



Oficina Pedagógica

COMO CONSTRUIR E GERIR UM ORÇAMENTO FAMILIAR



ORÇAMENTO FAMILIAR PROGRAMA

- 19.00 H - Abertura
- 19.05 H – Visionamento de um vídeo sobre “Orçamento Familiar”
- 19.15 H - Construir e Gerir um Orçamento Familiar
 - Passos para elaborar o orçamento familiar;
 - Medidas a adotar, para diminuir as despesas familiares.
- 20.15 H – Caso prático
- 20.45 H – Esclarecimentos
- 21.00 H - Encerramento

ORÇAMENTO FAMILIAR: CONSIDERAÇÕES GERAIS

Os portugueses são dos que menos poupam na Europa. O consumo das famílias tem subido acima do rendimento e o resultado é desanimador.

A **poupança** em Portugal atravessa a maior crise das últimas décadas,



Dados estatísticos apontam que o endividamento das famílias corresponde mais ou menos a **124% do rendimento**.

ORÇAMENTO FAMILIAR: CONSIDERAÇÕES GERAIS

OBSERVAÇÃO:

No ano 2009, a taxa de poupança dos portugueses não ia muito além dos **8%** do rendimento disponível, o valor mais baixo de sempre. Este ano, a capacidade de poupar deve voltar a cair.

ORÇAMENTO FAMILIAR: CONSIDERAÇÕES GERAIS

Rendimento
Disponível

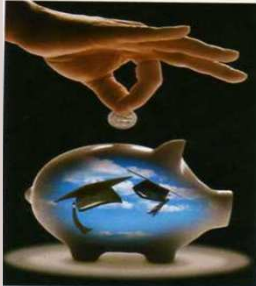
Consumo



Poupança





MEDIDAS ADOTAR PARA DIMINUIR AS DESPESAS FAMILIARES

TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOTAR	EXEMPLOS
Alimentação 	Procure promoções e ofertas especiais	Aquisição de embalagens familiares;
	Opte por produtos de marca branca	Mais baratos que os artigos de marca;
	Utilize a lista de compra e faça as compras” de barriga cheia ”	Menor tendência para comprar artigos extra.



MEDIDAS ADOTAR PARA DIMINUIR AS DESPESAS FAMILIARES

TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOTAR	EXEMPLOS
Electricidade  	Evite ter as luzes acesas ou equipamentos ligados quando não necessários	Televisão; porta do frigorífico aberta
	Aproveite a luz natural	Luz proveniente dos raios solares
	Compre equipamentos com melhor eficiência energética (Classe A+)	Equipamento que consomem menos energia eléctrica
	Não deixe os equipamentos em stand - by	Desligue-os no botão para não gastar energia desnecessária
	Substitua as lâmpadas incandescentes por economizadoras.	Obtenha a mesma luz com menos consumo de energia


MEDIDAS ADOTAR PARA DIMINUIR AS DESPESAS FAMILIARES

TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOTAR	EXEMPLOS
 <p>Água</p> 	Coloque redutores em todas as torneiras	
	Evite deixar as torneiras abertas	<ul style="list-style-type: none"> • Utilize um copo quando lava os dentes ou encha o lavatório quando faz a barba. • Opte por um duche rápido em vez do banho de imersão.

MEDIDAS ADOTAR PARA DIMINUIR AS DESPESAS FAMILIARES

TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOTAR	EXEMPLOS
 Combustível 	Ligue o motor apenas quando quer iniciar a viagem.	
	Troque de mudanças o mais cedo possível	Mudanças mais altas consomem menos combustível
	Verifique todos os meses a pressão dos pneus	Baixa pressão pneus provoca o aumento do combustível.
	Ligue o ar condicionado apenas quando necessário	
	Evite usar o automóvel sempre que puder	Use a bicicleta e transportes públicos

MEDIDAS ADOTAR PARA DIMINUIR AS DESPESAS FAMILIARES

TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOTAR	EXEMPLOS
<p>Saúde</p> 	<p>Solicite ao seu médico ou compre medicamentos genéricos, pois estes têm a mesma qualidade, eficácia e segurança.</p>	<p>Medicamentos a preços 35% mais baratos que os medicamentos de referência.</p>

MEDIDAS ADOTAR PARA DIMINUIR AS DESPESAS FAMILIARES

TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOTAR	EXEMPLOS
<p>Seguros e Créditos</p> 	<p>Faça pesquisas para comparar quais as seguradoras ou bancos que oferecem melhores condições e tente sempre negociar com as mesmas.</p> 	<p>Peça simulações a diversas seguradoras/bancos</p> 

MEDIDAS ADOTAR PARA DIMINUIR AS DESPESAS FAMILIARES

TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOTAR	EXEMPLOS
Outras	Pague as mensalidades de água, luz, gás, internet, etc..., dentro dos prazos de vencimento para evitar pagar multas.	
	Invista em produtos financeiros	<ul style="list-style-type: none">•Depósitos à ordem;•Certificados de aforro;•Planos Poupança Reforma;
	Seja empreendedor e invista na criação do seu próprio emprego	

PASSOS PARA ELABORAR O MEU ORÇAMENTO FAMILIAR

1º FAZER UM LEVANTAMENTO DOS RENDIMENTOS



Devemos ter em conta todos os rendimentos líquidos (valor que recebemos mensalmente para a nossa conta bancária/ bolso).

PASSOS PARA ELABORAR O MEU ORÇAMENTO FAMILIAR

1º FAZER UM LEVANTAMENTO DOS RENDIMENTOS FAMILIARES



RENDIMENTOS BRUTOS - RESULTANTE TRABALHO DEPENDENTE	5.000,00 €
DESCONTOS IRS	- 1030,00 €
DESCONTOS SEGURANÇA SOCIAL	- 550,00 €
SUBSÍDIO ALIMENTAÇÃO	+ 240,00 €
TOTAL RENDIMENTO LIQUIDO OU A RECEBER	3.090,00 €

PASSOS PARA ELABORAR O MEU ORÇAMENTO FAMILIAR

2º FAZER UM LEVANTAMENTO DE TODAS AS DESPESAS (MENSAIS)



Ter em linha de conta todos os tipos de despesas efetuadas ou a efetuar no ano em causa.

PASSOS PARA ELABORAR O MEU ORÇAMENTO FAMILIAR

TIPOS DE DESPESAS MENSAIS

- ✓ **Casa** - pagamento da renda com crédito habitação;
- ✓ **Estacionamento;**
- ✓ **Factura do telefone;**
- ✓ **Telemóvel;**
- ✓ **Internet;**
- ✓ **Transportes públicos – exemplo: passe mensal;**
- ✓ **Alimentação;**
- ✓ **Bebidas;**
- ✓ **Roupa e Calçado;**

PASSOS PARA ELABORAR O MEU ORÇAMENTO FAMILIAR

- ✓ **Higiene e Limpeza;**
- ✓ **Combustíveis - Gasolina / Gasóleo;**
- ✓ **Meios de Comunicação Social – Jornais, revistas e televisão por cabo;**
- ✓ **Animais de estimação – alimentação, licenças, veterinário;**
- ✓ **Electricidade;**
- ✓ **Gás;**
- ✓ **Água;**
- ✓ **Veículos automóveis e motociclos e velocípedes;**



PASSOS PARA ELABORAR O MEU ORÇAMENTO FAMILIAR

- ✓ **Saúde – Exemplo: medicamentos, consultas hospitalares, etc;**
- ✓ **Refeições efetuadas fora de casa;**
- ✓ **Lazer – exemplo: desporto, cinema, etc;**
- ✓ **Outras despesas inesperadas.**

PASSOS PARA ELABORAR O MEU ORÇAMENTO FAMILIAR

As despesas anuais devem ser divididas por 12 para sabermos o valor mensal a pagar, é o caso de:

- **Reparação da casa;**
- **Seguro**
 - Casa**
 - Seguro de Vida**
 - Plano Pensões**
 - Seguro dos animais**
- **Presentes – exemplo: aniversários, natal;**
- **Férias – exemplo: viagens;**
- **Donativos;**
- **Impostos;**
- **Outras.**



CONSELHOS PARA GERIR O SEU ORÇAMENTO FAMILIAR

IDENTIFIQUE OS SEUS OBJETIVOS

- **Acabar com todas as dívidas a curto prazo;**
- **Acabar com a utilização dos cartões de créditos;**
- **Eliminar a necessidade de contrair dividas para garantir o seu dia a dia;**
- **Garantir uma reforma com um rendimento mensal confortável;**

CONSELHOS PARA GERIR O SEU ORÇAMENTO FAMILIAR

IDENTIFIQUE OS SEUS GASTOS DESNECESSÁRIOS

Com base no seu orçamento familiar , procure identificar:

- ❖ Como gasta o dinheiro?;
- ❖ As despesas correspondem as objetivos que identificou?
- ❖ Existem gastos inúteis, e quais são?
- ❖ Quanto está a pagar de juros pelo seu empréstimo?

CONSELHOS PARA GERIR O SEU ORÇAMENTO FAMILIAR

REDUZA OS GASTOS DESNECESSÁRIOS

- **Porque razão toma o pequeno almoço na pastelaria, quando o poderia fazer em sua casa com mais qualidade?**
- **Tem a certeza se o tarifário da sua internet, telefone e TV cabo é o mais adequado às suas necessidades?**
- **Sabe quanto lhe cobra o banco em comissões e serviços que não usa?**
- **Já reparou quantas refeições faz fora de casa?**

SUGESTÕES

EVITE DESPERDÍCIOS!!!

REUTILIZE – RECICLE - REDUZA



**CONTRIBUA PARA A PROTEÇÃO DO AMBIENTE
E POUPE O SEU DINHEIRO**