

LEMBRETE SOBRE DIREITOS AUTORAIS

Programas de treinamento e materiais são de propriedade da Carevolution e são sujeitos a proteção de direitos autorais e podem ser usados por Carevolution para o propósito de sua educação pessoal e educação em geral. É proibido replicar este treinamento, uso dos materiais do curso para grupos ou treinamentos com fins comerciais.



ESTRATÉGIAS PARA A ORGANIZAÇÃO FINANCEIRA

IBM

Pâmela Pires



PÂMELA PIRES



- Coordenadora de Treinamentos na Carevolution
- Coach de Saúde e bem-estar pela Carevolution/Wellcoaches
- Formada em Administração e Serviços Sociais
- Especialista em recursos humanos e comportamento
- 15 anos de atuação na área da saúde realizando palestras, desenvolvendo programas de saúde e qualidade de vida para empresas e pessoas físicas

SAÚDE FINANCEIRA

“É buscar independência financeira, com a inclusão de hábitos saudáveis no que se refere ao planejamento de finanças, de forma a permitir a realização dos seus sonhos e objetivos”



SAÚDE FINANCEIRA E O BEM-ESTAR

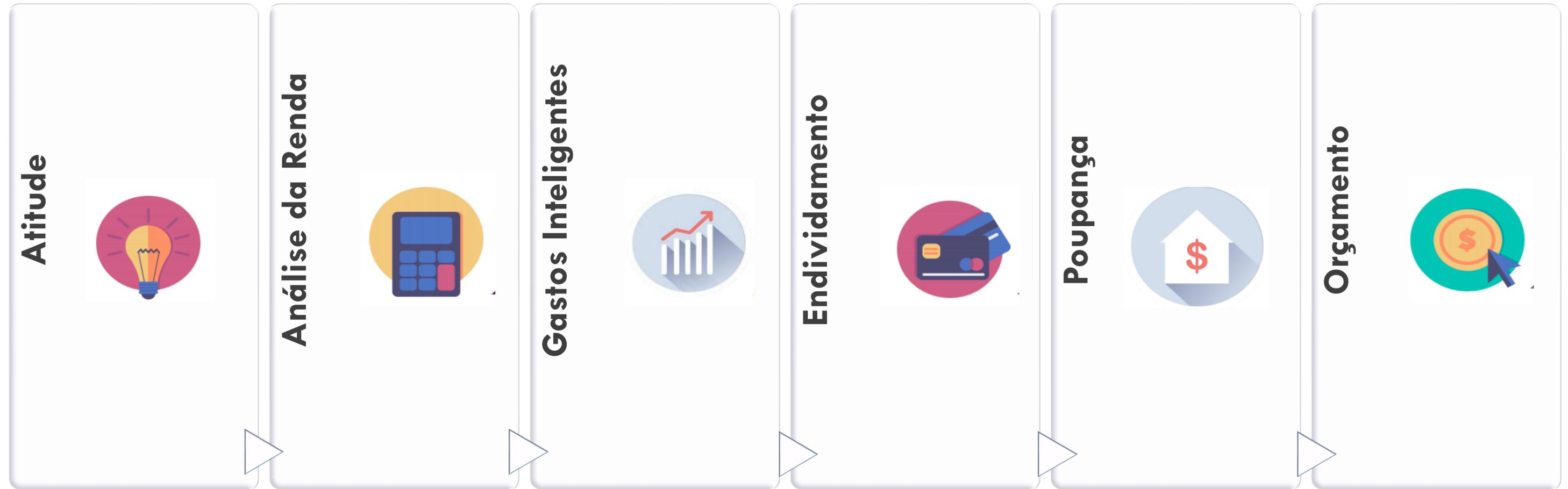
- Segundo um estudo realizado por pesquisadores das Universidades do Arizona (University of Arizona) e Virginia (Virginia Tech University) sobre os efeitos negativos do descontrole financeiro sobre a saúde das pessoas, 82,5% dos entrevistados relataram ter sofrido algum problema de saúde ocasionado pela sua situação financeira.
- A maioria dos entrevistados (62%) tem 45 anos ou menos. Entre as principais doenças causadas pelo descontrole financeiro citadas nos estudos, destaco as oito mais recorrentes:
 - Estresse profundo: 46,3%
 - Preocupação, nervosismo, tensão e ansiedade: 11,9%
 - Depressão: 10%
 - Distúrbios do sono e insônia: 9,2%
 - Dores de cabeça e enxaqueca: 7,3%
 - Pressão alta e hipertensão: 7,2%
 - Distúrbios alimentares acompanhados de ganho ou perda de peso: 3,5%
 - Distúrbios digestivos e dores de estômago ou abdominais: 2,9%

PARA REFLETIR

“Pessoas com conhecimento sobre educação financeira conseguem montar um orçamento, lidar com as despesas e os gastos do dia a dia, economizar e investir recursos e, mais importante, tirar do papel sonhos como uma viagem ou casa própria e até mesmo ter uma aposentadoria financeiramente saudável”



VIDA FINANCEIRA SAUDÁVEL



ANÁLISE DA RECEITA

Renda Fixa



- ✓ Salário Mensal
- ✓ Benefícios

Renda Variável



- ✓ Bônus Anual
- ✓ Aluguel
- ✓ Fundo de Investimento

Renda Esporádica



- ✓ Comissões
- ✓ Prêmios
- ✓ Trabalhos extras

Renda Familiar



- ✓ Renda de participantes da família.



COMPORTAMENTO DOS BRASILEIROS

Hábitos incorporados ao dia a dia



59%

pesquisam preços antes de adquirir produto



56%

limitam gastos com lazer



55%

controlam despesas pessoais e/ou da família



54%

reduziram consumo de luz, água e telefone



53%

prestam atenção às promoções



46%

compram produtos de marca mais barata



85%

conversam com a família sobre os gastos e o orçamento familiar frequentemente



79%

das decisões são tomadas conjuntamente por todos os familiares



26%

dividem as despesas proporcionalmente à renda dos moradores



46%

dos casais ouvidos costumam brigar por causa de dinheiro

Principais motivos:

38% - gastam mais do que o orçamento permite

27% - têm gastos altos que impedem a formação de uma reserva financeira

25% - discordam sobre os gastos da casa



89%

compartilham com o cônjuge/companheiro o quanto ganham por mês

Principais itens que os cônjuges omitem sobre compras:

32% - roupas, calçados e acessórios

27% - maquiagem, perfumes e cosméticos

25% - comidas/guloseimas

72%

dos brasileiros pensam com cuidado se poderão pagar



18%

responderam corretamente sobre juros compostos



64%

dizem pagar suas contas em dia



27%

das mulheres são as únicas responsáveis pelas finanças da casa. Já os homens que gerem sozinhos as despesas somam 45% do total.



34%

dos homens pouparam parte da renda nos últimos 12 meses, enquanto 27% das mulheres conseguiram guardar recursos no período.

Pesquisa realizada em 2015, com 2002 brasileiros maiores de 16 anos, de todo o país.

GASTOS INTELIGENTES

Podemos suspender e controlar

1. Entretenimento
2. Atividades sociais e esportivas
3. Cuidados pessoais
4. Vestimenta

**Estilo de
Vida**

Não podemos suspender, porém podemos controlar

1. Serviços (água , luz, telefone, internet)
2. Alimentação
3. Saúde
4. Educação

Segurança

Não podemos suspender

1. Financiamentos
2. Alimentação
3. Saúde
4. Educação

Essências

Gastos emergenciais

1. Gastos Médicos
2. Gastos Residenciais



PENSANDO NO FUTURO...



Os índices mostram que :

- Em 15 anos já irá começar a faltar recursos para o pagamento de aposentadorias e pensões do INSS.
- Em 2060 a situação vai piorar e pode chegar a ficar insustentável, levando ao cancelamento dos pagamentos por falta de dinheiro.

Segundo o Ministério da Previdência:

Hoje existem 9 pessoas com idade ativa para cada um idoso.

- 2030 esse número passará a ser de cinco para um.
- 2050 continua caindo, chegando a ser três para um.
- 2060, 2,3 pessoas trabalharão para cada aposentado.



COMO OS BRASILEIROS ECONOMIZAM



POR ONDE COMEÇAR ?

Planeje-se

Essa é a dica principal.

Por que ter um orçamento?

- Orienta o rumo
- Ajuda na construção de metas
- Prepara você para emergências
- Revela os maus hábitos financeiros
- Ajuda na qualidade de vida

REGRA 50/20/30



50% GASTOS ESSENCIAIS

- Alimentação
- Moradia
- Saúde
- Transporte
- Estudos

20% INVESTIMENTOS E DÍVIDAS

- Investimentos
- Emergências
- Objetivos

30% DESEJOS PESSOAIS

- Lazer
- Jantares
- Assinaturas (TV a cabo, Netflix,...)

CRIANDO SEU ORÇAMENTO

1. **Renda Total** : Salário bruto – encargos – descontos = Salário líquido
2. **Renda extra**: recebimento de aluguéis, trabalhos extras, recebimento de pensão, entre outros
3. **Despesas** : Faça uma lista de despesas
4. **Subtraia** as despesas da renda total
5. **Avalie Ajustes**: substituições de serviços ou corte de despesas
6. **Recalcule** o orçamento para avaliar a possibilidade de equilíbrio entre receita e despesas
7. **Faça um projeção** para os próximos 12 meses
8. Crie um plano de quitação de dívidas

Ferramentas de controle :

1. Planilhas
2. Blocos de anotações
3. Aplicativos para celulares e tablets

Melhores aplicativos do ano:

- ✓ GuiaBolso
- ✓ Minhas Economias
- ✓ Mobills
- ✓ Organizze

Escolha a ferramenta que seja mais conveniente para você na tarefa de manter o orçamento em dia e mãos à obra!



REFLEXÕES SOBRE O ORÇAMENTO

Princípios para orientar seu orçamento

- Considere mudar seu vocabulário
- Classifique seus gastos anteriores
- Acompanhe para onde vai o dinheiro
- Crie seu fluxo de caixa
- Deixe margem para as despesas inesperadas
- Evite sentir privação
- Defina metas

Erros comuns

- Achar que crédito é dinheiro
- Fazer um orçamento irrealista
- Tratar gastos fixos como se fossem inalteráveis
- Desconsiderar pequenos gastos do dia a dia
- Não envolver a família
- Não fazer uma reserva
- Recorrer a empréstimos
- Ostentar o padrão de vida que gerou o desequilíbrio
- Não cortar definitivamente alguns gastos
- Economizar esporadicamente
- Pagar o mínimo das dívidas
- Não viver de acordo com o padrão atual e esperar que tudo se resolverá com reajustes salariais.



VAMOS REFLETIR

69% da população brasileira não economizou um centavo entre 2020 e 2021.

20% da população brasileira precisou se descapitalizar, se endividar ou vender algum bem durante a pandemia para honrar seus compromissos financeiros.

12% da população - o equivalente a cerca de 12,5 milhões de pessoas – retirou dinheiro de aplicações financeiras ou outras reservas para conseguir fechar as contas.

11% pediram empréstimo, usaram o cheque especial ou o rotativo do cartão em momentos de emergência.

05% venderam algum bem para fazer caixa no ano passado.

As classes A e B foram as menos atingidas pela crise, enquanto a classe C foi a que mais precisou recorrer a venda de bens ou a pedidos de empréstimos.

- Pesquisa Anbima 2021

DEPOIS DE ORGANIZAR É HORA DE APLICAR



- Estabeleça seus objetivos
- Determine a quantia a ser investida
- Conheça os tipos de investimentos
- Conheça o seu perfil de investidor
- Procure ajuda profissional
- Escolha seus investimentos
- Invista seu dinheiro
- Invista tempo em aprendizado
- Acompanhe seus investimentos

ORIENTAÇÕES FINAIS



- Siga seu planejamento
- Viva de acordo com a sua renda
- Acredite que seu sucesso financeiro é possível
- Esteja disposto a abrir mão
- Invista tempo
- Lembre-se de tudo o que você já tem
- Aprenda a investir seu dinheiro
- Planeje com antecedência ao fazer compras grandes
- Ensine seus filhos sobre a importância do dinheiro

DICAS DE LIVROS

1. Os Segredos da Mente Milionária (T. Harv Eker)
2. Pai Rico, Pai Pobre (Robert Toru Kiyosaki)
3. Como Organizar Sua Vida Financeira (Gustavo Cerbasi)
4. O Homem Mais Rico da Babilônia (George S. Clason)
5. A Mente Acima do Dinheiro (Ted Klontz, Brad Klontz)
6. O Investidor Inteligente (Benjamin Graham)
7. O Milionário Mora Ao Lado (Thomas J. Stanley e Danko Will)
8. Quero Ficar Rico (Rafael Seabra)
9. Os Axiomas de Zurique (Max Gunther)
10. Terapia Financeira (Reinaldo Domingos)
11. Casais inteligentes enriquecem juntos (Gustavo Cerbasi)



OBRIGADA!



 carevolution.com.br
 contato@carevolution.com.br
   [@carevolutionconsultoria](https://www.instagram.com/carevolutionconsultoria)

