

GUSTAVO FILGUEIRAS

SÉRIE APOSENTADORIA &
TRANQUILIDADE FINANCEIRA

NÃO DEPENDA DO SEU INSS





Todos os direitos reservados a Infraprev. Este ebook ou qualquer parte dele não pode ser reproduzido ou usado de forma alguma sem autorização expressa, por escrito, do autor ou editor, exceto pelo uso de citações breves em uma resenha do ebook.

Índice

<u>Introdução</u>	4
<u>Dica 1: Cuidado com Dívidas</u>	6
<u>Dica 2: Faça um Plano de Previdência Complementar</u>	8
<u>Dica 3: Crie uma Reserva de Emergência</u>	10
<u>Dica 4: Cuide de sua Saúde Física e Mental</u>	12
<u>Dica 5: Organize seu Orçamento Familiar</u>	13
<u>Conclusão</u>	15

Introdução

Planejar o futuro financeiro é essencial para garantir uma aposentadoria tranquila e confortável. Um bom planejamento de futuro inclui considerar condições adversas como mudanças na economia, novos momentos e fases da vida, ou até mesmo planos e sonhos que venham a surgir no meio do caminho.

Um planejamento de futuro pode compreender um período de 5, 10, 20 ou mais anos da vida, por isso a consistência e perseverança nas ações financeiras são tão importantes. Além disso, contar apenas com a previdência social pode ser frustrante para quem sonha em construir um padrão de vida acima do teto do INSS que, a longo prazo, pode sofrer mudanças consequentes de reformas da previdência e mudanças econômicas.

Neste e-book, vamos compartilhar cinco dicas valiosas para que você possa construir uma base sólida para seu futuro e não depender exclusivamente do INSS. Vamos lá?

Dica 1: Cuidado com Dívidas

Por que Evitar Dívidas?

Dívidas podem se tornar uma grande dor de cabeça se não forem bem gerenciadas. Elas podem comprometer seu orçamento e impedir que você poupe e invista para o futuro.

Como Evitar Dívidas?

Controle o Uso do Cartão de Crédito: Use o cartão de crédito com responsabilidade. Evite parcelamentos longos e sempre pague a fatura integralmente.

Evite Empréstimos Desnecessários: Só recorra a empréstimos em situações realmente emergenciais.

Planeje suas Compras: Antes de fazer uma compra, pergunte-se se ela é

realmente necessária e se cabe no seu orçamento.

Dicas Práticas

Anote suas Despesas: Mantenha um registro de todas as suas despesas para ter controle sobre seu dinheiro.

Tenha um Fundo de Reserva: Isso ajuda a evitar recorrer a empréstimos em situações de emergência.

Dica 2: Faça um Plano de Previdência Complementar

O que é um Plano de Previdência Complementar?

É um investimento de longo prazo que complementa a aposentadoria do INSS, oferecendo uma renda adicional no futuro.

Por que Ter um Plano de Previdência Complementar?

Um plano de previdência complementar proporciona maior segurança financeira na aposentadoria, garantindo uma renda extra para manter seu padrão de vida.

Como Escolher um Plano?

Busque uma Instituição Séria: Prefira instituições especializadas em previdência complementar.

Considere o Infraprev: O Infraprev é uma entidade fechada de previdência complementar com mais de 40 anos de experiência e sem fins lucrativos. Você pode simular seu benefício e entender melhor seu plano.

Vantagens do Infraprev

Experiência: Mais de 40 anos administrando planos de previdência.

Sem Fins Lucrativos: Focado no benefício dos participantes.

Simulação de Benefícios: Ferramentas para simular e planejar seu futuro financeiro.

Dica 3: Crie uma Reserva de Emergência

O que é uma Reserva de Emergência?

É um montante de dinheiro guardado para ser usado em situações inesperadas, como uma emergência médica ou a perda de um emprego.

Por que é Importante?

Ter uma reserva de emergência evita que você precise recorrer a empréstimos ou dívidas em momentos de crise, garantindo mais tranquilidade.

Como Construir sua Reserva?

Defina um Valor: O ideal é ter o equivalente a 6 meses de suas despesas mensais.

Poupe Regularmente: Reserve uma parte

da sua renda mensal para essa finalidade.

Guarde em um Lugar Seguro: Utilize uma conta poupança ou um investimento de baixo risco e fácil acesso.

Lembre-se!

O objetivo de sua reserva é ser um fundo para emergências. Podem ser consideradas situações emergenciais necessidades específicas relacionadas a saúde, mudança, ou outra situação que venha ocorrer ao longo da vida e à qual não foi esperada. A realização de um sonho ou compra de um item de desejo não devem se utilizar dos fundos guardados nesta reserva, mas devem ser planejados e, uma outra poupança ou método estabelecido para estes fins.

Dica 4: Cuide de sua Saúde Física e Mental

Por que Cuidar da Saúde é Importante?

Manter a saúde física e mental em dia é fundamental para uma vida longa e produtiva. Isso também pode reduzir gastos com saúde no futuro.

Dicas para Cuidar da Saúde

Alimentação Saudável: Inclua frutas, verduras e alimentos naturais na sua dieta.

Atividade Física Regular: Pratique exercícios físicos regularmente, como caminhar, correr ou ir à academia.

Cuide da Mente: Pratique atividades que promovam o bem-estar mental, como meditação, hobbies e momentos de lazer.

Dica 5: Organize seu Orçamento Familiar

O que é um Orçamento Familiar?

Um orçamento familiar é o planejamento de todas as receitas e despesas da família. Ele ajuda a entender para onde vai o dinheiro e a tomar decisões financeiras mais conscientes.

Por que é Importante?

Ter um orçamento familiar bem estruturado permite que você controle melhor suas finanças, evite dívidas e consiga poupar e investir para o futuro.

Como Elaborar um Orçamento Familiar?

Liste Todas as Receitas: Inclua salários, rendimentos de investimentos e qualquer outra fonte de renda.

Liste Todas as Despesas: Anote todas as despesas fixas (como aluguel, contas de luz e água) e variáveis (como alimentação e lazer).

Ajuste o Orçamento: Se as despesas estiverem maiores que as receitas, veja onde pode cortar gastos. O objetivo é que as receitas sejam sempre maiores que as despesas.

Reveja Regularmente: Acompanhe e ajuste seu orçamento mensalmente para garantir que está no caminho certo.

Dicas Práticas

Use Planilhas ou Aplicativos: Ferramentas digitais podem ajudar a organizar e acompanhar seu orçamento.

Envolva a Família: Todos os membros da família devem estar cientes e contribuir para o cumprimento do orçamento.

Conclusão

Essas cinco dicas são fundamentais para que você não dependa exclusivamente do INSS no futuro. Comece a implementar essas mudanças hoje mesmo e garanta um futuro financeiro mais seguro e tranquilo.

Recursos Adicionais

- Planilha de Orçamento
- Curso em Educação Financeira e Previdenciária Infraprev
- Cartilha do Plano Infraprev Família

SÉRIE APOSENTADORIA & TRANQUILIDADE FINANCEIRA

CONFIRA OS OUTROS TÍTULOS:



FALE COM O INFRAPREV

Entre em contato com o Infraprev através de nossos canais:

 **Central de Atendimento** 0800 707 1273

 **WhatsApp** 21 99998-0888

 **E-mail** atendimento@infraprev.org.br

Acesse o Portal Infraprev www.infraprev.org.br

