



#ARevolução
deCadaUm

MEU \$ALÁRIO, MINHAS REGRAS

por Nathalia Arcuri

Me Poupe!

MEU \$ALÁRIO, MINHAS REGRAS

Me Poupe!
São Paulo, SP
2023

Copyright © **Me Poupe!**, 2023
www.mepoupe.com

Produção editorial

Me Poupe!

Autoria

Nathalia Arcuri

Revisão Técnica

Jefferson Silveira

Capa

Hellen Kato

Projeto gráfico

Hellen Kato

1ª edição

Publicação digital (2023): PDF

Todos os direitos reservados

A reprodução não autorizada desta publicação, no todo ou em parte, constitui violação dos direitos autorais (Lei nº 9.610).

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

--

Elaborado por

Índice para catálogo sistemático:

1. Finanças 332.024
2. Finanças 330.567.2

Sumário

1. Boas-Vindas	1
2. ganhando ferramentas	4
3. Tirando uma selfie financeira sem filtros	15
4. Compreendendo os gastos e os ativos financeiros	18
5. Identificando os ganhos	21
6. Traçando metas	23
7. Preparando-se para o inesperado	29
8. Desenhando estratégias	34
9. Vivendo com menos	37
10. ganhando mais	42
11. Até logo!	46



1. Boas-Vindas

Bem-vindo ao "Meu Salário, Minhas Regras"!

Neste primeiro capítulo, vamos começar a explorar os princípios fundamentais que irão guiá-lo ao longo desta jornada em direção ao controle absoluto sobre suas finanças. Nathalia Arcuri, a mente por trás deste curso, está aqui para guiá-lo e garantir que, ao final das 11 aulas, você tenha o conhecimento e as ferramentas necessárias para transformar sua relação com o dinheiro.

Acredite, você não está aqui apenas para aprender a gastar menos ou economizar mais. Você está prestes a descobrir como controlar cada centavo do seu salário e finalmente conquistar sua liberdade financeira. Vamos começar!

O Potencial do seu Salário Fixo

Você, assalariado, tem uma grande vantagem em relação a muitos outros: um salário fixo. Mesmo que planilhas e cálculos não sejam sua praia, não se preocupe. Este curso irá capacitá-lo a maximizar seu potencial de ganhos, mesmo que a matemática não seja sua paixão.

Agora, permita-me apresentar a pessoa por trás deste curso. Meu nome é Nathalia Arcuri, e minha jornada financeira começou em Mogi das Cruzes, interior de São Paulo. Cresci em uma família onde a palavra mágica era "não". Isso me ensinou desde cedo a importância de tomar decisões financeiras sólidas.

Aos 7 anos, minha curiosidade sobre poupança foi despertada e, após receber um "não" dos meus pais, decidi que era hora de eu mesma conquistar meu primeiro grande objetivo: comprar um carro. Comecei a empreender, fazer bazar em casa, e até mesmo trabalhar como figurante em comerciais de TV para alcançar esse sonho.

O Poder das Metas Financeiras

Com 18 anos, eu já havia economizado um valor significativo e estava pronta para comprar meu carro dos sonhos. No entanto, quando minha madrinha me presenteou com uma carta de consórcio de 12 mil reais, minha perspectiva

mudou. Em vez de gastar tudo de uma vez, decidi economizar ainda mais e planejar a compra de um apartamento à vista.

Aos 24 anos, realizei esse objetivo e comprei um apartamento com um desconto considerável após uma negociação de 3 horas. Mas minha história não parou por aí.

Persistência e Aprendizado Constante

Apesar de ter um emprego estável, eu queria mais da vida. Então, quando recebi uma oferta de trabalho com um salário 2 vezes maior, recusei. Negocieei e consegui triplicar meu salário em apenas 45 minutos. Essa foi uma lição valiosa que marcou o início da minha jornada em direção à independência financeira.


Agora, você pode estar se perguntando o que um curso de planejamento financeiro pode oferecer a alguém com finanças já sob controle. A resposta é: muito! Este curso irá capacitá-lo a investir 30% de sua renda, realizar viagens sem precisar parcelar e garantir um futuro melhor para você e sua família.

No entanto, é importante lembrar que a confiança excessiva pode ser um inimigo das finanças. O conforto de um emprego pode levar à complacência, e é aí que a armadilha do "berço esplêndido" se instala. Mas este curso está aqui para evitar que você fique preso nessa armadilha.

O Método N.A - Avalie, Imagine, Crie

O método N.A que eu criei é baseado em três etapas: Avaliar o cenário atual, Imaginar um futuro possível e Criar uma estratégia para tornar seus sonhos financeiros realidade. Você aprenderá a aplicar essas etapas para transformar seus objetivos em realidade.

Antes de começarmos, quero que você avalie sua capacidade atual de controlar suas finanças, atribuindo uma nota de 1 a 10. Esta será sua linha de base. Em seguida, pense em que nota você gostaria de se dar após completar este curso. Lembre-se de que qualquer melhoria já é um grande avanço.



Por fim, peço que você se comprometa. Comprometa-se a seguir este curso, aplicar o que aprende e alcançar o controle absoluto sobre suas finanças. Lembre-se sempre dos "4 Fs": Foco, Força, Fé e "Foda-se". Eles serão seus aliados nessa jornada.

Prepare-se para a próxima aula, onde começaremos a desvendar o método N.A em detalhes. Até lá, continue comprometido com sua jornada rumo à liberdade financeira!

2. Ganhando ferramentas

No capítulo anterior, você teve a oportunidade de conhecer um pouco mais sobre mim, minha jornada e o que este curso tem a oferecer. Agora, imagino que você queira colocar a mão na massa e transformar suas finanças de uma maneira inesquecível. Vamos nessa!

A Importância das Ferramentas

Para começar nossa conversa, quero chamar sua atenção para uma caixa de ferramentas que está aqui na mesa. Ela contém uma chave de fenda, parafusos, uma furadeira, uma chave inglesa... está bem abastecida, não é mesmo?

E para que serve uma caixa de ferramentas? Ela serve para nos ajudar a fazer reparos, consertar algo que não está funcionando bem e até mesmo construir algo que precisamos, não é verdade?

Hoje, vou apresentar a você uma das ferramentas mais incríveis que tenho usado há anos. Ela é incrivelmente útil para clarear nossas mentes em relação aos nossos propósitos e cuidar de todos os aspectos de nossas vidas.

A Roda da Vida

Essa ferramenta é chamada de "A Roda da Vida". Vou explicar o que é e como você pode usá-la agora. Você pode estar se perguntando: "Mas Nath, o que isso tem a ver com planejamento financeiro?"

Ótima pergunta! A resposta vai se desenrolar enquanto fazemos este exercício juntos. Você vai perceber que a Roda da Vida está mais relacionada com sua vida financeira do que imagina.

A Roda da Vida e o Autoconhecimento

A Roda da Vida é uma ferramenta poderosa desenvolvida na década de 60 por Paul J. Meyer, um especialista em motivação. Ela é uma maneira simples e visual de refletir sobre o momento de sua vida, com toda a sinceridade possível.

Ao preencher cada setor da Roda, insights vão surgindo, orientando você sobre qual direção deve seguir e em qual aspecto de sua vida precisa dar mais importância no momento. Ela funciona como um guia pessoal, mostrando prioridades e ajudando você a focar nos objetivos que precisa alcançar para encontrar equilíbrio em sua vida.

Preenchendo a Roda da Vida

A Roda da Vida é dividida em várias partes, como uma pizza, e cada uma dessas partes representa aspectos diferentes de sua vida, com notas variando de 1 a 10 para você avaliar sua situação em cada área.

As três primeiras partes se referem à vida pessoal, onde você avalia sua saúde, desenvolvimento intelectual e equilíbrio emocional.

Os aspectos profissionais incluem sua realização, recursos financeiros e contribuição social. Nos relacionamentos, você avalia sua relação familiar, relacionamento amoroso e vida social. A qualidade de vida geral é representada por hobbies, diversão, seu estado de plenitude e espiritualidade.

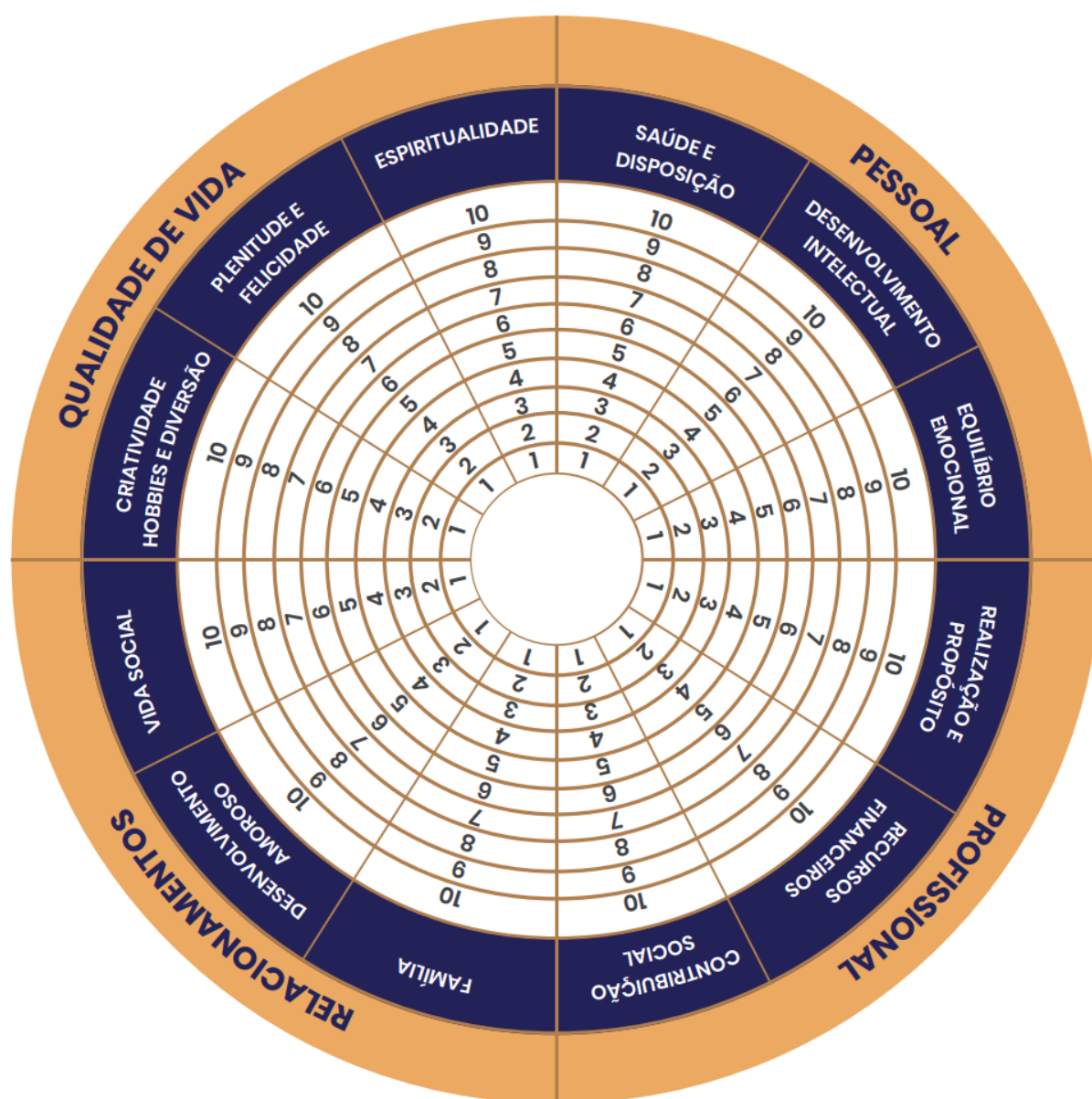
A Área de Alavanca

Ao olhar para a Roda, você verá claramente quais aspectos estão mais fortes e quais precisam de atenção. Neste ponto, você perceberá a conexão entre a Roda da Vida e sua vida financeira, pois uma está intimamente ligada à outra.

A Roda da Vida ajuda você a identificar o que é essencial, o que é importante, seus valores e o que realmente deseja da vida. É nesse momento que você pode traçar objetivos e metas, tornando sua vida financeira cada vez mais alinhada com seus valores e propósitos.

RODA DA VIDA por Paul J. Meyer

Esta ferramenta oferece um panorama pessoal e aumenta a visão que temos de nossa vida por meio do autoconhecimento. Use-a para identificar quais aspectos da sua vida você deve dar mais importância para alcançar o equilíbrio.



Preencha todos os campos marcando as notas para cada área da Roda da Vida.

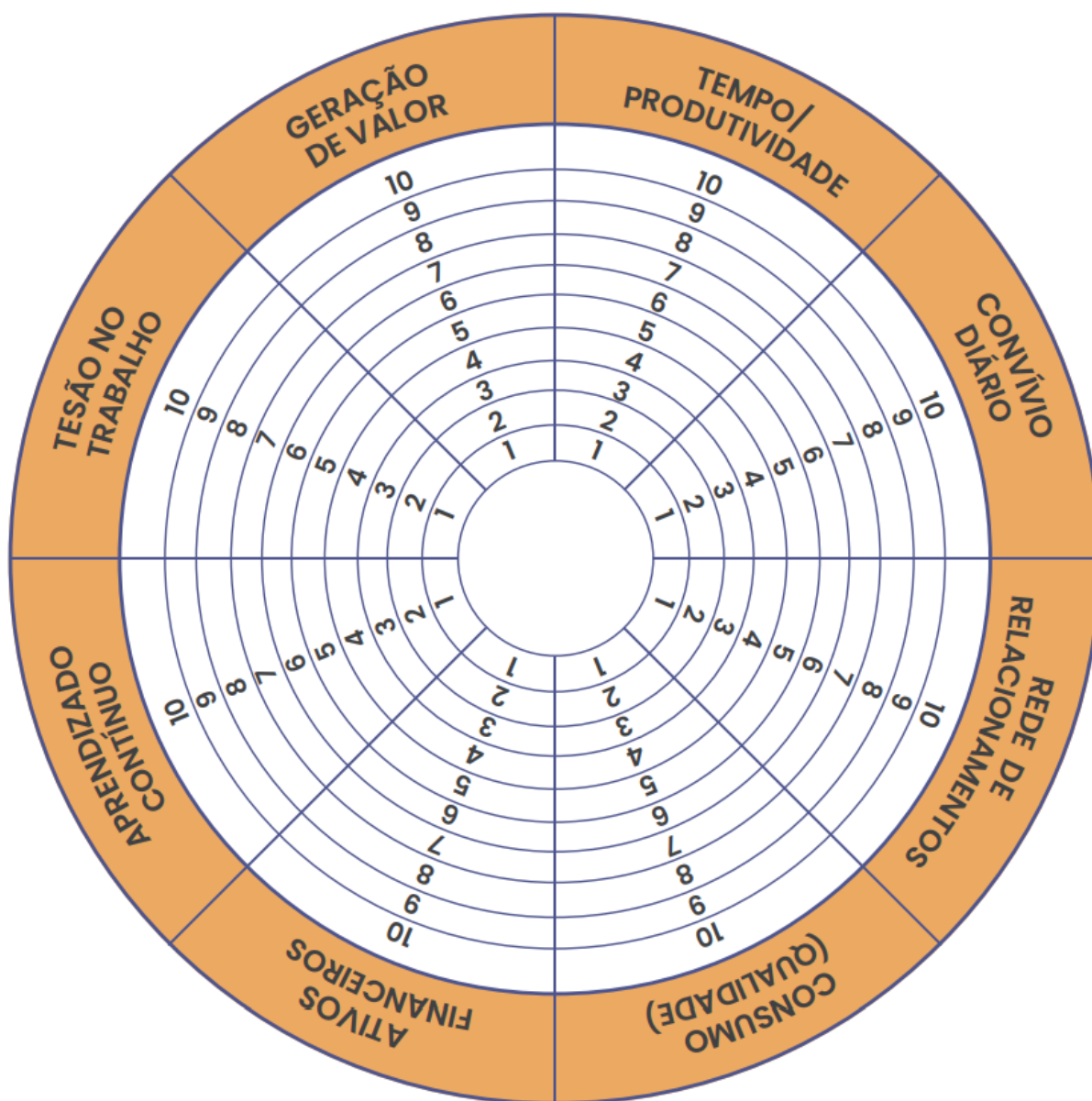
A Roda da Vida Financeira

Agora, vou apresentar a você a Roda da Vida Financeira, uma ferramenta que desenvolvi para focar especificamente em sua relação com o dinheiro. Ela é dividida em oito aspectos e segue a mesma dinâmica de avaliação com notas de 1 a 10.

- 1) *Tempo e produtividade*: Avalie como você administra seu tempo;
- 2) *Convívio diário*: Pense nas pessoas mais próximas de você e como elas impactam sua vida financeira;
- 3) *Rede de relacionamentos*: Considere sua rede de contatos e como ela pode ajudar em sua renda;
- 4) *Consumo*: Avalie a qualidade e quantidade de coisas que você compra;
- 5) *Ativos financeiros*: O dinheiro que você tem está trabalhando a seu favor, está crescendo?;
- 6) *Aprendizado contínuo*: Considere o que você tem aprendido, algo que te ajude em vários aspectos da sua vida nos últimos tempos;
- 7) *Tesão no trabalho*: Sua motivação pessoal. o quanto o seu olho brilha ao fazer o seu trabalho;
- 8) *Geração de valor*: Quanto seu trabalho gera de valor para outra pessoa.

Sua Tarefa

Agora, sua tarefa é preencher a Roda da Vida Financeira com notas de 1 a 10 em cada um dos oito aspectos. Sinceridade sempre, pois isso ajudará a identificar áreas que precisam de mais atenção.



Depois de preencher sua Roda da Vida Financeira, reserve um tempo para refletir sobre as notas que deu e como elas refletem sua situação financeira atual. Você começará a perceber a importância de alinhar seus valores e objetivos com suas finanças. Importante, depois desse diagnóstico inicial, quero falar sobre você sobre um ponto fundamental: Dinheirofobia!

Dinheirofobia

Dinheirofobia é o medo extremo de dinheiro, uma doença silenciosa que afeta muitos brasileiros. Essa condição pode ser manifestada através de crenças limitantes sobre dinheiro, que podem impedir o progresso financeiro.

Pensa comigo... a gente precisa de dinheiro, certo? Gostamos das conquistas que o dinheiro nos traz. Trabalhamos em troca de dinheiro. Temos sonhos que se tornarão realidade quando tivermos dinheiro. Mas escondemos esse assunto debaixo do tapete, como se ele não fosse importante.

A dinheirofobia é tão ardilosa que ela te impede de descobrir que está instalada. Você pode pensar “eu não tenho medo de dinheiro!” ou “eu falo super abertamente sobre o dinheiro”. Será mesmo?

Já parou para pensar: quando uma pessoa ganha pouco, geralmente ela reclama sobre aquela condição. “Nossa, tô ferrado, a minha empresa não me valoriza, meus clientes não me pagam... sabe quanto eu ganho? um salário mínimo! um absurdo!”. A partir do momento em que essa mesma pessoa começa a ganhar um pouquinho mais, o dinheiro deixa de ser assunto. Ela guarda aquilo como se fosse um segredo, e, pior, um segredo do mal. Afinal, embora a sociedade valorize o status de quem tem dinheiro, muita gente ainda pensa que, se está sobrando, é porque tem alguma coisa errada ou que você precisa emprestar pra quem não tem. Esse jeito de pensar mora no inconsciente coletivo dos brasileiros, e é contra ele que esse capítulo é radicalmente contra.

Mas como diagnosticar se você foi contaminado pela doença que mata bolsos e futuros por todo Brasil? Tem tratamento? Os sintomas podem aparecer assim, em escala crescente:

LEVES	MODERADOS	GRAVES
Medo de falar sobre quem vai pagar a conta no início do relacionamento;	Medo ou vergonha de pedir desconto;	Julgamento do enriquecimento alheio: “se ela conseguiu é porque é fácil”,

Dificuldade de falar sobre planos e planejamento financeiro pessoal com amigos e marido ou esposa antes que a bomba estoure.	Vergonha de quem pede desconto; Achar que se você falar o quanto você ganha, você tá sendo arrogante ou quer parecer mais do que os outros.	“assim até eu conseguia”, “casou com fulano” ou “o pai dele é engenheiro por isso ele é médico e tem sucesso”.
--	--	--

E o pior sintoma de todos: ficar justificando o próprio insucesso culpando o governo, a esposa, o pai, os filhos, os funcionários, o chefe pela condição financeira atual (quando é algo que você poderia fazer algo para mudar, sabemos que muitos casos o problema é bem mais profundo).

Se você já sentiu qualquer um desses sintomas, a dinheirofobia te pegou. Tudo isso vai fazer muito mais sentido pra você quando eu te explicar o que são os preceitos financeiros e como esses mesmos preceitos podem estar prejudicando sua vida financeira e a sua relação com o dinheiro.

Esse é um conceito muito interessante desenvolvido no livro "A mente acima do dinheiro" do psicólogo financeiro Brad Klontz. Preceitos também podem ser entendidos como crenças, como algo que você aprendeu, algo que você interpretou e deu significado. O que você sabe sobre dinheiro, por exemplo, foi de alguma forma, impresso no seu cérebro. tipo uma tinta bem difícil de apagar, como uma tatuagem, sabe?

Por isso eu vou te trazer um exercício que não vai tentar apagar a tatuagem. vai fazer algo melhor: vai tatuar um novo significado por cima do que já tá no seu cérebro, a gente não consegue apagar a memória, mas consegue ressignificar, ou seja, dar novos sentidos à ela.

Por exemplo, se a vida inteira você acreditar que "os ricos são ruins", o seu cérebro vai fazer todo o possível para te deixar longe deles. Claro, a pior coisa que poderia acontecer com você seria enriquecer, porque isso te transformaria imediatamente em alguém ruim. Entendeu o processo? Agora eu te peço o seguinte: anote todos os seus preceitos, todas as suas crenças sobre dinheiro

num papel. Se não tá te ocorrendo nada assim de pronto, te ajudo. Você já achou que alguma dessas frases fazia muito sentido?

"Dinheiro não é importante"

"É difícil ganhar dinheiro"

"Dinheiro na crise é impossível"

"No Brasil tem muita gente desonesta, não dá pra ganhar dinheiro de forma lícita"

"Mulheres sempre ganham menos"

"Homens não respeitam o valor das mulheres"

"É impossível ficar milionário trabalhando com o que eu trabalho"

"Só vou enriquecer se eu ganhar na Mega-sena"

Agora, para ver que preceito que você listou vale a pena manter, é importante saber qual deles faz sentido pra você ainda hoje. Qual deles de fato corresponde a algo verdadeiro? Como? Você vai ver quando essa crença é útil para você fazendo o seguinte: pega lá o preceito, a frase que ficou impressa na sua cabeça sobre dinheiro e completa a sentença dizendo para si quando ela faz sentido. Um exemplo:

"Dinheiro não traz felicidade quando..."

you lose someone you like a lot.

you don't have time for anything, nor do you have anyone.

people only get close to you for the money.

Note que o preceito continua na sua cabeça, mas você agora determinou quando de fato ele faz sentido. Até porque o dinheiro também pode trazer felicidade. E é por isso que nessa etapa do exercício, você vai escrever justamente quando o preceito não é verdadeiro.

"Dinheiro traz felicidade quando..."

i can travel more.

i can feel safe and calm.

i can help my family.

É nessa hora que você vai pensar: Eu cravei essa frase na minha cabeça como se fosse uma verdade única. E aqui o preceito cai! Nada sobre dinheiro é uma

verdade única. Em alguns momentos a ideia que você faz dele é mesmo um fato, em outros, simplesmente não é verdade.

Faça agora o exercício com todos os preceitos que você listou, de preferência, mais de uma vez, vou deixar um diagrama na próxima página. Isso vai dar a você um novo entendimento para cada um deles, uma arte nova por cima das tatuagens que já caducaram, que não fazem mais sentido pra você. Ao enfrentar e ressignificar seus preceitos, você deu mais um passinho para alcançar o sucesso financeiro.

PRECEITOS FINANCEIROS: UMA NOVA TATUAGEM NO SEU CÉREBRO!

Esse exercício vai mudar a forma como você enxerga o dinheiro. Faça a tarefa com calma e, a partir de agora, redobre a atenção! Toda vez que um pensamento sobre dinheiro ou conquistas/ frustrações relacionadas a ele aparecerem na sua cabeça pergunte-se: estou diante de um preceito que precisa receber uma nova tatuagem?

Sempre que estiver diante de um preceito, faça o exercício abaixo.


Sugestão da sua mentora: Imprima este arquivo ou escreva em seu caderno e tenha-o sempre por perto. Ele será uma das provas da sua evolução!

Passo 01: Escreva uma lista de pelo menos 5 preceitos e crenças que você se lembre sobre o dinheiro na primeira coluna da tabela abaixo. Por exemplo: *O dinheiro não traz felicidade.*

Passo 02: Identifique na coluna do meio, momentos nos quais seu preceito faz realmente sentido. “*Dinheiro NÃO traz felicidade **quando...***”.

Passo 03: Identifique na coluna da direita, momentos nos quais seu preceito não faz nenhum sentido. “*Dinheiro TRAZ SIM felicidade **quando...***”.

PRECEITO	NÃO FAZ SENTIDO QUANDO	FAZ SENTIDO QUANDO



Lembre-se de que o dinheiro não é apenas números em uma conta bancária; ele está intrinsecamente ligado à qualidade de vida e à realização de nossos sonhos e objetivos. Vamos continuar essa jornada juntos para que você possa conquistar a liberdade financeira que tanto deseja.

3. Tirando uma selfie financeira sem filtros

Você descobriu que tem uma relação mais complexa com o dinheiro do que imaginava, e as pessoas ao seu redor não estão tão abertas a discutir finanças como você pensava. Agora, você se pergunta como tudo isso vai ajudá-lo a ganhar controle sobre suas finanças. Às vezes, parece até que a professora está enrolando demais, certo?

Mas não se preocupe, mantenha a calma e controle a ansiedade. Tudo o que você aprendeu até agora fará muita diferença.

A verdade é que ter um salário é reconfortante, pois você sabe exatamente quando o dinheiro entrará, mesmo que sua vida financeira esteja em desordem. Imagine isso como uma cartomante revelando o futuro.

Agora, pense na questão financeira que te trouxe até aqui, se eu pudesse arriscar uma palavra que seria a guia para a solução da sua questão, essa palavra é clareza!

Talvez você ainda pense que, no Brasil, ninguém pode prever o futuro e que sua vida financeira é definida apenas pelo seu salário. Todos esses pensamentos são resultado de uma deficiência que, infelizmente, quase todos têm quando se trata de planejamento financeiro.

O que você realmente precisa agora, e que fará a maior diferença em sua vida, é clareza sobre o passado, o presente e o futuro. "Mas como eu faço isso, Nath? Como visualizar claramente minha vida financeira?"

Eu vou explicar. Primeiro, você precisa conhecer bem seus ganhos e gastos. Prepare-se, pois vamos juntos conectar todos os pontos!

Com honestidade, você sabe o quanto você custa? Você sabe se é uma pessoa que gasta muito ou uma pessoa econômica? Este será o nosso primeiro passo.

Esse questionamento é a primeira parte do que eu chamo Selfie Financeira Sem Filtros. Ela requer muita atenção e honestidade. Já viu aquelas pessoas que usam

tantos filtros nas selfies que parecem outra pessoa? Você faz isso? Nunca tirou uma selfie?

Bem, prepare-se, porque essa selfie que vou te ensinar a tirar é como uma lente de alta resolução e não permite filtros. Precisamos encarar a realidade como ela é: rugas, espinhas, manchas... ou seja, descontrole, cartão de crédito, parcelas, desorganização.

Porque somente com base em uma análise crua e honesta de sua situação financeira atual você poderá definir metas e, em seguida, planejar caminhos para tornar seus objetivos realidade. Agora, é importante ter à mão suas faturas impressas, comprovantes de pagamento, extratos pessoais e empresariais e anotações de despesas diárias. Isso garantirá que você não esqueça de incluir nada em sua "selfie-verdade."

No caso da fatura do cartão de crédito, por exemplo, é importante que você liste cada gasto separadamente, não apenas o valor total. Por quê? Bem, porque, se você misturar todos os gastos, será difícil identificar onde está ocorrendo o vazamento de dinheiro. Portanto, preste atenção e siga as instruções.

Uma dica para facilitar sua "selfie" é separar seus extratos e faturas dos últimos três meses antes de começar o exercício.

Agora, é importante entender a diferença entre gastos fixos e gastos variáveis. Isso será útil ao preencher a planilha. Despesas variáveis são aquelas que aumentam ou diminuem com o uso. Por exemplo, a conta de luz. Ela é fixa no sentido de que ocorre todos os meses, mas varia dependendo do consumo. Você pode economizar energia e reduzir sua conta.

Outras despesas variáveis incluem alimentação, transporte, combustível e entretenimento. Tudo o que você pode reduzir fazendo escolhas melhores.

Despesas fixas, por outro lado, permanecem inalteradas, independentemente do uso. Aluguel, parcelas de financiamento, condomínio, mensalidades escolares, entre outros, são exemplos de despesas fixas.

Antes de preencher a planilha, vamos ver como seus gastos estão distribuídos. Você pode começar pelas despesas fixas, pois elas são mais fáceis de identificar, como financiamento, aluguel e alimentação.

"Mas, Nath, eu não tenho computador ou sei usar planilhas. Como faço?"

Não se preocupe, não importa se você não gosta de planilhas ou não tem um computador. O importante é que você preste atenção em cada item da planilha e os preencha com base em suas despesas reais.

Se você preferir, pode usar papel e caneta para fazer isso. O importante é ter uma visão clara de onde seu dinheiro está indo.

Para as despesas variáveis, como comida, transporte e entretenimento, você pode estimar uma média mensal com base nos últimos meses. Isso dará uma ideia geral de quanto você gasta em cada categoria.

Lembre-se, o objetivo aqui é ter uma visão geral e precisa de suas finanças, não é necessário ser extremamente detalhado. Mas, quanto mais preciso você for, melhores decisões poderá tomar.

Ao final, você terá uma planilha que detalha todos os seus gastos mensais, separados em despesas fixas e variáveis. Isso será uma representação precisa de sua situação financeira atual. E claro, para ter essa planilha, basta acessar nosso curso lá na Plataforma Me Poupe+. Essa planilha será uma ferramenta valiosa para ajudá-lo a tomar decisões informadas sobre como economizar, investir e gastar seu dinheiro de forma mais eficiente.

Por enquanto, concentre-se em tirar sua selfie financeira e tenha a coragem de encarar a realidade. Lembre-se, o primeiro passo para qualquer transformação é a clareza. E com a sua "selfie financeira sem filtros", você está dando esse primeiro passo em direção a um futuro financeiro mais sólido e seguro.

4. Compreendendo os gastos e os ativos financeiros

Neste capítulo, vamos aprofundar nossa compreensão sobre como entender e avaliar seus gastos financeiros e os ativos que você possui. Como mencionado anteriormente, não espere que sua planilha financeira esteja perfeita desde o início. Assim como em um primeiro encontro, a prática leva à melhoria, e o importante é começar.

Aprimorando Sua Selfie Financeira

Assim como uma selfie, suas finanças podem ser aprimoradas. Vamos explorar como aperfeiçoar o ângulo e a iluminação da sua "selfie financeira". Você sabia que uma boa selfie é tirada de frente para uma janela e preferencialmente de cima para baixo? Portanto, considere esta dica enquanto ajustamos sua perspectiva financeira.

Lembro a você que também estou aqui para ensinar a tirar uma selfie perfeita, porque, afinal, conhecimento é poder. E vai que tem uma renda extra usando sua imagem? E até pra isso, tem curso também dentro da plataforma Me Poupe+.

Para ilustrar a importância de entender ativos e passivos, deixe-me compartilhar uma história pessoal envolvendo meu ex-cunhado sabichão. Ele costumava ostentar seus bens e fazer escolhas financeiras duvidosas. Em um momento crucial, ele comprou um carro novo, dando uma entrada de 10 mil reais e parcelando o restante em 36 vezes. No entanto, graças ao meu conhecimento em economia comportamental, pude aconselhá-lo e, eventualmente, ele retornou o carro, investiu o dinheiro e comprou outro com desconto em dinheiro. A moral da história é que a falta de conhecimento financeiro pode afetar qualquer um, e aprender é a chave para evitar armadilhas financeiras. Fazer esses cálculos são fundamentais na hora de fazer uma aquisição, principalmente de um passivo. Mas o que é isso, afinal?

Ativos e Passivos

Vamos nos aprofundar na distinção entre ativos e passivos. Um ativo financeiro é algo que gera renda. Por outro lado, um passivo é qualquer bem ou item que gera

custos e despesas. É fundamental compreender essa diferença para tomar decisões financeiras informadas.

Vamos fazer um exercício para esclarecer isso ainda mais. Pense em seu carro, por exemplo. Se você o utiliza para locomoção diária, ele é considerado um passivo, pois gera despesas com combustível, seguro, manutenção, entre outros. No entanto, se você o aluga para outros, ele se torna um ativo, pois gera receita.

O que você compra só se torna investimento quando você ganhar dinheiro com aquilo, ponto! Para isso a gente dá o nome de ativo financeiro. Casa própria, aquela onde você vive, não é um ativo. Carro também não é um ativo, não é um investimento.

Continuando nosso exercício: Imóvel alugado para outra pessoa, ativo ou passivo? Ativo!! O imóvel é seu e está gerando receita, trazendo dinheiro para você. E uma casa onde você vive que é alugada? Nem ativo, nem passivo. A casa não é sua, ela só entra nas suas despesas com moradia.


É importante você ter em mente que precisa aumentar os ativos (o que te gera dinheiro) e ter menos despesas com os passivos (o que te leva dinheiro). O desequilíbrio que a gente quer ver é assim: mais pro lado dos ativos e menos pro lado dos passivos.

A Fórmula da Riqueza

Para enriquecer de forma sólida, você deve ter seus ativos trabalhando para você. Quanto mais ativos financeiros você tiver, mais rápido poderá enriquecer. O contrário disso é acumular passivos que geram despesas e boletos a pagar.

Então o dinheiro que você ganha no trabalho é um ativo? Não. Isso é receita porque você teve que trabalhar pra ganhar aquele dinheiro. Um ativo financeiro faz você ganhar receita passiva, ou seja: você ganha dinheiro sem fazer nada.

É crucial não confundir ativos e passivos com receitas e despesas ao preencher sua planilha financeira. Por exemplo, o carro que você usa no dia a dia é um passivo, pois gera despesas. Para calcular corretamente, você deve considerar todas as despesas associadas, incluindo a desvalorização.



Na próxima aula, continuaremos tirando nossa selfie financeira, mas desta vez, daremos uma atenção especial às suas receitas e ganhos. Lembre-se de que a riqueza não se constrói apenas controlando despesas; também envolve maximizar suas fontes de renda.

5. Identificando os ganhos

No caminho para experimentar a sensação de segurança financeira, é essencial compreender seus ganhos mensais e como fazer o dinheiro trabalhar a seu favor. É fácil pensar que seus ganhos se limitam ao seu salário, mas, como já discutimos, seus ganhos também incluem seus ativos - aquele dinheiro que trabalha para você constantemente.

Vamos então encarar de frente seus ganhos, mapeá-los e, com essas informações em mãos, determinar a melhor maneira de fazê-los multiplicar. Você pode estar se perguntando: "Mas Nath, eu já sei quanto ganho. Preciso realmente colocar isso em uma planilha?" A resposta é sim. Muitos dos meus alunos com salários fixos também acreditavam que já sabiam, até que fizeram esse exercício e descobriram que ganhavam mais do que imaginavam.

Vamos começar olhando para aquele documento chamado holerite ou contracheque, que muitos de vocês têm. Se você possui empréstimos consignados, é importante incluir essas despesas na planilha e projetá-las. Ou seja, se você terá essa parcela pelos próximos 12 meses, já a insira na categoria de dívidas.

No holerite, você encontrará seu salário líquido, ou seja, o valor que realmente entra na sua conta após os descontos de imposto de renda, INSS, benefícios, etc. Se você tem um empréstimo consignado, insira o valor do seu salário líquido antes do desconto do consignado. Por exemplo, se seu salário líquido é de R\$1.300 e você tem um desconto de R\$150 por mês devido ao consignado, coloque R\$1.300, não R\$1.150, porque o consignado será tratado como uma despesa separada.

Por enquanto, não estamos preocupados com outros benefícios, como vale-transporte, vale-refeição, etc. Queremos apenas saber o valor do seu salário, que você pode usar como quiser. O vale transporte, por exemplo, só pode ser usado para transporte, então não faz sentido incorporá-lo ao salário.

Na minha planilha, vou somar o valor total. Se você recebe um adiantamento no dia 15 e o restante no dia 30, insira o valor total somado. Isso porque, se você

planeja bem, não importa quando o dinheiro entra, já que você tem dinheiro suficiente na conta para cobrir todos os gastos.

Você pode estar se perguntando: "E o valor do vale-refeição, posso incluí-lo na planilha?" Aqui, você tem duas opções:

Para ter mais controle, pode lançar o vale-refeição como uma receita separada, identificando-o como tal. E nas despesas, insira o mesmo valor. Dessa forma, tudo o que gastar em vale-refeição não precisa ser registrado separadamente, pois já está incluído nas despesas. Gosto desse método porque, ao sair para comer, você pode economizar dinheiro, priorizando restaurantes que aceitem vale-refeição como forma de pagamento.

Agora, voltando aos ganhos, inclua também aluguéis ou renda extra que você obtenha. Por enquanto, estamos tirando uma fotografia do seu passado financeiro, o que é relativamente fácil. Basta olhar para o último mês para ter uma noção clara do quanto realmente recebeu. Neste momento, você também pode projetar os próximos meses e incluir o décimo terceiro, se aplicável.

Alguém pode perguntar: "E se eu for demitido antes de receber o décimo terceiro?" Nesse caso, você pode se confortar sabendo que, até lá, sua vida estará em ordem, com uma reserva de emergência mais completa e a possibilidade de receber uma quantia do FGTS. Então, continue firme, mesmo se as coisas derem errado.

Agora, vamos falar sobre seus dividendos e os rendimentos dos seus fundos imobiliários. Se você já sabe o que são esses termos, compartilhe sua experiência no fórum desta aula: qual é a sensação de ganhar dinheiro sem fazer nada? Se você não sabe o que são, não se preocupe, porque a maioria das pessoas também não sabe. No entanto, no Me Poupe+ também tem muito conteúdo pra te ensinar tudo isso.

Se você possui investimentos que geram dividendos ou pagam juros mensais, que são reinvestidos ou gastos, inclua esses ganhos nos seus "Ganhos da Riqueza". Essa é a parte do seu dinheiro que está trabalhando para você. Queremos investigar quanto do seu dinheiro está indo em direção aos seus sonhos.

Todo dinheiro que você investe mês a mês entra nas despesas, como se fosse um boleto que você paga a si mesmo. Lembre-se de que é comum as pessoas chegarem a esta parte da aula e não encontrarem nada para colocar aqui, porque não aprendemos a investir e a fazer nosso dinheiro trabalhar a nosso favor. No entanto, este é um momento de grande emoção, o momento que separa aqueles que desistem de enriquecer daqueles que avançam. Quem avança tem novos problemas, como decidir entre um CDB a 140% do CDI ou uma carteira de ações. A diferença é que eles têm o que investir e têm estabilidade. Eles sabem como será o próximo mês.

Se você deseja ter esse controle, vamos seguir para o capítulo 6.

6. Traçando metas

Você já percorreu um longo caminho desde o início do nosso curso, e é hora de começar o processo de construção dos seus sonhos. Antes de mergulharmos mais fundo no mundo das finanças, reserve um momento para apreciar o quanto você evoluiu. Sua pele brilha com saúde, seu sono está mais tranquilo, suas ideias estão mais claras e você começou a falar mais sobre dinheiro. Você é um espetáculo de estudante! E lembre-se, não dizemos isso para todos.

Quando foi a última vez que você parou para analisar detalhadamente seus gastos e estilo de vida? Talvez nunca tenha feito isso antes. É hora de celebrar essa vitória, pois você já deu passos significativos em direção a um futuro financeiro melhor.

Agora, vamos adicionar um ingrediente mágico à sua receita de sucesso financeiro: seus sonhos mais selvagens. Feche os olhos e imagine seu futuro, como se estivesse olhando através de um telescópio que permite ver adiante no tempo. O que você vê daqui a cinco anos? Onde estará, com quem, qual será seu trabalho, quanto estará ganhando e que sonhos estará realizando?

Lembra do gato da Alice? Lá do país das maravilhas. Em um momento do filme, a Alice vê mil indicações de caminhos pela frente e pergunta pra ele qual deve seguir. O gato diz - e é uma grande verdade - quando você não sabe pra onde está indo, qualquer caminho serve.

Com o nosso dinheiro é a mesma coisa. Se você não sabe pra que tá trabalhando, porque tá juntando dinheiro, qualquer passivo serve. Então, para parar de andar sem rumo vamos para mais um exercício: pegue papel e caneta. É hora de anotar todos os seus sonhos, tudo o que passar pela sua cabeça. Tudo mesmo. Mas tem que ser concreto, não pode ser que nem discurso de miss: "quero a paz mundial". Todos queremos. Mas e você que está lendo esse livro agora? Quer um carro modelo tal, cor tal, ano tal? Quer viajar todos os anos pra Europa? Fazer o curso ou o intercâmbio xyz? Pode ser sonho que você consiga conquistar essa semana ou um outro que leve mais tempo. Não importa! Anote tudo que daqui a pouco a gente põe cada sonho no seu devido lugar de alcance!

Pode ser que nesse momento tudo fuja, que não surja nada na sua cabeça e que o seu cérebro sabotador diga: Ah, mas eu já tenho tudo que quero. Será mesmo? Olha, eu não tô aqui pra te estimular a consumir por consumir. Mas a ideia é que você encontre aquilo que te move, que te dá energia, que te joga pra frente em busca da conquista de algum ideal, de algo que te deixe feliz e que te deixe também melhor do que você está hoje, entendeu?

Às vezes quando o sonho é grande demais, a dinheirofobia bate e a gente se acha megalomaníaco, ou acha que o nosso sonho é bobo. Começamos a julgar o próprio sonho e matamos o coitado antes dele nascer. Mas será mesmo que eu mereço? Isso é pra mim? Eu vou mesmo conseguir atingir? Baixe o volume desses questionamentos. Comece a sua lista, esse exercício é obrigatório! Sem seus sonhos listados, todo o conteúdo que vier daqui pra frente não vai fazer o menor sentido. Então, faz, por favor! Se for levar um tempo, tudo bem. Se concentre e escreva a lista. Você vai gostar desse momento só seu de pensar em tudo aquilo que quer conquistar no futuro!

Fez? Excelente! Qual o tamanho da sua lista? Pequena, média, gigante? O próximo exercício vai te ajudar a aprofundar essa técnica. Dá uma olhada na sua lista e responda à pergunta: Você deixaria de fazer algo muito legal hoje pra conquistar algum desses sonhos? Tem algum desses sonhos que você diria que é o mais importante de todos? Veio sonhos demais?

Calma que tem um plano pra tudo! Mas antes de arrumarmos esse mundo todo de sonhos, uma etapa fundamental e que você não pode pular de jeito nenhum!

Descobrimo seus Valores

Vamos alinhar suas metas com seus valores pessoais. Seus valores são a bússola que guiará suas escolhas financeiras. Simples, apenas quando as nossas metas estão alinhadas aos nossos valores é que nós somos capazes de realizá-las com o mínimo de esforço. A economia comportamental, a ciência que desvenda o nosso cérebro, já disse que é muito mais fácil manter a autodisciplina perseguindo algo muito importante. Calma que a gente já vai descobrir o que te move.

Para deixar essa explicação mais concreta, vou deixar uma lista de valores para você entender direitinho o que eu tô falando: gratidão, coragem, status,

honestidade, segurança, reconhecimento, realização, liberdade, contribuição... Alguma dessas palavras tocou fundo em você? Talvez várias delas? Então o exercício que eu te proponho agora é o seguinte: pensa num dos seus sonhos, numa das metas que você já listou. Agora imagina que você já conquistou essa meta! Reflete comigo: Por que essa meta é importante pra você? Que sensação essa conquista te proporciona? O que você sente? Guarda essa sensação. Pode pôr no papel também.

Pensa também em um momento um dos mais importantes que você viveu até agora! Que sentimento esse momento te proporcionou? Fazendo esse exercício você vai descobrir mais sobre você do que jamais soube até agora e vai ficar muito mais perto de saber o que te move.

Olhando para essas sensações, liste os valores que te movem, coloca os três principais em ordem: assim, ó, do mais importante para o menos importante. aí você vai relacionar esses valores com a sua lista de metas, ligando os pontos. Quais têm mais a ver? Quais têm menos a ver e podem ser descartados?

É nesse momento que muita gente percebe que o carro que a gente achava que queria, na verdade não tem nada a ver com o que nos move de verdade... e que talvez a casa que achava que precisava, na verdade era um desejo do pai, da mãe... era apenas uma convenção. Os nossos sonhos podem não ser convencionais. E se o seu valor mais importante é diferente do meu, porque a gente precisa sonhar com a mesma coisa?

É importante que você saiba que os seus valores não mudam. E eles podem ter pesos diferentes ao longo da sua vida, mudando de hierarquia. Se hoje você é um jovem de vinte e poucos anos, talvez a liberdade seja seu valor principal. Mas daqui a algumas décadas, a segurança pode ser mais importante para você.

Lembre-se: quando seus objetivos estão alinhados com seus valores, é mais provável que você os realize com facilidade.

Criando Metas Inteligentes

Agora que você conhece seus valores, é hora de transformar seus sonhos em metas específicas, mensuráveis, atingíveis, relevantes e com prazo definido

(método SMART). Cada meta precisa ser detalhada, mensurável ao longo do tempo, alcançável, relevante para seus valores e ter um prazo para sua realização.

Cada letrinha da palavra SMART (inteligente, em inglês) veio para lembrar de um dos pontos que caracterizam uma meta boa. Vamos lá: **s de específica**. Você precisa escrever exatamente o que você quer alcançar, certo. Depois a meta tem que ter o **m de mensurável**. Ou seja, como essa meta pode ser mensurada ao longo do tempo. Por exemplo, pra você começar a fazer medicina, tem que entrar pra essa faculdade e ir bem no vestibular, de preferência gabaritando biologia... Viu como é super mensurável se você começar a pensar assim, de forma bem concreta?

Próxima: letra **a de atingível**. Não adianta se planejar para alcançar 1 milhão daqui a um ano investindo 100 reais por mês, concorda? Metas devem nos desafiar, sim, mas devem vir carregadas sempre de realidade. Aí vem a letra **r de relevante**. A meta tem que ser importante pra você, estar ligada aos seus valores mais fundamentais, como: investir na aposentadoria para ter segurança na sua vida e nas escolhas futuras. Parece super relevante, não é?

E por último e não menos importante, o **t é de tempo**. Você precisa sempre definir um prazo para realização dessa meta. Não pode ser: "quando der", "quando conseguir".

E qual é o grande segredo? Transformar tudo o que você quiser muito em metas. Da calça jeans, à carteira nova. da casa quitada à viagem internacional. Tudo vira meta. Bora fazer isso? Pega a sua lista de metas e olha se você colocou essas metinhas de curto prazo ou se só pensou nos sonhos mais ousados. Se você colocou os sonhos mais ousados, pode completar com coisas que você esteja precisando comprar, ou que você queira ter.

Pensa também: quanto isso que eu quero agora vai me afastar da minha meta x ou y? Da minha meta super valiosa pra mim? Porque vai. "Ah, mas isso vai dar um trabalhão". Prefere ter um trabalhão e conquistar o que você quer ou seguir trabalhando para realizar só os planos de outras pessoas? Então bora lá. pensa: o quê você quer pra daqui a um mês? Daqui a 6 meses? 1 ano? 2 anos? 5 anos? 20 anos?

Se você ainda estiver em dúvida, se fez o exercício do jeito certo é só passar a sua meta pelo teste da frase potente: Eu preciso de R\$_____ até ____/____/____ para _____ porque _____. Imagina que você tem a metinha de viajar para São Paulo. Eu preciso de R\$1800 daqui a 6 meses, para ir até São Paulo participar de um evento que será muito importante para meu crescimento profissional. Viu como tudo fica muito mais claro e justificado?

Tipos de Metas

Lembre-se de que existem metas de curto, médio e longo prazo. As "metinhas" são objetivos menores que podem ser alcançados rapidamente, enquanto as "metonas" são metas maiores que podem levar mais tempo para serem realizadas. Como assim?

M1 - METINHAZINHAS

M2 - METINHAS

M3 - METAS

M4- METONAS

M5 - METAZONAS

Geralmente as pessoas têm mais metinhazinhas e metinhas do que metazonas. Por exemplo: a viagem de final de semana pra praia, uma bolsa, uma tarde no salão. Tudo isso pra ontem. Mas nós também desejamos coisas maiores como uma super viagem de férias, comprar um carro e ter a sonhada independência financeira. Se você se viu nessa situação, tudo certo! Faz muito mais sentido ter mais metinhas do que metas e metonas porque o prazo é menor e você pode ir realizando uma metinha por vez até juntar dinheiro para as metas e metonas, ao mesmo tempo, com o planejamento em dia.

Agora que você tem metas claras alinhadas com seus valores, e sabe como aplicar o método SMART e vamos seguir em frente. Lembre-se de que suas metas podem mudar ao longo do tempo, à medida que seus valores evoluem. Mantenha o foco e a determinação, e você estará um passo mais perto de alcançar seus sonhos financeiros.

7. Preparando-se para o inesperado

Para mim, a vida é separada em dois momentos: antes do exercício de metas e depois do exercício de metas. Porque do que vale juntar dinheiro, planejar, preencher planilha chata pra caramba se não é para realizar sonhos e fazer aquilo que a gente ama de verdade, que faz sentido pra gente e às vezes pra mais ninguém da nossa família?"

É incrível, não é? E uma dica extra: pegue a sua meta mais valiosa, o seu sonho mais importante, e coloque uma foto desse sonho na tela do seu celular, pode ser como tela de fundo, tela de descanso... No meu primeiro emprego, no SBT, a minha maior meta era ser apresentadora de TV, e a minha senha até no banco era "apresentadoradetv". Assim, toda vez que eu tinha algo que não ia me aproximar da minha meta, ficava mais fácil de dizer não.

Com os seus sonhos financeiros é a mesma coisa. Agora que você sabe o que realmente importa, deixe esse sonho mais perto. E comece a substituir todas as tentações por pedacinhos dessa meta. Por exemplo, Joaquina quer fazer uma viagem à Grécia em setembro de 2026 e precisa de 20 mil reais. Vai sair pra se divertir? Sem problemas. Mas aí a Joaquina pensa: se eu for no restaurante mais caro, vou gastar uns 100 reais... no mais barato vou gastar 50 e ficar 50 mais perto da minha meta.

Eu trocava tudo por metro quadrado de piso quando estava investindo para mobiliar meu apartamento e faço isso até hoje.

A Importância da Reserva de Emergência

Agora, pare para pensar no seu sonho mais selvagem. Você está lá, juntando dinheiro para ele, indo super bem... aí vem a crise, uma pandemia que chega, e você perde o emprego. Mas são tempos difíceis, e você fica 6 meses até conseguir se recolocar... Nesse caso, de onde vai sair o dinheiro para você se sustentar? Do seu sonho? Nada disso!

É para isso que serve a reserva de emergência, para você não precisar se endividar e nem abrir mão do que é mais importante no futuro.

O fato de ser assalariado, de contar com um dinheiro garantido todo mês, te dá aquela sensação de que está tudo certo, tudo sob controle, tudo resolvido. Mas o roteirista que escreve para uma série chamada "Vida" é muito criativo e sempre arranja um jeito de mostrar que imprevistos existem.

Se você parar para pensar, se você mora em uma casa, o telhado pode quebrar, um pássaro pode estilhaçar o seu vidro, um cano pode entupir, o piso pode quebrar ou ainda mais urgente, como comprar um remédio para a sua mãe que ficou doente. E agora que você está fazendo direitinho o 70/30, o que você prefere?

- A) Chorar de desespero
- B) Passar no cartão e rezar para entrar uma grana milagrosa no mês que vem;
- C) Entrar no cheque especial e pagar o dobro do preço do remédio em juros;
- D) Usar a sua reserva de emergência e não produzir nem uma única ruga de preocupação?

Eu espero muito que a sua resposta passe a ser daqui pra frente a alternativa D. E você já vai entender o porquê.

O Conceito da Reserva de Emergência

Deixa eu te perguntar uma coisa: dentro das suas metas, aquelas que eu te ensinei na aula passada, já tinha uma meta chamada reserva de emergência? Pois então! Espero que sim, porque se não tinha, agora vai ter! Todo mundo precisa de uma, pode acreditar! Mesmo que você esteja empregado neste momento.

Minha avó já dizia: "Não conte com o ovo no traseiro da galinha". Você também precisa de uma reserva de emergência e parar com essa história de "eu dou um jeito".

Desconto Hiperbólico e a Importância da Reserva de Emergência

Essa sensação que “tudo vai dar certo, confia!” tem nome: Desconto Hiperbólico.

Calma, você não vai economizar com esse desconto, só vai perder dinheiro. Desconto hiperbólico é a capacidade que nós seres humanos temos de dar um

desconto à importância do futuro e supervalorizar o presente. A gente é feito para acreditar que o futuro sempre vai ser melhor. A gente está vendo que não tem reserva, a gente viu o que aconteceu durante a pandemia, o desespero que deu, e mesmo assim a gente continua se achando acima do bem e do mal, como se tudo estivesse sob nosso controle. Vai por mim: se você confiar demais nesse instinto, vai se dar mal. O futuro só vai ser melhor quando você tiver controle sobre ele. E como você começa a fazer isso? Montando sua reserva de emergência.

Por mais que seus sonhos sejam realizáveis, que você se organize para atingir cada um deles, é importante não perder de vista a sua vida cotidiana e a garantia de uma provisão para o futuro imediato, se for necessário. Por isso, eu sempre digo e repito que a reserva de emergência é simplesmente imprescindível e precisa ser feita e cuidada com carinho por você. São quatro passos bem simples para você ter a sua reserva, e eu vou te contar agora.

Primeiro passo: definindo a Reserva de Emergência

O primeiro passo que você precisa saber é que a reserva de emergência é aquele dinheiro que fica lá investidinho e que você sabe que existe, mas não quer precisar usar. É algo tipo 'intocável', a não ser em último caso.

E por que ela é tão importante? Porque imprevistos, na verdade, não existem. Antes desse livrão, pode ser que a sua única saída fossem as alternativas A, B ou C..."

Segundo passo: calculando sua Reserva de Emergência

O segundo passo é calcular a sua reserva de emergência. Você pode usar como base de cálculo seis meses do seu custo de vida. Se esse valor hoje está em 4 mil reais, sua reserva de emergência deve ser de 24 mil reais.

É bom lembrar que tem gente que vive acima do salário que recebe mensalmente. Tem um custo mensal maior do que entra de receita. Então, nesse caso, o ideal é que a sua reserva de emergência reflita o seu custo de vida. E não só o seu salário "oficial", já que você está operando acima desse limite.

Lembra que eu disse que era bom você reduzir seu padrão de vida? Te explico a razão: quanto mais cara é a sua vida, maior tem que ser a sua reserva de emergência. Você deve estar entendendo cada vez mais por que eu insisti tanto em montar a planilha de gastos e ganhos com você. Agora você já sabe o que é receita, despesa, custo fixo, variável, ativo, passivo. Com tudo isso na cabeça, fica muito mais fácil descobrir o que é o seu custo de vida mensal e, a partir daí, começar a entender a dinâmica do seu dinheiro, fazendo ele trabalhar para você da melhor maneira.

Terceiro Passo: onde guardar a Reserva de Emergência

O terceiro passo para a sua reserva de emergência é escolher onde guardá-la. Você deve mantê-la em algum tipo de investimento com liquidez diária, algo que você possa sacar a qualquer momento que precisar. CDBs de liquidez diária de pelo menos 100% do CDI e Tesouro Selic (até R\$ 10 mil) são as melhores opções para a reserva de emergência.

Quarto Passo: o conceito de Emergência

Viagem de casamento da amiga é emergência? Não!


Trocar de carro é emergência? Depende. Se é só pra trocar por um carro mais bacana, deveria ser meta. Mas se o seu carro do trabalho parou e o conserto fica tão caro que é melhor trocar, aí vira emergência.

Comprar presente? Não.

Seu filho ficou doente e precisou comprar remédios? Com certeza, sim!

O mais importante é que você entenda que emergência é tudo aquilo que te pega sem provisões. É o que não tinha como ser planejado, mas que você sabe que pode acontecer. Quem tem carro, sabe que pode quebrar.

É bom lembrar que existem situações em que as oportunidades de crescimento podem aparecer. Uma palestra, um curso, uma viagem de negócios... E você pode usar o dinheiro da reserva de emergência com grandes oportunidades, mas não use mais de 30% da sua reserva de emergência com oportunidades.



A reserva de emergência é como um canivete suíço financeiro, com mil e uma utilidades, pronto para ser usado nos momentos mais cruciais da sua vida, quando você menos espera.

E eu tenho certeza de que as peças do quebra-cabeça das suas finanças estão se encaixando cada vez melhor agora, depois de aprender sobre todas essas ferramentas, fazendo cada vez mais sentido para você! Se prepare que você vai ganhar ainda mais músculo para seguir nessa jornada, conquistando cada vez mais desenvoltura e alta performance, digna do capitão do seu próprio barco!

8. Desenhando estratégias

Apresento agora o método 70/30. O nome desse método já mostra logo que se trata de uma proporção. Nesse caso, a proporção se refere ao tanto que você vai usar pra "você" de hoje e quanto você vai separar para "você" de "amanhã". Quem você acha que merece mais atenção? Pra quem você daria 70% de tudo que você ganha? Para você de agora ou para você do futuro?

Evitando essa dúvida a cada entrada de recurso mensal, esse capítulo vai te explicar direitinho qual o percentual ideal que precisa ser observado rigorosamente, automaticamente, meticulosamente, invariavelmente para gerir suas finanças e aproveitar da melhor forma o seu salário, segundo suas regras. Neste capítulo, vamos ainda explorar as três etapas essenciais do meu método:

- 1) **Gastar menos:** O primeiro passo para construir sua estratégia financeira é aprender a gastar menos e de forma mais inteligente. Isso não significa cortar gastos essenciais, mas sim eliminar desperdícios e direcionar seu dinheiro para o que realmente importa em sua vida;
- 2) **Ganhar Mais:** A segunda etapa é aumentar suas fontes de renda. Isso pode envolver buscar uma renda extra ou encontrar maneiras de aumentar seu salário atual. Aumentar sua renda é fundamental para acelerar o processo de conquistar suas metas financeiras;
- 3) **Investir Melhor:** Por fim, a terceira etapa envolve aprender a investir seu dinheiro de forma mais eficaz. Os investimentos inteligentes são a chave para construir riqueza e alcançar suas metas de longo prazo.

Agora, vamos aprofundar nossos conhecimentos e aplicar essas estratégias em sua vida financeira.

Lei de Parkinson e o Tempo

Você já ouviu falar na Lei de Parkinson? Ela foi formulada por Cyril Northcote Parkinson e diz que as pessoas tendem a preencher espaços de tempo vazios com atividades irrelevantes. Isso também se aplica ao dinheiro. Quando você tem mais dinheiro disponível, muitas vezes acaba gastando mais sem necessidade. É por isso que é importante criar limites financeiros. E aqui entramos de cabeça no 70/30!

Método 70/30

A base do meu método é o "70/30". Nessa estratégia, você aloca 70% de seus ganhos para suas necessidades atuais e 30% para seu futuro. Isso significa que você precisa priorizar o presente, mas também se preparar para o futuro.

Dentro dos 30%, é importante fazer uma subdivisão. Reserve 10% para sua aposentadoria, investindo em algo que garanta seu futuro financeiro. Os 20% restantes devem ser destinados para alcançar suas metas de curto e médio prazo, incluindo a construção de sua reserva de emergência, caso ainda não a tenha montado.

Agora, antes de partir para os 70%, você deve determinar o que é essencial dentro da sua vida, das suas despesas. Determinar o que é "essencial" pode ser subjetivo. É tudo aquilo sem o qual você não consegue viver. Dentro dos 70% do seu ganho mensal, 55% correspondem a tudo aquilo que é essencial. Porém, engana-se redondamente quem pensa que essencial é só aluguel, água ou luz. Essencial, na verdade é tudo aquilo sem o qual você não consegue viver. Se pra você fazer as unhas no salão ou tomar uma cerveja com os amigos toda semana é fundamental pro seu bem estar, isso deve entrar no item "essencial".

Por isso é tão importante você entender se o essencial é estar com seus amigos ou estar no bar bebendo 4 caipirinhas. Você pode estar com seus amigos em casa gastando 20 reais ou pode estar com seus amigos bebendo e gastando 300 reais no barzinho. Esse exercício de entender o que é essencial não é tão simples quanto parece e é por isso que a gente vai fazer uma pausa aqui.

Eu quero que você coloque no papel tudo que é essencial, mas aqui, ao contrário do exercício de metas, você precisa ser mais abstrato. Então, em vez de escrever: ir ao salão toda semana, será que o essencial é ir ao salão ou se sentir bonita?

Você vai entender porque eu tô dizendo isso. Outra reflexão: será que o essencial é pagar a escola do seu filho ou dar uma boa educação para ele? Coloca no papel tudo sem o qual você não vive. Amor, momentos em família, passeios de final de semana, tudo.

Dentro dos 70%, reserve 5% para educação contínua. Isso inclui livros, cursos, palestras ou qualquer forma de aprendizado que contribua para o crescimento

peçoal e profiſſional. Quanto mais recursos intelectuais vocẽ tiver, maior serã seu valor no mercado e mais oportunidades vocẽ terã para aumentar sua renda.

E porque vocẽ se ama, tã trabalhando de forma dedicada para planejar sua vida financeira e pensar no futuro, pode atẽ se dar o direito de ganhar um presente. um mimo de vocẽ pra vocẽ mesmo! Como? Vocẽ pode usar os 10% que sobram pra fechar os 70% para aquilo que vocẽ quiser. ẽ o seu prẽmio, sua recompensa por ter usado seus ganhos de forma inteligente e organizada! Mas lembre-se: 10%!

O grande problema de muitas pessoas ẽ fazer o inverso: gastar 90% com coisas que nem fazem tanta diferenã, nã são essenciais, nã são metas e sã 10% com o que realmente ẽ essencial. Aĩ dã aquela sensaçã de vazio, de que vocẽ nã sai do lugar... a resposta tã aqui.

Se sua cabeã tã cheia de percentuais nesse momento, relaxa tudo isso vai se encaixar como uma luva, pode ter certeza que vocẽ vai conseguir, ẽ sã ir pegando jeito e entendendo a lãgica dessa engrenagem toda! Que tal treinar? Pegue tudo o que listou como sendo essencial. Lembra da sua planilha? Veja se quanto vocẽ gasta hoje com cada elemento, se encaixa na divisão proposta aqui. E se estiver muito longe disso, a notĩcia boa ẽ que dã pra vocẽ se encaixar no 70/30 mais rãpido do que vocẽ imagina.

9. Vivendo com menos

Se por acaso no capítulo passado você percebeu que está vivendo em um padrão muito acima do que deveria, essa é a realidade da grande maioria. Diria que é a regra. Você não tinha como saber disso tudo antes e que bom que você tá aqui aprendendo! E olha só como você já evoluiu.

Você já começou a tratar a sua dinheirofobia, já fez direitinho sua selfie financeira sem filtros, já entendeu como planilhar suas despesas e receitas de pessoa jurídica e pessoa física e já começou a entender as estratégias que vão te ajudar a ter aquela sensação maravilhosa de saber que vai sobrar dinheiro e que você vai investir sem precisar abrir mão do que é mais importante pra você - porque agora você finalmente sabe o que é importante e inclusive quanto você gasta com que é realmente importante.

Esse novo capítulo é pra te ajudar a colocar uma coleira no seu dinheiro. Isso mesmo, depois dessa aula o seu dinheiro vai fazer o que você quiser e não mais o contrário. O que eu vou te ensinar agora é uma técnica muito simples e que já ajudou milhares de pessoas mundo afora a virarem não só chefes mas donas de si.

A técnica dos envelopes

Importante! Essa é uma técnica indicada para a sua vida financeira pessoal e vai ser a sua grande aliada para fazer a sua vida caber dentro do seu pró-labore. Se para você ter autonomia e controle sobre o seu dinheiro você precisa adaptar o seu estilo de vida ao menor valor recebido nos últimos 12 meses, você precisa de uma grande ajuda.

E aqui está o material que você vai precisar: Envelopes ou quadradinhos de papel; cliques, se tiver; canetas de ponta grossa, se tiver; planilha de gastos e ganhos pessoais (que você já fez); extrato do banco - pessoa física; caderno e lenços de papel (vai que você chora!).

Salário base: R\$ 1.000,00

Para facilitar as contas e ser o mais didática possível, eu vou usar como salário base, ou seja, o que a empresa vai te pagar líquido, o valor de mil reais! Eu sei que é impossível nos dias atuais uma vida com R\$ 1.000, mas, facilita a conta, ok?

Se a gente dividir esses R\$1.000 por 10 quadradinhos, você terá R\$100 reais em cada um deles, certo?? Ou seja, cada um deles representa 10% dos seus ganhos mensais.

Se a gente for aplicar a regra dos 70/30 aqui, no nosso mundo imaginário ficaríamos:

R\$ 700 para o seu momento presente, sendo que R\$ 550 iriam para o que é essencial, R\$ 50 iriam para educação continuada e R\$ 100 iriam pra qualquer coisa legal de fazer. (Lembra que esses valores são para facilitar a conta, não me briga não!) e R\$ 300, ou 30 % do valor mensal, já iriam direto pras metinhas metas e metonas e ficariam super bem investidos. Sendo que R\$ 100, ou 10% disso já estão comprometidos com a aposentadoria e os outros R\$ 200 vão servir às suas outras metas de curto, médio e longo prazo, que agora você já tem. Isso aqui que a gente acabou de ver é a expectativa e sim, ela está muito longe da realidade da maioria dos brasileiros! Se fôssemos considerar o cenário de mil reais, a realidade seria mais próxima disso:

Salário: R\$1.000

Essenciais: R\$1.600,00

Educação: 0

Extra: não sei!

Investimentos para metas: 0

Geralmente é isso que acontece quando a pessoa faz esse exercício pela primeira vez. O essencial ocupa muito mais espaço do que existe de orçamento. E aí? Para ficar mais claro, eu vou usar o exemplo da "Joaquina". Teve um mês que ela conseguiu fazer uma super renda extra e somando ao salário ela ganhou R\$ 4.500,00. Que maravilha, não é mesmo? E aí o que aconteceu? Ela se deixou levar pelo impulso, acreditou que era aquela renda extra que ela ia ter pra sempre na mão. E quanto é o salário base dela, sem os freelas que de vez em quando ela faz? Mil reais!

Acontece que antes desse livro, se sentindo toda rica, ela entrou no financiamento de uma moto, porque todo mundo que ela conhecia tinha. E agora ela tem uma parcela de financiamento e R\$ 600 comprometidos por mês na vida de alguém que agora precisa fazer a vida caber dentro de R\$1.000.

Sim, é difícil. E agora é hora de considerar mais esse agravante orçamentário. Vamos seguir com a Joaquina. A primeira coisa que vamos olhar é a planilha. Vamos montar a planilha do mês que vem que provavelmente ainda está em branco e lá na planilha entra a renda da Joaquina, o salário e possíveis ganhos extras como aluguéis, pensão alimentícia, etc. No caso da Joaquina, R\$ 1.000

O próximo passo: colocar uma nova despesa na planilha da Joaquina que talvez ainda não existisse: investimentos! Quanto vai ser essa despesa? Aposentadoria, R\$ 100. Outras metas R\$ 200. Sabe aquilo que você sempre ouviu que você precisa se pagar primeiro? Agora é verdade. o seu primeiro compromisso é com você. E vale para Joaquina!

Próximo passo: lançar todas as despesas fixas. Todas as parcelas de dívidas, inclusive financiamento, consignado, se tiver, parcelas do cartão de crédito. Ah! e não pode esquecer de colocar as contas de consumo que caíram neste mês, mas que são a herança do mês passado: luz, gás e água. E olha só o que já aconteceu com a Joaquina. Nem terminou o que é essencial pra ela e o dinheiro já acabou. Porque a dívida do financiamento está aqui e precisa ser paga. Mas e a alimentação, e o lazer? E a educação? Agora é que entram em cena: os envelopes!

Tudo o que for despesa variável vem na forma de dinheiro para o envelope. Como? Em semanadas. Igual a gente faz com criança: picando o dinheiro, fica muito mais fácil de se controlar. E pagando em dinheiro vivo, você tem muito mais noção do que está saindo do seu bolso e já foi comprovado cientificamente que usar dinheiro vivo aumenta a nossa percepção de valor do dinheiro.

E como você vai montar seus envelopes? é você quem vai determinar. A Joaquina no caso, já está negativa, o que ela precisa fazer agora é colocar limite para o dinheiro pra fazer o possível pra que esse número não fique ainda pior.

Então o que eu sugiro? olhar para as suas despesas essenciais variáveis dos últimos 6 meses, fazer uma média e cortar entre 30% e 50%, até que as contas comecem a normalizar.

Joaquina foi olhar nas despesas variáveis: água, luz, gás, alimentação, lazer, saúde e beleza, que para ela são essenciais, e viu que na média dos últimos seis meses, ou seja: somando os seis meses de gastos variáveis e dividindo por seis, ela manteve uma média de gastos de R\$ 800,00. Logo, ela terá que fazer caber esse R\$800 entre R\$400 e R\$560 daqui pra frente. Como? Colocando limites de orçamento por categoria.

Por exemplo, alimentação/mês = R\$200, logo, R\$50 por semana. Luz, R\$ 60, já pensando no mês que vem (valores fictícios para facilitar a conta, não esquece!) e assim os R\$ 800 vão sendo distribuídos nos envelopes. E como é que a gente opera isso na prática? O dinheiro que a Joaquina vai sacar é só o dinheiro da semana para as despesas que podem ser pagas semanalmente. Os R\$ 50 de alimentação, R\$ 20 de saúde, R\$ 30 de transporte e o que mais for distribuído no essencial. Qualquer outro tipo de compra, esquece.

Sim, é muito difícil! Mas são alguns meses de controle e restrições maiores para que você possa ter um respiro e reorganizar a sua vida financeira. Mas e se não der mesmo e precisar gastar mais? Quanto mais você quiser gastar, mais dinheiro você vai ter que fazer. Aqui a renda extra brilha!

No caso da Joaquina, são R\$ 800 a mais, ou seja: ela precisa ganhar R\$ 1.800 somando os R\$ 1.000 para ela se bancar, no mínimo. Nada de cartão de crédito para a Joaquina por enquanto, agora a vida dela será no envelope.

Se você se desesperou e vestiu a camisa #somostodosJoaquina, sim, é desesperador. Mas agora você sabe quanto custa a sua vida, você sabe o que é receita e despesa, o que é fixo e variável. Aproveita essa energia vinda do conhecimento e vamos começar pelo que dá, por exemplo, negociar uma tarifa! Uma das estratégias para fazer a sua vida caber dentro do seu limite orçamentário é reduzir o valor das parcelas que você possa ter.

Mas pra quê, Nath? Olha, pára pra apreciar o fato de que agora você sabe quanto custa a sua vida de assalariada. Há alguns capítulos atrás, você não sabia nem o que era receita e despesa, não tinha ideia do que era fixo, do que era variável.

Esse momento de plenitude é seu! Já aproveita esse momento e essa energia fodástica pra renegociar uma tarifa!

Se hoje você paga um financiamento com uma taxa de juros de 9% ao ano, liga pro gerente do banco ou financeira, negocie e negocie. Se você conseguir baixar de 9 para 8,5%, parece que não, mas você vai economizar muito dinheiro! No longo prazo, essas pequenas porcentagens fazem uma diferença enorme.

Outra maneira de reduzir o valor de parcelas é aumentar o prazo, mas muito cuidado para não te cobrem mais juros por isso. A ideia aqui é você reduzir o valor da sua parcela aumentando o prazo que você tem pra pagar. Essa é mais difícil de conseguir sem acréscimo de juros, mas pode ser um caminho.

O ideal mesmo era que chovesse dinheiro pra resolver todos os problemas, não? Mas na vida real, ainda que chovesse dinheiro, ia chover pra todo mundo e sabe o que ia acontecer? Inflação. Todo mundo ia ter mais dinheiro e as coisas iam simplesmente ficar mais caras e você ia continuar do jeito que você tá. Então, vamos ter que fazer chover dinheiro só na sua horta mesmo, com técnica, foco e algumas dicas.

E se você chegou até aqui é porque já descobriu o seu ponto de partida, ou seja: fez a sua selfie financeira sem filtro, já descobriu onde você quer chegar colocando suas metinhas, metas e metonas no papel e chegou ao começo da estratégia que é: gastar menos colocando limites de gastos por categorias. Vamos continuar essa jornada nos próximos capítulos.

10. Ganhando mais

Agora vamos para o passo 2 desta estratégia: ganhar mais dinheiro. Agora que você já cortou gastos desnecessários, renegociou dívidas e eliminou tarifas que só pesavam no seu bolso, chegou a hora de gerar renda extra. Mas, antes de aprofundarmos nisso, vou responder à pergunta que muitos de vocês estão fazendo: "Como eu posso ganhar dinheiro extra, Nath?"

Ah! Aqui poderíamos falar por páginas e páginas, mas vou te deixar algumas ideias e para mais, já sabe, né? Tem curso te esperando no Me Poupe+. Partiu, ganhar uma renda extra!

- 1) *Venda o que você não usa:* Venda tudo o que você não usa! Olhe ao seu redor neste momento. No cômodo em que você está, há coisas que não usa há muito tempo? Se a resposta for sim, você tem itens que podem ser vendidos, transformando-os em renda extra. Cada venda é um passo em direção aos seus objetivos financeiros. Lembra das aulas anteriores sobre metas financeiras? Pois é, aqui está uma oportunidade de realizá-las.

Onde vender?

Agora, você pode estar se perguntando: "Mas onde vou vender essas coisas?" A resposta é simples: grupos de redes sociais, como o Facebook Marketplace, são ótimos lugares para começar. Além disso, existem sites como Enjoei, OLX e Mercado Livre, que são seguros e fáceis de usar.

Você pode até mesmo usar os grupos de WhatsApp da família, dos amigos, ou até mesmo os vizinhos do seu prédio ou da sua rua. O porteiro, por exemplo, é praticamente um "site de vendas" ambulante, pois conhece todos e pode dar dicas valiosas!

Outra dica: se você tem uma vaga de garagem vazia, pode alugá-la e transformar isso em renda extra. Uma verdadeira festa financeira!

- 2) *Seja um cliente oculto:* Outra ideia interessante é se tornar um cliente oculto para empresas. Muitas empresas contratam pessoas para testar seus produtos ou serviços e fornecer feedback. Isso pode ser feito

remotamente, sem sair de casa, para produtos digitais, por exemplo. Em alguns casos, você pode ser pago para fazer isso e ainda receber um lanche ou refeição grátis;

- 3) **Passeie ou hospede cachorros:** Se você gosta de animais, uma ótima opção é passear ou hospedar cachorros. Essa é uma saída especialmente boa para adolescentes, jovens ou qualquer pessoa que tenha tempo e disposição. Se você mora em um bairro com muitos cachorros, essa pode ser uma oportunidade bem próxima de casa;
- 4) **Venda suas fotos:** Se você tem habilidades fotográficas, saiba que suas fotos podem ser uma fonte de renda extra. Existem sites que funcionam como bancos de imagens, onde você pode disponibilizar suas fotos para venda. Empresas frequentemente buscam imagens específicas para ilustrar seus conteúdos, e você pode lucrar com isso;
- 5) **Dirija para aplicativos de transporte:** Se você possui um carro, pode usar seu veículo para ganhar dinheiro nos fins de semana ou até mesmo enquanto volta para casa do trabalho. Aplicativos de transporte, como Uber e 99, oferecem oportunidades para motoristas ganharem dinheiro extra;
- 6) **Alugue seu carro:** Se você tem um carro que fica parado na garagem, pode alugá-lo para terceiros e gerar renda extra. Existem sites e aplicativos que facilitam esse processo, tornando-o seguro e conveniente;
- 7) **Afiliação digital:** Outra maneira de ganhar dinheiro sem sair de casa é se tornar um afiliado digital. Você pode promover produtos e cursos que você gosta e ganhar comissões por cada venda realizada por meio dos seus links de afiliado. É uma oportunidade de monetizar seu conhecimento e interesses.

Além das opções mencionadas, você pode explorar meios tradicionais, como fazer doces e vendê-los na faculdade, no bairro ou no trabalho. Outras ideias incluem preparar marmitas, criar artesanato, dar aulas particulares, fazer consertos em casas ou oferecer serviços de manutenção em computadores.

Força de vontade e suas metas

Lembre-se de que a chave para o sucesso em qualquer uma dessas ideias é a força de vontade. E o que te dá força de vontade? Suas metas financeiras! É importante manter suas metas claras para se manter motivado.

Uma outra forma de aumentar seus ganhos e de maneira mais duradoura é negociar um aumento de salário com seu chefe. Agora, vou compartilhar dicas valiosas com você de como ir atrás do seu aumento!

- 1) **Avalie se você merece o aumento:** Primeiramente, honestidade aqui. Você realmente merece um aumento? Avalie a qualidade do seu trabalho, suas responsabilidades e seu valor para a empresa. Se suas respostas forem positivas, você está no caminho certo.
- 2) **Conheça a saúde financeira da empresa:** Entenda a situação financeira da sua empresa. Demonstre preocupação e saiba como você pode contribuir para melhorar a saúde financeira da organização;
- 3) **Aproxime-se dos tomadores de decisão:** Tente se aproximar das pessoas que tomam decisões na empresa. Elas podem fornecer informações valiosas sobre as necessidades da empresa e as competências valorizadas no momento;
- 4) **Invista em sua educação:** Invista em sua educação para aumentar seu valor no mercado. Pesquise as habilidades e competências mais desejadas em sua área e se atualize;
- 5) **Mostre como seu desempenho impacta a empresa:** Demonstre como suas ações e desempenho contribuem para o sucesso da empresa. Isso mostrará o valor do seu trabalho;
- 6) **Não imponha um aumento:** Na negociação, evite impor um aumento. Faça uma pergunta aberta, como: "Nessas condições apresentadas, qual seria o aumento possível para mim?";
- 7) **Se prepare para ouvir um "não":** Sempre há a possibilidade de receber uma resposta negativa. Não encare como uma resposta definitiva, pois as circunstâncias podem mudar;
- 8) **Avalie se vale a pena continuar na empresa:** Se, mesmo após seguir todas essas dicas, o aumento não for concedido, avalie se é hora de procurar outras oportunidades. Às vezes, um novo emprego pode ser a melhor escolha.

Lembre-se de que a negociação salarial requer confiança e preparação. Não tenha medo de defender o seu valor e buscar uma remuneração justa pelo seu trabalho.

Comece a investir

Por último, mas não menos importante, é hora de começar a investir. Abra uma conta em uma corretora de valores ou banco digital e comece a aplicar seu dinheiro. Invista em Tesouro IPCA e Tesouro Selic, e não se esqueça de criar uma reserva de emergência.

Continue aprendendo sobre investimentos. Tem muito para aprender aqui no Me Poupe+ e esse livro é só o começo da sua nova vida investidora.

11. Até logo!

Chegamos ao fim desta jornada incrível, e quero começar esta despedida expressando meu profundo agradecimento a você. Você que se dedicou a todas as aulas deste curso, que enfrentou desafios, aprendeu sobre o dinheiro e a gestão das finanças no dia a dia, e que percebeu que é possível transformar sonhos audaciosos em realidade. O meu muito obrigada a você.

Espero que você tenha criado uma intimidade cada vez maior com o seu planejamento financeiro. Que ele se torne algo tão natural quanto a sua própria pele, uma extensão de você mesmo. Uma versão turbinada, trabalhada na riqueza e na vida planejada.

Lembre-se de que a jornada financeira é contínua, e a busca pelo conhecimento e pela prosperidade nunca deve parar. Mantenha-se firme em seus objetivos, continue aprendendo e aplicando o que aprendeu aqui.

E saiba que estou aqui para te acompanhar em cada passo dessa jornada. Nos outros cursos da Me Poupe+, eu e nossos professores estaremos esperando por você, ansiosos para continuar essa trajetória de crescimento e conquistas juntos.

Por agora, é hora de nos despedirmos, mas apenas temporariamente. Até breve! Continue brilhando e prosperando.

Tchau!

Com carinho,

Nath

*Me
Poupe!*



**#ARevolução
deCadaUm**