

# Meu Controle Financeiro



 Fenasbac<sup>®</sup>



# POR TODO BRASIL

O Meu Controle Financeiro é uma ação promovida pela **FENASBAC - Federação de Associações dos Servidores do Banco Central**, e integra a programação de ações da **5ª Semana Nacional de Educação Financeira - ENEF**. A Semana ENEF é promovida pelo Comitê Nacional de Educação Financeira - CONEF, e é realizada todos os anos desde 2014. O objetivo é conscientizar as pessoas sobre a importância do planejamento financeiro e contribuir para o fortalecimento da cidadania. Várias ações educacionais, presenciais e online são promovidas por todo Brasil e são organizadas por instituições públicas e privadas.

A quinta edição ocorre de **14 a 20 de maio de 2018**. A agenda está repleta de ações gratuitas oferecidas pelo Comitê e seus parceiros.

**Quer saber mais sobre a Semana ENEF e as ações realizadas por todo Brasil?**

**Acesse: [www.semanaenef.gov.br](http://www.semanaenef.gov.br)**

# Oi, tudo bom?

**Vamos falar de dinheiro?  
Ou melhor, vamos falar do SEU dinheiro?**

Você sabe exatamente como gasta o seu? Sabe qual é o destino e como ele está sendo usado? Consegue se organizar para realizar os seus sonhos? Tem noção do quanto você gasta com coisas que não precisa? Está conseguindo quitar e pagar suas principais despesas?

Se você respondeu NÃO para alguma dessas perguntas, talvez seja a hora de cuidar melhor do seu dinheiro. Estamos falando do seu bolso e cada centavo é muito importante!

Todas as pessoas têm despesas, certo? Mas será que todas estão tratando o dinheiro de forma cuidadosa? Tratar bem suas finanças sempre traz ótimos resultados. Que tal você começar a mudar seu comportamento? O *Meu Controle Financeiro* vai te ajudar a cuidar do seu dinheiro. Sim, isso é possível! Quando você entende como e com o quê gasta, seu bolso e os seus sonhos agradecem!

Vamos começar? Confira o passo a passo nas próximas páginas.

Primeiro, vamos falar sobre o consumo consciente! Já ouviu falar dos **cinco Rs**?

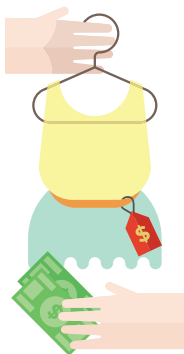
**R**epensar

**R**ecusar

**R**eduzir

**R**eutilizar

**R**eciclar



### **REPENSAR:**

É muito importante repensar hábitos de consumo e descarte. Será que o que você está comprando é algo que realmente necessita?

### **RECUSAR:**

Quando você recusa produtos que prejudicam a saúde e o meio ambiente, além de economizar, está contribuindo para um mundo mais limpo.



### **REDUZIR:**

Consuma menos produtos e dê preferência aos que duram por mais tempo.



### **REUTILIZAR:**

Ao reutilizar, você estará ampliando a vida útil do produto, além de economizar na extração de matérias-primas. Doe roupas que você não usa mais, aproveite os objetos da sua casa e conserte o que estiver quebrado, como eletrodomésticos e móveis.



### **RECICLAR:**

Ao reciclar qualquer produto, reduz-se o consumo de água, energia e matéria-prima. Tenha sempre o cuidado de comprar produtos que podem ser reciclados, assim você também estará contribuindo para um processo de produção mais limpo. A coleta seletiva deve fazer parte da realidade de todos!

**Entender essas etapas é muito importante! A maior parte dos seus gastos é com coisas que você não precisa, já possui ou pode reutilizar!**



# MUITA ATENÇÃO!

Quem nunca ficou balançado após uma propaganda na televisão e achou que PRECISAVA de um produto, mas na verdade era só uma vontade passageira?

Estamos a todo momento em contato com propagandas na rua, na rádio, na televisão e na internet.

Entenda seus desejos! Você precisa mesmo daquilo? É um sonho antigo ou só uma vontade que apareceu por causa das propagandas que tentam nos convencer a comprar o tal produto?

Você quer comprar porque a vontade partiu de você ou foi colocada na sua cabeça?

É preciso vigiar a forma que você usa e gasta o seu dinheiro! **Seus sonhos** valem a sua atenção, mas coisas desnecessárias só vão atrasar sua rota para atingi-los. Economize e foque no que realmente importa para você!

# Teste seus hábitos financeiros

**1.** Você costuma pagar suas despesas fixas como água, energia, cartões de crédito e carnês em dia?      ( ) sim      ( ) não

**2.** Você tem o hábito de conferir os extratos da sua conta no banco e dos cartões, exigir notas fiscais dos estabelecimentos e verificar o valor da conta antes de efetuar algum pagamento?      ( ) sim      ( ) não

**3.** Faz pesquisas de preços antes de comprar algum produto?      ( ) sim      ( ) não

**4.** Quando surge um imprevisto você não passa por sufoco porque sempre tem um dinheiro guardado para situações do tipo?      ( ) sim      ( ) não

**5.** Compra produtos de qualidade porque sabe que a durabilidade ajuda economizar?      ( ) sim      ( ) não

**6.** Você consegue se divertir sem gastar muito dinheiro e sem comprometer suas outras despesas? ( ) sim ( ) não

**7.** Você evita deixar dívidas em aberto? ( ) sim ( ) não

**8.** Você tem o hábito de anotar suas principais despesas e os gastos diários? ( ) sim ( ) não

**9.** Tem consciência de quanto está gastando com coisas supérfluas? ( ) sim ( ) não

**10.** Além de guardar uma parte para imprevistos, você sempre poupa parte do seu salário? ( ) sim ( ) não

*Contes quantas repostas SIM foram assinaladas e veja o resultado na próxima página.*

# Veja seu resultado

## **De 0 a 4 - ATENÇÃO!**

Fique mais atento aos seus hábitos financeiros! Você tem um perfil de consumo que costuma arriscar ao invés de planejar. Você não está cuidando do seu dinheiro da forma correta. Caso surja um imprevisto provavelmente passará por sufoco. Um bom início é passar a controlar os seus gastos! Esta cartilha vai ajudar nessa missão!

## **De 5 a 7 - POR UM TRIZ**

Você pratica alguns hábitos básicos, mas o essencial é cuidar com mais cautela das suas finanças. Seu perfil é muito comum, mas não o mais saudável! Alguns meses são mais tranquilos que outros e você tem um controle parcial dos seus gastos. Que tal aumentar o cuidado com o seu dinheiro? Você sentirá a diferença de imediato! O Meu Controle Financeiro é uma solução para você.

## **De 8 a 10 - PARABÉNS!**

Você entende a importância de controlar os seus gastos, cuidar das suas finanças e administrar o seu dinheiro durante o mês. E a poupança? Seus sonhos? Como estão? Com controle e foco, o trajeto até seu objetivo será curto! Que tal influenciar seus amigos e familiares para que eles também melhorem os hábitos? Propague essa ideia!

# MUDANÇA DE COMPORTAMENTO

Mudar nem sempre é simples, concorda? Mas quando falamos sobre a forma que você lida com o seu dinheiro, vale a pena refletir!

Quando você passa a entender o seu poder de compra, é muito mais simples o processo de mudança para hábitos financeiramente saudáveis.

Sabe uma atitude simples que transforma totalmente sua relação com o seu bolso? **Passar a ANOTAR os seus gastos!** E esta cartilha foi feita especialmente para você!

# SONHOS NOS MOTIVAM!

Quais são os seus sonhos? Quer realizá-los a curto, médio ou longo prazo? Vamos anotá-los? Quando você registra eles em um papel e define um plano para atingi-los, suas ações ficam muito mais conscientes! Isso facilita a realização de cada um!

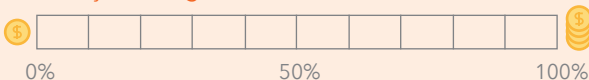


**Sonho 1:** \_\_\_\_\_

Quanto custa: R\$ \_\_\_\_\_

Quanto estou guardando para realizá-lo: \_\_\_\_\_

Quanto já consegui:

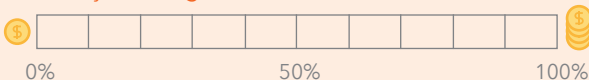


**Sonho 2:** \_\_\_\_\_

Quanto custa: R\$ \_\_\_\_\_

Quanto estou guardando para realizá-lo: \_\_\_\_\_

Quanto já consegui:



# DICAS:



- Faça uma poupança!
- Deixe cartões e valores altos fora de seu alcance para não o gastar com coisas que você não precisa de verdade.
- Esteja preparado para imprevistos.
- Está com dívidas? Que tal planejar a melhor forma de quitá-las?
- Use esta cartilha para iniciar a sua mudança de hábito.
- Anote TODOS os seus gastos para ter maior controle sobre suas finanças.
- Guarde todos os recibos de pagamento.
- Converse com sua família sobre a importância de fazer um planejamento financeiro e convide todos para participar.
- Guarde parte do seu dinheiro para realizar os seus sonhos!
- Comece agora!



# COMO PREENCHER:

Forma de pagamento:  
cartão de crédito ou  
dinheiro/débito

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	 	Com o que gastei	Valor
15	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/> Feira do mês	200,00
16	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Blusa	30,00
16	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/> Picolé	3,50
17	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Gasolina	80,00
18	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/> Fatura do cartão de crédito	350,90
<b>TOTAL: R\$</b>			<b>664,40</b>



Data em que a  
compra aconteceu

# Maio

## DINHEIRO QUE RECEBI

Dia	O que recebi	Valor
.....		
.....		
.....		
.....		
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	  Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO



Dia	 	Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	.....
		<b>TOTAL: R\$</b>	.....

# Junho

## DINHEIRO QUE RECEBI

Dia	O que recebi	Valor
.....		
.....		
.....		
.....		
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	  Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO



Dia	 	Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	.....	
<b>TOTAL: R\$</b>			

# Julho

## DINHEIRO QUE RECEBI

Dia	O que recebi	Valor
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	  Com o que gastei	Valor
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
		<b>TOTAL: R\$</b>





# Agosto

## DINHEIRO QUE RECEBI

Dia	O que recebi	Valor
.....		
.....		
.....		
.....		
<b>TOTAL: R\$</b>		

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	  Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
<b>TOTAL: R\$</b>		



## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO



Dia	 	Com o que gastei	Valor
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
<b>TOTAL: R\$</b>			

# Setembro

## DINHEIRO QUE RECEBI

Dia	O que recebi	Valor
.....		
.....		
.....		
.....		
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	  Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	 	Com o que gastei	Valor
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>TOTAL: R\$</b>			







# Novembro

## DINHEIRO QUE RECEBI

Dia	O que recebi	Valor
.....		
.....		
.....		
.....		
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	  Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO



Dia	 	Com o que gastei	Valor
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
<b>TOTAL: R\$</b>			

# Dezembro

## DINHEIRO QUE RECEBI

Dia	O que recebi	Valor
.....		
.....		
.....		
.....		
	<b>TOTAL: R\$</b>	

## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	  Com o que gastei	Valor
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
.....	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	
	<b>TOTAL: R\$</b>	



## COM O QUE GASTO MEU DINHEIRO

Dia	 	Com o que gastei	Valor
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
	<input type="radio"/> <input type="radio"/>		
<b>TOTAL: R\$</b>			

**Controle financeiro faz a gente evoluir,  
crescer, e tomar melhores decisões.**

**Espalhe essa ideia.**

Uma ação Fenasbac e  
Instituto Fenasbac na  
5ª Semana ENEF



 **Fenasbac**<sup>®</sup>

Federação Nacional de Associações  
dos Servidores do Banco Central

**Instituto**  
Fenasbac