

DICAS PARA CONTROLAR O SEU ORÇAMENTO FAMILIAR

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 uma lista de compras e faça as compras “ de barriga cheia”	Menor tendência para comprar artigos extra.
Electricidade	Evite ter as luzes acesas ou equipamentos ligados quando não necessários	Televisão; porta do frigorífico aberto
	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



TIPOS DE DESPESA	MEDIDAS A ADOPTAR	EXEMPLOS
Água	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.
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 dos pneus provoca o aumento do combustível.
	Ligue o ar condicionado apenas quando necessário	Utilizar só quando faz muito calor ou frio
	Evite usar o automóvel sempre que puder	Use a bicicleta e transportes públicos

Saúde	Peça ao seu médico ou compre medicamentos genéricos, pois estes têm a mesma qualidade, eficácia e segurança	Medicamentos a preços 35% mais baratos que os medicamentos de referência.
Seguros e Créditos	Faça pesquisas para comparar quais as seguradoras ou bancos que oferecem melhores condições e tente sempre negociar com as mesmas.	Peça simulações a diversas seguradoras/bancos
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!	



EVITE DESPERDÍCIOS!



REUTILIZE – RECICLE - REDUZA



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



ESCOLA SECUNDÁRIA CACILHAS TEJO

