

Guia de planeamento do orçamento doméstico



Para onde vai o seu dinheiro?

Saber onde e como gasta dinheiro pode ajudá-lo a poupar. Pode ajudá-lo a pagar contas inesperadas e a planear ocasiões como as férias e o Natal.

Para planear o seu orçamento doméstico, reúna todo os documentos necessários. Por exemplo, contas de electricidade, telefone, gás, recibos do supermercado, extractos bancários e do cartão de crédito e todos os outros recibos de despesas. Para este guia de planeamento do orçamento funcionar correctamente, deve calcular o total das suas contas, despesas e rendimentos ou semanalmente, ou mensalmente - guie-se por este princípio durante o exercício.

Segue-se um guia para calcular o seu orçamento:

Cálculo mensal?	O que fazer
Contas mensais	Introduza a quantia na coluna "mensal"
Contas trimestrais (por ex. telefone)	÷ 3
Contas anuais (por ex. Natal)	÷ 12
Contas semanais (por ex. telemóvel pré-pago)	x 52 depois ÷ 12

Cálculo semanal?	O que fazer
Contas semanais	Introduza a quantia na coluna "semanal"
Contas trimestrais (por ex. telefone)	÷ 13
Contas anuais (por ex. Natal)	÷ 52
Contas mensais (por ex. telemóvel)	x 12 depois ÷ 52

Quanto gasta?

Instruções passo a passo para calcular quanto gasta.

1. Para o ajudar a determinar o seu orçamento, dividimos uma casa típica em sete secções.
2. Introduza as suas despesas semanais ou mensais para cada item na caixa que corresponde ao seu caso.
3. Some os itens de cada secção e introduza os totais na caixa do total. No final do exercício deve ter sete totais.
4. Introduza os sete totais na secção a que correspondem na tabela de despesas.

Em diferentes alturas do ano, precisará de pagar despesas anuais: por ex., Natal, férias de Verão, uma MOT (inspecção automóvel) ou impostos municipais. Introduza o valor da conta na coluna anual. Para calcular o valor semanal ou mensal de uma conta anual, divida o valor anual por 52 para obter um total semanal, ou por 12 para um total mensal. Terá de introduzir este valor no seu orçamento semanal/mensal.

5. Some todos os seus totais para obter um total global de despesas **semanais** ou **mensais**.

(1) CONTAS DOMÉSTICAS	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Renda/hipoteca/empréstimo com garantia			
Electricidade			
Gás/petróleo para aquecimento			
Água			
Licença de televisão			
Seguro de habitação			
Seguro de recheio			
Impostos municipais			
TOTAL DE CONTAS DOMÉSTICAS	£	£	£

(5) DESLOCAÇÕES	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Autocarro/comboio/táxi para as crianças			
Autocarro/comboio/táxi para os adultos			
Imposto rodoviário ("Road tax")			
Estacionamento			
Seguro automóvel			
Gasolina/gasóleo			
Manutenção do carro e MOT (inspecção automóvel)			
Lavagem do carro			
TOTAL PARA DESLOCAÇÕES	£	£	£

(2) DESPESAS FINANCEIRAS	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Empréstimo/prestações do carro			
Cartão de crédito			
Compras por catálogo/correio			

(6) CUIDADOS PESSOAIS	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Cuidados médicos/medicamentos			
Dentista			
Café, chá e leite			

Compras por catálogo/correio			
Cartões de lojas			
Pagamento de empréstimos			
Seguro de vida			
Contribuição para a pensão			
Propinas universitárias			
Poupanças			
TOTAL DE DESPESAS FINANCEIRAS	£	£	£

Oftalmologista			
Hobby/Ginásio			
Cabelo			
Tratamentos de beleza			
Produtos de higiene pessoal e maquilhagem			
DVDs, jogos, livros			
TOTAL PARA CUIDADOS PESSOAIS	£	£	£

(3) ALIMENTAÇÃO/VESTUÁRIO	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Fruta/legumes			
Pão			
Carne			
Outro produtos de mercearia			
Almoços escolares			
Almoços de trabalho			
Vestuário/sapatos/uniformes			
TOTAL PARA ALIMENTAÇÃO E VESTUÁRIO	£	£	£

(7) DIVERSOS	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Tabaco			
Álcool			
Sair/socializar			
Take-away			
Jornais/revistas			
Prendas de aniversário			
Prendas de Natal			
Férias			
Decoração da casa			
TOTAL PARA DIVERSOS	£	£	£

(4) OUTRAS CONTAS	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Telefone			
Telemóvel			
Reparações domésticas			
Televisão por satélite			
Cuidados infantis/infantário			
Contas do veterinário			
Computador/Internet			
Serviço de limpeza dos vidros			
TOTAL DE OUTRAS CONTAS	£	£	£

DESPESAS	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Contas domésticas			
Despesas financeiras			
Alimentação/vestuário			
Outras contas			
Deslocações			
Cuidados pessoais			
Diversos			
TOTAL DE DESPESAS	£	£	£

Qual é o seu rendimento?

Deve introduzir o seu rendimento total **semanal** ou **mensal** ao lado dos itens que se aplicam ao seu caso. Some o(s) seu(s) rendimento(s) e introduza o total na caixa de rendimento total.

RENDIMENTO	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Vencimento (você/companheiro(a) e/ou outro)			
Subsídios			
Pensão			
Abono de família / Pensão de alimentos			
Contribuições das pessoas que vivem consigo			
Empréstimo para estudantes			
Outro			
RENDIMENTO TOTAL	£	£	£

Orçamento global

1. Introduza o seu rendimento total semanal ou mensal na caixa de rendimento total abaixo.
2. Introduza a sua despesa total semanal ou mensal na caixa de despesa total abaixo.
3. Para descobrir quanto dinheiro lhe resta no final de cada semana ou mês subtraia a sua despesa total ao seu rendimento total e introduza o valor na caixa do total restante.

TOTAIS	Cada semana	Cada mês	Cada ano
Rendimento total			
Despesa total - (menos)			
TOTAL RESTANTE	£	£	£

É possível que descubra que a sua despesa é superior ao seu rendimento. Examine atentamente a sua despesa - há algum item em que possa economizar? Há itens mais baratos disponíveis? Experimente guardar todos os seus recibos (por ex. durante uma semana), isto ajudá-lo-á a perceber onde está a gastar o dinheiro.

Se sentir que está a ter dificuldades para equilibrar as contas e precisar de ajuda, contacte um consultor financeiro através de uma das seguintes organizações:

Advice NI (serviço de aconselhamento independente):	028 9064 5919
Citizens Advice (aconselhamento ao cidadão):	028 9023 1120
Consumer Credit Counselling Service (serviço de aconselhamento financeiro gratuito):	N.º grátis 0800 027 4990

Para transferir uma cópia deste guia de planeamento do orçamento, visite o site www.consumerCouncil.org.uk



The Consumer Council, Elizabeth House, 116 Hollywood Road, Belfast, BT4 1NY

Linha de reclamações: 0845 601 6022
Telefone/Telefone de texto: 028 9067 2488
Fax: 028 9065 7701
E-mail: complaints@consumercouncil.org.uk
info@consumercouncil.org.uk
Websites: www.consumerCouncil.org.uk
www.consumerline.org

Publicado pelo General Consumer Council for Northern Ireland
Disponível noutros formatos mediante pedido