

Cuide da sua saúde financeira e alcance mais qualidade de vida!

Tão importante quanto a saúde física ou a mental, a saúde financeira possibilita uma vida com mais qualidade, harmonia e estabilidade.

2020 mostrou para o mundo que imprevistos acontecem e precisamos estar financeiramente preparados para enfrentá-los. Ter reservas nunca foi tão essencial em um mundo pós-pandemia.

Programe-se!

Ter uma reserva de emergência é fundamental para manter a tranquilidade em situações inesperadas. O valor a ser considerado, geralmente, é de 6 meses do custo de vida de uma pessoa. Se você ganha um salário mensal de R\$ 6.000,00, sua reserva deve girar em torno de R\$ 36.000,00. Para servidores estáveis, a reserva pode variar entre 3 e 4 meses.

Conheça os diferentes perfis

Podemos citar 4 perfis:



Poupadores: têm sempre uma reserva de emergência;



Gastadores: vivem o aqui e agora sem preocupação;



Doadores: estão sempre dispostos a ajudar quem precisa;

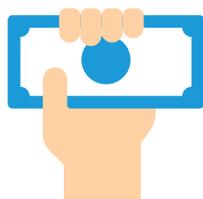


Planejadores: estabelecem metas econômicas e caminhos para alcançá-las;

Sempre alerta!

Sem dinheiro, o estresse, a preocupação e os anseios tomam conta da sua vida. E o melhor meio de evitar o medo constante de não ter certeza se conseguirá pagar as contas no fim do mês é se planejar!

- Seja organizado (controle entradas e saídas de renda);
- Preveja e controle os gastos;
- Deixe o dinheiro render;
- Estipule metas;
- Fuja do cheque especial.



Educação financeira para crianças, sim!

Crianças que aprendem a lidar com o dinheiro desde cedo se tornam adultos mais conscientes de seus ganhos. A educação financeira deve fazer parte das conversas em família sempre que possível. Comece abordando os conceitos básicos e evolua o papo com seus filhos conforme eles crescem.

- Explique logo cedo as diferenças entre dinheiro vivo, cartão e cheque;
- Envolve a criança no orçamento da família apresentando custos de comida, roupas, contas, escola;
- Use jogos que simulem a vida financeira, como Banco Imobiliário e Jogo da Vida;
- Incentive as crianças a pouparem. Dê de presente cofres para que comecem a entender o conceito de guardar dinheiro para uma meta;
- Deixe o dinheiro do passeio em família na responsabilidade da criança. Isso vai forçá-la a escolher prioridades.

Garanta mais qualidade de vida e estabilidade para você e sua família. Defina metas e as coloque em prática desde já!