



COMO ENTENDER SUAS FINANÇAS PESSOAIS E EVITAR O ENDIVIDAMENTO



CONTEÚDO

CAPÍTULO 01

AVALIANDO SUAS FONTES DE RENDA E DESPESAS MENSAS

CAPÍTULO 02

COMO IDENTIFICAR HÁBITOS DE CONSUMO QUE LEVAM AO
ENDIVIDAMENTO

CAPÍTULO 03

IMPORTÂNCIA DE UM ORÇAMENTO MENSAL

CAPÍTULO 04

COMO A EDUCAÇÃO FINANCEIRA PODE PREVENIR FUTURAS
DÍVIDAS

CAPÍTULO 05

IDENTIFICANDO OS PRIMEIROS SINAIS DE PROBLEMAS
FINANCEIROS E O QUE FAZER



OBJETIVO

Ajudar as pessoas a se conscientizarem de sua situação financeira e entenderem melhor os conceitos básicos para evitar o endividamento futuro.

CAPÍTULO

01

**AVALIANDO SUAS
FONTES DE RENDA
E
DESPESAS MENSAIS**



AVALIANDO SUAS FONTES DE RENDA E DESPESAS MENSAS

Entender quanto você ganha e quanto gasta todo mês é o primeiro passo para organizar suas finanças pessoais.

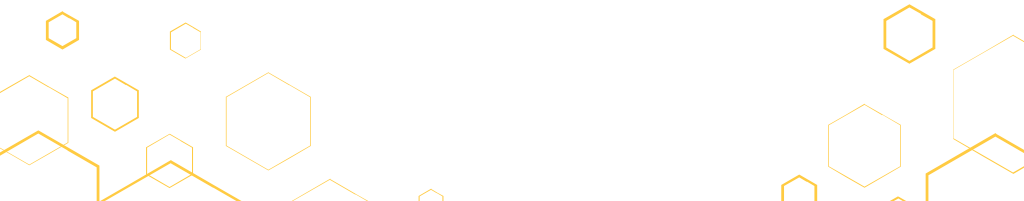
Isso permite identificar áreas em que é possível cortar custos e também observar se sua renda é suficiente para cobrir suas despesas básicas e extras.



AVALIANDO SUAS FONTES DE RENDA E DESPESAS MENSAIS

Como fazer:

- **Fontes de Renda:** *Liste todas as suas fontes de rendimento, incluindo salário, bicos, rendimentos de investimentos, entre outros.*
- **Despesas Mensais:** *Organize suas despesas em duas categorias: fixas (que não variam, como aluguel e contas) e variáveis (que podem mudar mês a mês, como lazer e compras).*



AVALIANDO SUAS FONTES DE RENDA E DESPESAS MENSAIS

Exemplo Prático

1 - Maria tem um salário de **R\$ 3.500** mensais. Ela começa listando suas despesas mensais:

- Aluguel: **R\$ 1.200**
- Supermercado: **R\$ 500**
- Transporte: **R\$ 250**
- Cartão de crédito: **R\$ 600** (mínimo)
- Lazer: **R\$ 300**



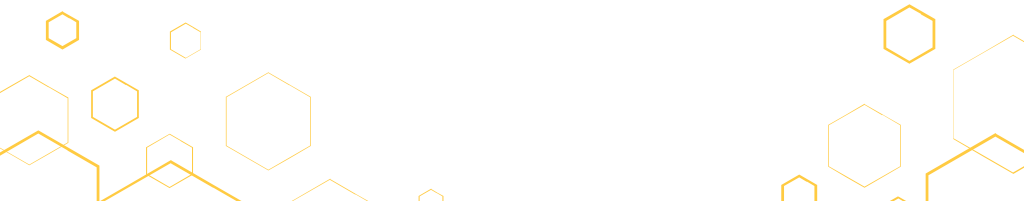
Maria percebe que está gastando mais do que pode, principalmente com lazer e cartão de crédito.

2 - João

- Ganha **R\$ 4.000**
- Despesas fixas somam **R\$ 2.000** (aluguel, contas, etc.)
- Despesa variável de **R\$ 1.000** com lazer e compras.



Ao avaliar, ele percebe que pode reduzir os gastos com lazer para economizar mais.



AVALIANDO SUAS FONTES DE RENDA E DESPESAS MENSAIS

Exemplo Prático

3 - Carla

- Trabalha como **freelancer**.
- Renda variável de **R\$ 2.000** por mês.
- Despesas fixas são de **R\$ 1.800**
- Despesas variáveis somam **R\$ 700**.



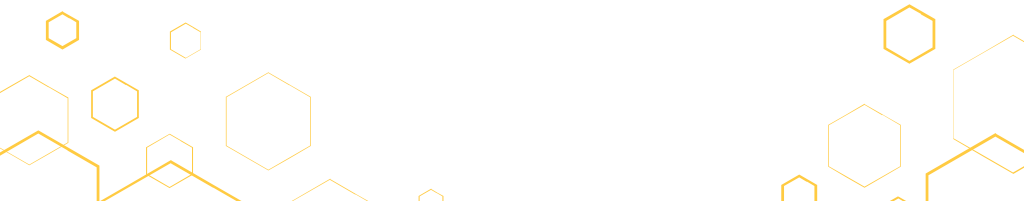
Ela percebe que seus gastos com compras não essenciais estão comprometendo sua capacidade de economizar.

4 - Lucas tem

- Renda líquida de **R\$ 5.000**
- Dívidas em cartões de crédito e financiamento.
- Despesas mensais já chegam a **R\$ 4.800**.



Ele percebe que o controle do seu orçamento não está funcionando e precisa revisar suas prioridades.



CAPÍTULO

02

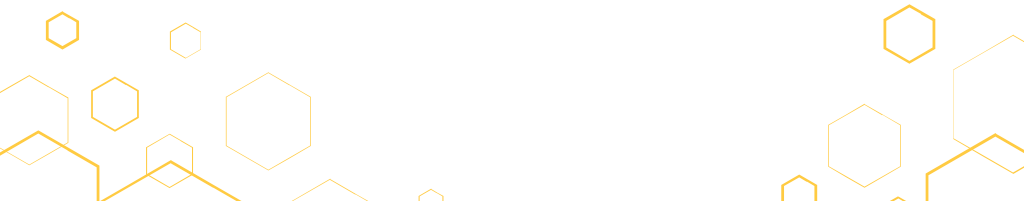
COMO IDENTIFICAR HÁBITOS DE CONSUMO QUE LEVAM AO ENDIVIDAMENTO



COMO IDENTIFICAR HÁBITOS DE CONSUMO QUE LEVAM AO ENDIVIDAMENTO

Muitas vezes, o endividamento é causado por hábitos de consumo impulsivos ou descontrolados, como comprar por impulso, usar o cartão de crédito sem planejar, ou viver acima das possibilidades.

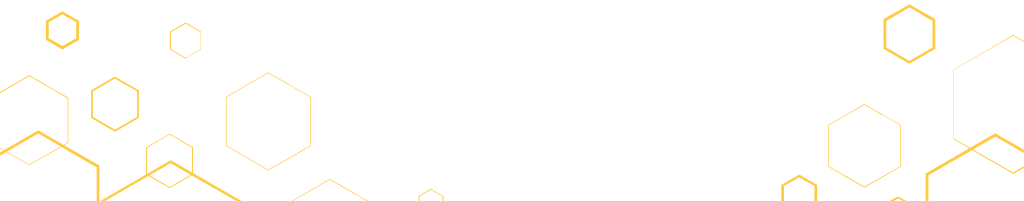
Identificar esses hábitos é essencial para evitar que a situação piore.



COMO IDENTIFICAR HÁBITOS DE CONSUMO QUE LEVAM AO ENDIVIDAMENTO

Como fazer:

- **Identifique compras impulsivas:** *Preste atenção nas compras não planejadas que você faz ao longo do mês.*
- **Uso excessivo de crédito:** *Veja se você utiliza o crédito para gastar mais do que pode pagar, comprometendo suas finanças no longo prazo.*
- **Gastos em categorias não essenciais:** *Observe se você está gastando demais com lazer, restaurantes e compras de roupas ou eletrônicos desnecessários.*
- **Falta de planejamento:** *Avalie se você tem o costume de tomar decisões financeiras sem analisar o impacto delas.*



COMO IDENTIFICAR HÁBITOS DE CONSUMO QUE LEVAM AO ENDIVIDAMENTO

Exemplo Prático

1 - Maria

Percebe que, durante o mês, costuma **comprar** roupas e eletrônicos **por impulso**, sem **pesquisar preços** e muitas vezes **sem necessidade**.

Ela decide **fazer uma lista** do que realmente precisa antes de fazer compras.

2 - João

Tem o hábito de **parcelar tudo no cartão de crédito**, mesmo itens pequenos. Isso acumula uma dívida que ele não consegue pagar de uma vez.

Ele decide **começar a pagar à vista** ou **usar o crédito** apenas em **casos de emergência**.

3 - Carla

Costuma **sair para almoçar fora todos os dias**, gastando cerca de **R\$ 300** mensais com refeições fora de casa.

Ela decide **preparar suas refeições em casa**, economizando esse valor e ajudando a controlar suas finanças.

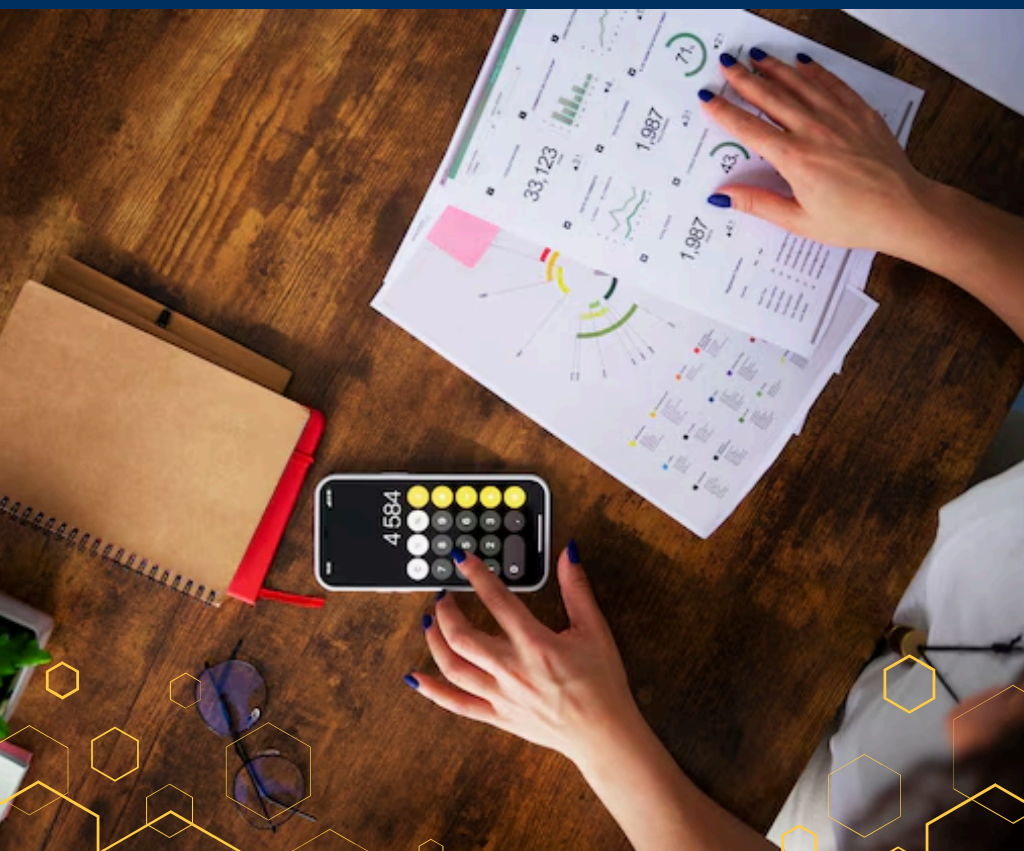
4 - Lucas

Tem o hábito de fazer **compras por impulso** quando está estressado.

Ele percebe que está utilizando seu cartão de crédito para pagar essas compras e **decide implementar um limite mensal** para não exceder suas finanças.

CAPÍTULO 03

IMPORTÂNCIA DE UM ORÇAMENTO MENSAL



IMPORTÂNCIA DE UM ORÇAMENTO MENSAL

Um orçamento mensal ajuda a visualizar suas receitas e despesas de forma clara.

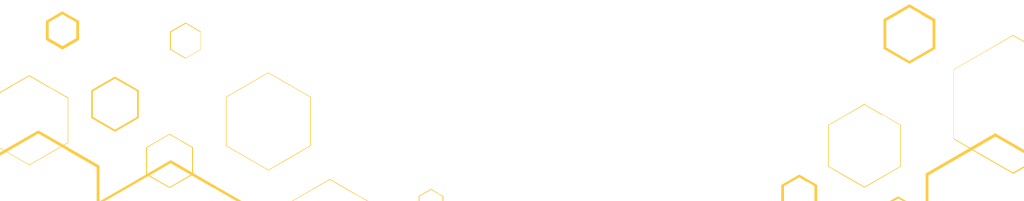
Ele permite que você controle seus gastos e tome decisões mais inteligentes, como cortar despesas desnecessárias e planejar economias.



IMPORTÂNCIA DE UM ORÇAMENTO MENSAL

Como fazer:

- **Crie uma planilha simples:** *Divida suas despesas em categorias (fixas e variáveis) e calcule o total gasto em cada uma delas. Compare com sua renda líquida para ver se está equilibrado.*
- **Defina limites para cada categoria:** *Estabeleça quanto pode gastar por mês em cada categoria, com base nas suas prioridades.*
- **Ajuste conforme necessário:** *Se os gastos estão ultrapassando a renda, é hora de revisar as despesas e cortar o que for possível.*



Exemplo Prático

1 - Maria

Cria um **orçamento simples** em uma planilha. Ela define que **poderá gastar no máximo R\$ 300 com lazer** e **R\$ 200 com compras não essenciais**.

Ao seguir essa estrutura, ela consegue reduzir os gastos e ainda sobra dinheiro para economias.

2 - João

Elabora seu **orçamento** com o objetivo de **economizar R\$ 500 por mês**. Ele define que, caso ultrapasse esse valor, precisará cortar despesas com lazer ou compras.

3 - Carla

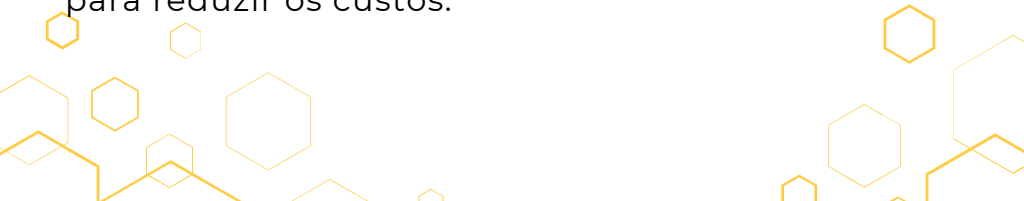
Usa uma **planilha** para separar suas despesas fixas e variáveis.

Ao perceber que está **gastando demais com lazer**, ela decide **fazer uma economia de 10% por mês** para criar um fundo de emergência.

4 - Lucas

Começa a usar um **aplicativo de controle financeiro** onde registra todas as suas despesas diárias.

Ele vê que está **gastando muito com transporte** e decide **usar transporte público** em vez de Uber para reduzir os custos.



CAPÍTULO

04

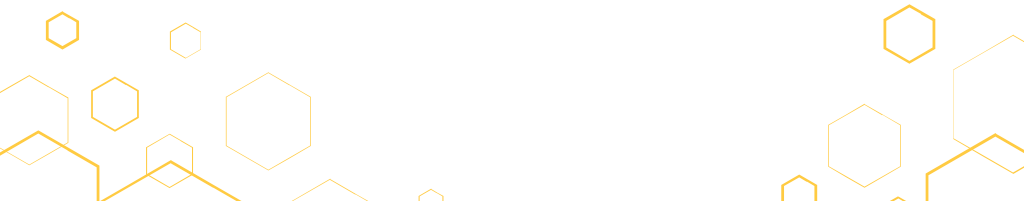
COMO A EDUCAÇÃO FINANCEIRA
PODE PREVENIR
FUTURAS DÍVIDAS



COMO A EDUCAÇÃO FINANCEIRA PODE PREVENIR FUTURAS DÍVIDAS

A educação financeira proporciona o conhecimento necessário para tomar decisões mais acertadas, planejar para o futuro e evitar gastos impulsivos.

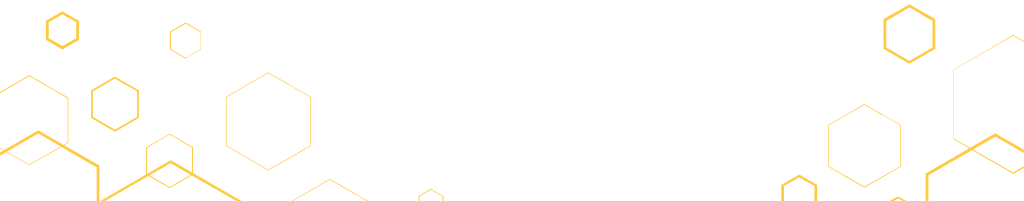
Ela permite entender como funciona o sistema financeiro, as alternativas de crédito e como construir uma vida financeira saudável.



COMO A EDUCAÇÃO FINANCEIRA PODE PREVENIR FUTURAS DÍVIDAS

Como fazer:

- **Estude sobre finanças pessoais:** *Leia livros, artigos e assista vídeos sobre controle de orçamento, investimentos e como o crédito funciona.*
- **Entenda os juros e o impacto do crédito:** *Aprenda como o uso do crédito pode afetar seu orçamento e como a falta de planejamento pode resultar em dívidas.*
- **Crie uma reserva de emergência:** *Planeje economias para imprevistos, como a perda de emprego ou emergências médicas, para não depender do crédito em situações de emergência.*
- **Faça cursos sobre finanças:** *Aproveite a oferta de cursos gratuitos ou pagos para aprender a investir, controlar seu orçamento e fazer uma boa gestão financeira.*



COMO A EDUCAÇÃO FINANCEIRA PODE PREVENIR FUTURAS DÍVIDAS

Exemplo Prático

1 - Maria

Assiste a vídeos e **lê blogs** sobre finanças pessoais. Ela aprende como o cartão de crédito funciona e começa a usar o crédito com mais sabedoria, evitando o pagamento mínimo e quitando a fatura inteira todo mês.

2 - João

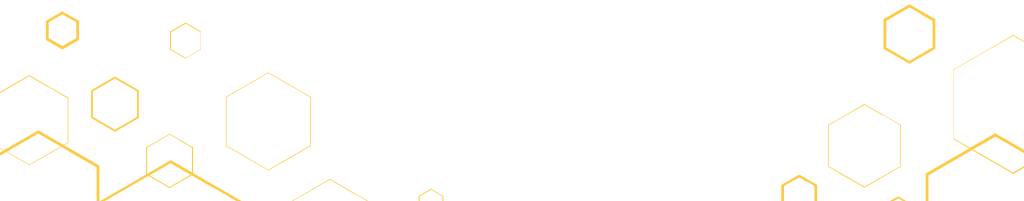
Lê sobre como criar uma **reserva de emergência** e começa a economizar **10%** de sua renda todo mês, acumulando um valor para imprevistos e evitando recorrer a empréstimos.

3 - Carla

Se inscreve em um curso online gratuito de educação financeira. Ela aprende sobre os impactos dos juros compostos e decide investir parte do seu dinheiro para garantir sua aposentadoria.

4 - Lucas

Começa a **seguir perfis de finanças no Instagram** e **ler livros sobre investimentos.** Com isso, ele aprende a fazer escolhas financeiras mais assertivas e começa a investir sua renda para garantir o futuro.



CAPÍTULO

05

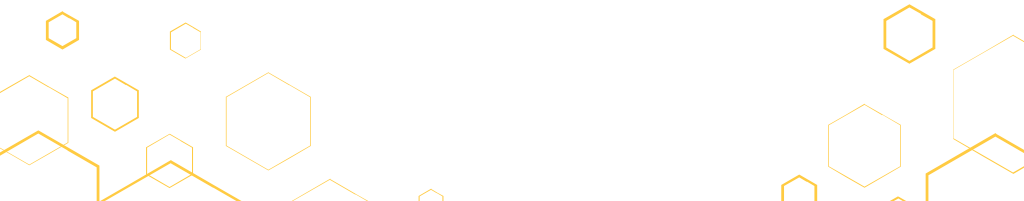
**IDENTIFICANDO OS
PRIMEIROS SINAIS DE
PROBLEMAS FINANCEIROS
E O QUE FAZER**



IDENTIFICANDO OS PRIMEIROS SINAIS DE PROBLEMAS FINANCEIROS E O QUE FAZER

Identificar precocemente os sinais de problemas financeiros pode evitar que você entre em uma espiral de endividamento.

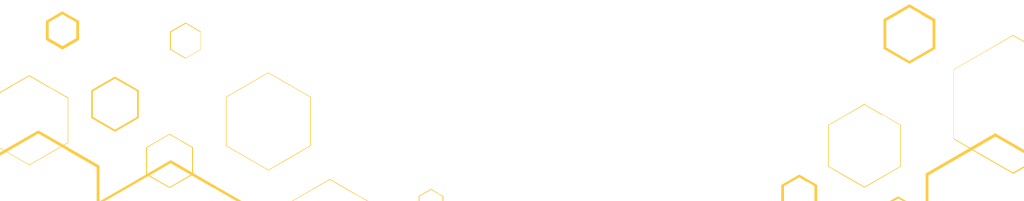
Os sinais incluem atraso no pagamento de contas, uso excessivo de crédito e o não controle dos gastos. Agir cedo pode evitar que o problema se agrave.



IDENTIFICANDO OS PRIMEIROS SINAIS DE PROBLEMAS FINANCEIROS E O QUE FAZER

Como fazer:

- **Atrasos nos pagamentos:** *Se você começa a atrasar contas ou paga apenas o mínimo do cartão de crédito, é um sinal de alerta.*
- **Uso excessivo de crédito:** *Se você já está utilizando mais crédito do que consegue pagar, comece a controlar mais os seus gastos.*
- **Dívidas acumuladas:** *Se você está acumulando dívidas e não consegue pagá-las de forma integral, busque orientação e opções para renegociar.*
- **Falta de controle financeiro:** *Se você não tem mais controle sobre quanto ganha e gasta, busque ajuda e reveja seu orçamento.*



IDENTIFICANDO OS PRIMEIROS SINAIS DE PROBLEMAS FINANCEIROS E O QUE FAZER

Exemplo Prático

1 - Maria

Começa a perceber que está sempre **adiando o pagamento do cartão de crédito**.

Ela decide procurar uma alternativa para **quitar as dívidas** e começa a **renegociar os prazos com o banco**.

2 - João

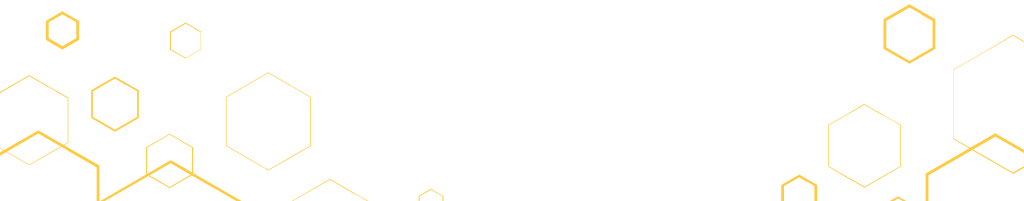
Nota que está **usando muito seu limite de crédito** e resolve cortar gastos, começando a **pagar as contas à vista** e **estabelecendo metas para quitar suas dívidas**.

3 - Carla

Começa a ver que está **acumulando pequenas dívidas no cartão** e decide buscar ajuda financeira para **reorganizar suas finanças** e **pagar tudo de uma vez**.

4 - Lucas

Percebe que seus **gastos com lazer estão indo além do orçamento** e começa a **cortar despesas** para não ultrapassar seu limite de crédito.



OUTRAS OBRAS



**REFINANCIANDO
SUAS DÍVIDAS :
PASSO A PASSO PARA
REDUZIR JUROS E PARCELAR**

R\$17,90



QUERO COMPRAR



**UTILIZANDO SEUS
INVESTIMENTOS PARA
QUITAR DÍVIDAS DE
FORMA INTELIGENTE**

R\$17,90



QUERO COMPRAR



**ESTRATÉGIAS PARA NEGOCIAR
DÍVIDAS COM
BANCOS E CREDORES**

R\$17,90



QUERO COMPRAR

OUTRAS OBRAS



- **15 CARTÕES DE CRÉDITO SEM ANUIDADE**



- **10 MANEIRAS QUITAR DÍVIDAS EM DINHEIRO**



- **TIPOS DE DÍVIDAS E COMO ELAS IMPACTAM SEU ORÇAMENTO**

R\$27,90



QUERO COMPRAR

OUTRAS OBRAS



KIT DE GESTÃO FINANCEIRA

- 1 - ACOMPANHAMENTO DE EMPRÉSTIMOS E CRÉDITOS
- 2 - ACOMPANHAMENTO DE PARCELAMENTOS
- 3 - CONTROLE DE DÍVIDAS
- 4 - ORÇAMENTO MENSAL
- 5 - SIMULAÇÃO DE REFINANCIAMENTO

R\$27,90



QUERO COMPRAR

OUTRAS OBRAS



KIT DE GESTÃO FINANCEIRA



- 15 CARTÕES DE CRÉDITO SEM ANUIDADE
- 10 MANEIRAS DE QUITAR DÍVIDAS EM DINHEIRO
- TIPOS DE DÍVIDAS E COMO ELAS IMPACTAM SEU ORÇAMENTO



**REFINANCIANDO SUAS DÍVIDAS :
PASSO A PASSO PARA
REDUZIR JUROS E PARCELAR**



**ESTRATÉGIAS PARA
NEGOCIAR DÍVIDAS COM
BANCOS E CREDORES**



**UTILIZANDO SEUS
INVESTIMENTOS PARA
QUITAR DÍVIDAS DE
FORMA INTELIGENTE**

TODOS OS GUIAS POR

R\$ 47,90



QUERO COMPRAR