



Guia Financeiro 10

ECONOMIA COMEÇA DENTRO DE CASA!

Você já reparou que, trabalhando bem em equipe, fica mais fácil atingir um objetivo? Nas finanças da família, também funciona assim: quando todos participam, os resultados chegam mais rápido.

Ao rever hábitos de consumo e cortar gastos, a família abre caminho para poupar.

O dinheiro, antes usado sem muito controle, passa a ser direcionado para realizar sonhos de curto, médio e longo prazo, que todos podem definir juntos.



Confira dicas simples de economia, para serem praticadas em casa.
E convide sua família para começar o quanto antes.





■ USO CONSCIENTE DA ÁGUA

-  Espere **acumular roupas para lavá-las** na máquina. Após o uso, reaproveite essa água para lavar o quintal e o carro.
-  **Feche a torneira** enquanto ensaboa a louça ou escova os dentes.
-  Verifique e **conserte vazamentos**.
-  **Retire os restos de comida** de pratos e panelas, antes de lavá-los.
-  **Instale descarga econômica** na sua residência.
-  Para cuidar das plantas, **utilize regador** em vez da mangueira.
-  Opte por **regar seu jardim à noite** (a ausência do sol diminui a evaporação).
-  **Diminua o tempo** no banho.

■ FOCO NA CONTA DE LUZ

-  Após utilizar os eletrodomésticos, **desligue-os da tomada**.
-  **Use e abuse da luz do sol**: abra cortinas e opte por cores claras nas paredes e no teto de casa. Elas ajudam a refletir a luz natural.
-  Instale painéis para **captação de luz solar**, para aquecimento da água.
-  Compre eletrodomésticos que apresentam o **selo da Procel, com classificação A** (são os mais econômicos).
-  **Apague a luz** ao sair dos cômodos.
-  **Troque suas lâmpadas**, optando pelas de LED e fluorescentes.
-  Mantenha o chuveiro na **posição “verão”** e fique menos tempo no banho.
-  Observe sempre a **vedação da sua geladeira**.
-  **Limpe o filtro** do ar condicionado para evitar sobrecarga do aparelho.
-  Ligue a máquina de lavar **apenas quando estiver cheia**. Caso precise lavar pequenas quantidades de roupa, escolha ciclos de lavagem mais curtos.
-  **Acumule roupas** para usar o ferro de passar de uma só vez.
-  **Seque a roupa no varal**, evitando o uso da secadora elétrica ou a gás.
-  **Não deixe o celular carregando** a noite inteira.



TODOS JUNTOS

Que tal a família conversar ou assistir TV reunida em um ambiente da casa?

Além de economizar energia elétrica, vocês terão bons momentos juntos.

■ PACOTES DE SERVIÇOS SÃO ÚTEIS?

Assinatura de revista, serviços de TV a cabo, internet, telefonia móvel e fixa etc. São tantos os serviços contratados no dia a dia, que fica difícil perceber o impacto no orçamento.

Verifique a possibilidade de negociar preços, cogitando a troca de fornecedores ou de pacotes. Será que é possível economizar ou fazer um pacote mais apropriado para o consumo da sua família?



Vocês costumam ler as revistas e jornais que assinam?
Que tal rever esses planos?



Celulares da mesma operadora pagam menos para falar entre si e muitas vezes falam de graça. Verifique o custo de pacotes familiares na sua operadora.



■ ALTERNATIVAS PARA ECONOMIZAR NO TRANSPORTE

- Para economizar combustível: planeje sua rota conforme seus compromissos, evitando assim sair e voltar para casa várias vezes.
- Procure meios de locomoção alternativos, como a bicicleta e a caminhada. São gratuitos e você ainda beneficia a sua saúde.
- A família pode rever hábitos, compartilhando o uso do carro para a ida ao trabalho, utilizando transporte público, fretados ou carona de amigos.

■ NA COZINHA: SABOR E SAÚDE COM ECONOMIA.

A primeira dica, e talvez a principal, é **fazer mais refeições em casa** sempre que possível. O ritmo de vida das famílias é sempre acelerado, mas unir esforços nesse sentido gera excelentes resultados para o orçamento.



Leve comida de casa para almoçar no trabalho e, no fim de semana, a família pode se reunir e preparar a própria pizza em casa, em vez de usar o delivery. A mesma recomendação vale para o lanche da escola dos filhos.



Ao usar o forno, **asse mais de um alimento** por vez.



Tenha sua própria horta: além de desfrutar dos alimentos frescos e sem agrotóxicos, você ainda economiza na feira.



Compre frutas da época, que costumam ser mais saborosas, durar mais tempo e ter um preço menor.



Mantenha as panelas fechadas ao cozinhar.



Quando fizer suas compras no supermercado, faça um levantamento do que ainda tem em casa e **elabore sua lista**, restringindo-se ao necessário. Pesquise preços e experimente outras marcas.



Evite usar galões de água mineral, optando pelos filtros.



■ ATENÇÃO AOS GASTOS PRIORITÁRIOS

Cuidado: na intenção de economizar, você pode arrumar dor de cabeça.



Plano de Saúde: ter um bom plano de saúde e realizar exames preventivos são práticas fundamentais para manter sua qualidade de vida.



Remédios: observe muito bem a recomendação médica, evite substituições na intenção de economizar e, no uso de genéricos, siga atentamente o princípio ativo especificado na receita.



Seguros: de carro, vida, residência e outros são despesas de proteção. Portanto, por mais que seja necessário cortar despesas, considere manter esses serviços para proteger seu patrimônio.

DE OLHO NO ORÇAMENTO!

- Faça o download e monitore sua planilha PortoPrev.
- Atualize a planilha periodicamente.
- Evite juros e multas, pagando suas contas sempre em dia.
- Use os recursos da internet para comparar preços e planejar suas compras.

BAIXE AQUI
A PLANILHA



MUDANÇA DE HÁBITO PARA A VIDA TODA

Sempre que possível, a família deve se reunir para conversar sobre planejamento financeiro.

Essa é uma excelente oportunidade para sonhar e realizar juntos. **Sucesso!**



PORTOPREV
PORTO SEGURO PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR
Alameda Ribeiro da Silva, 275, Térreo
São Paulo – SP – CEP 01217-011
www.portoprev.org.br