GUIA PARA CALOIROS
COMO GERIR A MESADA DE UNIVERSITÁRIO

Agora que entrou na universidade, vai viver uma série de experiências, novidades e desafios que permitem o desenvolvimento de competências que o preparam para a vida adulta.

A gestão do orçamento é, sem dúvida, uma dessas competências. Deve ser encarada como um processo que se vai ajustando e aperfeiçoando à medida dos compromissos, das necessidades pontuais e da vontade de poupança. Conheça as nossas dicas.

DESCUBRA SE TEM DIREITO A BOLSA DE ESTUDO

Se o seu agregado familiar não dispõe de um nível mínimo adequado de recursos financeiros, pode ter direito a bolsa de estudo atribuída pelo Estado.

No **site da Direção Geral do Ensino Superior** (DGES), pode consultar o regulamento de atribuição e as perguntas frequentes sobre bolsas de estudo no ensino universitário. Aproveite também a **simulador de bolsa de estudo** disponibilizado pela DGES. Pode submeter a sua candidatura online, mas tenha atenção aos prazos.

1. Alojamento: analise as opções

Se está fora de casa, saiba que existem apoios para o alojamento, seja numa residência universitária, num alojamento solidário ou num alojamento privado.

Na altura de procurar alojamento, dividir o espaço com outros estudantes sai mais em conta. Tenha em atenção a localização: se for muito afastado, tem de ter em consideração o tempo e o **custo das deslocações.**

Como encontrar alojamento quando ingressa na Universidade?

Encontrar alojamento na universidade ainda é um pesadelo para muitos jovens. Confira o que fazer para facilitar esta busca **neste artigo da Saldo Positivo.**

2. Abra uma conta universitária

Ter uma **conta bancária** é essencial para facilitar a gestão financeira, fazer pagamentos e tratar das **compras online**. Se ainda não tem uma conta bancária, avalie as **possibilidades** e as que respondem ao que precisa.

3. Propinas: explore as alternativas

Para muitos estudantes está é uma das despesas mais significativas. Se não tem bolsa, analise as diferentes opções: **pagamento em prestações** ou **um crédito**, com todas as **cautelas associadas**.

Saiba na instituição de ensino superior que vai frequentar quais os prazos e as modalidades de pagamento existentes.

4. Mantenha um plano atualizado das suas despesas

O primeiro passo para fazer uma boa gestão da sua mesada é saber quais as despesas a ter em conta em cada mês. Se não conseguir reduzir as despesas fixas, é nas despesas variáveis que pode conseguir poupar. Eis um roteiro de despesas que pode utilizar:

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

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

A APP DA CAIXA GERAL DE DEPÓSITOS PODE AJUDAR

Quer saber onde gasta mais dinheiro? A **App Caixadirecta** pode ajudá-lo a gerir a sua vida financeira:

- Aceda aos movimentos das suas Contas por "*Categorias*";
- Visualize esses movimentos de forma simples e imediata através de gráficos inteligentes;
- Acompanhe as suas despesas e receitas em tempo real;
- Realize ações através de comandos de voz com uma assistente digital;
- Envie dinheiro, levante ou pague através do MB WAY.

Apoios para estudantes universitários e recém-licenciados

Conheça os principais apoios destinados aos estudantes universitários neste **guia da Saldo Positivo**.

5. Esteja atento aos descontos para estudantes

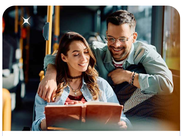
O **cartão de estudante universitário** é um excelente aliado. Dá acesso a uma série de descontos em lojas, serviços públicos, transportes, cinema e até em restaurantes. Informe-se e usufruia destes benefícios sempre que possível.

6. Em segunda mão é mais barato

Ao **comprar em segunda mão** está a poupar. Seja vestuário, calçado, acessórios, mobiliário, eletrodomésticos, livros, há muitos bens que podem ser adquiridos, em bom estado, e muitas vezes até novos, em lojas físicas e online (como, por exemplo, a OLX, a Vinted ou a Wallapop).

7. Venda o que não usa

Aproveite e **venda o que já não usa** ou *não precisa*. Utilize as plataformas online e garanta algum dinheiro extra.



8. Aproveite os passes gratuítos

Nos suas deslocações, opte pelos transportes públicos. Os estudantes até 23 anos têm direito a passes gratuítos (incluindo no CP). Para deslocações mais curtas, opte pela **bicicleta** ou por ir a pé. Além de poupar, está a cuidar da sua saúde.

Passes gratuítos para estudantes e jovens

Saiba quem tem direito a quais os apoios em vigor **neste artigo da Saldo Positiva**.

9. Livros: consulte ou peça emprestado

Os livros podem ser uma despesa pesada, mas existem algumas opções que podem aligeirar o rombo no orçamento:

- Sempre que possível, consulte a biblioteca da universidade. Grande parte dos livros podem ser requisitados;
- Peça emprestado a outros estudantes;
- Compre em conjunto com amigos e partilhem os livros;
- Opte pelas versões digitais.

Quais os apoios para alunos com necessidades educativas especiais?

Os alunos com necessidades educativas especiais podem contar com mecanismos de apoio e proteção. Resumimos os principais **neste artigo da Saldo Positiva.**

10. No supermercado:

- Nunca vá às compras quando sente fome. Tenderá a comprar por impulso;
- Planeie as refeições semanais. Faça uma lista dos bens necessários e cingir-se a essa lista;
- Avalie a possibilidade de **comprar online**. Compare preços e aproveite as promoções;
- Dê preferência a artigos de marca branca;
- Aproveite os vales de desconto e os cartões de cliente.

Já conhece a App Save Cook?

A SaveCook é uma plataforma de receitas, criada por estudantes universitários, que ajuda a poupar no supermercado. É possível ter acesso a diferentes receitas, partilhá-las e criar as suas. Pode ainda criar o seu plano semanal e manter uma rotina alimentar equilibrada.

Use um comparador de preços

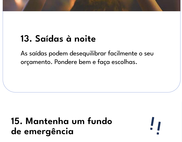
A plataforma KuantoKusta permite comparar os preços dos produtos e identificar quais os melhores ofertas. Se desejar, pode comprar diretamente através do site.

11. Leve almoço e lanche de casa

Comer todos os dias fora de casa, ainda que seja no refeitório da universidade, pesa no orçamento. Prepare as suas refeições com antecedência e leve o seu próprio almoço e lanche. Evite a **desperdício alimentar** e os gastos desnecessários.

12. Aproveite a comida de casa dos pais

Os estudantes deslocados que visitam regularmente a família, podem aproveitar para levar comida de casa do pais. Congele o que for necessário e descongele ao longo da semana. Além do reconfortante sabor da comida familiar, a mesada agradece.



13. Saídas à noite

As saídas podem desequilibrar facilmente o seu orçamento. Pondere bem e faça escolhas.

14. Pondere ter um part-time

Que tal ter uma fonte de rendimento suplementar? Pode arranjar um part-time, ser freelancer ou mesmo ter um **trabalho da verão**. Mais do que **ganhar dinheiro extra**, vai aprender a gerir o tempo, ter mais responsabilidade e ganhar experiência no mundo do trabalho.

15. Mantenha um fundo de emergência

Discipline-se e tente pôr no início do mês algum dinheiro de lado para qualquer **emergência**.

Trabalhador-estudante: Conheça as regras e os direitos

Estudar e trabalhar em simultâneo exige esforço adicional, mas também envolve alguns direitos. Conheça-os **neste artigo da Saldo Positiva.**

Quero fazer um Erasmus: o que devo saber?

Está a pensar em fazer Erasmus, mas ainda tem muitas dúvidas? Saiba mais **neste artigo da Saldo Positiva**.

Despesas de educação no IRS: saiba o que pode ou não deduzir

Deduzir despesas de educação no IRS é uma forma de recuperar uma parte do que gastou. Saiba mais **neste artigo da Saldo Positiva.**

O QUE A CAIXA PODE FAZER POR SI?

Os tempos na Universidade preparam-nos para a vida profissional. São diferentes etapas, a precisar de acompanhamento específico.

Saiba Mais Aqui