

## ROTA FINANCEIRA PARA A VIDA UNIVERSITÁRIA

A entrada no ensino superior é um momento de viragem na vida de qualquer pessoa.

É, para todos os efeitos, o início da vida adulta. E, com isso, vêm as responsabilidades. Uma das mais importantes é saber como cuidar das finanças pessoais.

Neste guia, damos algumas sugestões práticas sobre a gestão eficiente do dinheiro. Das dicas de poupança na alimentação e no lazer, até às questões mais práticas relativas a alojamento, transportes e saúde, saiba como organizar a vida financeira enquanto estudante.



### ORGANIZAÇÃO DAS FINANÇAS NA UNIVERSIDADE

É durante a vida universitária que se aprende a lidar com os encargos financeiros de forma mais independente. Embarcamos juntos neste roteiro para cuidar das finanças pessoais?

#### 01

##### Procurar residências universitárias ou partilhar casa

As residências para estudantes são a opção de alojamento mais em conta. Caso não consiga vaga, pode arrendar um espaço partilhado, para reduzir as despesas.

*\* Dica: Registe as faturas de alojamento com contribuinte, pois são dedutíveis à coleta até ao limite de 400 € por ano.*

#### 01

##### LAR DOCE LAR



#### 02

##### MENOS CARRO, MAIS TRANSPORTES NAS DESLOCAÇÕES

Opte por transportes públicos, jovens estudantes até aos 23 anos, têm direito a passe gratuito. Aproveite também **outros descontos em transportes** e partilhe boleias.

#### 03

##### ALIMENTAÇÃO E PLANO DE REFEIÇÕES

Faça um orçamento mensal para as refeições, incluindo o que tenciona (e pode) gastar a comer fora.

Crie uma lista de compras com tudo o que vai precisar e **prepare marmitas para toda a semana**.



#### 04

##### COMPRAS PESSOAIS E GASTOS

Crie um orçamento e estabeleça quanto pode gastar com roupa e calçado por mês. Aproveite saldos e promoções ocasionais, ou opte pelos artigos em segunda mão.

*\* Dica: Desafie-se a passar o máximo de tempo possível sem gastar dinheiro em bens não essenciais. O dinheiro poupado pode ser utilizado futuramente, para um fim de semana de lazer.*

#### 05

##### MATERIAIS DE ESTUDO

Se possível, opte por comprar manuais e outros materiais nos sites de venda de usados. Quanto aos artigos que precisam mesmo de ser novos, opte por marcas brancas.

*\* Dica: Peça faturas com contribuinte, pois são dedutíveis em IRS.*



Se precisar de ir ao médico, recorra primeiro ao centro de saúde e, caso precise de medicamentos, opte pelos genéricos, geralmente são mais baratos. No caso de consultas de especialidade como medicina dentária ou psicologia, pode recorrer a algumas universidades que oferecem estes serviços a preços reduzidos.

*\* Dica extra: Em alternativa, de forma a ter acesso a cuidados de saúde poderá também aderir a um plano de saúde para facilitar o acesso a tratamentos necessários.*

#### 06

##### SAÚDE

#### 07

##### LAZER E DIVERSÃO

Considere cancelar subscrições que não utiliza frequentemente para poupar algum dinheiro. Aproveite os descontos universitários em atividades de lazer, cinema, teatro ou museus e utilize as vantagens do cartão jovem.

*\* Dica: Reúna os amigos em casa, esta é uma ótima alternativa às saídas e jantares em restaurantes.*



#### 08

##### IR DE ERASMUS

Antes de partir, veja quanto dinheiro tem disponível, faça um orçamento diário e mensal e planeie as despesas.

Prepare-se para imprevistos: recorra a um seguro de viagem que cubra danos e perda de bagagem. Peça atempadamente o Cartão Europeu de Seguro de Doença, é gratuito e dá-lhe acesso a cuidados de saúde nos sistemas públicos dos países da União Europeia.

*\* Dica: Concorra à bolsa Erasmus. Este apoio financeiro é uma contribuição para as despesas diárias e de viagem.*

*\* Dica extra: Faça um desafio de poupança: calendário de 52 semanas. O objetivo é poupar o valor correspondente à semana. Na primeira semana poupa um euro, na segunda dois euros e por aí fora.*

#### 09

##### GANHAR E POUPAR

Procurar um part-time ou um estágio remunerado é uma solução para ganhar dinheiro, experiência e poderá ainda usufruir do estatuto trabalhador-estudante.

Crie uma poupança o mais cedo possível. O ideal é estabelecer objetivos e tentar pôr algum dinheiro de lado todos os meses.

**Concorra à bolsa de estudos** depois de ser colocado.

*\* Dica extra: Faça um desafio de poupança: calendário de 52 semanas. O objetivo é poupar o valor correspondente à semana. Na primeira semana poupa um euro, na segunda dois euros e por aí fora.*



## FIM!

Com estas dicas está pronto para começar a gerir as suas finanças de forma independente e para aproveitar ao máximo a vida universitária. Bons estudos!

