

A hand is pointing at a calculator on a desk. In the foreground, there is a pink calculator. The background is a soft-focus image of a desk with a white calculator and a pen.

Cartilha de **FINANÇAS PESSOAIS**

Índice

Objetivo	3
Por que é importante ter um controle financeiro?	3
Você sabe qual é o seu perfil financeiro?	4
Convoque uma reunião em família	5
Dicas de Organização e Planejamento	6
Controle do orçamento	7
Dívidas: Livre-se delas!	12
Plano de emergência – aperte o cinto!	13
Valorize seu dinheiro	15
Dicas de economia – Não jogue o seu dinheiro no lixo!	15
Educação financeira para crianças	17
Conclusão	18
Sites Recomendados	19



Objetivo

Essa cartilha tem como objetivo oferecer uma ferramenta para despertar o planejamento da sua vida financeira e facilitar o seu orçamento familiar.

E o que se pode ganhar com isso?

- Melhores condições para o seu futuro, pois se torna mais fácil adquirir novos bens;
- Ter mais momentos de lazer em família, possibilitando, inclusive, melhorar os relacionamentos familiares.

Por que é importante ter um controle financeiro?

Atualmente muitas coisas a nossa volta se faz com trocas monetárias. Precisamos do dinheiro para comprar desde necessidades básicas como comida e pagar água e luz até para nos divertir no final de semana, tomando um sorvete ou assistindo um filme no cinema. Pensando nisso, é preciso ter uma relação muito equilibrada com o dinheiro para não ficarmos em situação desconfortável e de dívidas.

Além disso, vários estudos demonstram que a instabilidade financeira é um dos fatores que mais interferem na harmonia familiar, sendo causa de fortes intrigas e até separações. Geralmente a separação não acontece pelo fato do casal ganhar pouco, e sim por causa do gasto irresponsável que compromete todo o orçamento familiar.

Você sabe qual é o seu perfil financeiro?

Você tem organização e planejamento para empregar o seu dinheiro? Faça o teste e descubra se você emprega com sabedoria o seu dinheiro:

1. Você costuma fazer planos para as suas despesas maiores no ano?
() *Sim* () *Não*
2. Você costuma manter um registro escrito de suas despesas mensais?
() *Sim* () *Não*
3. Você raramente fica no vermelho antes de receber o seu salário?
() *Sim* () *Não*
4. Quando fica no vermelho, você evita pedir dinheiro emprestado a parentes, amigos ou colegas de trabalho?
() *Sim* () *Não*
5. Você geralmente se preocupa em saber o preço final de um produto, quando compra a crédito? () *Sim* () *Não*
6. Você costuma ir a mais de uma loja para comparar preço e qualidade antes de decidir comprar algum produto?
() *Sim* () *Não*
7. Seus compromissos financeiros estão sendo pagos até o vencimento?
() *Sim* () *Não*
8. Você poupa pelo menos 5% do seu salário mensalmente?
() *Sim* () *Não*
9. Você consegue se divertir sem gastar muito dinheiro?
() *Sim* () *Não*
10. Todas as compras que você faz são necessárias?
() *Sim* () *Não*

Confira as respostas:

Para cada resposta sim, anote 5 pontos. Para cada resposta não, anote 0 pontos.

Resultado:

- 0 a 10 pontos:** Você precisa melhorar seu planejamento financeiro;
- 15 a 25 pontos:** Você é um administrador mediano, aplique algumas dicas desta cartilha nas suas contas pessoais;
- 30 a 40 pontos:** Você está no caminho certo. não perca o foco e controle todos os seus gastos;
- 45 a 50 pontos:** Parabéns! Você é um ótimo administrador. Continue controlando suas finanças pessoais.

Agora que você já sabe o seu perfil, cabe a você buscar meios de melhorar seus controles e estruturar de maneira mais segura as suas finanças pessoais, mesmo que seu resultado tenha sido ótimo. Siga com a leitura da cartilha, com certeza ela trará dicas importantes que te auxiliarão a continuar sendo um ótimo administrador.

Se você ainda não é um bom administrador de suas finanças pessoais, esse material torna-se ainda mais importante para te auxiliar com o planejamento familiar e controle orçamentário. Boa leitura e boas economias!

Convoque uma reunião em família

O primeiro passo para se colocar em prática um planejamento de orçamento familiar, é reunir a família e conversar com todos sobre os planos futuros para as finanças.

Para que o planejamento familiar se torne mais fácil de ser seguido, é de extrema importância que todas as pessoas da família conheçam e concordem com os objetivos e metas estabelecidos, para que todos se comprometam com esse fim. O diálogo ajuda a criar um ambiente de cumplicidade entre os membros da família. Conversar faz com que todos fiquem motivados para participar da determinação dos objetivos e da elaboração do plano financeiro.

Como fazer isso?

Convoque todos os integrantes da família para uma reunião. Neste momento, vocês devem conversar sobre o que desejam economizar, traçar metas do que pretendem alcançar e os gastos que podem cortar.

Por exemplo:

José é casado com Ana e não possuem filhos. José é tratorista e recebe um salário de R\$ 1800,00 por mês. Ana é costureira e recebe R\$ 1100,00. O total da renda é R\$2900,00.

José é fumante compulsivo e por dia gasta R\$ 10,00 em duas caixas de cigarro. No final do mês, José gasta em torno de 300,00 com isso. Ana adora comprar roupas e todos os meses gasta em torno de R\$300,00 do seu salário para as compras. Além disso, ambos almoçam em restaurante todos os dias, gastando juntos em torno de R\$ 30,00 por dia (R\$900,00 ao mês).

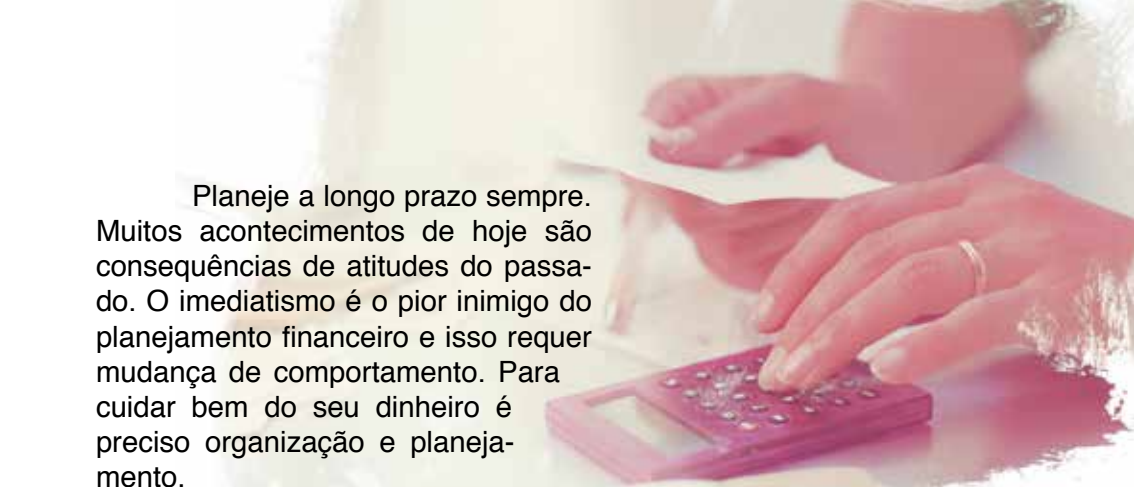
Atualmente eles não conseguem juntar dinheiro, mas querem fazer um planejamento para comprar um carro de R\$ 8000,00 daqui um ano. Os dois sentaram para uma conversa e decidiram que a partir daquele dia, mudariam os hábitos.

José se tornará uma pessoa mais saudável e não fumará mais (economia de R\$300,00). Ana relatou que possui muitas roupas ainda novas em seu guarda-roupa e concordou em gastar apenas R\$100,00 por mês com compras de vestuário (economia de R\$200,00). Além disso, decidiram que passarão a fazer comida em casa e estipularam o valor de R\$500,00 para gastar com as compras no mercado (economia de R\$400,00).

Ao final de 12 meses, conseguiram uma economia de R\$10800,00, compraram o carro à vista e ainda guardaram dinheiro para novos investimentos. Valeu a pena economizar!

Dicas de organização e planejamento

Planejamento é um processo desenvolvido para que uma determinada situação desejada seja alcançada de um modo mais eficiente e efetivo. Planejar é tomar uma decisão hoje sobre algo que acontecerá no futuro e assim ter uma vida mais estável.



Planeje a longo prazo sempre. Muitos acontecimentos de hoje são consequências de atitudes do passado. O imediatismo é o pior inimigo do planejamento financeiro e isso requer mudança de comportamento. Para cuidar bem do seu dinheiro é preciso organização e planejamento.

Controle do orçamento

O orçamento familiar diz respeito às anotações detalhadas de tudo o que se ganha (receitas) e tudo o que se gasta (despesas) em uma família. Para isso, é muito importante anotar tudo, sem exceções. Esse controle pode ser feito em um caderno, de uma maneira mais simplificada, ou em uma planilha de Excel, o importante é anotar.

Nas **receitas**, não se esqueça de considerar o salário líquido de todos que contribuem para a renda da família. Considere em seu orçamento valores de 13º salário, abono de férias, participação de lucros, bonificações, renda de aluguéis e serviços prestados autônomos.

Nas **despesas**, alguns itens são mais fáceis de controlar do que outros. A dica é começar pelos itens mais fáceis, ou seja, aquelas despesas que estão presentes todos os meses em seu orçamento (despesas fixas). Exemplo: aluguel, condomínio, babá, escola, água, luz, telefone.

O controle das despesas que não ocorrem todos os meses é um pouco mais difícil. Podemos chamá-las de **despesas variáveis**. Comece com gastos mais comuns, mas que são variáveis, como supermercado, combustível, gasto com roupas. Na sequência, faça o levantamento daqueles que não são constantes, como cinema, restaurantes, férias da babá, matrícula escolar, uniforme, etc.

ORÇAMENTO DOMÉSTICO

Nome: _____ Mês: _____
Empresa: _____ Ano: _____

DESPESAS

PREVISTAS

REALIZADAS


HABITAÇÃO		PREVISTAS	REALIZADAS
Prestação/Aluguel			
Condomínio			
Impostos (IPTU, IPVA, etc.)			
Água			
Gás			
Luz			
Telefone			
Móveis/Utensílios			
Consertos			
Empregada doméstica			


SAÚDE E ALIMENTAÇÃO		PREVISTAS	REALIZADAS
Supermercado			
Açougue			
Feira			
Padaria			
Médico			
Dentista			
Remédios			


EDUCAÇÃO		PREVISTAS	REALIZADAS
Mensalidade escolar			
Material escolar			
Uniforme			
Cursos			


Mesada dos filhos	
-------------------	--

 VESTUÁRIO	Roupas	
	Calçados	
	Outros	

 TRANSPORTE	Combustível	
	Passagem/ Transp. Coletivo	
	Seguro	
	Manutenção/ Empacamento	

 HIGIENE	Cabeleireiro/ Barbeiro	
	Manicure	

 CULTURA	Livros/ Revistas/ Jornais	
	Cinema/ Teatro/ Estádio	

 LAZER	Bar/ Restaurante/ Lanchonete	
	Viagem	

OUTROS (eventuais compromissos) RESERVA TOTAL		

FONTES DE RECEITA

Receita do mês:	Despesa do mês:	Diferença (+ ou -)

Se a sua receita é maior que a sua despesa: Seu orçamento está sob controle. Se mesmo depois de pagar todas as suas despesas no mês ainda sobra algum dinheiro, melhor ainda. Neste caso, você pode dispor desta sobra para adquirir novos bens e serviços ou então poupar.

Se sua receita está na média da sua despesa: Acompanhe seu orçamento de perto, procurando não exceder suas atuais despesas. É preciso ficar alerta, pois você pode se ver em dificuldades no caso de alguma emergência.

Se sua receita é menor que a sua despesa: Comece a planejar uma redução de gastos, estabelecendo metas de economia. Elimine os supérfluos, cortando despesas desnecessárias. Nesta situação, é importante que todos da família entendam a necessidade de cortar despesas. Assim, todos poderão ajudar a economizar e, se isso acontecer rapidamente, os problemas financeiros serão resolvidos em pouco tempo.

Conhecendo detalhadamente suas receitas e despesas, você deve buscar organizar-se melhor e analisar todos os seus gastos. Desse jeito dá para saber, exatamente, de onde vem e para onde vai o seu dinheiro.

A preparação do orçamento familiar permite que você tenha uma visão clara de quanto sobra ou falta no final do mês e do ano. Se sobrar dinheiro, você deve planejar como investi-lo. Se faltar, analisar os gastos torna-se mais importante ainda. É preciso saber onde cortá-los. Com o auxílio de planilhas, fica muito fácil calcular a porcentagem que cada item e cada grupo de gastos representa no total.

O orçamento familiar não é apenas “anotar as despesas realizadas”. Envolve planejamento: definindo necessidades e elegendo prioridades, dentro da renda disponível. O orçamento irá ajudar a entender os hábitos de consumo da sua família.

O supermercado pode ser um grande vilão no nosso orçamento. Por isso, é imprescindível levar anotado tudo o que realmente é necessário comprar. Segue ao lado um exemplo de lista de compras.

LISTA SUPERMERCADO



DESPENSA

- Açúcar Refinado
- Açúcar Mascavo
- Adoçante
- Arroz comum
- Azeite de oliva
- Azeitona
- Bebidas alcoólicas
- Biscoitos
- Café
- Canjica
- Catchup
- Cereal Matinal
- Chá
- Chocolate em pó
- Creme de leite pasteurizado
- Ervilha
- Especiarias
- Farinha de Linhaça
- Farinha de milho
- Farinha de Soja
- Farinha de trigo
- Farinha de trigo integral
- Farinha de mandioca
- Farinha de rosca
- Farofa
- Feijão branco
- Feijão carioca
- Feijão preto
- Fermento em pó
- Fermento fresco
- Filtro de café
- Fósforo
- Frutas secas
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



GELADEIRA

- Catupiry
- Frios fatiados
- Iogurte
- Leite longa vida
- Manteiga
- Margarina
- Ovo
- Polpa de fruta congelada
- Queijo
- Requeijão
- Carnes
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



LIMPEZA

- Água raz
- Água sanitária
- Álcool
- Alvejante sem cloro
- Amaciante
- Antimofa
- Cera
- Desengordurante coz.
- Desentupidor
- Desinfetante geral
- Desinfetante p/ vaso
- Desodorizador
- Detergente máq. louça
- Detergente pia
- Escova sanitária
- Esponja
- Flanela
- Inseticida
- Lã de aço
- Lava roupa líquido
- Limpa alumínio
- Limpa carpetes
- Limpa forno
- Limpa inox
- Limpador concentrado
- Limpador de pisos
- Limpador geral (Veja)
- Limpador de vidros
- Lustra móveis
- Pá
- Pano de chão
- Pano de prato
- Polidor de metais
- Pré-lavagem
- Querosene
- Removedor
- Rodo
- Sabão coco em pó
- Sabão coco pedra
- Sabão em pó
- Sabão glicerinado
- Saco de lixo
- Saponáceo cremoso
- Secante líq. p/ lava-louça
- Tira ferrugem
- Vassoura
- _____
- _____
- _____
- _____



HIGIENE

- Absorvente
- Algodão
- Aparelho de barbear
- Condicionador
- Cotonete
- Creme dental
- Creme hidratante
- Curativo Band-aid
- Desodorante
- Escova de dente
- Esparadrapo
- Fio dental
- Fralda
- Lenço de papel
- Lenço umedecido
- Loção Repelente
- Protetor solar
- Refil de apar. de barbear
- Sabonete
- Shampoo
- Talco
- _____
- _____
- _____
- _____



Dívidas: Livre-se delas!

Primeiro Passo: A primeira coisa a fazer é procurar o credor e solicitar a situação exata do seu débito. Peça, por escrito, o débito total, o número de prestações em atraso, os acréscimos ocorridos nas prestações e as taxas de juros observadas nesses cálculos. Você vai ter uma surpresa quando ver o efeito nocivo dos juros sobre juros que financeiras e bancos cobram sobre suas dívidas.

Segundo Passo: Procure um órgão de defesa do consumidor – o Procon – ou algum conhecido seu que possa te auxiliar para entender se os cálculos do passo 01 estão corretos.

Terceiro Passo: De posse dessas contas, procure negociar esse débito com o credor. Tente estabelecer um novo contrato com todas as condições por escrito, como juros, multas, etc. Busque um acordo com diminuição da dívida. Se você tiver dificuldades para entender as cláusulas do contrato, procure um auxílio com quem entenda disso.

Quarto Passo: Neste ponto há duas alternativas. A primeira é parcelar a dívida com o próprio credor; a segunda é obter um empréstimo mais barato.

Quinto Passo: Caso você não consiga refinarciar o total ou uma parte

de suas dívidas, pague primeiro aquelas nas quais incidem juros maiores.

Sexto Passo: Renegociando suas dívidas e conhecendo as formas de parcelamento, coloque essas parcelas em seu orçamento.

Cuidado: Ao tentar pagar uma dívida constituindo outra, você cai na mesma armadilha. Essas empresas de oferta de crédito fácil emprestam a juros exorbitantes. Você correrá o risco de ficar duplamente endividado. Além disso, fique atento com cartões de crédito e cheque especial, pois possuem altas taxas de juros e são os maiores vilões do endividamento.

SPC e Serasa: Quitada a dívida, o credor tem cinco dias para retirar seu nome das listas do SPC e Serasa. Se a dívida for parcelada, o prazo de cinco dias conta a partir do pagamento da primeira parcela.

Plano de emergência – aperte o cinto!

Orçamento de guerra - abcd

Primeiro Passo

Elabore uma lista completa de todos os gastos da família. Não se esqueça de nada. Todos os itens são importantes.

Segundo Passo

Classifique os gastos nas seguintes categorias:

A -> Alimentar: Gastos com alimentos
(fazendo toda a economia possível)

B -> Básico: Gastos de água, luz, terreno, aluguel, etc.

Os gastos A e B, por natureza, não podem ser eliminados. Contudo, verifique se eles podem ser reduzidos. Verifique possibilidades reais de economia nesses itens.

C -> Contornável: É a melhora na qualidade de vida que deve ser cortada em uma emergência.

Os gastos do tipo C são aqueles que gostaríamos de continuar realizando. Normalmente, são despesas que nos dão prazer ou facilitam nossas vidas. Entretanto, este é um daqueles momentos em que você deve agir com ponderação e verificar se o gasto é essencial. Se for preciso, diminua, restrinja ou elimine.

D -> Desnecessário: Itens não essenciais que podem ser cortados imediatamente.

Terceiro Passo

Calcule agora qual é o valor mínimo mensal que você e sua família precisam para viver.

Quarto Passo

Estime qual é o número de meses que você ficará em uma situação de emergência.

Quinto Passo

Multiplique o valor obtido no passo 03 – valor mínimo para a sua família sobreviver – pelo número de meses obtidos no passo 04 – tempo de turbulências. Você descobrirá o valor necessário que deve ter para passar pelo período de crise.

Sexto Passo

Se seu planejamento for apenas preventivo, você terá calculado o total de recursos que deve ter a disposição para enfrentar um período de crise. Você poderá avaliar qual é o valor mensal e quanto tempo levará para conseguir uma reserva financeira.

Sétimo Passo

Caso você esteja passando pelo período de crise, considere a possibilidade de conseguir um emprego extra para garantir uma renda maior, ou ainda, vender algum bem para garantir as necessidades básicas da sua família.

Atenção: Cuidado para não sobrepor a carga horária do serviço extra

com o serviço formal, pois isto pode acabar prejudicando a sua principal fonte de renda.

O orçamento ABCD é um plano de emergência, mas você pode realizá-lo como um plano alternativo, antes que ocorra o imprevisto. Desta forma, você estará preparado para tudo.

Valorize seu dinheiro

- Pesquise os melhores preços;
- Compare mercadorias,
- Pechinche e faça questão do troco;
- Não compre o que está caro;
- Combine o preço antes de contratar um serviço;
- Planeje suas compras, coloque limites;
- Siga a lista de compras e não tenha pressa;
- Seja esperto, verifique preço e qualidade;
- Só aproveite ofertas se precisar mesmo daquele produto;
- Não vá ao supermercado com fome e evite levar crianças.



Dicas de economia – Não jogue o seu dinheiro no lixo!

Aluguel/Prestação e Condomínio

- Não comprometa mais do que 30% da sua renda com este tipo de gasto.

Energia Elétrica

- “Luz que você apaga é luz que você não paga”;
- Lâmpadas frias duram mais e consomem menos;
- Evite pintar as paredes de cores escuras;
- Evite o abre e fecha da geladeira, não coloque alimentos quentes, descongele periodicamente, não forre as prateleiras, desencoste da parede, não pendure roupas para secar, verifique a borracha de vedação e no inverno aumente a temperatura;
- Junte as roupas para passar de uma só vez, comece pelas roupas mais finas e com o ferro mais frio, desligue o ferro antes de terminar e aproveite a temperatura;

- Tome banhos mornos (água quente consome 30% mais energia e prejudica a pele), desligue o chuveiro ao se ensaboar e seja rápido;
- Use a máquina de lavar sempre em sua capacidade máxima e mantenha sempre o filtro limpo;
- Desligue a TV ao sair da sala.

Água

- Corrija vazamentos;
- Aproveite a água do tanque ou da máquina para lavar calçados e calçadas;
- Lave o carro com balde e não com mangueira;
- Feche a torneira enquanto ensaboa a louça, escova os dentes ou faz a barba;
- Seja rápido no banho.

Telefone

- Fale menos e nos horários mais baratos;
- Utilize telefone pré-pago.

Gás

- Atente para os vazamentos;
- Abaixar o fogo logo que começar a ferver (reduz 50% dos gastos);
- Mantenha o bico do fogão limpo e regulado;
- Não deixe correntes de ar dispersarem as chamas.

Transporte

- Ande a pé ou de bicicleta, é mais saudável;
- Vá devagar: alta velocidade consome mais combustível.

Roupas

- Não caia nos modismos, roupas básicas duram mais;
- Aproveite liquidações de final de estação;
- Faça reciclagem das suas roupas: customize.



Educação financeira para crianças

A educação financeira é essencial para alcançarmos nossos objetivos, pois nos permite viver melhor com a nossa renda. Saber o valor do dinheiro e manter uma relação saudável com ele é imprescindível. O ideal é que nossa educação financeira comece desde a infância. Por isso, precisamos educar os nossos filhos para fazer o bom uso do dinheiro.

Conhecer a diferença entre precisar de algo e querer algo:

Desde criança, devemos ensinar aos nossos filhos três verbos que farão a diferença para a educação financeira deles: querer, precisar e poder.

Sempre que a criança pedir algo, devemos ensinar as seguintes perguntas:

1. *Eu quero, mas eu preciso?*
2. *Eu preciso, mas eu posso comprar?*

É imprescindível a criança saber das condições financeiras de seus pais.

Mesada: A mesada é uma forma muito adequada de educar os filhos financeiramente. Eles devem aprender a poupar e a viver com seus próprios recursos. De acordo com cada idade, a mesada deverá ser condizente com as responsabilidades que o filho deve assumir.

Exemplo: Se a responsabilidade for apenas custear a diversão, a família dará o valor dentro de seu orçamento que se destine ao lazer do filho;

se a responsabilidade for pagar a escola de inglês e seu lazer, o valor deverá ser superior ao valor da escola, para que a diferença possa ser administrada ao lazer.

Não se esqueça: É importante sempre os pais estarem fiscalizando, pois a criança/adolescente estará em um momento de aprendizado e precisa ser orientado caso não esteja conseguindo administrar a sua mesada. Porém, não adianta nada dar uma mesada no início do mês e ir completando depois. Oriente os filhos a planejar suas compras.

Importante: O desempenho acadêmico e os trabalhos domésticos fazem parte da vida familiar e são obrigações, não devem ser remunerados. Além disso, não se esqueça de elogiar seu filho quando ele merecer.

Conclusão

Para você que chegou ao final desta cartilha, parabéns! O objetivo do Morena Rosa Group é passar a informação sobre a importância de um planejamento financeiro familiar e disponibilizar ferramentas para que você, colaborador, possa desenvolver uma estratégia de controle orçamentário. Nossa maior preocupação é com a sua saúde financeira, pois sabemos que uma família sem dívidas é um grande passo para um lar mais harmonioso e com relações familiares mais saudáveis.

Após um ano, o controle orçamentário passará a fazer parte de sua rotina. Com certeza, suas finanças estarão controladas e você adquirirá o hábito do consumo consciente. Não se esqueça de sempre envolver a família em todas as decisões a serem tomadas, para que todos permaneçam comprometidos com a causa.

*“O tamanho do seu sucesso é medido pela força do seu desejo, o tamanho do seu sonho é como você lida com a decepção ao longo do caminho.”
(Robert Kiyosaki)*

Sites Recomendados

Direitos do Consumidor

Reclame Aqui

<http://www.reclameaqui.com.br/>

Agência Nacional de Telecomunicações

Anatel (www.anatel.gov.br)

Agência Nacional de Energia Elétrica

Aneel (www.anel.gov.br)

Agência Nacional de Saúde Suplementar

ANS (planos de Saúde) (www.ans.gov.br)

Ouidoria Geral do Sistema Universal de saúde-SUS (Disque 136)

(<http://www.brasil.gov.br/saude/2009/11/ligacao-para-o-disque-saude-136-e-gratuita-e-funciona-24-horas>)

Planejamento Financeiro

Meu Bolso em Dia

<http://www.meubolsoemdia.com.br/>

Meu Bolso Feliz

www.meubolsofeliz.com.br

TV Educação Financeira

<http://www.bmfbovespa.com.br/pt-br/educacional/iniciativas/tv-educacao-financeira.aspx?idioma=pt-br>

Minhas Economias

<http://www.minhaseconomias.com.br/blog/educacao-financeira/5-dicas-para-organizar-o-orcamento-familiar>

Fundação Getúlio Vargas – Cursos Online

http://www5.fgv.br/fgvonline/Cursos/Gratuitos/Como-Organizar-O-Orcamento-Familiar/OCWOFEAD-01slsh2011-1/OCWOFEAD_00/SEM_TURN0/354



Instituto  **Morena Rosa®**

MORENA ROSA Group