

Entenda DE ECONOMIA

Dicas para o Consumo Consciente



CONSELHO REGIONAL DE ECONOMIA DE SANTA CATARINA

EntENDA DE ECONOMIA

Dicas para o Consumo Consciente

2ª EDIÇÃO

2023

SUMÁRIO

1. Apresentação	04
2. Consumo Consciente	05
3. Orçamento, Finanças Familiares e Poupança	07
4. As Formas de Crédito e a Portabilidade de Crédito	10
5. Como Lidar com as Dívidas e Não Cair na Inadimplência	12
6. Referências	15
7. Elaboração	17

APRESENTAÇÃO



O Conselho Regional de Economia da 7ª Região – CORECON-SC tem a grata satisfação de apresentar a "**Cartilha EnTenda de Economia: Dicas para o consumo Consciente**", que tem por objetivo orientar as pessoas em geral sobre a importância do consumo consciente bem como orientar as pessoas e as familiar sobre como podem administrar melhor suas finanças, compras, dívidas e investimentos.

Com a distribuição deste conteúdo, o Conselho Regional de Economia de Santa Catarina – CORECON-SC pretende contribuir com a sociedade, estimulando o consumo consciente para que os cidadãos tenham uma saúde financeira melhor.

A importância dessa iniciativa é inquestionável dada a situação em que se encontra a economia do país e as dificuldades da população brasileira que vive diariamente com situações de desemprego, inflação elevada, alto nível de endividamento das famílias, altas taxa de juros, redução dos investimentos e elevada desigualdade social.

Esse conjunto de situações sugere que busquemos desenvolver novas habilidades e conhecimentos que contribuam para a melhoria da gestão dos nossos recursos e assim elevar a qualidade de vida a toda a sociedade.

O CORECON-SC, que tem a finalidade de regulamentar, orientar, registrar e fiscalizar o exercício da profissão do economista, espera com esta cartilha desempenhar o seu papel social e compartilhar informações importantes de economistas para o consumo consciente das famílias e por consequência o bem-estar geral de toda sociedade brasileira.

Economista André Luiz Koerich
Presidente do CORECON-SC

Consumo Consciente

O consumo é inevitável em nossas vidas. Precisamos consumir diversos tipos de bens e serviços para atender nossas necessidades diárias presentes e futuras.

No entanto, muitas vezes somos tomados por atitudes de consumo desenfreado de coisas das quais não necessitamos ou de quantidades acima das necessidades reais, levados por anúncios convincentes e pelo marketing das empresas que comercializam produtos e serviços que encantam nossos olhos.

Estas são características do consumismo, que é o ato de comprar produtos e/ou serviços sem a real necessidade e sem consciência de seu impacto nas nossas vidas e nas nossas finanças.

Mas o consumismo tem solução quando adotamos ações relacionadas ao Consumo Consciente, que é a prática de consumir com o objetivo de minimizar o impacto ambiental e social das escolhas individuais, evitando o excesso ou desperdício em tudo o que compramos e consumimos.

“Seja a mudança que você quer ver acontecer”

Arleen Lorraine



1. Compre somente o necessário: Evite fazer compras por impulso. Compre somente aquilo que está ao seu alcance financeiramente. Planeje antes, faça uma lista em casa do que necessita comprar e evite comprar grandes volumes para estoque, pois quanto menos comprar menos vai jogar fora.

2. Avalie o impacto do seu consumo: Leve em consideração o meio ambiente e a sociedade em suas escolhas de consumo, por exemplo, evitando comprar produtos com muita embalagem que depois será jogada fora.

3. Reutilize produtos e embalagens: Não descarte ou jogue fora aquilo que pode consertar, transformar e reutilizar.

4. Separe seu lixo: Recicle e contribua para a economia de recursos naturais, a redução da degradação ao ambiental e a geração de empregos nas atividades ligadas aproveitamento de resíduos sólidos.

5. Ilumine sua casa sem desperdício: Evite lâmpadas incandescentes. Elas custam menos mas são a mais ineficientes. Evite pintar as paredes internas com cores escuras, pois exigem lâmpadas mais potentes. Evite acender lâmpadas durante o dia. Aproveite ao máximo a claridade natural.

6. Não jogue no lixo o que puder doar: Ao invés de jogar fora roupas, livros, brinquedos e outras coisas que não tenham mais utilidade para você, doe estes itens para entidades beneficentes, para lojas como brechós e sebos ou para alguém que poderia usá-las.

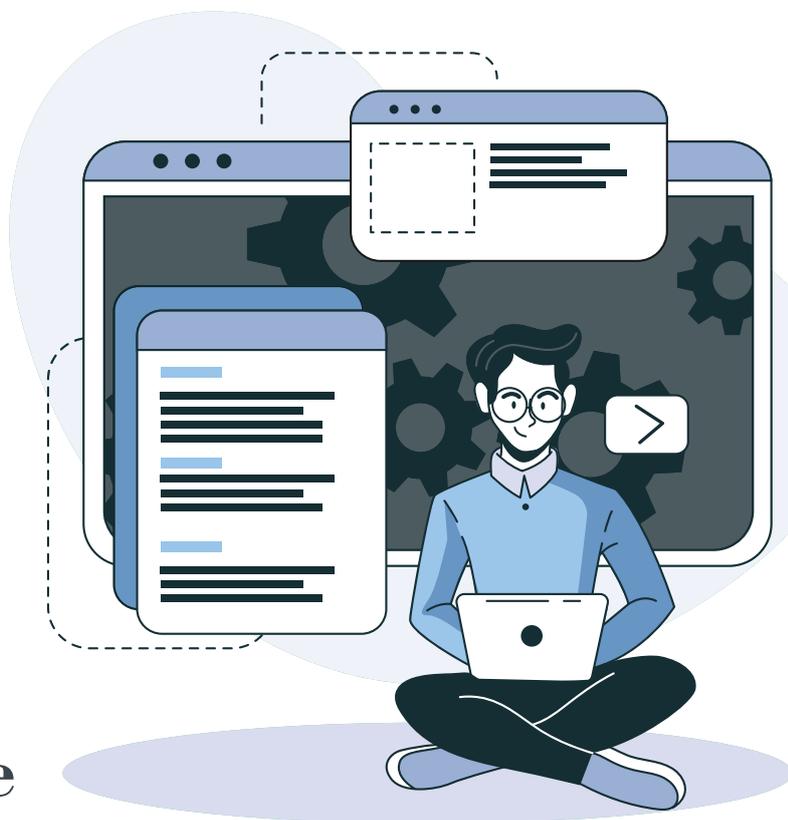
7. Faça as três perguntas básicas quando está pensando em comprar algo:

- a) **Eu realmente necessito disso?**
- b) **Tenho dinheiro para comprar à vista?**
- c) **Realmente preciso disso agora, ou posso esperar para comprar mais à diante?**

8. Não gaste tudo o que você ganha: poupe 10% ou 15% do seu salário mensal.

Estas são apenas algumas iniciativas de Consumo Consciente que podemos adotar.

Saiba mais sobre Consumo Consciente acessando os sites:



Ações de consumo consciente

<https://abrir.link/ytwxw>



Consumo Consciente: o que é e porque é importante

<https://abrir.link/xxdHU>



Conheça os 12 princípios do consumo consciente

<https://abrir.link/4aXSa>



8 dicas para praticar o consumo consciente em casa

<https://abrir.link/5rDsl>



Meu Bolso Feliz: uma vida financeira mais saudável

<https://meubolsofeliz.com.br>



BCB Cidadania Financeira: Gestão de Finanças Pessoais

<https://abrir.link/GUS7a>



Orçamento, Finanças Familiares e Poupança

Orçamento nada mais é que uma ferramenta de controle de receitas e gastos que uma pessoa ou família tem, levando em conta seu estilo de vida e objetivos de curto, médio e longo prazo.

Todas as despesas necessárias e também as supérfluas entram nessa conta, tais como moradia, alimentação, energia elétrica, água, internet, plano de saúde, mensalidade da faculdade, lazer, viagens etc.

Também precisam entrar no orçamento os objetivos da pessoa e seus planos de curto, médio e longo prazo, como reserva de emergência, investimentos, aposentadoria, financiamento imobiliário etc.

Ao contrário do orçamento pessoal que se refere a apenas uma pessoa solteira ou que mora sozinha, o orçamento familiar, por sua vez, é a ferramenta de controle das despesas de pessoas que vivem juntas e dividem os gastos (essenciais, necessários e supérfluos), além dos objetivos de curto, médio e longo prazos feitos em grupo.

Percebe-se então que o orçamento pessoal e o familiar são tipos de orçamento que se complementam. Se as despesas pessoais de uma pessoa estão descontroladas, isso afeta diretamente o orçamento familiar, caso ela seja responsável por parte dos gastos de uma família.

Quais são as vantagens de manter um orçamento organizado?

É necessário sempre ter o orçamento à vista, atualizado e equilibrado. Pelo fato de que imprevistos sempre acontecem que devemos colocar tudo no papel ou numa planilha eletrônica. Hoje existem até aplicativos para celular que podem ajudar. Assim fica mais fácil manter as contas em dia e atingir os objetivos.

Vantagens de ter um orçamento financeiro pessoal e familiar:

- Conhecer a real situação financeira pessoal e familiar.
- Analisar se o estilo de vida está adequado aos ganhos.
- Tomar as melhores decisões sobre quais gastos cortar, reduzir ou incluir no orçamento.
- Definir as prioridades financeiras pessoais e familiares.
- Construir objetivos de curto, médio e longo prazo mais palpáveis.
- O orçamento financeiro pessoal ou familiar não deve engessar sua vida, mas ele tem a função de dizer para onde seu dinheiro deve ir.



Como organizar o orçamento pessoal e familiar?

O orçamento financeiro pode ser realizado com a utilização de uma caderneta, um pequeno caderno de anotações, uma planilha em Excel ou um dos diversos aplicativos que existem no mercado para esta finalidade. O importante é que ele seja prático e eficiente, não tomando muito tempo das pessoas, caso contrário, desestimula seu uso.

Começando a elaboração do orçamento:

1º Relacione/registre todas as suas rendas de salário, alugueis, aposentadoria e outras que você ou sua família recebem mensalmente.

Somando todas as rendas mês a mês já temos uma informação importante que é de quanto recurso financeiro a família dispõe para seus gastos, poupança, realização de sonhos e investimentos.

**MODELO DE PLANILHA
ENTRADAS/RECEITAS DO MÊS**

ITENS	VALORES
Salários líquidos dos membros da família	R\$
Recebimento de comissão de vendas/produção	R\$
Renda de alugueis	R\$
Outras receitas	R\$
(A) Total de Receita do mês	R\$

2º Registre no orçamento familiar todas as despesas/gastos mensais.

Se você não sabe quais são seus gastos ou não lembra exatamente onde e no que realmente gasta sua renda, passe uma semana ou quinze dias anotando todos os gastos na medida em que ocorrem. Assim antes de realmente elaborar seu primeiro orçamento familiar já saberá no que gasta e quanto gasta todo mês com cada item de despesa/saída.

3º Elaborando primeiro orçamento. Tendo em mãos as informações de salários, rendas diversas e tudo o que representa ingresso de dinheiro no mês (renda familiar) e as despesas e seus valores (saídas), já é possível montar seu primeiro orçamento familiar.

**MODELO DE PLANILHA
SAÍDAS/PAGAMENTOS DO MÊS**

CATEGORIAS	VALORES
Moradia	R\$
Alimentação	R\$
Transporte	R\$
Cuidados Pessoais	R\$
Saúde	R\$
Estudo	R\$
Lazer	R\$
Despesas financeiras (juros, taxas, multas)	R\$
Reserva financeira de emergência	R\$
Sonhos de curto prazo	R\$
Sonhos de médio prazo	R\$
Sonhos de longo prazo	R\$
Outras saídas	R\$
(B) Total dos gastos do mês	R\$

Após o registro das receitas e de todos os gastos efetivamente ocorridos, é possível verificar o saldo entre entradas (Receitas) e saídas (Gastos), verificando se há ou não equilíbrio nas finanças. Se os gastos foram maiores que as receitas é necessário repensar os gastos, estabelecendo prioridades, ou reduzindo alguns gastos com itens menos importantes.

RESULTADOS

RESULTADOS	VALORES
(A) Total de Entradas/Receitas	R\$
(B) Total de Saídas/Pagamentos	R\$
= Resultado do mês	R\$

Se você adota o orçamento pessoal/familiar na gestão das suas finanças, está provando ser um cidadão consciente e um consumidor responsável.

A vida em família exige algumas regras de comportamento. E isso também diz respeito ao dinheiro. Algumas situações como a perda do emprego de membros da família responsáveis pelo provimento da mesma, gastos inesperados com doença, acidente com automóvel, podem levar as finanças da família a se deteriorar rapidamente quando não se tem controle financeiro e uma reserva financeira de emergência.

Uma prática eficaz nas finanças é dividir a renda em três partes:

- 50% para as despesas da casa, ou seja, para viver
- 30% para despesas pessoais
- 20% para formação da reserva de emergência e realização dos seus sonhos e projetos de curto prazo, médio prazo e longo prazo.

Como o próprio nome já diz, a reserva de emergência é uma proteção em caso de imprevistos, como a perda do emprego ou uma despesa inesperada. A regra geral para sua composição é que cubra um período de seis meses.

Como sonhos de curto prazo (06 meses a 2 anos) podemos relacionar a poupança para a troca do carro, ou uma viagem. Nos projetos ou sonhos de médio prazo (3 a 6 anos) podem ser incluídos os gastos para fazer uma faculdade, por exemplo. Projetos de longo prazo incluem a formação de uma reserva financeira para aposentadoria.

Poupar é não gastar tudo o que se ganha para poder gastar mais e melhor no futuro e com

aquilo que realmente seja de valor para vida de cada um. No entanto, o dinheiro “não sobra” no final do mês de forma automática. Independente de quanto você ganha, é necessário “fazer sobrar” e isso só é possível quando se sabe quanto se ganha e quanto se gasta. Quando se sabe de onde o dinheiro vem e para onde ele está indo. E para saber isso é usada a técnica do orçamento financeiro familiar.

Hoje dispomos de muitas ferramentas para controle das finanças, sejam planilhas, softwares ou aplicativos (app) para celulares que auxiliam bastante no controle financeiro pessoal e familiar. Alguns são pagos e outros inteiramente gratuitos.

Aplicativos para Controle Financeiro

Dentre os aplicativos (app) disponíveis que facilitam o registro, controle e análise das suas finanças podemos citar:

- | | | |
|---|--|---|
| 1. Mobills – multiplataforma (app e web) | www.mobills.com.br | ▶ |
| 2. Organizze – layout fácil de entender | www.organizze.com.br | ▶ |
| 3. Guia Bolso – Soluções completas de gestão financeira | www.guiabolso.com.br | ▶ |
| 4. Minhas Economias – 100% gratuito | www.minhaseconomias.com.br | ▶ |

Se preferir uma planilha em Excel mais simples e gratuita você tem à sua disposição algumas alternativas, inclusive com orientações de como utilizar, nos seguintes links:

@ExcelenteJoao

https://www.youtube.com/watch?v=aeiMJ_q6wKs

@HashtagTreinamentos

<https://www.youtube.com/watch?v=5ZbWmRWPAIM>



As Formas de Crédito e a Portabilidade de Crédito

Existem no Brasil inúmeras formas de crédito disponíveis. As mais comuns, de acordo com a facilidade de obtenção e destinação do dinheiro são:

Limite de Conta Corrente (Cheque Especial)

O cheque especial é um dos tipos de empréstimos mais populares no Brasil, isso porque acessar essa linha de crédito é bastante simples.

O cheque especial é muitas vezes confundido com um “dinheiro extra” oferecido pelos bancos para seus usuários de conta corrente na hora do saque. Desse modo, se você possui R\$ 150,00 na conta, mas deseja sacar R\$ 400,00, isso pode ser possível através do cheque especial, que disponibiliza um valor extra para o saque.

Por essa razão o cheque especial pode ser facilmente confundido com seu saldo bancário, o que exige atenção. Esse recurso deve ser usado com bastante cuidado, pois as taxas de juros dessas operações são uma das mais altas do país e os juros do cheque especial também passam a ser debitados da conta de modo automático.

Para não ter risco de ficar endividado, o uso do cheque especial deve ser uma exceção – caso de extrema necessidade. Se realmente for necessário utilizar esse recurso, utilize-o por no máximo 30 dias e limite o valor a 30% da sua renda bruta (salário). Se necessitar de recursos superiores a isso é recomendável buscar outras alternativas.

Cartão de Crédito

O cartão de crédito é um tipo de empréstimo e não é preciso ser correntista de algum banco para ter acesso a um cartão de crédito. Sempre que você passa suas compras no cartão de crédito, você solicita à instituição financeira responsável pelo cartão um empréstimo para pagar sua compra naquele momento. No fim do mês ou no vencimento da fatura do cartão você se compromete a pagar todo o valor emprestado para a financeira.

O limite do seu cartão de crédito é estabelecido de acordo com a avaliação que é feita com base no seu perfil ou score de crédito.

O cartão de crédito é bastante popular por sua facilidade de uso, mas também é uma das grandes razões do alto endividamento do brasileiro. Por essa razão, a melhor maneira de evitar a inadimplência no cartão de crédito é sempre pagar a fatura no vencimento e sempre pelo seu valor total. O valor da fatura que não for pago no vencimento estará sujeito a juros, que são elevados, e serão cobrados na fatura seguinte.

As taxas de juros são elevadas e por isso é recomendado que a fatura do cartão de crédito não comprometa mais de 30% da renda.

O uso do cartão de crédito é recomendado para as compras do dia a dia (supermercado, por exemplo) e que possam ser pagas num período de até 6 meses (curto prazo).

Caso se torne inadimplente e não tenha condições de liquidar o débito acumulado no cartão de crédito, renegocie a dívida. Hoje as empresas de cartão de crédito apresentam a opção de liquidar a dívida numa operação parcelada, onde você liquida o débito em parcelas mensais programadas, a taxa de juros bem menores que a do cartão de crédito.

Empréstimo Pessoal

É uma modalidade de empréstimo para pessoas físicas (crédito pessoal). É um dos tipos de empréstimo mais utilizados por pessoas físicas no Brasil, e atende a diversas finalidades. Trata-se da linha de crédito mais comum oferecida por bancos, fintechs e financeiras. Nela, a instituição financeira oferece um valor em dinheiro para uma pessoa física, sem exigir condições de como aquele dinheiro será gasto.

No entanto, as taxas de juros são bastante elevadas, exigindo sempre uma pesquisa criteriosa antes de tomar esse tipo de crédito.

“Jamais gaste seu dinheiro antes de você possuí-lo”

Thomas Jefferson



Empréstimo Consignado

É um tipo de empréstimo exclusivo para algumas categorias de assalariados, como aposentados pelo INSS, pensionistas, trabalhadores CLT, profissionais das forças armadas e funcionários públicos.

O pagamento das parcelas do crédito consignado é realizado mediante desconto na folha de pagamento do salário ou do benefício do INSS.

O valor do empréstimo está ligado diretamente ao valor do salário ou do benefício do INSS. Por essa razão nem sempre é possível liberar a quantia desejada.

O empréstimo consignado é indicado para quem tem maior controle sobre as finanças. Isso porque o pagamento das parcelas é deduzido diretamente da fonte pagadora, o que significa que necessariamente a parcela do empréstimo é paga, independente da sua vontade de pagar ou não.

Em vista dessa segurança no pagamento o consignado oferece baixas taxas de juros, além de ter parcelas mais adequadas a sua renda. Essas são boas razões para considerar o empréstimo consignado.

Onde pesquisar sobre modalidades de crédito?

Existem ainda outras modalidades de crédito como: antecipação de salário, financiamento de automóveis, antecipação de 13°.

A portabilidade de crédito serve para ajudar quem quer trocar uma dívida cara por uma mais barata. Um exemplo é quando as taxas de juros do seu banco estão maiores do que a da concorrência. Funciona como uma compra de dívida. Você leva seu empréstimo para outro banco, ele paga seu contrato com a antiga instituição e faz um novo com você. Assim, você passa a não dever mais nada ao seu banco anterior e contrata um novo empréstimo com o novo banco, de acordo com as novas condições acertadas.

Para solicitar a portabilidade de crédito você deve entrar em contato com o banco em que possui uma dívida pendente e solicitar o extrato com o saldo devedor para quitação antecipada da dívida. Esse cálculo traz a dívida ao valor presente, isto é, exclui os juros futuros do contrato e apura o valor atual da dívida.

<https://www.bcb.gov.br/estatisticas/txjuros> ▶

<https://www.creditas.com/exponencial/divida-cartao-de-credito> ▶

<https://www.creditas.com/exponencial/fugir-juros-do-cheque-especial> ▶

Como lidar com as dívidas e não cair na inadimplência

A inadimplência é um dos problemas mais comuns do cidadão brasileiro, segundo o Serasa. Se você está com dívidas que ultrapassam suas reais condições de pagamento é necessário que haja um planejamento para que você não caia na inadimplência, que tem como consequências a cobrança de juros e encargos elevados e ainda negativa seu nome no mercado de crédito.

Lidar com dívidas e evitar a inadimplência exige dedicação e comprometimento. Passos que podem ser dados na busca de uma solução menos custosa:

a) Saiba claramente com o que você está comprometido

Não tenha medo de encarar suas dívidas. Faça uma lista de todas as contas e parcelas atrasadas, com os respectivos valores. Coloque no topo da lista aquelas que você precisa quitar primeiro, porque são essenciais (contas de água e luz, por exemplo) ou porque custam mais (cartão de crédito e cheque especial).

b) Qual sua real capacidade de pagamento mensal

Antes de buscar renegociar suas dívidas, é necessário saber a sua real capacidade de pagamento mensal para pagar os atrasados, considerando as demais despesas que você já possui. Aproveite a entrada do 13º salário ou reserve algum dinheiro extra que vá entrar exclusivamente para pagar as dívidas.

c) Como negociar com um credor

Você não precisa aceitar a primeira proposta que a empresa fizer. Para facilitar, leve uma lista de perguntas que pode fazer para não deixar passar nada. Por exemplo: Qual o percentual de desconto sobre o total da minha dívida? Se pagar à vista, posso ter um desconto maior? Se parcelar, quanto vou pagar de juros e qual o valor total que irei pagar? Veja todas as nossas dicas para negociar dívidas antes de fazer negócio.

Defina um objetivo, o valor que poderá dispor e faça contrapostas. Leve consigo documentos que comprovem e mostrem ao credor sua real situação financeira. Avalie se o valor negociado cabe no seu bolso e não assuma compromissos que não possa bancar, pois isso não resolverá o problema e o levará novamente à inadimplência no curto prazo.



“ Vivemos num mundo onde tudo tem preço, mas quase nada tem valor ”

Clarice Linspector

d) O que fazer para evitar a inadimplência

Não feche um acordo de negociação contando com dinheiro incerto, que pode ou não entrar. Tenha sempre um plano B, uma alternativa para se o plano inicial não der certo. Cumpra os prazos de pagamentos até o final.

Para evitar se tornar novamente inadimplente, faça um planejamento financeiro, equilibre seus ganhos e gastos mensais. Faça uma planilha com as receitas e despesas e envolva toda a família nesse controle e no esforço para economizar.

Pense duas vezes antes de assumir novas dívidas. Avalie se precisa mesmo comprar. Se é realmente uma necessidade naquele momento, ou se pode esperar um pouco mais até que possa comprar à vista. Lembre-se da experiência e aprenda com ela. Procure fazer diferente dali em diante, poupando para comprar à vista ou de forma planejada, para não se endividar novamente.

Pesquise mais sobre o assunto nos sites



e) Busque conhecimento e controle suas finanças

Em 2021 foi criada a Lei do Superendividamento, com a finalidade de ajudar as pessoas que estão em situação de inadimplência extrema, ou seja, que possuem tantas dívidas que não conseguem ter o mínimo para sobreviver. Com a mudança na legislação, é possível reunir todas as dívidas e negociá-las de uma só vez, com um plano de pagamento que cabe no seu bolso e o protege do assédio e humilhação por parte dos credores. Essa lei usa o mesmo formato para empresas em recuperação judicial.

Procure se informar sobre seus direitos e pratique uma gestão sustentável e consciente das suas finanças, só assim você controlará de fato suas finanças, sua vida e suas prioridades.

<https://seudireito.proteste.org.br/como-sair-da-inadimplencia> ▶

<https://meubolsoemdia.com.br/Materias/lei-do-superendividamento> ▶



Dinheiro só não traz felicidade para quem não sabe o que fazer com ele

O dinheiro não compra felicidade, isso é verdade. Mas ele traz felicidade nos campos onde ele pode atuar e, para isso acontecer de forma plena, o primeiro passo é entender suas finanças pessoais e saber controlá-la a fim de alcançar a tal da liberdade financeira para, por exemplo, poder realizar seus sonhos, projetos de vida, voltar a estudar ou se preparar para mudar de profissão, e quem sabe até, não necessitar mais trabalhar profissionalmente e poder dedicar seu tempo a um trabalho voluntário, se este for também um dos seus projetos de vida.

Gaste menos do que ganha todo mês, guarde aquele bônus que você recebeu e invista tudo. Com paciência você verá sua riqueza sendo construída.

Acredite, é sensacional ver seu dinheiro crescendo!

REFERÊNCIAS

- ARCURI, Nathalia. Guia prático Me Poupe! / Nathalia Arcuri. 1. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2018.
- BAUMAN, Zygmunt. Vida líquida. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2007.
- BELINKY, Aron. De "cidadão que consome" a "consumidor cidadão". In: ANTASJR., Ricardo Mendes (Org.). Desafios do consumo. São Paulo: Vozes, 2007, p. 75-87
- CERBASI, Gustavo. Como organizar sua vida financeira/ Gustavo Cerbasi. – 1. Ed. – Rio de Janeiro: Sextante, 2015.
- Dicas Econômicas – DINHEIRO: Sabendo Usar não vai faltar!, Publicação do Conselho Regional de Economia de Minas Gerais – CORECON – MG.
- EWAL, Luís Carlos. Sobrou Dinheiro: lições de economia doméstica (Rio de Janeiro): Bertrand Brasil, 2009).
- GIACOMINI FILHO, Gino; coordenação José de Ávila Aguiar Coimbra. Meio ambiente & consumismo. São Paulo: Senac São Paulo, 2008. (Série Meio Ambiente; 8).
- MATTAR, Hélio. O consumidor consciente. In: PARENTE, Juracy (Coord.). Responsabilidade social no varejo: conceitos, estratégias e casos no Brasil. São Paulo: Saraiva, 2004. Cap. 2, p. 18-28.
- PENNA, Carlos Gabaglia. O estado do planeta: sociedade de consumo e degradação ambiental. Rio de Janeiro: Record, 1999.
- Rodrigues, Rodrigues. Orçamento Sem Falhas: Saia do vermelho e aprenda a poupar com pouco dinheiro/Nath Finanças; ilustração Ric Sales, – 1.ed.- Rio de Janeiro: Intrínseca, 2021. 128p.
- TOSCANI, Oliviero. Publicidade um cadáver que nos sorri. Rio de Janeiro: Ediouro, 2005 Revista Cult, set: 2009.

DEMAIS REFERÊNCIAS

- Ações de consumo consciente:

https://dgi.unifesp.br/ecounifesp/index.php?option=com_content&view=article&id=11&Itemid=15

- Consumo Consciente: O que é e porque é importante:

https://blog.livup.com.br/consumo-consciente-o-que-e-e-por-que-e-importante/amp/?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=_Shopping_EC_ret_PerformanceMax_BR_multi_pur_rec_&utm_content=&utm_term=&matchtype=&gclid=CjwKCAjw9pGjBhB-EiwAa5jl3NZci3YWaK_dX6D9EAyQ0k19g_1ojrKMhMmoHuiC91jcEvDMgTXlWxoC7ZQQAvD_BwE

- Conheça os 12 princípios do consumo consciente:

<https://akatu.org.br/conheca-os-12-principios-do-consumo-consciente/>

- 8 dicas para praticar o consumo consciente em casa:

<https://leiturinha.com.br/blog/dicas-para-praticar-o-consumo-consciente-em-casa/>

- @ExcelenteJoao

https://www.youtube.com/watch?v=aeiMJ_q6wKs

- @HashtagTreinamentos

<https://www.youtube.com/watch?v=5ZbWmRWPAIM>

- <https://www.creditas.com/exponencial/fugir-juros-do-cheque-especial/>

- <https://www.creditas.com/exponencial/divida-cartao-de-credito/>

- <https://www.bcb.gov.br/estatisticas/txjuros>

- <https://seudireito.proteste.org.br/como-sair-da-inadimplencia/>

- <https://meubolsoemdia.com.br/Materias/lei-do-superendividamento>

ELABORAÇÃO

Nosso agradecimento especial a todos que participaram da elaboração desta cartilha, em particular ao CORECON-PR que é o idealizador deste projeto, pois acreditamos que será um instrumento de apoio à construção de uma sociedade mais próspera, justa e consciente de que o futuro que queremos é possível e é de responsabilidade de cada um, porém, com uma cumplicidade coletiva.

PRESIDENTE CORECON-SC

- André Luiz Koerich - Exercício 2023

GRUPO DE TRABALHO

- Ademir Tenfen
- André Luiz Koerich
- Alexandre Antônio Benedetto Flores

DIAGRAMAÇÃO

- LEX DIGITAL



EnTENDA DE ECONOMIA

Dicas para o Consumo Consciente