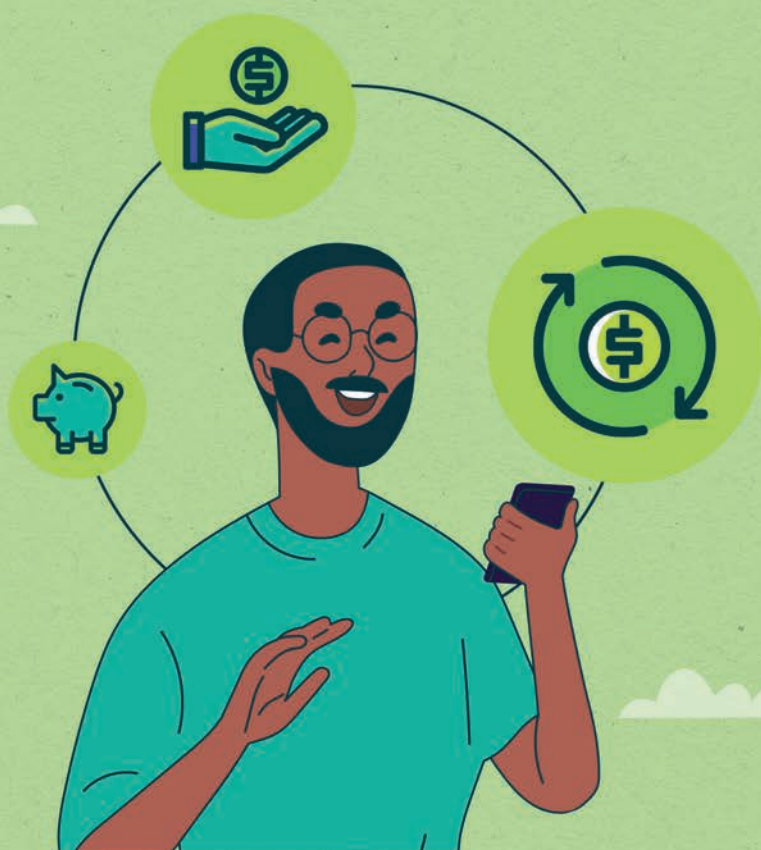


# EDUCAÇÃO *financeira*



**SICOOB**  
Instituto

# QUEM SOMOS

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 as 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.



# Introdução

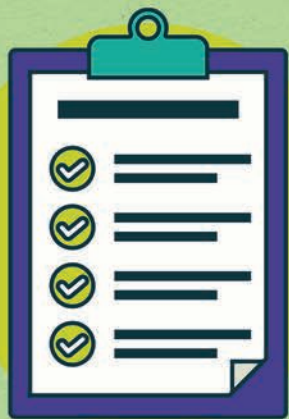
Em alguns países, desde cedo já se aprende na escola como cuidar e administrar seu dinheiro. Assim, a maioria dos adultos cresce consciente e preparado para lidar com **gastos, investimentos e rendimentos**. No Brasil, as coisas são diferentes. Não temos essa base na infância e, quando chegamos à vida 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.

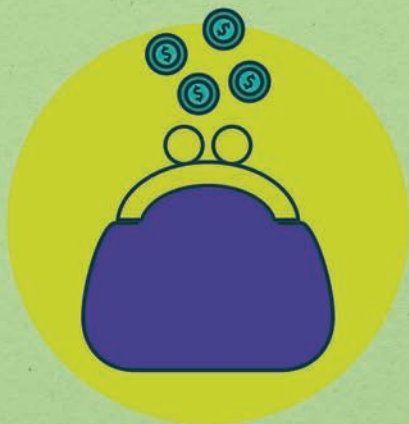
Queremos que você aprenda que dinheiro não pode se tornar um problema, e que tudo é muito melhor e mais fácil quando ele trabalha para você, não você para ele.

# ESTABELECENDO *metas e objetivos*



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**.



# RELACIONAMENTO 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		
	Consertos		
Empregada Doméstica			
SAÚDE/ ALIMENTAÇÃO	Supermercado		
	Açougue		
	Feira		
	Padaria		
	Médico		
	Dentista		
	Remédios		
EDUCAÇÃO	Mensalidade escolar		
	Material escolar		
	Uniforme		
	Cursos		
	Mesada dos filhos		
VESTUÁRIO	Roupas		
	Calçados		
	Outros		

## 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:

Cônjuge

Filhos

Aluguéis

Outras receitas:

Total:

RENDA FAMILIAR

DESPESAS REALIZADAS



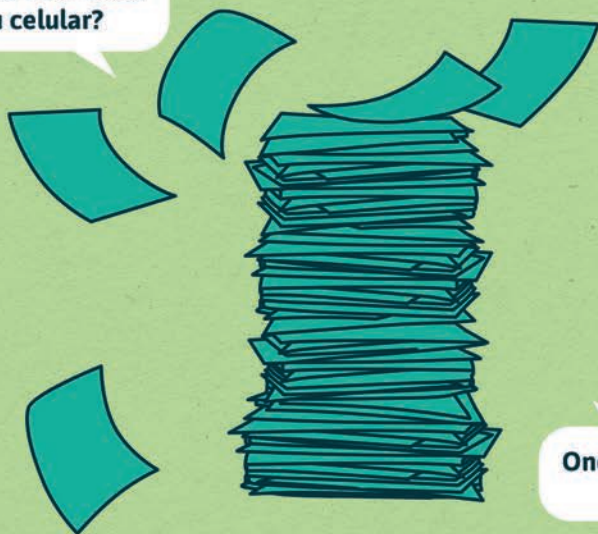
## LISTA DE COMPRAS PARA SUPERMERCADO

<b>BEBIDAS</b>	Azeitona	<b>FRIOS</b>	Palito
Água	Óleo	Presunto	Fósforo
Sucos	Azeite	Queijo	Cera/Graxa
Refrigerante	Sardinha	Salame	Vassoura
Cerveja	Outros	Mortadela	Rodo
Vinho	<b>FEIRA</b>	Outros	Espanja aço
Outros	Ovos	<b>HIGIENE</b>	Guardanapo
<b>BISCOITOS</b>	Batata	Papel higiênico	Pano de chão
Doces	Cebola/alho	Absorvente	Passe bem
Salgados	Tomate	Algodão	<b>MASSAS</b>
Petiscos	Cenoura	Creme dental	Lasanha
Outros	Pepino	Escova de dentes	Pizza
<b>CARNES</b>	Abobrinha	Fio dental	Espaguete
Frango	Chuchu	Sabonete	Parafuso
Bifes	Beterraba	Xampu	Sopas
Moída	Pimentão	Creme de barba	Outros
Músculo	Couve-flor	Desodorante	<b>MATINAIS</b>
Peixe	Espinafre	Cotonete	Requeijão
Linguiça	Repolho	Condicionador	Margarina
Outros	Alface	Espanja	Chás
<b>CEREAIS</b>	Mandioca	Fralda	Café
Arroz	Brócolis	Pente	Filtro de papel
Feijão	Vagem	Outros	Achocolatado
Soja	Mamão	<b>LIMPEZA</b>	logurte
Pipoca	Laranja	Buchas	Aveia
Outros	Limão	Papel toalha	Leite
<b>DOCES</b>	Banana	Papel alumínio	Bolo
Balas	Maçã	Filme PVC	Pão
Chocolate	Outros	Saco de lixo	<b>TEMPEROS</b>
Gelatina	<b>FARINHAS</b>	Sabão em pó	Cravo/Canela
Em calda	Trigo	Sabão pedra	Mostarda
Em pasta	Rosca	Detergente	Sal
Outros	Fubá	Saponáceo	Açúcar
<b>ENLATADOS</b>	Polvilho	Água sanitária	Pimenta
Leite condensado	Mandioca	Inseticida	Vinagre
Creme de leite	Milho	Amaciante	Maionese
Molho de tomate	Maisena	Álcool	Caldos
Milho	Fermento	Desinfetante	Orégano
Ervilha	Outros	Lustra móveis	Outros

# Organização

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!**



# Dívidas

Esse é um assunto que tira o sono de muita gente.  
Vamos começar com uma dica importante:

## TENTE PAGAR TUDO À VISTA!

O 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

### Aprenda então algumas dicas de como controlar bem suas dívidas:

**Cheque Especial:** Ele dá a sensação de que você tem mais dinheiro na sua conta corrente. É uma linha de crédito pré-aprovada que o banco disponibiliza desde a abertura da sua conta, como se fosse um saldo extra, e muitas vezes você nem lembra deter solicitado. A facilidade de sua utilização requer cuidados, pois trata-se de uma modalidade de crédito com juros elevados."

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

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.

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 ligados, como a TV. Além disso, dê preferência para lâmpadas frias e ambientes claros.

Quanto à geladeira, evite abrir e fechar o tempo todo e não coloque alimentos quentes. Não forre 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.

## Celular

Quanto ao **celular**, avalie suas necessidades para não contratar serviços inúteis, como um pacote de dados maior do que seu consumo. Verifique a possibilidade de portabilidade para operadoras com planos mais baratos e sempre confira sua fatura antes do pagamento.



## 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



Em relação ao **gás**, as dicas são bem conhecidas: cuidado com vazamentos, deixe fogo baixo logo que começar a ferver, 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

## Transporte

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



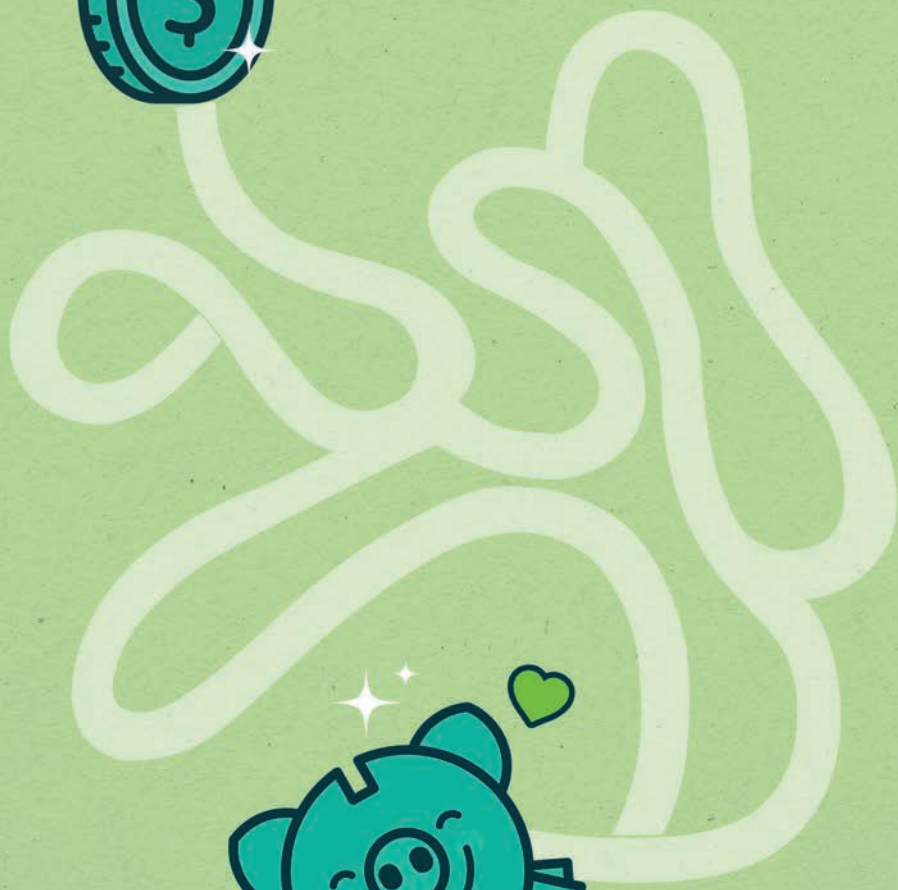
## Roupas



Não se prenda a modas, **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 que você.

INFANTIL

# Labirinto



# 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 sobram 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 E I  
S O L L S E 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 T T I S  
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 T  
E 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 S I T A  
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  
P O U P A R O N M A U R I S V I T A E E R A T D O D I O S I A  
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 U

# 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. Pougando 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 dispôr um pouquinho do seu tempo para ajudar o próximo, já vai fazer uma grande diferença para o mundo.

# COOPERATIVISMO *de resultados*

Imagine mais de 6 milhões de pessoas construindo juntas um mundo com mais cooperação, pertencimento, responsabilidade social e justiça financeira: este é o **Sicoob** – Sistema de Cooperativas Financeiras do Brasil. Hoje, somos centenas de cooperativas financeiras com atuação em todos os estados brasileiros, sempre regidas por esses valores. Quem faz parte do Sicoob conta com mais de 3 mil pontos de atendimento, milhares de caixas eletrônicos e uma diversidade de canais digitais que permitem acesso a um portfólio completo de produtos e serviços financeiros – como conta corrente, investimentos, crédito, cartões, previdência, consórcio, seguros, cobrança e muito mais –, com taxas bem mais justas que as encontradas no mercado financeiro convencional. Isso acontece porque, aqui, quem se associa não é apenas um cliente: é um cooperado e, como dono do empreendimento, participa democraticamente das decisões e dos resultados financeiros – resultados esses que são reinvestidos no desenvolvimento regional, em um círculo virtuoso de prosperidade socioeconômica.

Mais informações, acesse:  
[www.sicoob.com.br](http://www.sicoob.com.br)





**COLABORAÇÃO:**

- Tiago Luz Boeira
- Elton Cesar Freire

**FAZEMOS PARTE:**

