançá-lo. Por isso, sugeri que o casal comprasse um pote transparente, de plástico ou de vidro, e acumulasse ali o valor que juntasse a cada mês. Com isso, as cédulas começariam a encher o recipiente, e eles iam ver o sonho tomando forma à medida que o pote ganhava vida e cores. Era possível perceber o “Sonhar, planejar & realizar” presente, pois é possível realizarmos todos os nossos sonhos, basta ter planejamento. Naturalmente, isso exige dedicação e disciplina para seguir e cumprir o que foi planejado, consistência, levando-nos à satisfação de alcançar nossos objetivos e realizar nossos sonhos.

Outra boa maneira de poupar é o “pague-se primeiro”. Ou seja, antes de pagar qualquer uma das suas contas, destine um valor para você! Afinal, quem trabalha o mês todo? E não faz sentido algum você trabalhar apenas para pagar contas. Há alguns anos, um amigo tinha o costume de passar um cheque para ele mesmo todos os meses, dizendo que era boa a sensação de assinar aquele cheque para “se pagar” depois de ter trabalhado o mês todo, não se tornando, assim, apenas mais um “pagador de contas”. Foi criativo e considerava o cheque mensal o estímulo para manter a sua busca. Assim como você tem outras obrigações financeiras mensais, tenha a obrigação de “se pagar”, considerando que você se esforça ao longo do mês e merece ficar, portanto, com parte do que ganha em vez de apenas pagar contas e despesas corriqueiras do mês. Isso pode ser transmitido para as crianças e os adolescentes, incentivando-os a guardar sempre algum dinheiro que passa nas mãos deles seja de uma mesada ou de um valor recebido de um parente, orientando-os a não gastarem tudo, mas a pouparem para construir e realizar objetivos maiores.

Existem muitas outras maneiras criativas de poupar, e você é livre para criar a sua, motivando-se para alcançar o que se propôs. Tenha consciência da importância dessa atitude e de tudo o que esse hábito pode proporcionar ao longo da vida e dê o primeiro passo!



Sugestão de vídeo sobre o conteúdo: <https://www.youtube.com/watch?v=-iknEpu8EEs>

Panther Media / Stock Photos



Desafio das 52 semanas

Você conhece esse desafio?

Essa é uma maneira de criar ou fortalecer o hábito de poupar, disciplinar-se e terminar o ano com um valor que vai ajudar na aquisição de algo especial ou a reduzir o aperto diante de todas as despesas do fim de um ano e começo de outro.

É um desafio bem simples e prazeroso, que vale fazer em família, envolvendo todos que moram juntos. Consiste em guardar pequenas quantias para transformá-las em valores consistentes ao final do ano. A cada semana do ano deposita-se um determinado valor, por isso o nome do desafio: um ano regular tem 52 semanas.

Para isso, pode-se usar uma caixa de sapato ou até mesmo um envelope, fazendo-se um corte como o de um cofrinho e colando-se a tabela do desafio na caixa ou envelope.

O desafio tem vários níveis e pode ser adaptado para qualquer realidade, com o objetivo de poupar a cada semana. Basta estabelecer o valor a guardar, fixo ou crescente, e manter os aportes semanais.

O desafio, no nível básico, consiste em depositar R\$ 1,00 a mais que na semana anterior. Por exemplo: 1ª semana = R\$ 1,00, 2ª semana = R\$ 2,00, 3ª semana = R\$ 3,00, 4ª semana = R\$ 4,00 e assim por diante. Dessa maneira, poupa-se e aumenta-se o valor gradativamente, o que contribui para não se perceber o peso do dinheiro poupado. Quanto mais se aproxima o fim do ano, maiores as contribuições semanais, que chegam a R\$ 52,00 na 52ª semana do ano. Ao final de um ano, totaliza-se a economia de R\$ 1.378,00.

A cada aporte feito, é marcado um "X" ou "OK" na linha correspondente ao valor/semana ou pode-se colocar a data em que o dinheiro foi colocado na caixa ou envelope. Sugere-se escolher um dia fixo da semana para fazer os aportes, a fim de não se esquecer de guardar o valor.



SEMANA	VALOR	TOTAL	FEITO
1	R\$ 1,00	R\$ 1,00	
2	R\$ 2,00	R\$ 3,00	
3	R\$ 3,00	R\$ 6,00	
4	R\$ 4,00	R\$ 10,00	
5	R\$ 5,00	R\$ 15,00	
6	R\$ 6,00	R\$ 21,00	
7	R\$ 7,00	R\$ 28,00	
8	R\$ 8,00	R\$ 36,00	
9	R\$ 9,00	R\$ 45,00	
10	R\$ 10,00	R\$ 55,00	
11	R\$ 11,00	R\$ 66,00	
12	R\$ 12,00	R\$ 78,00	
13	R\$ 13,00	R\$ 91,00	
14	R\$ 14,00	R\$ 105,00	
15	R\$ 15,00	R\$ 120,00	
16	R\$ 16,00	R\$ 136,00	
17	R\$ 17,00	R\$ 153,00	
18	R\$ 18,00	R\$ 171,00	
19	R\$ 19,00	R\$ 190,00	
20	R\$ 20,00	R\$ 210,00	
21	R\$ 21,00	R\$ 231,00	
22	R\$ 22,00	R\$ 253,00	
23	R\$ 23,00	R\$ 276,00	
24	R\$ 24,00	R\$ 300,00	
25	R\$ 25,00	R\$ 325,00	
26	R\$ 26,00	R\$ 351,00	

SEMANA	VALOR	TOTAL	FEITO
27	R\$ 27,00	R\$ 378,00	
28	R\$ 28,00	R\$ 406,00	
29	R\$ 29,00	R\$ 435,00	
30	R\$ 30,00	R\$ 465,00	
31	R\$ 31,00	R\$ 496,00	
32	R\$ 32,00	R\$ 529,00	
33	R\$ 33,00	R\$ 561,00	
34	R\$ 34,00	R\$ 595,00	
35	R\$ 35,00	R\$ 630,00	
36	R\$ 36,00	R\$ 666,00	
37	R\$ 37,00	R\$ 703,00	
38	R\$ 38,00	R\$ 741,00	
39	R\$ 39,00	R\$ 780,00	
40	R\$ 40,00	R\$ 820,00	
41	R\$ 41,00	R\$ 861,00	
42	R\$ 42,00	R\$ 903,00	
43	R\$ 43,00	R\$ 946,00	
44	R\$ 44,00	R\$ 990,00	
45	R\$ 45,00	R\$ 1.035,00	
46	R\$ 46,00	R\$ 1.081,00	
47	R\$ 47,00	R\$ 1.128,00	
48	R\$ 48,00	R\$ 1.176,00	
49	R\$ 49,00	R\$ 1.225,00	
50	R\$ 50,00	R\$ 1.275,00	
51	R\$ 51,00	R\$ 1.326,00	
52	R\$ 52,00	R\$ 1.378,00	

Caso seja do interesse, pode-se aumentar o grau do desafio, aplicando-se as regras do nível 2. O desafio tem vários níveis e oferece diferentes dinâmicas, possibilitando que se criem alternativas adequadas de poupar conforme a realidade de quem se propõe a realizá-lo. O ideal é utilizar o nível efetivamente dentro das condições de cada pessoa ou família.

É importante reforçar que a disciplina é essencial para se chegar ao fim desse desafio, que pode ser iniciado em qualquer semana do ano, bastando, para isso, fazer o primeiro aporte maior, com o valor equivalente ao que estaria acumulado até então por quem tenha começado o desafio desde a primeira semana do ano.

Para educar financeiramente, é necessário esclarecer e destacar que poupar é a primeira batalha do processo e investir corretamente é a segunda, mas o foco da obra está voltado para a aquisição do hábito de poupar e como fazer isso, além de maneiras de se organizar para ter uma vida financeira equilibrada.



Sugestão de complemento e mais detalhes sobre o assunto: www.desafiadas52semanas.com.br

Vídeo direto no link: <https://www.youtube.com/watch?v=KtfkVP7SZyg>



A importância da gratidão e da doação

porque na vida, não apenas as coisas materiais têm valor!

Aqui é o fim deste livro, mas a Educação Financeira é um tema que está presente no dia a dia, por isso sua missão e seu envolvimento nunca acabam.

O conhecimento acumulado até aqui é uma base para que você tenha uma boa saúde financeira, mas é preciso continuar a construção, procurando conhecimento e planejando da melhor maneira a realização dos seus sonhos e dos da sua família.

Concluir este livro de maneira humanista ao abordar o tópico sobre a importância da gratidão e doação, é essencial para que não deixemos de lado ações e atitudes diárias que fazem de nós seres humanos. Além de desejar uma vida em família harmoniosa, não podemos perder de vista que uma sociedade apenas cresce e melhora quando todos os seus indivíduos estão bem e têm suas necessidades básicas atendidas. Assim, pensar na gratidão por aqueles que nos ajudaram a chegar até aqui e na doação para aqueles que precisam daquilo que já não tem utilidade para nós desenvolve nossa cidadania e a busca de qualidade de vida para todos.

“ninguém é tão rico ao ponto de não ter o que receber e ninguém é tão pobre ao ponto de não ter o que oferecer.”

Quando se comenta sobre doação, não está se fazendo referência apenas às coisas materiais que podemos dar aos outros, mas ao fato de dedicar um tempo a eles para escutá-los, fortalecer vínculos, criar memórias e ajudá-los a resolver problemas e, principalmente, transmitir conhecimento, o que pode contribuir para reformular maneiras de pensar e colocar a vida de muitas pessoas nos eixos!

Referências

D' AQUINO, Cássia. *Como falar de dinheiro com o seu filho*. São Paulo: Saraiva, 2014.

_____. *Educação Financeira: 20 dicas para ajudar você a educar seu filho*. (e-book) s/editora, 2020.

PROTESTE – ASSOCIAÇÃO DE CONSUMIDORES. *Guia do CDC Mirim*. Disponível em: <file:///C:/Users/Leandro%20Trajano/Desktop/Personal%20Financeiro%20-%202014.10.20/DC%20-%20Divulga%C3%A7%C3%A3o%20Cultural%20-%20Livros/EF%20II/Guia%20CDC%20Mirim_baixa.pdf>. Acesso em: 8 nov. 2021.

VON, Cristina. *O consumo*. (Edição eletrônica) São Paulo: Callis Editora Ltda, 2011.

ZIRALDO. *Almanaque Maluquinho - Pra que dinheiro?* (e-book) 4. ed. São Paulo: Globo, 2017.

Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>>. Acesso em: 8 nov. 2021.

Disponível em: <www.bcb.gov.br/cidadaniafinanceira/cidadania_biblioteca>. Acesso em: 25 jun. 2021.

Disponível em: <www.vidaedinheiro.gov.br>. Acesso em: 2 jul. 2021.

Disponível em: <www.bcb.gov.br/cidadaniafinanceira/cidadania_biblioteca>. Acesso em: 25 jun. 2021.

Disponível em: <www.vidaedinheiro.gov.br>. Acesso em: 2 jul. 2021.