

PARA VISUALIZAÇÃO

PROIBIDA A IMPRESSÃO

EDUCAÇÃO FINANCEIRA



QUEM SOMOS

PROIBIDA A IMPRESSÃO

O Instituto Sicoob para o Desenvolvimento Sustentável foi criado em 2004 com o objetivo de difundir a cultura cooperativista e contribuir para a promoção do desenvolvimento sustentável das comunidades.



Atua no território nacional, por meio de ações conjuntas e integradas com as cooperativas e organizações do sistema Sicoob, e na formação de voluntários para promover o desenvolvimento local.

O Instituto Sicoob soma aliados e multiplica conquistas. Trabalha nas comunidades como parte responsável dela. Com o entendimento de que o NÓS é mais importante do que o EU, convidamos você a Fazer Parte.

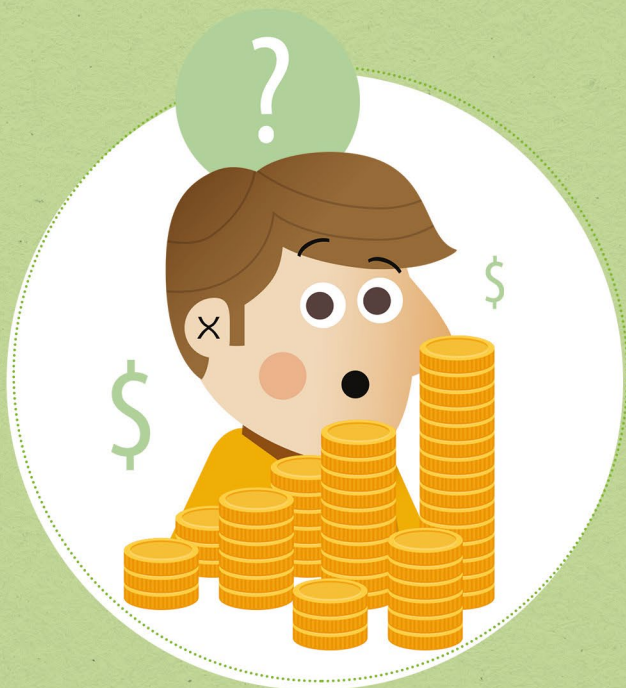


PARA VISUALIZAÇÃO

INTRODUÇÃO

PROIBIDA A IMPRESSÃO

Em alguns países desde cedo já se aprende na escola como cuidar e administrar seu dinheiro, e assim a maioria dos adultos cresce consciente e preparado para lidar com gastos, investimentos e rendimentos. No Brasil as coisas são diferentes. Não temos essa base na infância e quando chegamos à vida adulta, enfrentamos grandes dificuldades em saber gerenciar bem nosso dinheiro.

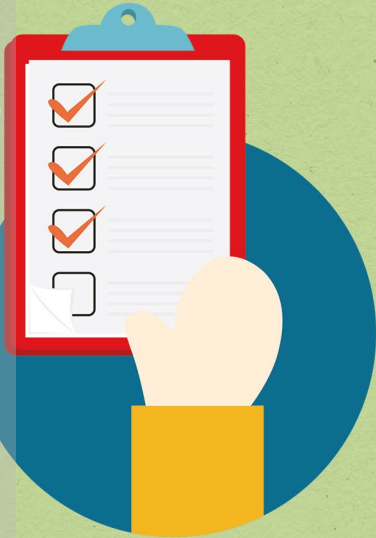


É por isso que o INSTITUTO SICOOB vem trabalhando a educação financeira para todas as idades, formando cidadãos mais preparados e uma economia mais forte e segura.

Queremos que você aprenda que dinheiro não pode se tornar um problema, e que tudo é muito melhor e mais fácil quando ele trabalha para você, não você para ele.

ESTABELECENDO METAS E OBJETIVOS

PARA VISUALIZAÇÃO



Tudo na vida se resume em metas e objetivos. Precisamos saber aonde queremos chegar para poder caminhar até lá. Não adianta viver sem propósito, porque assim, realmente não se alcança muita coisa.

Todo tipo de objetivo é válido, desde a compra de uma casa, um carro, até uma viagem ou o pagamento de uma dívida. Assim, o primeiro passo para atingir metas financeiras é planejar.



ORÇAMENTO E PLANEJAMENTO

Uma das maneiras mais simples de começar um planejamento financeiro é elaborar um orçamento com tudo que você ganha e gasta. Assim você tem uma visão clara de como está usando seu dinheiro e em que deve melhorar o controle. Para isso temos a seguinte sugestão de planilha:

ORÇAMENTO DOMÉSTICO

	DESPESAS	PREVISTAS	REALIZADAS
HABITAÇÃO	Prestação/Aluguel		
	Condomínio		
	Impostos		
	Água		
	Gás		
	Luz		
	Telefone		
	Móveis/Utensílios		
SAÚDE/ ALIMENTAÇÃO	Consertos		
	Empregada Doméstica		
	Supermercado		
	Açougue		
	Feira		
	Padaria		
	Médico		
EDUCAÇÃO	Dentista		
	Remédios		
	Mensalidade escolar		
	Material escolar		
	Uniforme		
VESTUÁRIO	Cursos		
	Mesada dos filhos		
	Roupas		
	Calçados		
	Outros		

PARA VISUALIZAÇÃO

PROIBIDA A IMPRESSÃO

ORÇAMENTO DOMÉSTICO

DESPESAS		PREVISTAS	REALIZADAS
TRANSPORTE	Combustível		
	Passagem/T. coletivo		
	Seguro		
	Manut./Emplacamento		
HIGIENE	Cabelereiro/Barbeiro		
	Manicure		
CULTURA	Livros/Revistas/Jornais		
	Cinema/Teatro/Estádio		
LAZER	Bar/Rest./Lanchonete		
	Viagens		
OUTROS EVENTUAIS COMPROMISSOS			
POUPANÇA SICOOB			
TOTAL			

FONTES	
Salário Pessoal:	Aluguéis
Cônjuge	Outras receitas:
Filhos	Total:
RENDA FAMILIAR	
DESPESAS REALIZADAS	



LISTA DE COMPRAS PARA SUPERMERCADO

PROIBIDA A IMPRESSÃO

BEBIDAS

Água

Sucos

Refrigerante

Cerveja

Vinho

Outros

BISCOITOS

Doces

Salgados

Petiscos

Outros

CARNES

Frango

Bifes

Moída

Músculo

Peixe

Linguiça

Outros

CEREAIS

Arroz

Feijão

Soja

Pipoca

Outros

DOCES

Balas

Chocolate

Gelatina

Em calda

Em pasta

Outros

ENLATADOS

Leite condensado

Creme de leite

Molho de tomate

Milho

Ervilha

Azeitona

Óleo

Azeite

Sardinha

Outros

FEIRA

Ovos

Batata

Cebola/alho

Tomate

Cenoura

Pepino

Abobrinha

Chuchu

Beterraba

Pimentão

Couve-flor

Espinafre

Repolho

Alface

Mandioca

Brócolis

Vagem

Mamão

Laranja

Limão

Banana

Maçã

Outros

FARINHAS

Trigo

Rosca

Fubá

Polvilho

Mandioca

Milho

Maisena

Fermento

Outros

FRIOS

Presunto

Queijo

Salame

Mortadela

Outros

HIGIENE

Papel higiênico

Absorvente

Algodão

Creme dental

Escova de dentes

Fio dental

Sabonete

Xampu

Creme de barba

Desodorante

Cotonete

Condicionador

Esponja

Fralda

Pente

Outros

LIMPEZA

Buchas

Papel toalha

Papel alumínio

Filme PVC

Saco de lixo

Sabão em pó

Sabão pedra

Detergente

Saponáceo

Água sanitária

Inseticida

Amaciante

Álcool

Desinfetante

Lustra móveis

Palito

Fósforo

Cera/Graxa

Vassoura

Rodo

Esponja aço

Guardanapo

Pano de chão

Passe bem

MASSAS

Lasanha

Pizza

Espaguete

Parafuso

Sopas

Outros

MATINAIS

Requeijão

Margarina

Chás

Café

Filtro de papel

Achocolatado

Iogurte

Aveia

Leite

Bolo

Pão

TEMPEROS

Cravo/Canela

Mostarda

Sal

Açúcar

Pimenta

Vinagre

Maionese

Caldos

Orégano

Outros

ORGANIZAÇÃO

PROIBIDA A IMPRESSÃO

Agora que tabelamos os gastos e ganhos, precisamos pensar na organização de forma mais ampla. **Responda rápido:**

Onde está a nota fiscal
do seu celular?



Onde está sua carteira
de vacinação?

Se você teve que pensar para responder essas perguntas, é porque está precisando de um pouquinho mais de organização e disciplina. Junte comprovantes de compra, faça anotações, identifique diariamente seus gastos. Se deixar para fazer tudo no fim do mês, vai acabar esquecendo algo e por menor que seja a compra, se somar tudo, vai dar um número significativo.

ENTÃO ORGANIZE-SE!

PARA VISUALIZAÇÃO

DÍVIDAS

PROIBIDA A IMPRESSÃO

Esse é um assunto que tira o sono de muita gente.

Vamos começar com uma dica importante:

TENTE PAGAR TUDO À VISTA!

Quanto antes você se livrar dessas obrigações financeiras, melhor. Mas se não for possível, é preciso ter em mente se esta é uma dívida que caberá em seu orçamento. Muitas vezes uma parcelinha, como de um calçado novo, parece fácil de quitar, mas juntando com a parcela da geladeira, do aluguel e do carro, ela se torna um “monstro” difícil de vencer. Pense muito bem antes de assumir mais parcelas, pois aquilo que seria um sonho, pode acabar virando pesadelo.

Aprenda então algumas dicas de como controlar bem suas dívidas:

Cheque pré-datado: Ele dá a sensação de que você nem está gastando, mas trinta dias passam rápido, esteja preparado, e lembre-se sempre de fazer seus cheques nominais, cruzados e com a data em que deverão ser descontados para evitar surpresas.

Prefira modalidades de crédito consignado em folha, restituição de I.R., ou aquelas que oferecem menores riscos para a instituição credora. Além disso, se você comparar taxas entre instituições financeiras, vai perceber que é muito mais vantagem fazer parte do cooperativismo de crédito.

Cartão de Crédito: Use com sabedoria, pois se pagar apenas o mínimo permitido, você entra no rotativo, uma das modalidades de crédito mais caras no Brasil.

Outra **dica importante** é nunca emprestar seu nome, mesmo que seja para alguém conhecido. Mas se acabar entrando em uma dívida, não faça outra maior ainda para tentar saldar, assuma que você está devendo e tente negociar o pagamento.

Agora que aprendemos a controlar o dinheiro, vamos aprender a economizar no dia a dia.
ECONOMIA TAMBÉM SE FAZ EM CASA.



ALIMENTOS

No Brasil, estamos acostumados a desperdiçar muito, principalmente alimentos. Aproveite talos, folhas e cascas em receitas diferentes, use o pão velho para fazer torradas ou farinha de rosca, deixe as sobras de arroz, feijão e legumes separadas para fazer bolinhos, aproveite a água do cozimento dos legumes para sopas e molhos e pesquise sobre as cascas de frutas que podem se transformar em doces. Deixe as ideias fluírem e divirta-se na cozinha gastando pouco.



ENERGIA ELÉTRICA



Sobre energia elétrica, todo mundo sabe: “Luz que você apaga é luz que você não paga”. Isso vale também para equipamentos que a gente sempre esquece ligado, como a TV.

Além disso, dê preferência para lâmpadas frias e ambientes claros.

Nas geladeiras, evite abrir e fechar o tempo todo e não coloque alimentos quentes. Descongele-a sempre que possível, não frite as prateleiras, desencoste-a da parede, não pendure roupas para secar, verifique a vedação da porta e no inverno, aumente a temperatura. Esses pequenos cuidados vão fazer uma grande diferença na conta do fim do mês.

Quanto ao ferro de passar, junte as roupas e passe todas de uma vez, começando pelas mais finas, sem esquentar muito o ferro. Já no chuveiro, não abuse da água quente, que gasta 30% mais e ainda prejudica a pele. Ao se ensaboar, desligue-o e ao religar, seja rápido.

Com a máquina de lavar, é importante usar a quantidade certa de sabão e manter o filtro limpo, lavando o máximo possível de roupas de uma vez.

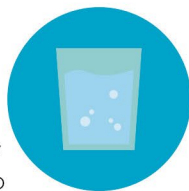
TELEFONE

Sempre dá para economizar ao telefone. Procure falar menos e nos horários mais baratos. Tenha sempre caneta e papel na mão para não perder tempo de ligação procurando e lembre-se, celular pré-pago é mais barato e você não abusa dos minutos.



ÁGUA

Um dos bens mais preciosos que existem é a água e é muito simples cuidar dela. Corrija vazamentos, pois uma torneira pingando consome em média 46 litros de água por dia. Aproveite a água do tanque ou da máquina para lavar as calçadas. Se for lavar o carro, use um balde ao invés da mangueira. Ao ensaboar a louça, escovar os dentes ou fazer a barba, desligue a torneira, e o mesmo vale para o chuveiro que consome 120 litros de água a cada 20 minutos ligado.



GÁS



Com o gás as dicas são bem conhecidas, cuidado com vazamentos, deixe fogo baixo logo que começar a fervura, mantenha o bico do fogão limpo e regulado e não deixe correntes de ar dispersarem as chamas. Com essas dicas, com certeza o seu consumo vai diminuir significativamente.

TRANSPORTE

Deixe o carro de lado, prefira ir a pé ou de bicicleta, pois além de econômico, faz bem para a saúde, mas se não puder evitar, vá devagar, afinal um carro em alta velocidade consome bem mais combustível.



ROUPAS



Não se prenda em moda, roupas básicas duram mais. Não tenha medo de aproveitar as liquidações de final de estação, customize, recicle suas roupas e desentulhe do armário aquilo que não serve mais. Aproveite e faça doação para quem precisa mais de você.

INFANTIL

LABIRINTO

PROIBIDA A IMPRESSÃO

PARA VISUALIZAÇÃO



CAÇA-PALAVRAS

Preencha o texto com as palavras corretas e procure-as no caça-palavras:

A _____ é uma maneira divertida de aprender a usar o _____ que a gente ganha do papai e da mamãe. Se você souber _____, vai poder _____ alguma coisa muito legal depois de um tempo. Então coloque no _____ as _____ que sobrarem e comece a _____ para seus próximos _____.

P R O I N G R E V I D I A N I B H V E D I N H E I R O C T O R
A L I Q U E T A E N E A S O L L I C I T U D I N L O R E M
Q U I M E S A D A M A U C E C O N O M I Z A R T
C O N S E Q U A T I P S C O M P R A R I T T I S S E M N I B H
I D E L I T D U I S S E D O D I O S I A M E T N I B H
V U L P O A A T E C O U R S U S A S I T A M E T M A U R I S
M O R B I C O F R I N H O U M V E L I T N A M N E C
T E L L U S A O D I O T I N C I D U M O E D I N H A S O R N A R
P O U P A R O N M A U R I S V I T A E E R A T
C O N S E Q U A T A U C T O R E U E L I B R I N Q U E D O S

CHARADA

João deu **R\$ 10,00** para se filho Lucas e pediu que ele comprasse **R\$ 4,00** de pão. Antes de sair de casa, Lucas perguntou para mamãe se ela queria alguma coisa também e ela pediu que trouxesse um pacote de farinha que custa **R\$ 3,00**. Lucas foi, comprou tudo e ainda sobrou troco para o papai.

Quantos reais sobraram?



AVALIE SUAS PRIORIDADES

Com um pouquinho de organização, controle e planejamento, fica fácil fazer economia. Suas ações hoje terão reflexo no seu futuro.

Parece uma coisa óbvia, mas todo mundo sabe disso e mesmo assim poucos se preocupam em fazer um investimento. Poupando R\$ 5,00 por dia por exemplo, você terá, sem correção de juros, R\$ 1.825,00 no fim de um ano com 365 dias. Por isso é importante pensar sempre no longo prazo.



Se organize e defina uma quantia dentro do seu orçamento para depositar na poupança, afinal de contas, nunca sabemos o dia de amanhã.

Existem duas formas de se ter mais dinheiro: Ganhando mais ou reduzindo gastos. A redução nós já falamos nas páginas anteriores, agora vamos focar em ganhar mais.

Para isso, é preciso mais qualificação e maior aprimoramento do trabalho. Estude, atualize-se, procure melhorar como profissional e ajude todos à sua volta a melhorarem também. Passe seus ensinamentos inclusive para as crianças. Ensine de onde vem o dinheiro, mostre que é preciso trabalhar muito para conquistá-lo, e no final, ensine a gastá-lo com sabedoria e poupá-lo com objetivos.

Com todos crescendo juntos, o futuro será melhor para a família inteira.

DOAÇÕES

Por fim, ganhando mais e gastando menos, você vai viver melhor e com mais objetivos, mas não esqueça que ninguém vive bem sozinho. Doe, mesmo que não seja dinheiro. Se você dispor um pouquinho do seu tempo para ajudar o próximo, já vai fazer uma grande diferença para o mundo.

COOPERATIVISMO DE RESULTADOS

PROIBIDA A IMPRESSÃO

O Sistema de Cooperativas de Crédito do Brasil, Sicoob, possui 4 milhões de cooperados em todo o país e está presente em todos os estados brasileiros e no Distrito Federal. É composto por 450 cooperativas singulares, 16 cooperativas centrais e a Confederação Nacional das Cooperativas do Sicoob (Sicoob Confederação). Integram, ainda, o Sistema, o Banco Cooperativo do Brasil do Brasil (Bancoob) e suas subsidiárias (empresas/entidades de: meios eletrônicos de pagamento, consórcios, DTVM, seguradora e previdência) provedoras de produtos e serviços especializados para cooperativas financeiras.

A rede Sicoob é a quinta maior entre as instituições financeiras que atuam no país, com mais de 2,9 mil pontos de atendimento. As cooperativas integrantes do Sistema oferecem aos cooperados serviços de conta corrente, crédito, investimento, cartões, previdência, consórcio, seguros, cobrança bancária, aquisição de meios eletrônicos de pagamento, dentre outras soluções financeiras.

Mais informações, acesse:
www.sicoob.com.br



PARA VISUALIZAÇÃO

PARA VISUALIZAÇÃO



COLABORAÇÃO:

- Tiago Luz Boeira
- Elton Cesar Freire

REALIZAÇÃO:



FAZEMOS PARTE:

