

# Manual para caloiros

## Como gerir a mesada de universitário

A entrada na universidade proporciona uma série de experiências, novidades e desafios que permitem o desenvolvimento de competências preparatórias para a vida adulta. A gestão do orçamento é, sem dúvida, uma dessas competências e deve ser encarada como um processo que se vai ajustando e aperfeiçoando à medida dos compromissos mensais, das necessidades pontuais e da vontade de poupança.



### 1

#### O seu dinheiro precisa durar até o fim do mês. E, se possível, sobrar!

O primeiro passo para fazer uma boa gestão financeira da sua mesada é saber quais são as suas despesas e ter um plano mensal. Se não consegue reduzir as despesas fixas, é nas despesas variáveis que pode conseguir poupar. A regra é moderar e cortar excessos.

Despesas Fixas	Custos	Despesas Variáveis	Custos
Renda + Água e Luz	€	Roupas e Acessórios	€
Internet	€	Livros	€
Transporte	€	Cinema	€
Alimentação	€	Férias	€
Outros	€	Natal	€
<b>Total</b>	€	<b>Total</b>	€

Mesada — Despesas mensais (fixas + variáveis) = Saldo Final

#### Controle as despesas com a DABOX

Depois de abrir uma conta bancária, planejar a vida financeira pode tornar-se mais fácil. Simples e intuitiva, a DABOX é uma app da Caixa que disponibiliza os serviços de informação sobre contas à ordem e de iniciação de pagamentos.

[Saiba mais aqui](#)

### 2

#### Abra uma conta universitária

Ter uma conta bancária é essencial para facilitar a gestão financeira e tornar mais prático o uso diário do dinheiro, inclusive para fazer pagamentos e compras *online*.

#### Gerir o seu dinheiro com suporte financeiro

Dar os primeiros passos na gestão bancária e financeira nada tem de complicado. A Caixa tem soluções.

[Saiba mais aqui](#)

### 3

#### Aprender a poupar é desde já

Aprender a poupar é uma forma de se preparar para uma vida adulta independente e com inteligência financeira.

Use o que conseguir poupar nas despesas mensais para constituir um **fundo de emergência** ou uma **poupança** com um objetivo definido, como uma pequena viagem com os colegas.

**Como meta, tente poupar 10% da mesada.**

### 4

#### Movimente-se

Adira aos **passes mensais para estudantes do ensino superior**, pois possibilitam o acesso ao transporte público mais em conta.

Considere soluções alternativas de mobilidade, como **bicicletas, trotinetes ou mesmo andar a pé**. Estas são opções sustentáveis, além de serem económicas e saudáveis.

### 5

#### Evite o desperdício

Faça uma **lista de compras e dê preferência às marcas brancas**, que são mais baratas.

Evite comprar mais do que vai consumir numa semana. Evite o desperdício alimentar e o gasto inútil de dinheiro.

### 6

#### Comer, poupar e socializar

Fazer as **refeições na cantina da universidade, geralmente, é mais barato** - às vezes, até mesmo do que cozinhar e comer em casa. Além disso, são refeições equilibradas em termos nutricionais. Outra vantagem é poder socializar com os colegas, partilhar a mesa e conhecer pessoas novas.

Leve uns snacks de casa para petiscar ao longo do dia.

### 7

#### Frequente as bibliotecas

Registe-se nas bibliotecas da universidade e nas bibliotecas municipais para poder requisitar livros emprestados. As bibliotecas disponibilizam muitas referências bibliográficas solicitadas pelas unidades curriculares. Também pode requisitar obras literárias e poupar na compra de livros.

Se for comprar, pode sempre optar por edições em segunda mão.

### 8

#### Para estudantes é mais barato!

O cartão de estudante da universidade dar-lhe-á acesso a uma série de descontos em lojas, serviços públicos, transportes, cinema e até em restaurantes.

**Usufria destes benefícios sempre que possível.**

### 9

#### Enriqueça o currículo com eventos e cursos gratuitos

Consulte regularmente a informação divulgada nas redes sociais ou nos murais da faculdade. Pode encontrar um sem número de cursos, *workshops* e conferências de entrada gratuita.

Além de ser uma boa forma de começar a construir currículo, este tipo de eventos acrescenta conhecimento.

### 10

#### Viva a universidade

Faça sempre uso dos recursos materiais e humanos que a faculdade tem para oferecer, como a internet *wireless* grátis, laboratórios, salas de estudo, ginásios, salas multimédia, mas também psicólogos, professores de apoio, entre outros.

Além de poupar, é uma forma de viver intensamente a universidade.



#### Bolsas de mérito

Por norma, as faculdades atribuem bolsas de mérito a quem tem resultados excepcionais. Além da distinção propriamente dita, o valor em dinheiro pode ser uma boa ajuda para melhorar a sua qualidade de vida durante alguns meses ou para canalizar o dinheiro para uma conta poupança. Por isso, mantenha-se focado nos estudos para obter os resultados que almeja e o lucro que daí pode advir.

#### E porque não ganhar o seu próprio dinheiro?

Agora que já sabe como gerir a mesada e poupar, que tal ter uma fonte de rendimento suplementar? Pode arranjar um *part-time*, ser freelancer ou mesmo ter um trabalho de verão.

Mais do que ganhar dinheiro extra, vai aprender a gerir o tempo, ter mais responsabilidade e ganhar experiência no mundo do trabalho.