

# COMO TIRAR SEU NOME DO **VERMELHO** E COLOCAR NO **AZUL**

Guia prático de educação  
e organização financeira

CONSUMO **AZUL**

 **SPC**  
REGULARIZA

 **FCDL**  
Santa Catarina

 **CDL**

 **SPC**  
BRASIL





# **UM CONSUMO AZUL DEPENDE DE SUAS ATITUDES**

Manter seu nome no azul faz bem à saúde física e financeira. Quando você está com as contas em dia, vive mais tranquilo e consegue planejar investimentos de um jeito mais organizado e assertivo. Pensando nisso, criamos este guia de educação e organização financeira. Para você entender mais sobre economia doméstica e aprender soluções práticas para administrar suas contas.





## ***CAPÍTULO 1***

# ***POR QUE O CONSUMIDOR ENTRA NO VERMELHO?***

*Antes de entender o motivo  
pelo qual as pessoas  
se endividam, é preciso  
compreender o perfil do  
consumidor brasileiro.*

# 39,7%

*dos inadimplentes afirmam não fazer planejamento financeiro mensal e não saber exatamente quanto tem para gastar do orçamento.*

# 25%

*dos brasileiros vivem fora do padrão adequado de vida.*

# 33,5%

*dos brasileiros inadimplentes são impulsivos com compras/gastos e descontrolados financeiramente.*

# 38%

*dizem que às vezes perdem a noção do quanto podem gastar em momentos de lazer.*

Fonte: Meu Bolso Feliz - SPC Brasil





# **FIQUEI NO VERMELHO! COMO PAGAR DÍVIDAS?**

*Todo mundo sabe o que significa isso e poucos param para pensar, de fato, nas causas desse descontrole. Você está no vermelho quando as contas estão mais altas do que o dinheiro que você tem disponível. Porém, essa situação pode ser passageira se você colocar em prática algumas estratégias.*

## **GASTOS SUPÉRFLUOS**

*A primeira coisa a pensar é: será que eu gastei “um dinheiro que não podia” com coisas que não são essenciais ou importantes para minha vida? Será que eu abusei dos chamados “gastos supérfluos”? Até que ponto eles são necessários para a minha sobrevivência?*



**COMO  
EVITAR O  
ENDIVIDAMENTO**

**?**



- *Saiba quanto você ganha.*

- *Anote todos os seus gastos. Conhecer o destino do seu dinheiro é o primeiro passo para usá-lo com sabedoria. Anote os gastos fixos, como conta de luz, água, financiamentos... e os gastos extras, como um café, saídas, ou até mesmo um gasto inesperado, como a compra de medicamentos.*

- *Utilize recursos para o controle financeiro como planilha de gastos, poupança e reserva financeira. Por exemplo, 10% do salário ou economizar, pelo menos, o valor do seu gasto fixo X três meses.*

- *Estabeleça metas. Por exemplo: guardar um valor X por mês, comprar um bem em determinado tempo, ampliar a casa, fazer uma viagem. Faça um planejamento de curto, médio e longo prazo. Lembre-se de ter uma quantia para situações de emergência, assim não precisa descontar do dinheiro da poupança.*

- *Cuidado com parcelamentos. Não existe venda sem juros. Bens de consumo rápido não devem ser parcelados.*

- *Planeje férias e gastos com lazer, diversão e supérfluos: pague primeiro, viaje depois.*

- *Repense o padrão de vida e reduza os gastos fixos.*

- *Adote uma forma de pagamento na qual você não se perca.*

- *Utilize o cartão de crédito com sabedoria.*

- *Amplie a sua renda. Quem sabe você consegue abrir um brechó com roupas e objetos que não usa mais, ou ainda oferecer algum serviço. Coloque a criatividade para jogo.*





PODCAST

# Pod isso, meninas?

Valor Investe

## PARA LER/OUVIR ASSISTIR

*O podcast “Pod isso, meninas?”, da revista Valor Investe, tem como propósito descomplicar a área financeira, desde temas como economia doméstica, até investimentos. Com situações práticas e do nosso cotidiano, Ana Leoni, Naiara Bertão e Nathalia Larghi se propõem a quebrar os tabus sobre dinheiro e trazer dicas para quem ainda se sente inseguro para investir ou procura uma vida financeira mais saudável.*

*Escute o primeiro episódio aqui:*





## **CAPÍTULO 2**

# **O QUE É ORÇAMENTO PESSOAL?**

*Todo mundo tem noção das próprias “contas”. Sabe o quanto “entra” e o quanto “sai”.*

*O orçamento é isso: um cálculo que a gente faz com tudo que entra (salário, “bicos”, pensão, aposentadoria, mesada, rendimento de aluguel etc.) e tudo que sai (os gastos e despesas pessoais e da casa).*

“

**“É PRECISO PACIÊNCIA E ORGANIZAÇÃO. SE NÃO POSSUI DINHEIRO, NÃO RECORRA A ‘MILAGRES’. AGUARDE O MOMENTO CERTO DE COMPRAR”.**

**José Vignoli,**  
educador financeiro  
do Portal Meu Bolso Feliz.

## **ENTENDA COMO O SEU DINHEIRO CIRCULA.**

*É importante registrar todas as prestações contraídas a serem pagas nos meses seguintes, como roupas, imóvel, carro, etc. É a hora de repensar e avaliar a direção dos seus gastos, negociando, se for o caso, com todos os membros da família.*

*Você precisa evitar novos gastos. Mas, se não der, tenha certeza de que eles vão “caber” no orçamento – seja à vista ou a prazo.*

*Fazer dívidas novas ou não planejadas é a principal razão do sufoco financeiro. Muita gente fica inadimplente por isto, mas você pode se organizar: eliminar as dívidas, gastar menos do que ganha e conquistar o equilíbrio financeiro.*



“

**“A FORMA MAIS SAUDÁVEL DE SE USAR CARTÃO DE CRÉDITO É QUANDO SE TEM DINHEIRO. O USO DO PLÁSTICO NÃO DEVE SER PARA SUPRIR A FALTA DE CAPITAL. SE PAGOU NO CRÉDITO, TEM QUE PENSAR QUE O DINHEIRO JÁ TEM DONO, ELE SÓ NÃO VEIO BUSCAR”**

**Gabriela Vale**

*Planejadora Financeira Pessoal*





# SETE ERROS

## COMUNS AO USAR O CARTÃO DE CRÉDITO

1. Contar com o limite do cartão como renda extra.

2. Pagar só a parcela mínima da fatura.

3. Atrasar o pagamento da fatura.

4. Não ter ideia de todas as taxas cobradas.

5. Ter muitos cartões de crédito.

6. Não acompanhar o extrato.

7. Perder-se nas cobranças em débito automático.



## CAPÍTULO 3

# PRIORIDADES E CONSUMO SUPERFLUO

*Tome cuidado com as compras por impulso. Todos nós gostamos de consumir: um passeio ao shopping com os filhos, uma viagem de final de semana, uma ida às lojas. Mas quando se estão com as contas em desequilíbrio, é preciso cortar tudo que não seja essencial e concentrar o orçamento no que você precisa mesmo para viver, como alimentação, gastos com moradia, plano de saúde, entre outros. Evite comprar por impulso. Pense bem e reflita para saber se aquele gasto é mesmo necessário.*

## ***PARA ONDE ESTÁ INDO O MEU DINHEIRO?***

*Não queremos que você pare de viver o lado bom da vida e fique só no essencial. Queremos que você aprenda a se organizar para sair do sufoco e viver com mais tranquilidade.*

*Mas para isso, é necessária a mudança de comportamento em relação às compras para a recuperação financeira. Você não precisa deixar de fazer o que gosta – e sim definir as prioridades com o que vai gastar, de que forma vai gastar e que dinheiro tem disponível para isso. Com planejamento, é possível ter um dinheirinho para aquilo que a gente gosta, sem comprometer as despesas fixas do mês.*





***CAPÍTULO 4***

***SEIS DICAS  
PARA SAIR DO  
VERMELHO***

## **DICA 1: ORGANIZAÇÃO**

- *Mapeie suas dívidas: as instituições a quem deve, as taxas cobradas, os juros, o tempo de dívida.*
- *Separe as contas ou dívidas prioritárias.*
- *Defina quais dívidas é possível pagar em um tempo maior.*
- *Tome a iniciativa. A postura do devedor faz a diferença.*

## **DICA 2: RENEGOCIAÇÃO**

- *Livre-se do cartão de crédito e cheque especial.*
- *Faça um empréstimo com um banco que ofereça uma taxa menor e quite a fatura.*
- *Se possível, contrate um crédito consignado. As taxas de juros tendem a ser mais atrativas.*
- *Procure os credores e tente renegociar as dívidas.*
- *Aceite apenas parcelas que realmente cabem em seu orçamento.*
- *Negocie descontos.*

## **DICA 3: EVITE NOVAS DÍVIDAS**

- *Evite gastos desnecessários.*
- *Economize o que for possível.*
- *Foque em seu esforço.*
- *Separe as contas futuras.*
- *Faça um levantamento das contas mais básicas, tais como: aluguel, água, luz, alimentos. Procure manter prioridade para que essas contas sejam pagas em dia.*



## **DICA 4: AMPLIE AS RECEITAS**

- Se for possível, busque alguma forma de conquistar uma renda extra. Quem sabe um trabalho no final de semana. Será necessário e temporário até você colocar as contas em dia.
- Empenhe o 13º salário.

## **DICA 5: VENDA DE BENS**

- Se necessário, venda algo de valor para quitar a dívida mais importante e mais “pesada” do momento. Isso trará um alívio.
- Não se desespere, é uma fase passageira. Conforme você for se reeducando financeiramente, conquistará novos bens materiais de forma controlada e equilibrada.

## **DICA 6: REPENSE FÉRIAS OU VIAGENS**

- Só saia de férias se tiver dinheiro disponível para este lazer, o que não é o caso para quem está no vermelho.





## ***CAPÍTULO 5***

# ***BOTANDO SEU NOME NO AZUL***

*Se você está endividado e com o nome registrado nas instituições de proteção ao crédito, como SPC Brasil, o tempo não irá solucionar o problema sem que você tome alguma atitude. Organize-se para sair do sufoco.*

## **CONSEQUÊNCIAS DA INADIMPLÊNCIA**

- *Perda do crédito e facilidades do crediário.*
- *Cobranças e transtornos.*
- *Registro no SPC em 30 dias ou menos.*
- *Protesto em cartório e custas.*
- *Taxa de cancelamento.*
- *Cobrança judicial e penhora de bens.*
- *Estresse, problemas familiares e conjugais.*

# NUNCA MAIS ENTRE NO VERMELHO



*É imprescindível comprometimento e disciplina. Tenha consciência, trabalhar o psicológico é fundamental. Gaste apenas o necessário e o que pode. Analise quanto você ganha e quanto pode gastar. Lembre-se: pés no chão e não ao endividamento!*

CONSUMO **AZUL**

 **SPC**  
**REGULARIZA**

 **FCDL**  
Santa Catarina

 **CDL**

 **SPC**  
BRASIL