



## EDITORIAL



### O ENDIVIDAMENTO E O SOBREENDIVIDAMENTO

O endividamento, que pode resultar de uma ou mais dívidas em simultâneo, corresponde ao saldo devedor que o agregado familiar tem para com as instituições bancárias e/ou entidades credoras.

Quando o endividamento ocorre num contexto de crescimento e estabilidade económica do agregado familiar, não deve ser visto como preocupante, uma vez que o financiamento está a ser utilizado como ferramenta de antecipação dos rendimentos. A situação económica da família agrava-se quando os consumidores deixam de conseguir cumprir com o pagamento atempado das prestações em dívida, entrando em incumprimento.

Quer contribua activamente ou não para a situação de incumprimento (por não ter planeado os seus compromissos financeiros e acumulado créditos, ou por ter sido vítima de uma situação inesperada, como são exemplo o divórcio, o desemprego ou a doença), o consumidor encontra-se em situação de sobreendividamento quando está perante a impossibilidade de pagar o conjunto de dívidas.

Por **Susana Albuquerque** - Secretária-Geral da ASFAC

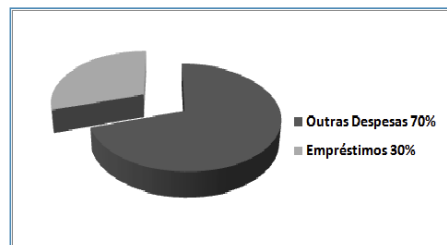
## EM DESTAQUE - Finanças Pessoais

### TAXA DE ESFORÇO OU FORÇADA TENTATIVA PARA ENTENDER A TAXA?

A Taxa de Esforço corresponde à proporção do rendimento de um agregado familiar que é utilizado para liquidar dívidas. Ao calcular a taxa de esforço através do coeficiente entre a dívida e o rendimento mensal, obtém-se a percentagem do rendimento que é usada para pagar os encargos do(s) empréstimo(s).

Regra geral, a Taxa de Esforço não deve ultrapassar os 45% a 50% do rendimento médio mensal do agregado familiar, sendo a proporção ideal de 30%.

Uma boa gestão do orçamento familiar, especialmente com uma Taxa de Esforço moderada, contribui decisivamente para evitar o sobreendividamento.



## DICAS

### CONTAS DE CABEÇA



Saber gerir o orçamento familiar é fundamental para a saúde financeira. O planeamento das despesas mensais permite um controlo rigoroso dos gastos. Neste sentido, propomos que:

1. Inclua todas as despesas numa folha Excel ou na sua agenda;
2. Planeie e implemente um Plano de Gastos, onde constem os rendimentos e despesas;
3. Concentre-se nas prioridades e corte nos custos supérfluos;
4. Economize nas despesas:

### Energia Eléctrica

Utilize apenas a iluminação necessária, apague as luzes das divisões da casa que estejam vazias, use lâmpadas económicas, desligue os aparelhos eléctricos (sem os colocar em *stand-by*) e analise os diversos tarifários de electricidade.

### Água

Não deixe as torneiras abertas e reduza, sempre que possível, o caudal de água.

### Telefone

Utilize somente quando necessário, por períodos breves e em horários em que as tarifas são mais baixas. Opte por outros meios menos dispendiosos como o e-mail, o sms ou programas de conversação instantâneos.

### Condomínio

Analise bem as condições do condomínio quando pensar adquirir casa. Muitas vezes é apenas apresentado o valor fixo, havendo condomínios que incluem taxas extra.

## FLASH INFORMATIVO

### EDUCAÇÃO FINANCEIRA



No dia 19 de Maio, a ASFAC formará um conjunto de professores e técnicos da Escola Secundária de Seomara da Costa Prim. No dia 31 de Maio a acção de formação será destinada a alunos em regime pós-laboral.

### CURSO A NEGOCIAÇÃO NA RECUPERAÇÃO DE CRÉDITOS E COBRANÇAS



A CEGOC ministrará uma acção de formação, nos dias 10 e 11 de Maio, sobre a [A Negociação na Recuperação de Créditos e Cobranças](#) para as Associadas.

**ASFAC - Associação de Instituições de Crédito Especializado** © Todos os Direitos Reservados

Esta newsletter é enviada unicamente a utilizadores registados em [www.asfac.pt](http://www.asfac.pt). Caso pretenda cancelar a sua subscrição, [clique aqui](#).

**Atenção:** não responda a este e-mail. As mensagens dirigidas a esta conta são tratadas automaticamente.