FINANÇAS EM MOVIMENTO

NOSSO FIM DE SEMANA

Economia Doméstica • Aula 3: compras e comunicação familiar | Caderno de planejamento

Datas: ___/___ a ___/___/_____ | Participantes: _____

ANTES DE PREENCHER, CONVERSEM POR DEZ MINUTOS

Escolham um momento tranquilo. Ouçam as necessidades de cada pessoa.

Quem mora sozinho pode usar os mesmos campos para organizar a própria rotina.

Nossa prioridade neste fim de semana é:

O descanso e o lazer que queremos preservar:

Um compromisso que já está marcado:

O que podemos adiar para não sobrecarregar a rotina:

CHECKLIST DA CONVERSA

[ ] Conferir o dinheiro disponível depois dos compromissos essenciais.

[ ] Verificar o que já temos em casa antes de comprar.

[ ] Dividir tarefas conforme disponibilidade e capacidade.

[ ] Reservar tempo de descanso e combinar a revisão no domingo.

PARA CONVERSAR SEM ACUSAR

Fato: “Gastamos mais do que previmos com refeições fora.”

Pergunta: “O que podemos mudar neste fim de semana?”

Acordo: “Vamos definir os dias, o valor e quem organiza?”

REALIZAÇÃO

CooperSKF

PRODUÇÃO

ponto.c
Transformação direto ao ponto

Consultoria Ponto C

Todos os direitos reservados.

FINANÇAS EM MOVIMENTO

TAREFAS E TEMPO DISPONÍVEL

Escolham o que cabe na rotina. Fazer tudo não é a meta.

Possibilidades: limpeza, roupas, mercado, preparo de refeições e pequenos cuidados.

Tarefa	Responsável	Dia / hora	Tempo	Concluído?

AGENDA COM ESPAÇO PARA DESCANSAR

Período	Sábado	Domingo
Manhã		
Tarde		
Noite		

Se faltar tempo, a tarefa que vamos adiar ou simplificar é:

UM COMBINADO JUSTO

Considere jornada de trabalho, saúde e responsabilidades de cuidado.

Crianças podem participar por idade, sem assumir preocupações financeiras adultas.

FINANÇAS EM MOVIMENTO

COMPRAS E REFEIÇÕES

Planeje o uso, compare o custo e evite repetir produtos que já tem.

Antes de sair: o que já temos e precisa ser usado primeiro?

LISTA DE COMPRAS

Produto	Qtd.	Previsto (R$)	Pago (R$)	Pode esperar?

Total previsto: R$ _____ | Total pago: R$ _____

REFEIÇÕES COMPATÍVEIS COM A ROTINA

Dia	Almoço	Jantar	Quem prepara?
Sábado			
Domingo			

ANTES DE PAGAR

[ ] Compare preço por quilo, litro ou unidade.
[ ] Confira quantidade necessária, validade e conservação.
[ ] Some frete e taxas; não acrescente produtos só para ganhar um benefício.
[ ] Preserve a segurança dos alimentos ao preparar, guardar e transportar.

Quero? Posso? Preciso? Mereço? Devo?

FINANÇAS EM MOVIMENTO

PASSEIOS E ORÇAMENTO

Inclua os custos do programa inteiro, não apenas a entrada.

O passeio ou atividade que queremos fazer:

Uma alternativa gratuita ou mais acessível que atende ao mesmo objetivo:

Valor disponível para TODO o fim de semana: R$ _____

Considere o que já está reservado para o essencial. Limite de crédito não é renda.

Destino do dinheiro	Previsto (R$)	Realizado (R$)
Compras de casa		
Entradas / atividades		
Transporte / estacionamento		
Alimentação fora / lanches		
Outros gastos		
Margem para imprevistos		
TOTAL		

Saldo: valor disponível menos total realizado = R$

SE O PLANEJADO ULTRAPASSAR O DISPONÍVEL

Compare outra atividade, ajuste quantidades ou adie uma compra não essencial.

Compras de mercado e alimentação fora devem aparecer uma única vez no total.

Se usar cartão, considere o impacto no mês da fatura e nas parcelas futuras.

Nosso limite combinado para os passeios será: R$

FINANÇAS EM MOVIMENTO

REVISÃO DO DOMINGO

Observem o resultado e ajustem os próximos combinados.

O que funcionou bem e queremos repetir?

Qual gasto ou tarefa ficou diferente do previsto?

O que dificultou o combinado?

Qual mudança simples vamos testar no próximo fim de semana?

Quem fará essa mudança e até quando?

NOSSO PRÓXIMO COMBINADO

Vamos _____

Responsável: _____ Data: ___/___/_____

Vamos revisar no dia: ___/___/_____

CHECKLIST DE FECHAMENTO

[ ] Registrar os gastos na planilha, sem duplicidade.
[ ] Conferir o que sobrou e organizar o que será usado depois.
[ ] Reconhecer a participação de cada pessoa e ouvir o que precisa mudar.

Referência educativa: Banco Central do Brasil - Caderno de Educação Financeira.

REALIZAÇÃO

CooperSKF

PRODUÇÃO

ponto.c
Transformação direto ao ponto

Consultoria Ponto C

Todos os direitos reservados.