



FINANÇAS PESSOAIS

AUTOSSUFICIÊNCIA



MENSAGEM DA PRIMEIRA PRESIDÊNCIA

Estimados irmãos e irmãs,

O Senhor declarou: “É meu propósito suprir a meus santos” (D&C 104:15). Essa revelação é uma promessa do Senhor de que Ele proverá bênçãos temporais e abrirá a porta da autossuficiência, que é a capacidade de provermos as necessidades da vida para nós mesmos e para nossos familiares.

Este livreto foi preparado para ajudar os membros da Igreja a aprender e a colocar em prática os princípios da fé, do estudo, do trabalho árduo e a confiar no Senhor. Aceitar e viver esses princípios vai torná-lo mais capaz de receber as bênçãos materiais prometidas pelo Senhor.

Convidamos você a estudar diligentemente e a aplicar esses princípios, e a ensiná-los a seus familiares. Ao fazê-lo, sua vida será abençoada. Você aprenderá como agir em seu caminho para uma maior autossuficiência. Será abençoado com mais esperança, paz e progresso.

Tenha a certeza de que você é um filho de nosso Pai Celestial. Ele o ama e jamais vai abandoná-lo. Ele o conhece e está pronto para conceder-lhe as bênçãos espirituais e temporais da autossuficiência.

Atenciosamente,

A Primeira Presidência

Publicado por A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias.
Salt Lake City, Utah.

© 2017 Intellectual Reserve, Inc.
Todos os direitos reservados.
Impresso no Brasil.

Aprovação do inglês: 17/3.
Aprovação da tradução: 17/3.
Tradução de *Personal Finances for Self-Reliance*.
Portuguese.
14863 059

SUMÁRIO

Avaliar Meus Esforços	ii
Para os Facilitadores	iv
1. Tornar-se um Mordomo Prudente e Fiel	1
2. Ser Unidos ao Tratar das Finanças	17
3. Pagar Dízimos e Ofertas	33
4. Criar um Orçamento	51
5. Seguir um Orçamento	69
6. Proteger Sua Família das Adversidades	87
7. Entender as Dívidas	107
8. Livrar-se das Dívidas	125
9. Administrar as Crises Financeiras	141
10. Investir para o Futuro (Parte 1)	159
11. Investir para o Futuro (Parte 2)	179
12. Continuar a Doar e a Abençoar Outras Pessoas	197

AVALIAR MEUS ESFORÇOS

INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Pondere sobre como você pode continuar a progredir ao praticar a formação desses hábitos importantes.

Ⓐ			Ⓑ		
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livro <i>Meu Alicerce</i>			Planejar e Administrar Minhas Finanças		
Exemplo	<i>Ser obediente</i>		<i>Acompanhar as despesas</i>		
Semana 1	A autossuficiência é um princípio de salvação		Acompanhar as despesas		
Semana 2	Exercer fé em Jesus Cristo		Acompanhar as despesas		
Semana 3	Arrepende-se e ser obediente		Acompanhar as despesas		
Semana 4	Ter uma vida equilibrada		Fazer um orçamento		
Semana 5	Solucionar problemas		Escolher um sistema de controle de orçamento		
Semana 6	Usar o tempo com sabedoria		Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras		
Semana 7	Mostrar integridade		Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras		
Semana 8	Trabalho: assumir a responsabilidade e perseverar		Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras		
Semana 9	Comunicação: pedir e ouvir		Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras		
Semana 10	Buscar aprendizado: decidir para onde vai e como chegar lá		Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras		
Semana 11	Tornar-se um, servir juntos		Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras		

LEGENDA:

- Esforço Mínimo
- Esforço Moderado
- Esforço Significativo

© Realizar um Conselho de Família		ⓓ Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	Iniciais do Parceiro de Ação
<i>Conselho sobre obediência</i>	● ● ●	● ● ●	<i>SN</i>
Aconselhar-se com o Senhor	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre o orçamento	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre o orçamento	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre dívidas	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre dívidas	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre a administração de crises	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre poupança, compra de uma residência, estudos	● ● ●	● ● ●	_____
Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria	● ● ●	● ● ●	_____

PARA OS FACILITADORES

Obrigado por orientar um grupo de autossuficiência. O grupo trabalha em conselho tendo o Espírito Santo como professor. Seu papel é ajudar cada pessoa a se sentir à vontade para compartilhar ideias, sucessos e fracassos.

O QUE FAZER	O QUE NÃO FAZER
ANTES DE CADA REUNIÃO ◦ Baixe os vídeos no site srs.LDS.org/videos. ◦ Verifique se o equipamento de vídeo funciona. ◦ Reveja o capítulo brevemente. ◦ Prepare-se espiritualmente. DURANTE A REUNIÃO ◦ Comece e termine no horário marcado. ◦ Certifique-se de que todos se apresentem mesmo aqueles que chegam atrasados. ◦ Escolha alguém para cronometrar o tempo. ◦ Incentive todos a participar. ◦ Seja um membro do grupo. Assuma, cumpra e relate seus compromissos. ◦ Divirta-se e comemore os sucessos. ◦ Confie no livro de atividades e siga-o. DEPOIS DE CADA REUNIÃO ◦ Entre em contato com os membros e incentive-os durante a semana. ◦ Avalie-se usando a “Autoavaliação do Facilitador” (página v).	◦ Preparar uma aula. ◦ Cancele as reuniões. Se você não puder participar, peça a um membro do grupo que o substitua. ◦ Ensine ou aja como um especialista. ◦ Fale mais do que os outros. ◦ Responda a todas as perguntas. ◦ Seja o centro das atenções. ◦ Sente-se na cabeceira da mesa. ◦ Levante-se para facilitar. ◦ Pule a seção “Ponderar”. ◦ Dê sua opinião depois de cada comentário. ◦ Esqueça de atualizar o especialista de autossuficiência da estaca sobre o progresso do grupo.

IMPORTANTE: RELATAR E MELHORAR

- Preencha o Formulário de Inscrição de Grupo em sua primeira reunião, e o Relatório de Término de Grupo e o Formulário de Solicitação de Certificado em sua última reunião. Acesse o site srs.LDS.org/report.
- Examine o livreto *Facilitating Groups* [Orientar Grupos] no site srs.LDS.org/facilitator.

AUTOAVALIAÇÃO DO FACILITADOR

Após a reunião de cada grupo, analise as declarações abaixo.
Como você está se saindo?

COMO ESTOU ME SAINDO COMO FACILITADOR?	Nunca	Às vezes	Frequen-temente	Sempre
1. Faço contato com os membros do grupo durante a semana.	☐	☐	☐	☐
2. Compartilho meu entusiasmo e amor com cada membro do grupo.	☐	☐	☐	☐
3. Ajudo a assegurar que cada membro do grupo possa relatar seus compromissos.	☐	☐	☐	☐
4. Falo menos do que os outros membros do grupo. Todos participam igualmente.	☐	☐	☐	☐
5. Sempre deixo os membros do grupo responder às perguntas em vez de respondê-las eu mesmo.	☐	☐	☐	☐
6. Fico dentro do tempo recomendado para cada seção e atividade.	☐	☐	☐	☐
7. Reservo tempo para a seção "Ponderar" para que o Espírito Santo possa orientar os membros do grupo.	☐	☐	☐	☐
8. Sigo o guia conforme está escrito e completo todas as seções e atividades.	☐	☐	☐	☐

COMO MEU GRUPO ESTÁ SE SAINDO?	Nunca	Às vezes	Frequen-temente	Sempre
1. Os membros do grupo amam, incentivam e servem uns aos outros.	☐	☐	☐	☐
2. Os membros do grupo cumprem seus compromissos.	☐	☐	☐	☐
3. Os membros do grupo estão alcançando resultados temporais e espirituais.	☐	☐	☐	☐
4. Os parceiros de ação contatam regularmente e incentivam uns aos outros durante a semana.	☐	☐	☐	☐



1

TORNAR-SE UM MORDOMO PRUDENTE E FIEL

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- A Autossuficiência É um Princípio de Salvação

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Tornar-se um Mordomo Prudente e Fiel
2. Aconselhar-se com o Senhor sobre Suas Finanças
3. Acompanhar Sua Renda e Suas Despesas

COMO COMEÇAR — Tempo Máximo: 15 Minutos

Façam uma oração.

Apresentem-se. Cada um de vocês vai levar um minuto para falar seu nome e contar algo sobre você.

BEM-VINDOS AO NOSSO GRUPO DE AUTOSSUFICIÊNCIA!

Leia: Este grupo vai ajudá-lo a aprender sobre orçamento, criar um e usá-lo. Você começará a criar um fundo de emergência e um plano de eliminação de dívidas, aprenderá a poupar para despesas futuras e a fazer um plano para a aposentadoria. Mais importante, você aprenderá sobre seu relacionamento com o Pai Celestial e será convidado a administrar seu dinheiro de maneira que agrade a Ele. Cada reunião de grupo dura aproximadamente duas horas.

COMO FUNCIONA?

Leia: Os grupos de autossuficiência funcionam como um conselho. Não há professores ou especialistas. Em vez disso, vocês seguem os materiais, exatamente como são escritos. Com a orientação do Espírito, vocês vão se ajudar da seguinte maneira:

- Contribuir igualmente para os debates e as atividades. Ninguém, principalmente o facilitador, deve dominar a conversa.
- Amar e apoiar uns aos outros. Demonstrar interesse, fazer perguntas e conhecer uns aos outros.
- Fazer comentários positivos e relevantes.
- Fazer e cumprir compromissos.

O Élder M. Russell Ballard ensinou: “Não há problemas de família, ala ou estaca que não possa ser resolvido se buscarmos as soluções à maneira do Senhor por meio de conselho — de realmente nos aconselharmos — mutuamente” (*Counseling with Our Councils* [Em Conselho com Nossos Conselhos], ed. rev., 2012, p. 4).

Assista: “Meu Grupo de Autossuficiência”, disponível no site srs.LDS.org/ videos. (O vídeo não está disponível? Vá para “Sem Professor, Como Saberemos o Que Fazer?”, na página 3.)

Debata: O que tornou o grupo no vídeo tão bem-sucedido? O que vamos fazer como grupo para ter uma experiência de mudança de vida?

SEM PROFESSOR, COMO SABEREMOS O QUE FAZER?

Leia: É fácil. Simplesmente siga os materiais. Cada capítulo do livro de exercícios tem seis partes:

Relatar: Debata o progresso que você fez durante a semana sobre os seus compromissos.

Alicerce: Examine o princípio do evangelho que irá levar a uma autossuficiência espiritual maior.

Aprender: Aprenda habilidades práticas que vão levar a uma autossuficiência material maior.

Ponderar: Ouça a inspiração que o Espírito Santo oferece.

Comprometer-se: Prometa cumprir seus compromissos durante a semana, isso irá ajudá-lo a progredir.

Agir: Durante a semana, pratique o que aprendeu.

COMO UTILIZAR ESTE GUIA

AO SENTIR A INSPIRAÇÃO, SIGA A ORIENTAÇÃO				
LER	ASSISTIR	DEBATER	PONDERAR	ATIVIDADE
Uma pessoa lê em voz alta para o grupo.	O grupo assiste a um vídeo.	Os membros do grupo compartilham ideias por dois ou quatro minutos.	As pessoas, em silêncio, refletem, meditam e escrevem de dois a três minutos.	Os membros do grupo trabalham individualmente ou com outras pessoas por um tempo determinado.

CERTIFICADO DE CONCLUSÃO

Leia: Os membros do grupo que participarem das reuniões e cumprirem seus compromissos podem receber um certificado de autossuficiência do LDS Business College. Ver a página 208.



MEU ALICERCE: A AUTOSSUFICIÊNCIA É UM PRINCÍPIO DE SALVAÇÃO — Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: João 10:10 (à direita).

Debata: O que é uma vida em abundância?

Assista: “Ele Engraxou Meu Dedão do Pé”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 5.)

Debata: Você acredita que há soluções para seus problemas? Como podemos nos qualificar para que o poder do Senhor nos auxilie?

Leia: A referência no *Manual 2* e a citação do Élder Dallin H. Oaks (à direita). Ser autossuficiente não significa que podemos fazer ou obter tudo o que desejamos. É acreditar que pela graça, ou pelo poder capacitador, de Jesus Cristo e nosso próprio esforço, somos capazes de satisfazer todas as necessidades temporais e espirituais da vida para nós mesmos e nossa família. A autossuficiência é uma evidência de nossa confiança ou fé no poder de Deus para mover montanhas em nossa vida e nos fortalecer para triunfar diante das provações e das aflições.

Debata: Como a graça de Cristo o ajudou a satisfazer as necessidades materiais e espirituais da vida?

ATIVIDADE

Passo 1: Escolha um parceiro e leia o princípio abaixo.

Passo 2: Debata por que crer nessas verdades pode ajudá-lo a se tornar mais autossuficiente.

PRINCÍPIOS DOUTRINÁRIOS DE AUTOSSUFICIÊNCIA

- | | |
|--|---|
| 1. A autossuficiência é um mandamento. | “A Igreja e seus membros receberam do Senhor o mandamento de ser autossuficientes e independentes” (<i>Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Spencer W. Kimball</i> , 2006, p. 130). |
| 2. Deus pode e proverá um meio para que Seus filhos justos se tornem autossuficientes. | “E é meu propósito suprir a meus santos, pois todas as coisas são minhas” (D&C 104:15). |
| 3. O físico e o espiritual são um para Deus. | “Portanto, em verdade vos digo que todas as coisas são espirituais para mim” (D&C 29:34). |

“Eu vim para que tenham vida, e a tenham em abundância.”

JOÃO 10:10

“Autossuficiência é a capacidade, o compromisso e o esforço de satisfazer as necessidades espirituais e materiais da vida para si próprio e a família. À medida que se tornam autossuficientes, os membros também estão mais capacitados a servir e cuidar dos outros.”

MANUAL 2: ADMINISTRAÇÃO DA IGREJA, 2010, 6.1.1.

“Sejam quais forem as causas, a dependência de outra pessoa para tomarmos decisões ou obtermos recursos que poderíamos conseguir por nós mesmos enfraquece-nos espiritualmente e retarda nosso crescimento no sentido de nos tornarmos o que o plano do evangelho espera que sejamos.”

DALLIN H. OAKS,
“Arrependimento e Mudança”, *A Liahona*,
novembro de 2003,
p. 40.

Debate: Leia a citação do Presidente Marion G. Romney (à direita). Como você sabe se está se tornando mais autossuficiente?

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao cumprir cada compromisso.

- ☐ Leia a carta da Primeira Presidência na primeira contracapa e sublinhe as bênçãos prometidas. O que você deve fazer para obtê-las? Escreva suas ideias abaixo.

-
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre autossuficiência.

ELE ENGRAXOU MEU DEDÃO DO PÉ

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



ÉLDER ENRIQUE R. FALABELLA:

Durante minha infância, não tínhamos muito. Lembro-me de um dia em que me aproximei do meu pai e disse: “Papai, preciso de sapatos novos. Esses já estão muito gastos”. Ele parou, olhou para meus sapatos e viu que eles estavam realmente gastos. Ele disse: “Acho que podemos consertá-los”. Ele pegou um pouco de graxa preta e poliu meus sapatos, deixando-os brilhantes e bonitos. Ele me disse: “Agora eles estão consertados, filho”. E eu disse a ele: “Não, ainda não. Ainda dá para ver meu dedo saindo do sapato”. Ele disse: “Bom, podemos consertar isso também”. Ele pegou mais um pouco de graxa e poliu meu dedo!

Naquele dia aprendi que todo problema tem uma solução. Estou convencido de que esse princípio de autossuficiência e essa iniciativa são formas de acelerar a obra do Senhor. Faz parte do trabalho de salvação. Todos nós podemos ser melhores do que somos agora. Você deve deixar de lado o desânimo. Muitas vezes nos tornamos complacentes e isso destrói nosso progresso. Posso progredir a cada dia se decidir fazer algo diferente para melhorar o que foi mal feito no passado. Se você fizer isso com fé, exercendo fé e esperança em Cristo de que Ele estará do seu lado, ajudando, você vai encontrar um caminho para progredir, nas coisas temporais e espirituais. Isso acontece porque Deus vive e você é Seu filho ou Sua filha.

Volte para a página 4.

“Sem autossuficiência, não podemos exercer nosso inato desejo de servir. Como alguém pode dar se não tem nada para dar? O alimento para o faminto não pode vir de prateleiras vazias. O dinheiro para ajudar o necessitado não pode sair de um bolso vazio. O apoio e a compreensão não podem vir do emocionalmente carente. O ignorante não pode ensinar. E, mais importante que tudo, o espiritualmente fraco não pode dar orientação espiritual.”

MARION G. ROMNEY,
“O Caráter Celestial da Autossuficiência”,
A Liahona, janeiro de 1983, p. 162.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos

1. TORNAR-SE UM MORDOMO PRUDENTE E FIEL

Pondere: Reserve um minuto para ponderar em silêncio sobre a seguinte pergunta e escreva sua opinião.

- Qual é o meu nível de confiança em meu futuro financeiro?

Leia: Na parábola dos talentos, Cristo nos ensina que devemos cuidar do que recebemos. O Senhor permite que sejamos cuidadores — ou mordomos — dos dons que recebemos Dele. Para aqueles que são fiéis a Seus dons, Cristo promete: “Bem está, servo bom e fiel. Sobre o pouco foste fiel, sobre muito te colocarei; entra no gozo do teu senhor” (Mateus 25:21).

Debata: O que significa para você que todas as coisas pertencem ao Senhor?

Leia: Como parte de nossa mordomia, somos incentivados a ser sábios a respeito de nossas finanças. O Presidente Gordon B. Hinckley ensinou:

“Rogo-lhes (...) que analisem sua situação financeira. Rogo-lhes que sejam comedidos em suas despesas, controlem-se no que se refere a compras, que evitem ao máximo as dívidas, que as paguem assim que possível e se livrem da servidão.

Isso faz parte do evangelho secular em que acreditamos. Que o Senhor os abençoe (...) para que coloquem sua casa em ordem. Se já pagaram suas dívidas, se têm uma reserva, mesmo que seja pequena, mesmo que chegue a tempestade, terão abrigo para sua [família] e paz no coração” (“Para os Rapazes e para os Homens”, *A Liahona*, janeiro de 1999, p. 66).

Ao se empenhar em usar seu dinheiro com sabedoria, sua fé em Cristo aumentará, preparando o caminho para futuras bênçãos.

Debata: Como administrar suas finanças o torna um mordomo melhor?

Podemos Administrar Nossas Finanças com Prudência

Leia: O diagrama na página 8 — Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira — ilustra princípios para a administração financeira prudente e fiel. Você estudará e aplicará esses princípios nas próximas 12 semanas. Durante este curso, você vai trabalhar para aumentar sua fé em Jesus Cristo, estabelecendo união com seu cônjuge e fortalecendo seu compromisso com a autossuficiência. Cada lição terá como foco uma parte específica do Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira.

Debata: Revezem-se lendo os itens no Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira (página 8). Como cada item pode ajudá-lo em sua jornada rumo ao sucesso na mordomia financeira?

2. ACONSELHAR-SE COM O SENHOR SOBRE SUAS FINANÇAS

Leia: Sem dúvida surgirão desafios à medida que você aplicar esses princípios de sucesso na mordomia financeira. Ao buscar a ajuda dos membros do grupo e a ajuda do Senhor continuamente, você será fortalecido para vencer esses desafios. Lembre-se de que o Senhor sempre provê um meio para cumprir Seus mandamentos (ver 1 Néfi 3:7).

Amuleque ensinou os pobres entre os zoramitas a “[clamar ao Senhor] pelas colheitas de [seus] campos, a fim de que, por meio delas, [prosperassem]”, e a “[clamar] pelos rebanhos de [seus] campos, para que [aumentassem]” (Alma 34:24–25). Ao se aconselhar com o Senhor sobre suas necessidades materiais e sobre seus desafios, e trabalhar para alcançar sua autossuficiência financeira, Ele o abençoará e o fortalecerá.

Aconselhar-se com o Senhor sobre suas finanças significa orar ao Pai Celestial e pedir orientação sobre os assuntos financeiros. Um de seus compromissos esta semana será aconselhar-se com o Senhor sobre suas finanças.

MAPA PARA O SUCESSO NA MORDOMIA FINANCEIRA



3. ACOMPANHAR SUA RENDA E SUAS DESPESAS

Leia: O primeiro passo para o sucesso na mordomia financeira é entender sua situação financeira atual. Quando você ganhar um entendimento melhor de onde está gastando seu dinheiro, você pode planejar melhor como quer que ele seja usado. Você vai começar acompanhando sua renda e suas despesas nas primeiras quatro semanas deste curso.

Pondere: Reserve alguns minutos e, em silêncio, pense a respeito das perguntas a seguir:

- Eu sei onde gasto meu dinheiro todo mês?
- Sinto que tenho controle sobre onde gasto meu dinheiro?

ATIVIDADE (25 minutos)

Passo 1: Individualmente, pense em todas as maneiras que você gasta dinheiro. Abaixo estão as categorias mais comuns nas quais as pessoas gastam dinheiro. Circule as áreas onde você gasta dinheiro com frequência e escreva categorias adicionais quando necessário. A categoria Diversos é para despesas que não se enquadram perfeitamente nas outras categorias.

Dízimo e ofertas	Transporte	Entretenimento	
Aluguel ou financiamento	Poupança	Restaurantes	
Seguros	Compras	Diversos	
Utilidades domésticas	Telefones celulares		

Passo 2: Em grupo, debatam as categorias adicionais que vocês criaram. Você usará as categorias acima mais tarde para organizar sua renda e suas despesas e acompanhá-las.

Passo 3: Durante as próximas semanas, anote todas as vezes que você recebe ou gasta dinheiro. Em uma planilha ou em um caderno, crie uma tabela parecida com o exemplo a seguir. Preencha a tabela todos os dias. Quando receber dinheiro, registre o valor na coluna renda; quando gastar dinheiro, registre o valor na coluna despesas. Para praticar, reserve alguns minutos e anote as despesas que teve nas últimas 24 horas, todas as que puder lembrar. Inclua as categorias que criou.

DATA	DESCRIÇÃO	CATEGORIA	RENDIMENTOS	DESPESAS
6/1	Salário	Rendimentos	1.500,00	
6/1	Mercado do Juan	Compras		78,32

Debata: Que desafios você teve ao acompanhar suas despesas?

Pondere: Escreva algumas maneiras que você usará para vencer esses desafios.



ACOMPANHAR AS DESPESAS TORNOU-SE UM HÁBITO!

Eu não achava que era possível acompanhar as despesas por um longo período. Mas, agora, eu guardo meus recibos do dia e anoto todas as minhas despesas à noite. Preciso apenas de alguns minutos da noite e um pouco de espaço na carteira para guardar os recibos do dia!



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Eu, o Senhor, estendi os céus e formei a Terra, obra de minhas mãos; e todas as coisas que neles há são minhas. E é meu propósito suprir a meus santos, pois todas as coisas são minhas” (D&C 104:14–15).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?

PARCEIROS DE AÇÃO

O BENEFÍCIO DOS PARCEIROS DE AÇÃO

Leia: Com a ajuda de outras pessoas você pode realizar coisas maravilhosas. Por exemplo, os missionários têm companheiros como apoio. Em nossos grupos, temos os parceiros de ação. Cada semana vamos escolher e trabalhar com um parceiro de ação diferente. Os parceiros de ação se ajudam mutuamente a cumprir os compromissos da seguinte forma:

- Telefonando, enviando mensagens de texto ou visitando uns aos outros durante a semana.
- Conversando sobre o que aprenderam no grupo.
- Incentivando uns aos outros a cumprir com os compromissos.
- Aconselhando-se mutuamente sobre as dificuldades.
- Orando uns pelos outros.

Debata: Como outra pessoa o ajudou a realizar algo difícil?

Leia: Ser um parceiro de ação não é difícil e nem consome muito tempo. Para iniciar a conversa, você pode perguntar:

- O que lhe agradou em nossa última reunião de grupo?
- Que coisas boas aconteceram para você nesta semana?
- Como você usou o princípio do livreto Meu Alicerce esta semana?

A parte mais importante da conversa vai ser ajudar uns aos outros a cumprir com os compromissos. Você pode perguntar:

- Como você está se saindo com seus compromissos?
- Você precisa de ajuda, caso não tenha cumprido alguns deles?
- Como posso apoiar mais seu esforço?

ATIVIDADE (5 minutos)

Passo 1: Escolha alguém do grupo para ser o seu parceiro de ação.

- Você pode mudar de parceiro todas as semanas se desejar.
- Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Passo 2: Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Todas as semanas nós assumimos compromissos. Quando nos reunirmos na próxima semana, iniciaremos relatando nossos compromissos. Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- ☐ A Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
 - ☐ B Acompanharei minha renda e minhas despesas todos os dias desta semana.
 - ☐ C Vou me aconselhar com o Senhor sobre minhas finanças e buscar Sua ajuda.
 - ☐ D Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.
-

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação

ANOTAÇÕES

[illegible]

ANOTAÇÕES

[illegible]



2

SER UNIDOS AO TRATAR DAS FINANÇAS

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Exercer Fé em Jesus Cristo

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Trabalhar e Assumir a Responsabilidade
2. Trabalhar Juntos para Administrar o Dinheiro
3. Realizar Conselhos de Família Regulares



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Acompanhar minha renda e minhas despesas.
- Ⓒ Aconselhar-me com o Senhor sobre minhas finanças.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Pondere sobre como você pode continuar a progredir ao praticar e formar novos hábitos importantes.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Iniciais do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livreto Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo: Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●		44
Semana 1 A autoconfiança é um princípio da salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●		
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●		
Semana 3 Arrepender-se e ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas ● ● ●		
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●		
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●		
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguro ● ● ●		
Semana 7 Manter integridade ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●		
Semana 8 Trabalhar honesto e com integridade ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●		
Semana 9 Comunicação pacífica e suave ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre administração de crises ● ● ●		
Semana 10 Buscar aprendizado: decidir para onde vai e como chegar lá ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre poupança, compra de uma residência, estudos ● ● ●		
Semana 11 Tornar-se um ser justo ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●		

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - De que modo aconselhar-se com o Senhor o ajuda?
 - O que você aprendeu ao acompanhar suas despesas?
 - De que maneira trabalhar com um parceiro de ação o ajudou?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: EXERCER FÉ EM JESUS CRISTO

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Como minha fé em Jesus Cristo afeta minha autossuficiência?

Assista: “Exercer Fé em Jesus Cristo”, disponível no site srs.LDS.org/ videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 21.)

Debata: Por que a verdadeira fé leva à ação? Por que é necessário ter fé para que Deus nos ajude material e espiritualmente?

Leia: Mateus 6:30 e a citação de *Lectures on Faith* [Dissertações sobre a Fé] (à direita).

ATIVIDADE

O caminho para a autossuficiência é uma jornada de fé. A Primeira Presidência e o Quórum dos Doze Apóstolos estão nos convidando a tornar o fortalecimento de nossa fé no Pai Celestial e em Seu Filho uma prioridade em nossa vida.

Passo 1: Em grupo, leiam as prioridades proféticas no quadro abaixo.

Passo 2: Debatam como honrar fielmente o Dia do Senhor, tomar o sacramento e ler o Livro de Mórmon os ajudará a se tornarem mais autossuficientes.

PRIORIDADES E PROMESSAS PROFÉTICAS

“Imaginem a abrangência dessa declaração! A plenitude da Terra é prometida aos que santificam o Dia do Senhor” (Russell M. Nelson, “O Dia do Senhor É Deleitoso”, *A Liahona*, maio de 2015, p. 130; ver também D&C 59:16).

“A espiritualidade não é algo estático e nem são os convênios [do sacramento]. Os convênios não são apenas compromissos, eles nos proporcionam poder espiritual” (Neil L. Andersen, reunião de treinamento para as Autoridades Gerais, abril de 2015).

“Presto testemunho de que [o Livro de Mórmon] pode se tornar um ‘Urim e Tumim’ pessoal em nossa vida” (Richard G. Scott, “The Power of the Book of Mormon in My Life” [O Poder do Livro de Mórmon em Minha Vida], *Ensign*, outubro de 1984, p. 11).

“Pois, se Deus assim veste a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada no forno, não vos vestirá muito mais a vós, homens de pouca fé?”

MATEUS 6:30

“Todos os nossos esforços, de todos os tipos, não dependem de nossa fé? (...) Assim como nós recebemos todas as bênçãos temporais pela fé, também recebemos todas as bênçãos espirituais pela fé. A fé não é apenas um princípio de ação, é também um princípio de poder.”

LECTURES ON FAITH [DISSERTAÇÕES SOBRE A FÉ], 1985, pp. 2–3.

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Demonstre sua fé neste domingo santificando o Dia do Senhor e partilhando do sacramento em reverência.
- ☐ Leia o Livro de Mórmon todos os dias.
- ☐ Leia as escrituras na página 21. Escolha uma e compartilhe com sua família ou com seus amigos.

ESCRITURAS SOBRE FÉ EM AÇÃO

Como Daniel não quis deixar de orar, ele foi jogado na cova dos leões, mas “Deus enviou o seu anjo, e fechou a boca dos leões (...) e nenhum dano se achou nele, porque crera no seu Deus” (Daniel 6:22–23; ver também os versículos 16–21).

O Senhor deu a Leí a Liahona para guiar sua família, e ela “funcionava para eles segundo a fé que tinham em Deus. (...) [Quando] eles foram negligentes e esqueceram-se de exercitar sua fé e diligência (...) eles não progrediram em sua jornada” (Alma 37:40–41).

“Trazei todos os dízimos à casa do tesouro, (...) e provai-me nisto, (...) se eu não vos abrir as janelas do céu, e não derramar sobre vós uma bênção tal, até que não haja mais lugar para a recolherdes” (Malaquias 3:10).

Durante uma época de fome, Elias pediu a uma viúva que lhe desse a última refeição dela. Elias prometeu que por causa da fé exercida por ela o Senhor lhe proveria alimentos, e nunca faltou comida para ela (ver 1 Reis 17).

“Os aflitos e necessitados buscam água, mas nenhuma há, e a sua língua se seca de sede; eu, o Senhor, os ouvirei; eu, o Deus de Israel, não os desampararei” (Isaías 41:17; ver também o versículo 18).

EXERCER FÉ EM JESUS CRISTO

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



ÉLDER DAVID A. BEDNAR: Agir é exercer fé. Os filhos de Israel carregam a arca do convênio. Chegam até o rio Jordão. A promessa é que eles cruzarão a terra seca. Quando a água se dividirá? Quando seus pés estiverem molhados. Eles caminham para dentro do rio; agem. O poder se segue: a água se divide.

Frequentemente acreditamos que: “Eu vou ter um conhecimento perfeito e depois vou transformá-lo em ação”. Eu diria que temos o suficiente para começar. Temos a compreensão da direção correta. A fé é um princípio — o princípio — de ação e de poder. A verdadeira fé centraliza-se no Senhor Jesus Cristo e sempre leva à ação.

(Ver “Seek Learning by Faith” [Aprender pela Fé], discurso aos professores de religião do Sistema Educacional da Igreja, 3 de fevereiro de 2006, LDS.org/media-library.)

Volte para a página 20.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

- Fé em Jesus Cristo
- Unidade com o Cônjuge
- Compromisso com a Autossuficiência

1. TRABALHAR E ASSUMIR A RESPONSABILIDADE

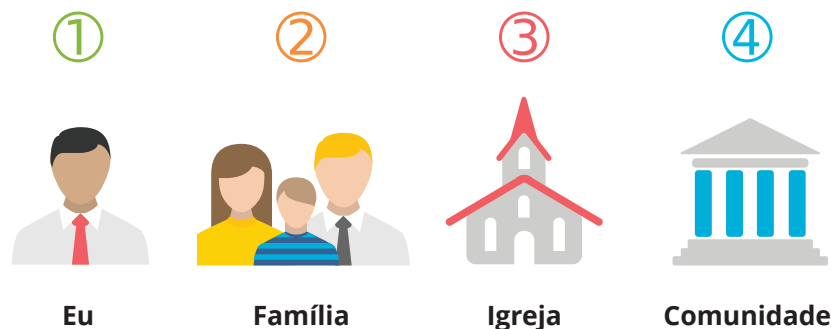
Leia: Quando foi pedido a Adão e Eva que deixassem o Jardim do Éden, Deus disse: “No suor do teu rosto comerás o teu pão, até que retornes à terra” (Gênesis 3:19). Embora o Senhor deseje prover tudo o que precisamos para nossas necessidades materiais, Ele espera que trabalhemos duro e assumamos a responsabilidade por nossas necessidades. Observe que uma das paredes de apoio no Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira (ver página 8) é “trabalho”. Tornar-se materialmente autossuficiente exige trabalho árduo constante e diligência.

O Presidente Dieter F. Uchtdorf ensinou: “O Senhor não espera que trabalhemos mais do que somos capazes. Ele não compara (e tampouco devemos nós comparar) os nossos esforços com os de outras pessoas. O Pai Celestial pede apenas que façamos o melhor possível. (...) O trabalho é o antídoto para a ansiedade, um bálsamo para a tristeza e um portal para as possibilidades. (...) Quando nosso carroção fica atolado na lama, é mais provável que Deus ajude o homem que desce e empurra do que o homem que apenas ergue a voz em oração, por mais eloquente que seja” (“Dois Princípios para Quaisquer Condições Econômicas”, *A Liahona*, novembro de 2009, p. 56).

Debata: Pense em exemplos de pessoas que trabalharam árduo em sua vida. O que essas pessoas têm em comum?

Devemos Eliminar Nossa Dependência Material de Outras Pessoas

Leia: O Presidente Spencer W. Kimball ensinou: “A responsabilidade pelo bem-estar social, emocional, espiritual, físico e financeiro de cada pessoa repousa em primeiro lugar sobre ela mesma, em segundo lugar sobre sua família e em terceiro lugar sobre a Igreja se essa pessoa for um membro fiel. Nenhum verdadeiro santo dos últimos dias, enquanto for capaz física e emocionalmente, transferirá de modo voluntário a responsabilidade por seu próprio bem-estar ou o de sua família a outra pessoa. Tanto quanto puder, sob a inspiração do Senhor e por meio de seu próprio trabalho, ele mesmo suprirá suas necessidades espirituais e materiais, assim como as de sua família” (*Ensinamentos do Presidente Spencer W. Kimball*, 2006, p. 130).



O Élder Dale G. Renlund, citando o Élder Wilford W. Andersen, ensinou: “Quanto maior a distância entre o doador e o recebedor, mais aquele que recebe desenvolve um senso de direito de posse” (“Para Que Eu (...) Pudessem Atrair a Mim Todos os Homens”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 39). O direito é um sentimento de que você merece algo sem fazer todo o necessário para obtê-lo. É o oposto de responsabilidade. Quando você sente que tem direito às bênçãos materiais, o Espírito Se retira de sua vida. Ao se aproximar de Cristo, sentimentos de responsabilidade por seu próprio bem-estar encherão seu coração e os sentimentos de direito se dissiparão.

- Debata:**
- Como depender de outras pessoas limita nosso crescimento pessoal?
 - Por que é importante evitar a dependência do governo ou de programas sociais?
 - Que outros riscos estão associados com a dependência de outras pessoas, inclusive a família, para nossas necessidades pessoais?

2. TRABALHAR JUNTOS PARA ADMINISTRAR O DINHEIRO

Pondere: Como sua situação financeira o afetou emocional e espiritualmente?

Leia: Uma das ferramentas de Satanás mais comuns e poderosas para destruir as famílias é a negligência financeira e o estresse que a acompanha. Uma vez que as famílias são essenciais ao plano do Pai Celestial (ver *A Família: Proclamação ao Mundo*), é importante que evitemos a culpa, a desconfiança e a raiva em nosso lar. Sendo você casado ou solteiro, administrar as finanças de modo prudente aproximará seus entes queridos uns dos outros e de Deus, e pode ser uma medida de proteção contra o mal; uma abordagem unificada para a administração financeira pode, em última análise, trazer gratidão, harmonia e paz.

Debata: Por que é importante que os cônjuges sejam unidos nos assuntos financeiros?

Leia: Os cônjuges com frequência vêm de culturas, religiões ou situações econômicas diferentes. Eles podem ter tradições, técnicas de educação infantil e hábitos de consumo diferentes. Um cônjuge pode ter um interesse natural em acompanhar as despesas e seguir um orçamento, e o outro pode achar isso tedioso e cansativo. Isso pode causar divergências. Entretanto, abraçar as diferenças e verdadeiramente ouvir com amor e humildade promoverá um ambiente de união. Se você é solteiro, é importante ser honesto consigo mesmo e envolver o Senhor em suas decisões para administrar as finanças.

Muitos casais acreditam que a solução para seus problemas é aumentar sua renda. Entretanto, administrar o dinheiro separadamente pode ser muito mais prejudicial ao relacionamento do que uma renda baixa ou a falta de recursos financeiros.

Debata: Como o conflito financeiro pode ser mais prejudicial do que a baixa renda ou a falta de recursos?

Leia: O Élder Marvin J. Ashton ensinou: “A administração das finanças da família deve ser mútua entre marido e mulher com franqueza e confiança. O controle do dinheiro por apenas um dos cônjuges como forma de poder e autoridade causa desigualdade no casamento e não é apropriado. Por outro lado, se um dos cônjuges voluntariamente se desobriga completamente da administração das finanças da família, está-se eximindo de uma responsabilidade necessária” (*A Respeito de Dinheiro: Guia para as Finanças da Família*, livreto, 2006, p. 3).

Debata: De que maneira ser um com seu cônjuge muda sua vida?

A Mordomia Prudente das Finanças Nos Prepara para o Casamento

Leia: Caso você esteja se preparando para o casamento ou é solteiro, divorciado ou viúvo, a mordomia prudente das finanças pode ajudá-lo a estar preparado para relacionamentos futuros. Muitos casais novos estão sobrecarregados pela dívida e por maus hábitos de consumo levados para o relacionamento, o que pode fazer com que o início do casamento seja difícil. Ao se esforçarem para desenvolver bons hábitos de consumo, criar uma poupança e reduzir ou eliminar as dívidas, eles convidarão o Espírito para seu relacionamento e criarão um alicerce para um casamento bem-sucedido.

Debata: Como ser um administrador financeiro prudente agora o ajuda a se preparar para ser um cônjuge melhor no futuro?

ATIVIDADE (10 minutos)

Passo 1: Responda cada uma das seguintes perguntas honestamente.

COMO ME SINTO EM RELAÇÃO AOS MEUS GASTOS?	Nunca	Às vezes	Frequen- temente	Sempre
1. Eu me aconselho com o Senhor sobre minhas finanças.	☐	☐	☐	☐
2. Eu me aconselho com meu cônjuge sobre nossas finanças.	☐	☐	☐	☐
3. As finanças são uma fonte de estresse pessoal.	☐	☐	☐	☐
4. Eu escondo (ou gostaria de poder esconder) meus gastos de meu cônjuge.	☐	☐	☐	☐
5. Eu discordo de meu cônjuge sobre nossas finanças.	☐	☐	☐	☐

Passo 2: Compartilhe as respostas acima com seu cônjuge ou com um parceiro de modo alternado. Se seu cônjuge não estiver presente, peça-lhe que complete a mesma avaliação quando estiverem juntos e, depois, analisem suas respostas. Lembre-se de ouvir com amor e humildade as respostas de seu parceiro.

Pondere: Como você pode alinhar-se melhor com seu cônjuge e com o Senhor?

3. REALIZAR CONSELHOS DE FAMÍLIA REGULARES

Leia: Na última semana, debatemos a importância de nos aconselharmos com o Senhor. Ele quer ajudá-lo a ser bem-sucedido. Além de se aconselhar com o Senhor, os profetas ensinaram a importância de fazer conselhos familiares regulares.

Assista: “Family Councils” [Conselhos de Família], disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 31.)



Debata: De que maneira realizar conselhos de família pode beneficiar você e sua família?

DEBATA A MORDOMIA FINANCEIRA EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Um conselho executivo de família regular entre marido e mulher é o cenário perfeito para debater a mordomia financeira. Se você é solteiro, escolha um de seus pais ou outro membro da família, um colega de quarto, um professor ou um amigo e faça um conselho regular e honesto com a pessoa sobre suas finanças. Se você é casado, provavelmente precisará ter conversas importantes com seu cônjuge ao longo do curso. Quando o curso terminar, realizar conselhos de família regulares os ajudará a continuar a se tornar mais unidos e autossuficientes.

Um de seus compromissos esta semana será designar um horário para realizar um conselho de família regular. Como parte de seu conselho de família, vocês devem debater sobre as finanças. Vocês podem usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família”, na próxima página, para orientar essa parte de seu conselho de família.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- Você está acompanhando suas despesas adequadamente? O que você está aprendendo sobre seus gastos? Como você pode melhorar seu processo de acompanhar as despesas?
- Debata os resultados da avaliação na página 26.

Parte 2: Planejar

- Como você pode comunicar-se melhor sobre suas finanças?
- O que você pode fazer, se necessário, para eliminar sua dependência material da família, do governo, da Igreja ou da assistência social?



JUNTOS, TODAS AS NOITES

Levou muitos anos (provavelmente mais de 20) e cinco filhos para entendermos que, orar em casal todas as noites — apenas ela e eu, em voz alta, de joelhos e mãos dadas — é uma das coisas mais poderosas que já fizemos para abençoar e fortalecer nosso relacionamento. Quando um de nós está viajando, oramos juntos por telefone!



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

*Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse.
Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.*

“Digo-vos: Sede um; e se não sois um, não sois meus” (D&C 38:27).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- Ⓐ Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Continuarei a acompanhar minha renda e minhas despesas esta semana.
- Ⓒ Realizar um conselho de família e debatarei sobre a administração das finanças.
- Ⓓ Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação



RECURSOS

CONSELHOS DE FAMÍLIA

O Élder M. Russell Ballard compartilhou o seguinte sobre conselhos de família:

“Creio que os conselhos são o modo mais eficaz de se obter resultados reais. Além disso, sei que os conselhos são a vontade do Senhor e que Ele criou todas as coisas no Universo por meio de um Conselho nos Céus, conforme mencionado nas escrituras sagradas.

Até agora, no entanto, nunca falei em uma conferência geral sobre o conselho mais básico e essencial — e talvez o mais importante — de todos os conselhos: o conselho de família.

Os conselhos de família sempre foram necessários. Na verdade, eles são eternos. Pertencíamos a um conselho de família na existência pré-mortal quando vivíamos com nossos pais celestiais como seus filhos espirituais.

Um conselho de família, quando realizado com amor e atributos cristãos, combaterá o impacto da tecnologia moderna que muitas vezes nos distrai de passar momentos agradáveis juntos e tende a trazer o mal justamente para o nosso lar.

Lembrem-se de que os conselhos de família são diferentes das noites familiares realizadas nas segundas-feiras. As noites familiares concentram-se principalmente no ensino do evangelho e em atividades em família. Os conselhos de família, por outro lado, podem ser realizados em qualquer dia da semana e são, sobretudo, reuniões em que os pais ouvem — um ao outro e a seus filhos.

Creio que há pelo menos quatro tipos de conselhos de família:

- Primeiro, um conselho geral de família, formado por toda a família.
- Segundo, um conselho executivo de família, formado pela mãe e pelo pai.
- Terceiro, um conselho limitado de família, formado pelos pais e por um dos filhos.
- Quarto, um conselho individual de família, formado por um dos pais e por um dos filhos”

(“Conselhos de Família”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 63).

Volte para a página 27.

ANOTAÇÕES

[illegible]



3

PAGAR DÍZIMOS E OFERTAS

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Arrepende-se e Ser Obediente

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Mudar Sua Maneira de Administrar o Dinheiro
2. Pagar Dízimos e Ofertas



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Acompanhar minha renda e minhas despesas.
- Ⓒ Debater a mordomia financeira em meu conselho de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Pondere sobre como você pode continuar a progredir ao praticar a formação desses hábitos importantes.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Iniciais do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livreto Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo: Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●	● ● ●	AM
Semana 1: A auto-disciplina é um princípio da salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●	● ● ●	—
Semana 2: Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 3: Arrepende-se e se converte ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 4: Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	—
Semana 5: Solucionar problemas ● ● ●	Facilitar um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	—
Semana 6: Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguro ● ● ●	● ● ●	—
Semana 7: Mostrar integridade ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 8: Trabalhar, assumir a responsabilidade e perseverar ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 9: Comunicação: pedir e ouvir ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da casa ● ● ●	● ● ●	—
Semana 10: Buscar aprendizado: decidir para onde vai e como chegar lá ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre poupança, compra de uma residência, estudos ● ● ●	● ● ●	—
Semana 11: Tornar-se um ser servil ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●	● ● ●	—

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - Que padrões ou hábitos você descobriu ao acompanhar suas despesas?
 - O que você aprendeu em seu conselho de família? O que você aprendeu na avaliação financeira? (Ver página 26.)
 - De que maneira trabalhar com um parceiro de ação o ajudou?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: ARREPENDER-SE E SER OBEDIENTE

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Como o arrependimento e a obediência estão relacionados à autossuficiência?

Assista: “A Obediência Traz Bênçãos”, disponível no site srs.LDS.org/ videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 37.)

Debata: Que bênçãos você recebeu por obedecer aos mandamentos de Deus? Como o arrependimento nos ajuda a progredir?

Leia: Doutrina e Convênios 130:20–21 e a citação do Profeta Joseph Smith (à direita).

“Há uma lei, (...) na qual todas as bênçãos se baseiam — E quando recebemos uma bênção de Deus, é por obediência à lei na qual ela se baseia.”

DOCTRINA E CONVÊNIOS 130:20–21

ATIVIDADE

A obediência a leis específicas conduz a bênçãos específicas.

Passo 1: Escreva na coluna da esquerda algumas bênçãos que você deseja.

Passo 2: Identifique quais leis ou princípios você precisará obedecer para receber as bênçãos que deseja.

BÊNÇÃOS QUE DESEJO RECEBER	LEIS E PRINCÍPIOS QUE DEVO OBEDECER
Três meses de economias	Dízimos e Ofertas (Malaquias 3:10–12) Seguir um orçamento

Debata: Leia Josué 3:5 e as citações do Élder Jeffrey R. Holland e do Presidente Spencer W. Kimball (na página 37). Por que precisamos nos arrepender, nos santificar e tentar fazer o bem ao buscarmos nos tornar autossuficientes?

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Obedeça a lei que você escolheu na atividade acima.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre obediência.

“Adotei a seguinte regra: Quando o Senhor ordenar, faça-o.”

ENSINAMENTOS DOS PRESIDENTES DA IGREJA: JOSEPH SMITH, 2007, p. 169.

A OBEDIÊNCIA TRAZ BÊNÇÃOS

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



PRESIDENTE THOMAS S. MONSON:

Que promessa gloriosa! “Aquele que guarda [os] mandamentos [de Deus] recebe verdade e luz, até ser glorificado na verdade e conhecer todas as coisas” (D&C 93:28). (...)

Irmãos e irmãs, o grande teste desta vida é a obediência. “E assim os provaremos”, disse o Senhor, “para ver se farão todas as coisas que o Senhor seu Deus lhes ordenar” (Abraão 3:25).

O Salvador declarou: “Pois todos os que receberem uma bênção de minhas mãos obedecerão à lei que foi designada para essa bênção e suas condições, como instituídas desde antes da fundação do mundo” (D&C 132:5).

Não há maior exemplo de obediência do que o de nosso Salvador. A respeito Dele, Paulo comentou:

“Ainda que era Filho, todavia aprendeu a obediência pelas coisas que padeceu.

E tendo ele sido aperfeiçoado, veio a ser o autor da eterna salvação para todos os que lhe obedecem” (Hebreus 5:8–9).

O Salvador demonstrava o genuíno amor de Deus, levando uma vida perfeita e honrando a sagrada

missão que recebera. Nunca foi arrogante. Nunca Se encheu de orgulho. Nunca foi desleal. Sempre foi humilde. Sempre foi sincero. Sempre foi obediente. (...)

Quando Ele enfrentou a agonia do Getsêmani, onde suportou tanta dor que Seu “suor fez-se como grandes gotas de sangue, que corriam até ao chão”, (Lucas 22:44), Ele exemplificou o Filho obediente, dizendo: “Pai, se queres, passa de mim este cálice, porém não se faça a minha vontade, senão a tua” (Lucas 22:42).

Assim como o Salvador instruiu a Seus antigos apóstolos, o mesmo diz a cada um de nós: “Segue-me” (João 21:22). Estamos dispostos a obedecer?

O conhecimento que buscamos, as respostas pelas quais ansiamos e a força que desejamos hoje para enfrentar os desafios de um mundo complexo e inconstante podem ser nossos, se de boa vontade obedecermos aos mandamentos do Senhor. Cito novamente as palavras do Senhor: “Aquele que guarda [os] mandamentos [de Deus] recebe verdade e luz, até ser glorificado na verdade e conhecer todas as coisas” (D&C 93:28).

É minha humilde oração que sejamos abençoados com as ricas recompensas prometidas aos que forem obedientes. Em nome de Jesus Cristo, nosso Senhor e Salvador. Amém.

(“A Obediência Traz Bênçãos”, *A Liahona*, maio de 2013, pp. 89, 92.)

“Santificai-vos, porque amanhã fará o Senhor maravilhas no meio de vós.”

JOSUÉ 3:5

“O Senhor abençoa aqueles que desejam progredir, que reconhecem a necessidade dos mandamentos e se esforçam por guardá-los. (...) Ele vai ajudá-los a se arrepender, fazer reparações, consertar qualquer coisa que precisa ser corrigida e seguir em frente. Em pouco tempo, alcançarão o sucesso desejado.”

JEFFREY R. HOLLAND,
“Amanhã Fará o Senhor Maravilhas no Meio de Vós”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 126.

“Se gostarmos de luxo ou até de coisas necessárias mais do que de obedecer, perderemos as bênçãos que ele gostaria de nos dar.”

SPENCER W. KIMBALL, *Teachings of Spencer W. Kimball*, ed. Edward L. Kimball, 1982, p. 212.



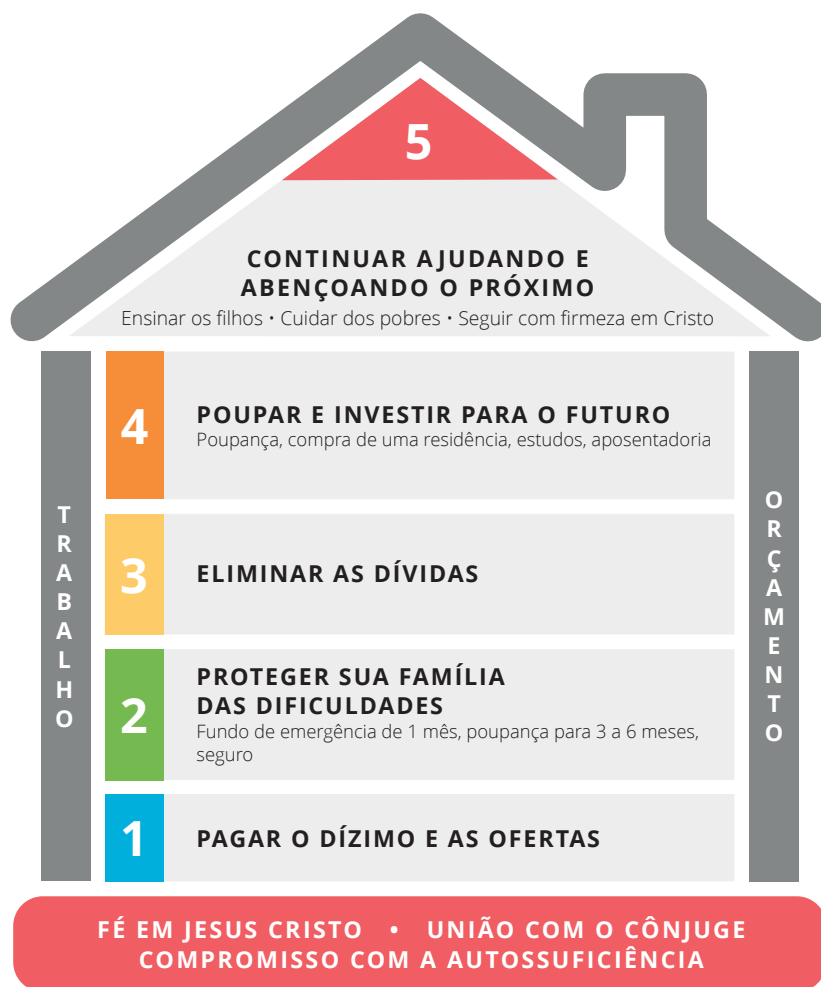
APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

1

PAGAR DÍZIMOS E OFERTAS



MAPA PARA O SUCESSO NA MORDOMIA FINANCEIRA

Debata: Por que você acha que “pagar dízimos e ofertas” é o primeiro nível no Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira?

Leia: Os membros da Igreja são aconselhados a pagar dízimos e ofertas antes de pagar outras despesas, mesmo as necessidades. O Élder Dallin H. Oaks ensinou: “O pagamento do dízimo é um teste de prioridades” (“Dízimo”, *A Liahona*, julho de 1994, p. 40). Ao demonstrar a Deus suas prioridades, você dará mais oportunidades para que Ele o abençoe. As escrituras frequentemente enfatizam que as coisas devem ser feitas em ordem. (Por exemplo, ver 1 Coríntios 14:40, Mosias 4:27 e Doutrina e Convênios 93:43.)

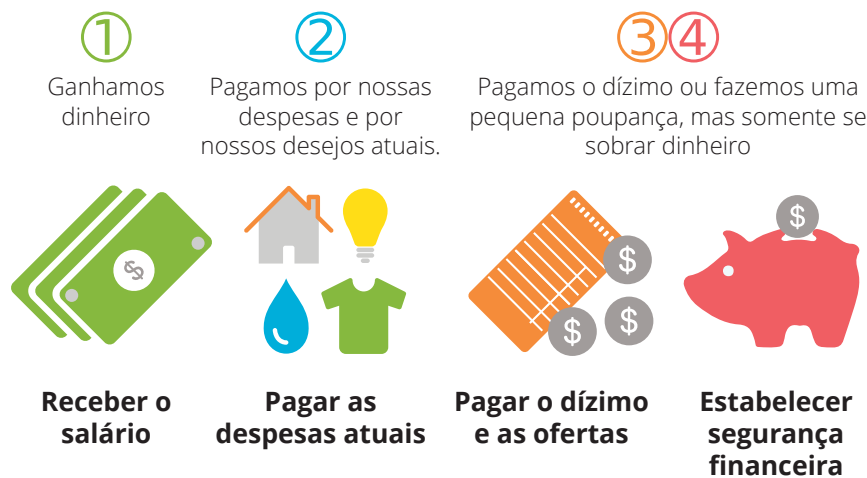
O Presidente Heber J. Grant ensinou: “Os homens e as mulheres que foram absolutamente honestos com Deus, que pagaram o dízimo (...), a eles Deus concedeu sabedoria. Graças a ela conseguiram utilizar os nove décimos restantes de forma que lhes foi de maior valor, e conseguiram realizar mais do que teriam conseguido se não tivessem sido honestos com o Senhor” (Conference Report, abril de 1912, p. 30).

Debata: De que maneira você acha que pagar o dízimo primeiro o ajuda a fazer melhor uso dos nove décimos restantes do dinheiro que tem?

1. MUDAR SUA MANEIRA DE ADMINISTRAR O DINHEIRO

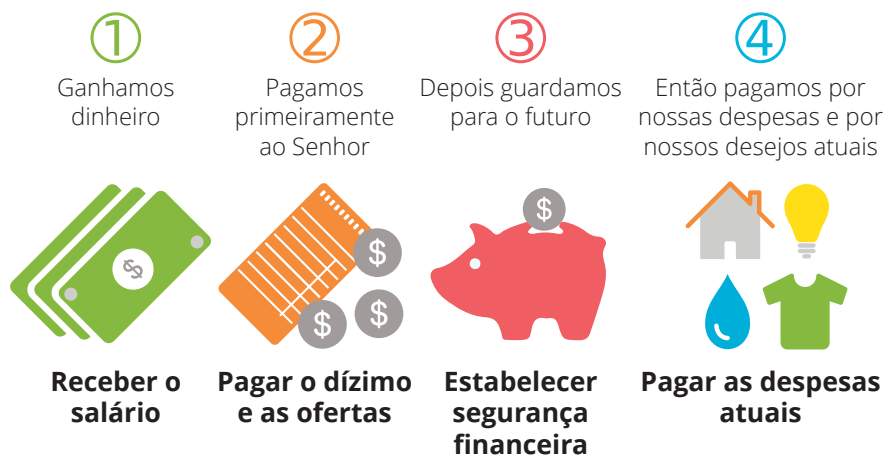
Leia: Para pagar dízimos e ofertas primeiro, pode ser necessário mudar sua maneira de administrar o dinheiro. Cuidar das atuais despesas familiares pode, com frequência, sobrecarregar sua habilidade de poupar para o futuro e conquistar segurança financeira. Muitas pessoas seguem esta abordagem de mordomia financeira: elas pagam despesas imediatas como comida, abrigo, transporte e assistência médica primeiro, e pretendem poupar dinheiro e pagar o dízimo com o que sobrar. Esse método está ilustrado no seguinte diagrama.

ABORDAGEM COMUM



Leia: Embora essa prática possa ser muito comum, há uma abordagem de mordomia financeira melhor: Quando você receber seu salário, primeiro pague o dízimo e, depois, reserve dinheiro para o futuro — mesmo se for bem pouco. Depois, use o que sobrou (a maior parte de sua renda) para pagar suas despesas familiares. Esse método está ilustrado no diagrama abaixo.

ABORDAGEM DE AUTOSSUFICIÊNCIA



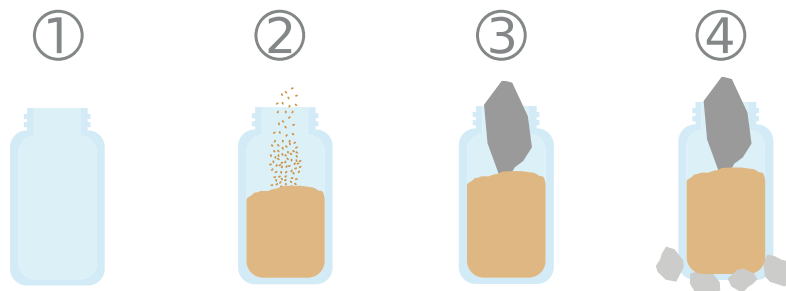
Debata: Quais são algumas diferenças entre essas duas abordagens? Por que muitas pessoas acabam escolhendo a abordagem mais comum para a mordomia financeira?

Leia: Usaremos as ilustrações abaixo de um pote, algumas pedras e areia para demonstrar a sabedoria de reservar dinheiro primeiro para o Senhor e para nosso futuro (ver Stephen R. Covey, A. Roger Merrill e Rebecca R. Merrill, *First Things First: To Live, to Love, to Learn, to Leave a Legacy* [Primeiro o Mais Importante: Para Viver, para Amar, para Aprender, para Deixar um Legado], 1994, pp. 88–89).

Os potes representam nossa renda: um recurso de tamanho limitado. Cada um de nós tem potes de tamanhos diferentes, mas o princípio debatido aqui é o mesmo para todos. As pedras e a areia, quando colocadas no recipiente, representam as maneiras que podemos usar nosso dinheiro. Neste exemplo, as pedras grandes e pequenas representam nossas prioridades em longo prazo — reservar dinheiro para o Senhor e para o nosso futuro — e a areia representa nossas necessidades atuais e nossos desejos.

Vamos colocar os itens no pote usando a abordagem mais comum de mordomia financeira.

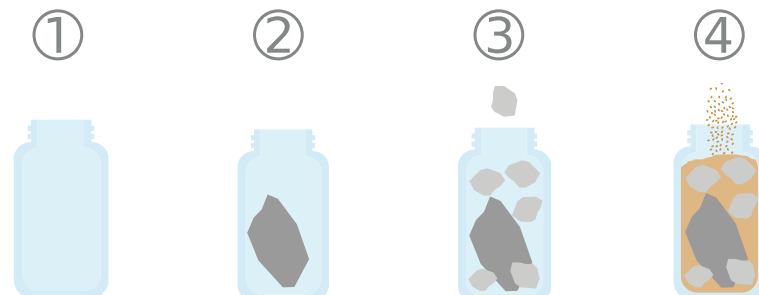
ABORDAGEM COMUM



Leia: Observe que, quando você coloca a areia primeiro, não há espaço suficiente para todas as pedras se encaixarem.

Agora, vamos colocar os itens no pote usando a abordagem de mordomia financeira autossuficiente.

ABORDAGEM DE AUTOSSUFICIÊNCIA



Leia: Observe que se você colocar as pedras primeiro, ainda há espaço para toda a areia.

Debata: Como o exemplo dos potes se relaciona ao pagamento do dízimo e a poupar dinheiro? Por que coube tudo no pote na segunda vez? Como colocar as pedras no pote primeiro pode ser considerado um exemplo de fé?

Leia: Durante este curso você vai aprender continuamente como adotar a abordagem de mordomia financeira mais autossuficiente. Embora seguir a abordagem de autossuficiência possa ser incômodo à primeira vista, isso o ajudará a se preparar melhor para o futuro. É natural sua preocupação de talvez não ter dinheiro suficiente para suas necessidades atuais se primeiro pagar o dízimo e reservar dinheiro para poupar. É um teste de fé. Um sábio bispo uma vez disse para um preocupado recém-converso: “Se para pagar o dízimo for preciso deixar de pagar a conta de água ou de luz, paguem o dízimo. Se para pagar o dízimo for preciso deixar de pagar o aluguel, paguem o dízimo. Mesmo que se para pagar o dízimo for preciso usar o dinheiro que ia pôr comida na mesa da família, paguem o dízimo. O Senhor não os abandonará” (Aaron L. West, “Transformações Sagradas”, *A Liahona*, dezembro de 2012, p. 26).

Enquanto acompanhava suas despesas, provavelmente você também recebeu sua renda. Pondere sobre como administra seu dinheiro atualmente e como pode melhorar para pagar o dízimo e se preocupar com seu futuro primeiro. Um dos compromissos desta semana será aplicar esses princípios e continuar a acompanhar sua renda e suas despesas esta semana.

Embora adotar a abordagem de mordomia financeira autossuficiente exija exercer fé em Jesus Cristo, também requer aplicar as habilidades financeiras adequadas. Na próxima semana, você começará a dominar a habilidade de usar um orçamento, o que o ajudará a controlar seus gastos e fazer seu dinheiro render para pagar todas as suas despesas.

Debata: Como pagar o dízimo e poupar dinheiro primeiro pode mudar sua vida?

2. PAGAR DÍZIMOS E OFERTAS

Leia: “A lei do dízimo é simples”, ensinou o Presidente James E. Faust, da Primeira Presidência. “Pagamos a décima parte de nossa renda anual. A Primeira Presidência interpreta isso como os nossos rendimentos. Decidir o que vem a ser esses 10% de nossa renda individual é uma questão entre cada um de nós e o Criador. (...) Um converso da Coreia certa vez afirmou: ‘Em relação ao dízimo, não faz diferença se somos ricos ou pobres. (...) Se ganhamos bem, pagamos 10%. Se ganhamos pouco, ainda assim pagamos 10%’” (“Abrir as Janelas do Céu”, *A Liahona*, janeiro de 1999, p. 67).

Assista: “Widow of Zarephath” [A Viúva de Sarepta], disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 49.)



Debata: Por que a viúva de Sarepta deu sua última refeição ao Profeta Elias? Você teria feito o mesmo? Por que sim? Ou por que não?

Leia: A lei do dízimo existe desde a época do Velho Testamento. Em Malaquias, lemos que se pagarmos o dízimo, o Senhor abrirá as “janelas do céu” para nós (ver Malaquias 3:10).

O Élder David A. Bednar ensinou: “A imagem das ‘janelas’ do céu usada por Malaquias é muito instrutiva. As janelas permitem que a luz natural entre em um edifício. De igual modo, a iluminação e a visão espirituais são derramadas através das janelas do céu para a nossa vida, quando honramos a lei do dízimo. (...) Podemos precisar de ajuda e orar para encontrar um emprego adequado. (...) O dom espiritual do discernimento aumentado (...) nos permite identificar oportunidades de emprego, que muitas pessoas podem deixar passar despercebidas. (...) É adequado desejar e trabalhar a fim de receber um aumento de salário no emprego para prover melhor sustento para as necessidades da vida. (...) [Ou, em alguns casos,] podemos esperar uma oferta de emprego, mas a bênção que recebemos pelas janelas do céu pode nos dar maior capacidade de agir e de mudar nossas próprias circunstâncias em vez de esperar que elas sejam mudadas por outra pessoa ou por outra coisa” (“As Janelas do Céu”, *A Liahona*, novembro de 2013, p. 18).

Debata: De que maneiras a iluminação espiritual (ou inspiração pessoal) o orientou a mudar suas próprias circunstâncias?

A Lei do Jejum

Leia: “A devida observância do dia de jejum normalmente consiste em abster-se de ingerir alimentos e líquidos por duas refeições consecutivas em um período de 24 horas, assistir à reunião de jejum e testemunhos e fazer uma oferta de jejum generosa para ajudar as pessoas necessitadas” (*Manual 2: Administração da Igreja*, 2010, 21.1.17).

As ofertas de jejum são usadas para ajudar os pobres e necessitados. Dar uma oferta de jejum generosa também aumentará nossa própria capacidade de ser autossuficientes.

O Élder Jeffrey R. Holland ensinou: “Presto testemunho dos milagres, tanto espirituais como físicos, que acontecem aos que vivem a lei do jejum. (...) Valorizem esse privilégio sagrado, pelo menos uma vez por mês, e sejam tão generosos quanto possível em suas ofertas de jejum e outras contribuições humanitárias, educacionais e missionárias. Prometo que Deus será generoso com vocês e os que encontrarem alívio por seu intermédio os chamarão bem-aventurados” (“Não Somos Todos Mendigos?”, *A Liahona*, novembro de 2014, pp. 41–42).

Debata: O que você pode fazer para melhorar seu jejum?

DEBATA DÍZIMOS E OFERTAS EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Durante seu conselho de família esta semana, debata os benefícios de pagar o dízimo e reservar algum dinheiro para poupar imediatamente após receber seu pagamento. Determine com seu cônjuge como melhorar seu jejum.

Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- Você paga um dízimo integral e honesto?
 - Você dá uma oferta de jejum generosa?
 - Você está acompanhando sua renda e suas despesas? (Ver capítulo 1.) Como está se saindo?
-

Parte 2: Planejar

- O que você pode fazer para pagar um dízimo integral e honesto?
- O que você considera uma oferta de jejum generosa?
- Como você pode melhorar seu jejum?
- Como você pode adotar a abordagem de mordomia financeira autossuficiente? (Ver páginas 39–40.)

ATIVIDADE (10 minutos)

Responda cada uma das seguintes perguntas honestamente.

COMO ME SINTO SOBRE ESTA EXPERIÊNCIA?	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
1. Todos os membros do grupo relatam seus compromissos.	☐	☐	☐	☐
2. Nosso grupo começa e termina no horário marcado.	☐	☐	☐	☐
3. Sinto que tenho um vínculo com os membros do meu grupo.	☐	☐	☐	☐
4. Sinto o Espírito em nossas reuniões de grupo.	☐	☐	☐	☐
5. No grupo, todos participam igualmente.	☐	☐	☐	☐
6. Sinto que estou fazendo progressos em relação à autossuficiência.	☐	☐	☐	☐
7. Sinto que sou amado pelos membros do meu grupo.	☐	☐	☐	☐

Debata: O que podemos fazer para melhorar nossa experiência em grupo?



FOI TÃO FÁCIL!

Uma noite, quando estávamos em casa após uma reunião de grupo, minha esposa e eu decidimos começar a reservar dinheiro para a poupança antes de pagarmos nossas despesas familiares. No outro dia, ela falou com alguém em nossa cooperativa de crédito e eles disseram que poderiam transferir automaticamente uma parte de cada salário depositado para a conta corrente e outra parte — o valor que quiséssemos — para a poupança. Agora, toda vez que recebo, automaticamente é feita uma transferência para contas separadas. Foi tão fácil! Agora, poupar dinheiro não é algo com que precisamos nos preocupar!



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Trazei todos os dízimos à casa do tesouro, (...) e provai-me nisto, diz o Senhor dos Exércitos, se eu não vos abrir as janelas do céu, e não derramar sobre vós uma bênção tal, até que não haja mais lugar para a recolherdes” (Malaquias 3:10–12).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- ☐ (A) Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
 - ☐ (B) Continuarei a acompanhar minha renda e minhas despesas esta semana.
 - ☐ (C) Realizarei um conselho de família e debatarei sobre díizimos e ofertas.
 - ☐ (D) Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.
-

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação



RECURSOS

A VIÚVA DE SAREPTA

A viúva de Sarepta, que estava entre os mais pobres dos pobres foi, na verdade, uma pessoa totalmente autossuficiente em meio a sua terra assolada pela seca e pela fome. Como você deve se lembrar, ela estava quase sem comida e foi apanhar um pouco de lenha para cozinhar sua última refeição. Isso parece exatamente o oposto de autossuficiência. Mas, seu alicerce espiritual de autossuficiência era tão profundo, que quando um profeta de Deus pediu sua última refeição: “foi ela, e fez conforme a palavra de Elias” (1 Reis 17:15). As escrituras nos dizem que após ela usar seus últimos grãos para alimentar o profeta “da panela a farinha não se acabou, e da botija o azeite não faltou” (versículo 16), e “ela, e ele, e a sua casa comeram muitos dias” (versículo 15). Ela estava quase sem comida, mas ela não ficou sem — não porque tinha dinheiro suficiente, mas porque ela tinha fé suficiente. Ao fazermos nosso melhor para viver o evangelho e tudo o que pudermos para nos sustentar, o Senhor recompensará nossa fé e nosso trabalho árduo.

Volte para a página 43.

ANOTAÇÕES

[illegible]



4

CRIAR UM ORÇAMENTO

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Ter uma Vida Equilibrada

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Fazer um Orçamento
2. Equilibrar um Orçamento



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Acompanhar minha renda e minhas despesas.
- Ⓒ Debater dívidos e ofertas em meu conselho de família
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a progredir ao praticar a formação desses hábitos importantes.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Início do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livro Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●		<i>AM</i>
Semana 1 A autoconfiança é um princípio de salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●		
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●		
Semana 3 Aprender a se ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dívidas e as ofertas ● ● ●		
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●		
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●		
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros ● ● ●		
Semana 7 Manter integridade ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●		
Semana 8 Trabalhar, assumir a responsabilidade e perseverar ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●		
Semana 9 Comunicação pacífica e amor ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da casa ● ● ●		
Semana 10 Buscar aprendizagem, decidir para onde vai e como chegar lá ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre educação, compra de uma residência, estudos ● ● ●		
Semana 11 Tornar-se um, servir juntos ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●		

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - De que modo aconselhar-se com o Senhor o ajuda?
 - O que você aprendeu ao acompanhar sua renda e suas despesas?
 - De que maneira trabalhar com um parceiro de ação o ajudou?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: TER UMA VIDA EQUILIBRADA

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Como mantenho meu cotidiano em equilíbrio?

Assista: “Remorsos e Decisões” disponível no site srs.LDS.org/videos.
(O vídeo não está disponível? Leia a página 55.)

Debata: O que o Salvador fez para alcançar uma vida equilibrada?

Leia: Mosias 4:27, 2 Néfi 9:51 e as citações do Élder M. Russell Ballard (à direita) e do Presidente James E. Faust (na página 55).

Debata: Que coisas podem ser simplificadas ou eliminadas de nossa vida para que possamos ter mais alegria?

ATIVIDADE

Passo 1: Leia as citações do Presidente Dallin H. Oaks (na página 55).

Passo 2: Individualmente, pense em seu modo de viver a cada semana. Agora, imagine que está 25 anos mais velho e ainda vive da mesma maneira. Complete as duas declarações abaixo sobre sua vida:

Eu não tinha tempo suficiente para

Eu gastava muito tempo com

Passo 3: Para evitar remorsos no futuro, escreva uma ou duas coisas que pode fazer para trazer mais equilíbrio a sua vida.

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Coloque em prática sua ideia para trazer mais equilíbrio a sua vida.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que você aprendeu sobre encontrar equilíbrio.

“E vede que todas estas coisas sejam feitas com sabedoria e ordem; porque não se exige que o homem corra mais rapidamente do que suas forças o permitam.”

MOSIAS 4:27

“Portanto, não despendais dinheiro naquilo que não tem valor, nem vosso trabalho naquilo que não pode satisfazer.”

2 NÉFI 9:51

“Basta fazer o melhor que puder a cada dia. Façam as coisas básicas e logo verão que sua vida estará cheia de compreensão espiritual e assim terão a confirmação de que o Pai Celestial os ama. Quando uma pessoa tem essa certeza, a vida é cheia de propósito e significado e isso a ajudará a manter o equilíbrio mais facilmente.”

M. RUSSELL BALLARD, “Manter a Vida em Equilíbrio”, A Liahona, setembro de 2012, p. 50.

REMORSOS E DECISÕES

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF:

Não é verdade que, com frequência, ficamos ocupados demais? Além disso, é triste dizer, até usamos nosso trabalho como uma medalha de honra, como se o fato de estarmos atarefados, por si só, fosse uma realização ou um sinal de uma vida superior.

Mas será que é?

Penso em nosso Senhor e exemplo, Jesus Cristo, e em Sua curta vida em meio ao povo da Galileia e de Jerusalém. Tentei imaginá-Lo cor-

rendo de uma reunião para outra ou fazendo mil coisas ao mesmo tempo, para cumprir uma lista de tarefas urgentes.

Não consigo ver isso.

Em vez disso, vejo o compassivo e carinhoso filho de Deus vivendo com propósito a cada dia. Quando Ele interagia com as pessoas a Seu redor, elas se sentiam importantes e amadas. Ele conhecia o infinito valor das pessoas que encontrava. Ele as abençoou e ministrou a elas. Ergueu-as e curou-as. Deu-lhes a preciosa dádiva de Seu tempo.

(Dieter F. Uchtdorf, “Remorsos e Decisões”, *A Liahona*, novembro de 2012, p. 22.)

Volte para a página 54.

“O equilíbrio em grande parte consiste em saber as coisas que podem ser mudadas, colocá-las na perspectiva adequada e reconhecer as coisas que não podem ser mudadas.”

JAMES E. FAUST, “A Necessidade de Equilíbrio em Nossa Vida”, *A Liahona*, março de 2000, p. 7.

“Muitos chefes de família se preocupam porque sua atividade profissional lhes deixa com pouquíssimo tempo para a família. (...) Mas, não conheço nenhum homem que, ao fazer um retrospecto da vida profissional, tenha dito: ‘Não passei tempo suficiente no trabalho.’”

DALLIN H. OAKS, “Bom, Muito Bom, Excelente”, *A Liahona*, novembro de 2007, p. 105.

“O número de coisas boas que poderiam ser realizadas ultrapassa em muito o tempo disponível para sua execução. Algumas coisas são melhores, e são elas que merecem atenção prioritária em nossa vida.”

DALLIN H. OAKS, “Bom, Muito Bom, Excelente”, *A Liahona*, novembro de 2007, p. 104.

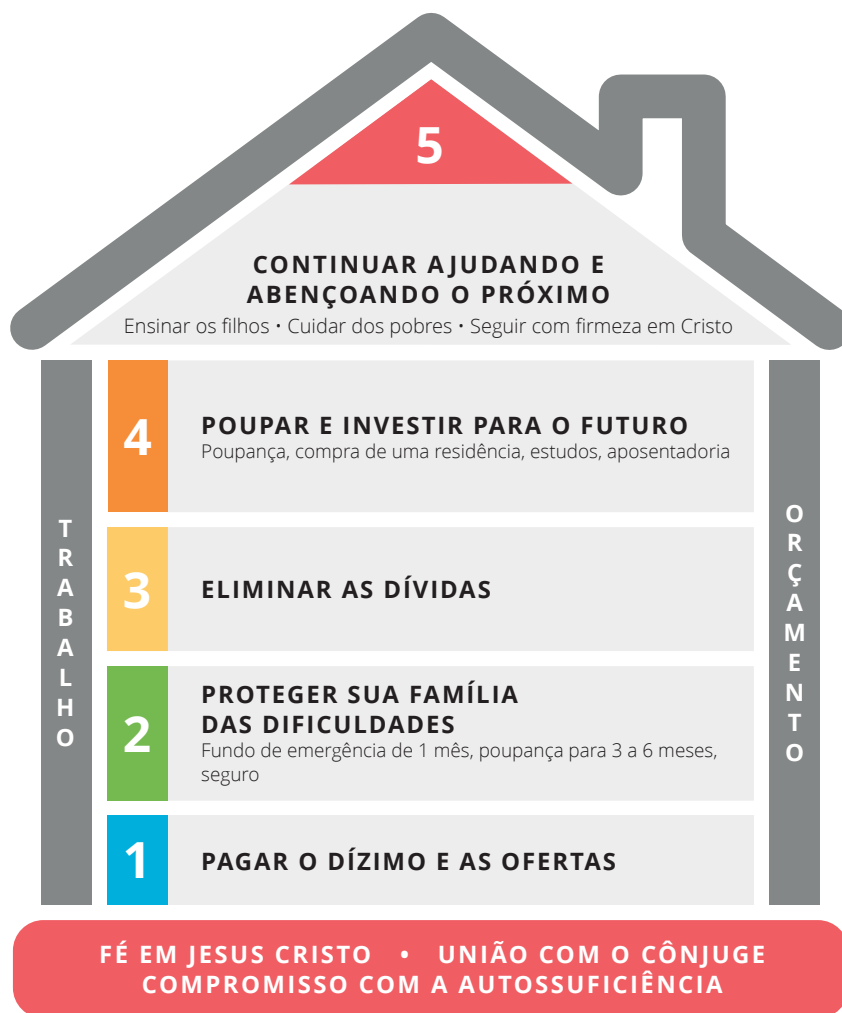


APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

ORÇAMENTO



MAPA PARA O SUCESSO NA MORDOMIA FINANCEIRA

Debata: Por que você acha que “orçamento” é uma parede no Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira em vez de um nível?

Leia: Hoje vamos debater sobre uma das ferramentas mais importantes para a segurança financeira e para nos tornarmos autossuficientes: fazer e usar um orçamento com eficácia. Um **orçamento** é um plano. Ao usar um orçamento, você planeja como vai usar seu dinheiro por um determinado período de tempo.

Seguir um orçamento ajudará você e sua família a ter o controle de sua vida temporal, despojarem-se do homem natural (ver Mosias 3:19) e convidar o Espírito ao seu lar. Fazer um orçamento também pode ajudá-lo a proteger sua família das adversidades, ao usá-lo para reservar dinheiro para um fundo de emergência, quitar as dívidas e poupar para o futuro.

Criar e seguir um orçamento é um ato de fé. Não podemos prever o futuro, e as despesas geralmente surgem de modo inesperado. É importante lembrar que um orçamento deve ser flexível — continuamente ajustado e melhorado. Quando fizer um orçamento esta semana, lembre-se de que ele precisará ser constantemente analisado e revisado em seus conselhos de família regulares. Se você precisar revisar o orçamento, não desista! Pode levar vários meses de ajustes antes de ter um orçamento eficaz.

ATIVIDADE (5 minutos)

Passo 1: Reserve um minuto para examinar os parágrafos que acabou de ler sobre usar um orçamento. Sublinhe as bênçãos específicas de usar um orçamento.

Passo 2: Depois, circule pelo grupo e compartilhe a bênção que você sublinhou como mais importante para você.

1. FAZER UM ORÇAMENTO

Leia: Nas atividades a seguir, vamos praticar fazer um orçamento.

Hoje, você fará a estimativa dos valores pedidos com base no que sabe e no que aprendeu ao acompanhar sua renda e suas despesas. Um de seus compromissos esta semana será repetir este exercício com números reais usando a tabela no final deste capítulo.

Para fazer um orçamento, comece com sua renda.

ATIVIDADE (3 minutos)

No modelo de orçamento na página 60, preencha a primeira célula da coluna “Renda” com sua renda mensal líquida estimada. **Líquido** significa o que realmente você recebe.

Leia: O próximo passo para fazer um orçamento é classificar e estimar suas despesas. Você tem acompanhado e distribuído suas despesas nas categorias que criou no capítulo 1. Agora, vamos dividir nossas despesas em dois tipos: “Fixa” e “Variável”. São mostrados abaixo alguns exemplos.

DESPESAS FIXAS (F)	DESPESAS VARIÁVEIS (V)
Financiamento/aluguel	Faturas de serviços públicos
Financiamento do carro	Compras
Seguro	Comer fora
Dízimo	Combustível e transporte
Fundo de emergência	Suprimentos domésticos
Outras contas	Entretenimento

Despesas Fixas

Leia: As despesas fixas têm um valor definido e não mudam. A maioria dessas despesas será mensal, mas algumas podem ocorrer com mais ou menos frequência. As despesas fixas não podem ser controladas diretamente pelos hábitos de consumo; em vez disso, elas são controladas avaliando sua situação e fazendo mudanças. Uma boa maneira de identificar as despesas fixas é perguntar: “Essa despesa ocorre regularmente?” ou “Essa despesa tem o mesmo valor todo

mês?” Exemplos comuns incluem o financiamento da casa, o aluguel, o financiamento do carro e outras despesas como Internet, TV a cabo ou contas de telefone celular.

Também há despesas fixas que não são necessariamente mensais; algumas despesas ocorrem anualmente, por semestre ou trimestre. Por exemplo, se você paga o seguro do carro a cada seis meses ou o seguro de vida a cada 12 meses, essas são despesas fixas. Para que essa despesa fixa se adapte a seu orçamento, divida o valor que você paga pelo número de meses entre os pagamentos. Embora você não precise pagar essa conta mensalmente, todo mês você reservará a parte necessária para que possa pagar a conta quando chegar o momento.

ATIVIDADE (10 minutos)

Escreva suas despesas fixas no modelo de orçamento na próxima página. Escreva um *F* na coluna “Tipo” e estime o valor da despesa na terceira coluna. Ao acrescentar a despesa, mantenha um saldo atualizado da renda que sobra na coluna “Saldo”. Veja o exemplo de orçamento para ajuda.

Despesas Variáveis

Leia: As despesas variáveis não têm o mesmo valor todo mês. Há algumas despesas variáveis que não são diretamente controladas por seus hábitos de consumo. Por exemplo, despesas como as faturas de serviços públicos (água, gás, eletricidade, etc.) flutuam com base no uso. Entretanto, mesmo que o valor mude, você ainda pode contabilizá-las.

Quando se trata de planejamento financeiro, as despesas variáveis mais importantes são aquelas sobre as quais você tem mais controle. Elas são diretamente controladas por seus hábitos de consumo. Uma boa maneira de identificar muitas dessas despesas é perguntar a si mesmo: “Eu compro isso em uma loja (ou pela Internet)?” Na maioria das despesas variáveis, você pode decidir gastar mais ou menos nessas áreas. Exemplos incluem alimentação, combustível, comer fora, telefone celular e entretenimento.

ATIVIDADE (10 minutos)

Escreva suas despesas variáveis no modelo de orçamento. Escreva um “V” na coluna “Tipo” e estime o valor da despesa na terceira coluna. Ao acrescentar a despesa, mantenha um saldo atualizado da renda que sobra na coluna “Saldo”. Veja o exemplo de orçamento para ajuda.

Atividade com Modelo de Orçamento (Usando Valores Estimados)

[illegible]

Exemplo de Orçamento

DESCRIÇÃO	TIPO	RENDIMENTOS	DESPESAS	SALDO
Rendimentos	(NA)	1.000		
◦ Dízimo e ofertas	F		110	890
◦ Fundo de emergência para um mês	F		50	840
◦ Seguros	F		80	760
◦ Aluguel	F		300	460
◦ Serviços Públicos	V		30	430
◦ Mercearia e alimentação	V		230	200
◦ Pagamentos de dívidas	V		80	120
◦ Transporte	V		50	70
◦ Entretenimento	V		30	40
◦ Diversos	V		40	0
Saldo				0

2. EQUILIBRAR UM ORÇAMENTO

Leia: Quando fizer seu orçamento, você pode achar que tem mais despesas do que renda. Se esse é o seu caso, você não está sozinho. E você pode solucionar esse problema. Há duas maneiras de resolver esse problema: Ter uma renda maior ou gastar menos. Por enquanto, vamos debater como podemos usar um orçamento para nos ajudar a gastar menos aprendendo como controlar quanto gastamos com o que é supérfluo.

Assista: “Prosseguir com Paciência”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 66.)



Debata: Como, às vezes, você se assemelha a essas crianças? Que criança você é?

ATIVIDADE (7 minutos)

Passo 1: Individualmente, analise seu atual padrão de gastos marcando os quadrinhos no gráfico a seguir. Você poderia ajustar seus gastos para priorizar melhor as necessidades em longo prazo em vez dos desejos momentâneos?

COMO ME SINTO EM RELAÇÃO AOS MEUS GASTOS?	Gasto pouco	Sinto-me bem com relação aos meus gastos	Gasto muito
Comer fora	☐	☐	☐
Compras	☐	☐	☐
Lanches e bebidas	☐	☐	☐
Entretenimento	☐	☐	☐
Aluguel ou financiamento	☐	☐	☐
Serviços Públicos	☐	☐	☐
Vestuário	☐	☐	☐
Utilidades domésticas	☐	☐	☐
Transporte	☐	☐	☐
Seguros	☐	☐	☐
Telefone celular	☐	☐	☐

Passo 2: Reúna-se com seu cônjuge ou parceiro de ação. Identifique em que áreas de seu orçamento você poderia gastar menos e escreva suas ideias abaixo.



O PROBLEMA DA COMISSÃO

Meu marido é pago por comissão, então um salário nunca é igual ao outro. E, às vezes, há um intervalo até realmente receber o salário! Aprendemos a simplesmente ‘ter ordem’: pagar a conta mais importante primeiro, depois a segunda mais importante. Todos têm que decidir o que ‘mais importante’ significa para eles.

DEBATA SOBRE FAZER UM ORÇAMENTO EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: O Élder Robert D. Hales ensinou: “Outra importante maneira de ajudar nossos filhos a aprenderem a ser provedores prudentes é elaborando um orçamento familiar. Precisamos examinar regularmente nossos ‘rendimentos, economias e gastos’ em reuniões de conselho da família. Isso ensinará nossos filhos a reconhecerem a diferença entre o desejado e o necessário, e a planejarem com antecedência o emprego significativo dos recursos da família” (“Tornar-se Provedores Prudentes Temporal e Espiritualmente”, *A Liahona*, maio de 2009, pp. 9–10).

Durante seu conselho de família esta semana, trabalhe com seu cônjuge para criar seu orçamento familiar. Se você é solteiro ou se precisar de mais ajuda, aconselhe-se com um amigo, um de seus pais, um membro da família, um professor ou um membro do grupo. Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- Quanto você gasta em cada categoria?
 - De que maneira fazer um orçamento é um ato de fé?
-

Parte 2: Planejar

- Crie um orçamento usando as instruções deste capítulo. Preencha a tabela “Meu Orçamento” na página 67.
- Você está sendo realista sobre cada categoria do orçamento?
- Se for necessário, onde você pode gastar menos em seu orçamento para equilibrá-lo ou para que seus gastos se alinhem melhor com suas necessidades ou seus valores?



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Organizai-vos; preparai todas as coisas necessárias” (D&C 88:119).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- Ⓐ Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Criarei um orçamento usando a tabela “Meu Orçamento” na página 67.
- Ⓒ Debaterei meu orçamento durante o conselho de família.
- Ⓓ Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação



RECURSOS

PROSSEGUIR COM PACIÊNCIA

O Presidente Dieter F. Uchtdorf compartilhou o seguinte conselho:

“Na década de 1960, um professor da Universidade Stanford deu início a uma modesta experiência que visava testar a força de vontade de crianças de quatro anos. Ele colocou diante delas um grande *marshmallow* e disse-lhes que poderiam comê-lo imediatamente ou, se esperassem quinze minutos, ganhariam dois *marshmallows*.

Deixava então as crianças sozinhas e ficava observando, por trás de um espelho falso, o que acontecia. Algumas crianças comeram o *marshmallow* imediatamente, outras só conseguiram esperar uns minutos antes de ceder à tentação. Somente trinta por cento conseguiram esperar. (...)

O que começou com uma simples experiência que envolvia crianças e *marshmallows* tornou-se um estudo importante que sugeria que a capacidade de esperar — de ser paciente — era um traço de caráter importante que poderia prever o sucesso subsequente na vida. (...)

As promessas de Deus nem sempre são cumpridas tão rapidamente ou da maneira que esperamos. (...)

Ter paciência significa perseverar em algo até o fim. Significa adiar a gratificação imediata em favor de bênçãos futuras. (...)

A obra da paciência se resume no seguinte: guardar os mandamentos, confiar em Deus, nosso Pai Celestial; servi-Lo com humildade e amor semelhante ao de Cristo; exercer fé e esperança no Salvador; e nunca desistir”.

(“Prosseguir com Paciência”, *A Liahona*, maio de 2010, pp. 56, 58, 59.)

Volte para a página 61.

MEU ORÇAMENTO

[illegible]

ANOTAÇÕES

[illegible]



5

SEGUIR UM ORÇAMENTO

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Solucionar Problemas

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Estabelecer Metas Financeiras Realistas e Motivadoras
2. Encontrar e Usar um Sistema de Orçamento
3. Ser Responsável
4. Buscar a Ajuda do Senhor e Continuar Tentando



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Criar um orçamento.
- Ⓒ Realizar um conselho de família e debater nosso orçamento.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Pense sobre como você pode continuar a progredir ao praticar a formação abaixo regularmente.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Iniciais do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livreto Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●	● ● ●	<i>JA</i>
Semana 1 A administração e um princípio de salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 3 Aprender-se a ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dilema e as ofertas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 7 Mostrar integridade ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 8 Trabalhar, assumir a responsabilidade e permanecer ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 9 Comunicação pacífica e amor ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da igreja ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 10 Buscar oportunidades, decidir para onde ir e como chegar lá ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre priorização, compra de uma residência, estudos ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 11 Ter um lar, ser feliz ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●	● ● ●	_____

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debate:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - O que você aprendeu enquanto fazia um orçamento?
 - Como seu conselho de família o ajudou a criar o orçamento?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: SOLUCIONAR PROBLEMAS

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Por que o Pai Celestial permite que tenhamos problemas e dificuldades?

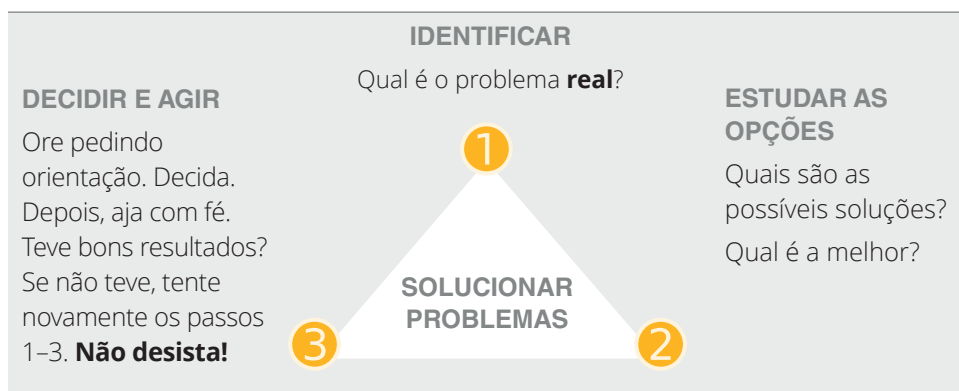
Assista: “Um Caminhão Maior?”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 73.)

Debata: Qual é o verdadeiro problema nessa história? Que opções os dois homens tinham?

Leia: Doutrina e Convênios 9:7–9 e a citação do Élder Robert D. Hales (à direita).

ATIVIDADE

Passo 1: Escolha um parceiro e leia os passos abaixo.



Passo 2: Escolha um problema que está enfrentando e o descreva abaixo.

Passo 3: Aplique cada passo ao problema.

Identificar: _____

Estudar as opções: _____

Decidir e agir: _____

“Eis que não compreendeste; supuseste que eu o concederia a ti, quando nada fizeste a não ser pedir-me.

Mas eis que eu te digo que deves estudá-lo bem em tua mente; depois me deves perguntar se estás certo e, se estiver certo, farei arder dentro de ti o teu peito; portanto sentirás que estás certo.

Mas se não estiver certo, não terás tais sentimentos; terás, porém, um estupor de pensamento que te fará esquecer o que estiver errado.”

DOUTRINA E CONVÊNIOS 9:7–9

“O Senhor espera que ajudemos a resolver nossos próprios problemas. (...) Somos seres humanos pensantes que raciocinam. Temos a capacidade de identificar nossas necessidades, planejar, traçar metas e solucionar nossos problemas.”

ROBERT D. HALES,
“Toda Boa Dádiva”, *A Liahona*, dezembro de 1984, p. 40.

Leia: 1 Néfi 17:51 e 1 Néfi 18:2–3 (à direita).

Debata: Como Néfi conseguiu construir um navio?

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Aja de acordo com os passos debatidos na atividade para começar a solucionar seu problema. Lembre-se: Não desista. Leva tempo para solucionar problemas e fazer mudanças.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre solucionar problemas.

UM CAMINHÃO MAIOR?

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



ÉLDER DALLIN H. OAKS: Dois homens se tornaram sócios. Montaram uma pequena banca à beira de uma estrada movimentada. Compraram um caminhão e foram até o campo de um fazendeiro, onde carregaram o caminhão com melões, pagando um dólar por melão. Dirigiram o caminhão carregado de volta para a banca, onde venderam os melões a um dólar cada. Voltaram

para o campo do fazendeiro e compraram outro carregamento de melões, pagando um dólar por melão. Transportaram-nos até a estrada e novamente os venderam por um dólar cada. Quando voltavam para o campo do fazendeiro a fim de apanharem outro carregamento, um dos sócios disse para o outro: “Não estamos ganhando muito dinheiro nesse negócio, estamos?” “Não, não estamos”, respondeu o outro. “Será que precisamos de um caminhão maior?” (“Enfoque e Prioridades”, *A Liahona*, julho de 2001, p. 99.)

Volte para a página 72.

“Ora, se o Senhor possui tão grande poder e fez tantos milagres entre os filhos dos homens, por que não pode ensinar-me a construir um navio?”

1 NÉFI 17:51

“Ora, eu, Néfi, não trabalhei a madeira pelo método que os homens conheciam nem construí o navio pelo método dos homens; mas construí-o pelo método que o Senhor me havia mostrado; não foi, portanto, igual ao dos homens.

E eu, Néfi, ia frequentemente à montanha e orava frequentemente ao Senhor; por isso o Senhor me mostrou grandes coisas.”

1 NÉFI 18:2–3



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

ORÇAMENTO

Leia: Parabéns por elaborar um orçamento! Um orçamento pode ser uma ferramenta poderosa para controlar sua situação financeira e reduzir o estresse em sua vida. Nas escrituras, aprendemos que: “A verdade é o conhecimento das coisas como são, como foram e como serão” (D&C 93:24).

Debata: Como esse versículo de Doutrina e Convênios se aplica a suas finanças e ao uso de um orçamento?

Leia: Saber onde as finanças da família realmente se alicerçam é essencial para o sucesso na mordomia financeira. O Élder Joseph B. Wirthlin ensinou: “Aqueles que vivem estritamente de acordo com seus meios sabem quanto dinheiro entra a cada mês e, mesmo com dificuldades, disciplinam-se para gastar menos do que essa quantia” (“Dívidas Terrenas, Dívidas Celestiais”, *A Liahona*, maio de 2004, p. 42).

Seguir um orçamento pode ser difícil. Isso exige compromisso, disciplina e perseverança — pode ser necessário muitas tentativas até conseguir! Ao se empenhar para mudar seus hábitos de consumo, lembre-se de aconselhar-se com o Senhor e seu cônjuge, ou um parceiro para quem vai prestar contas. Com esforço concentrado e apoio amoroso você pode se tornar mais semelhante às crianças que esperaram no experimento do *marshmallow* (debatido no capítulo anterior).

Debata: Como o Senhor pode nos ajudar a desenvolver atributos cristãos, inclusive autodisciplina e diligência?

Leia: Hoje vamos debater quatro princípios para adotar um orçamento:

1. Estabelecer metas financeiras realistas e motivadoras.
2. Encontrar e usar um sistema de orçamento.
3. Ser responsável.
4. Buscar a ajuda do Senhor e continuar tentando!

1. ESTABELECEER METAS FINANCEIRAS REALISTAS E MOTIVADORAS

Leia: Estabelecer metas é uma ferramenta poderosa que nos ajuda a desenvolver e manter uma perspectiva em longo prazo.

O Élder M. Russell Ballard ensinou: “Quero dizer algo sobre estabelecer metas. Estou plenamente convencido de que se não estabelecermos metas na vida e aprendermos a dominar as técnicas para alcançarmos nossas metas, podemos chegar a uma idade avançada e rever nossa vida, percebendo que atingimos apenas parte de nosso pleno potencial. Se aprendermos a dominar o princípio do estabelecimento de metas, seremos então capazes de fazer uma grande diferença nos resultados que alcançaremos nesta vida” (“Do Things That Make a Difference” *Ensign*, junho de 1983, pp. 69–70).

Debata:

- De que maneira estabelecer metas o ajudou a progredir no passado?
- De que maneira estabelecer metas é um ato de fé?

Leia: É importante estabelecer metas que sejam realistas e motivadoras. Nos próximos capítulos, aprenderemos sobre muitos objetivos e prioridades financeiras, inclusive começar um fundo de emergência para um mês, eliminar as dívidas, criar um fundo de emergência de longo prazo, investir para a aposentadoria e poupar para outras despesas necessárias. A atividade a seguir o ajudará a identificar qual dessas deveria ser sua prioridade financeira atual.

ATIVIDADE (5 minutos)

Responda às perguntas abaixo individualmente. A primeira pergunta que você responder “não” representa qual deveria ser sua atual prioridade financeira.

QUAL É MINHA ATUAL PRIORIDADE FINANCEIRA?	SIM	NÃO
1. Eu pago o dízimo? (Ver capítulo 2.)	☐	☐
2. Tenho um fundo de emergência para um mês? (Ver capítulo 6.)	☐	☐
3. Tenho um plano de saúde ou algum outro acesso à assistência médica?	☐	☐
4. Estou livre de dívidas de consumo, como cartões de crédito e financiamento de carro? (Ver capítulo 7.)	☐	☐
5. Tenho um fundo de emergência suficiente para 3–6 meses? (Ver capítulo 9.)	☐	☐
6. Estou contribuindo para um fundo de aposentadoria? (Ver capítulo 11.)	☐	☐
7. Estou trabalhando para eliminar o financiamento da casa e os empréstimos estudantis? (Ver capítulo 10.)	☐	☐
Escreva sua prioridade atual: _____		

Leia: Você pode escolher trabalhar com metas de longo prazo além de sua prioridade financeira atual, que pode incluir poupar para os estudos, para a missão, um carro, uma casa ou uma viagem em família, ou outras despesas recreativas. Você pode ser muito tentado a escolher uma perspectiva de curto prazo em vez da perspectiva de longo prazo. As metas podem dar-lhe uma razão para dizer não agora, dando-lhe algo pelo qual ansiar no futuro.

Debata: O que o motiva pessoalmente a continuar fazendo um orçamento?

2. ENCONTRAR E USAR UM SISTEMA DE ORÇAMENTO

Leia: Há muitas ferramentas e sistemas disponíveis para ajudá-lo a administrar seu orçamento e acompanhar suas despesas. Sistemas de orçamento eficazes variam de um simples papel e caneta a aplicativos no computador ou no celular.

Há duas maneiras principais de pagar por mercadorias e serviços: em dinheiro ou pagamentos eletrônicos. Cada um desses métodos tem pontos positivos e negativos e afetarão a maneira que você administra seu orçamento e acompanha suas despesas. Nas próximas seções, você vai rever dois sistemas comuns de orçamento. Um de seus compromissos esta semana será encontrar o sistema certo para você.

Assista: “The Envelope System” [O Sistema do Envelope], disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 83.)



Assista: “Digital Systems” [Sistemas Digitais], disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 84.)



ATIVIDADE (10 minutos)

Passo 1: Dividam-se em pequenos grupos de duas a quatro pessoas.

Passo 2: Em grupos pequenos, leiam no gráfico abaixo os pontos positivos e negativos associados a cada sistema de orçamento.

Passo 3: Debatam os pontos positivos e negativos adicionais que descobriu e os escreva no gráfico a seguir.

Passo 4: Reúnam-se novamente em um único grupo. Convide um membro de cada grupo pequeno a compartilhar seus pontos positivos e negativos adicionais com todo o grupo.

COMPARAR SISTEMAS DE ADMINISTRAÇÃO DE ORÇAMENTO

SISTEMA	PRÓS	CONTRAS
ENVELOPE COM DINHEIRO	Limites claros: você sabe quando o dinheiro do orçamento acabou.	Processo totalmente manual: é preciso organizar seu dinheiro após cada período de pagamentos; é necessário cuidar dos registros pessoalmente.
SISTEMAS DIGITAIS	Informações atualizadas sobre seu orçamento	Pode ser fácil para algumas pessoas ignorar ou esquecer-se de registrar ou revisar as despesas.

Leia: Seja qual for o método, certifique-se de:

- Não trapacear alterando ou transferindo o valor estabelecido para outras categorias. Aconselhar-se com seu cônjuge ou parceiro de prestação de contas se for necessário fazer ajustes.
- Acompanhar todas as despesas de perto e fazer ajustes nas categorias de seu orçamento para o próximo mês, se necessário.

3. SER RESPONSÁVEL

Leia: Você só vai ser bem-sucedido em seguir um orçamento se for responsável. Seu conselho de família semanal pode servir para revisar suas metas e seu orçamento e fazer ajustes, se necessário. Se for difícil para você lidar com essa responsabilidade, pode ser prudente relatar seu progresso a outra pessoa — um amigo, parceiro de ação, mentor ou consultor financeiro. O mais importante é que você encontre tempo para avaliar consistentemente seu progresso e que faça mudanças, se necessário.

Debata: Por que é importante ser responsável? Como você se responsabilizará pessoalmente por seu orçamento?

4. BUSCAR A AJUDA DO SENHOR E CONTINUAR TENTANDO

Leia: Lembre-se de que a mordomia financeira prudente pode exigir que você mude sua perspectiva, seus hábitos e comportamentos. Fé em Jesus Cristo e em Sua Expição o ajudarão a submeter-se a essa transformação. Como essas mudanças podem alterar hábitos profundos, e como a utilização de um orçamento é um processo de aprendizado, às vezes, você pode falhar em seguir seu orçamento.

Talvez, você cometa erros e compre de modo impulsivo ou passe por uma crise financeira como a perda de emprego, emergências médicas ou gastos inesperados com manutenção. Você aprenderá como criar um fundo de emergência e lidar com crises financeiras nos próximos capítulos, mas, por enquanto, é importante lembrar-se de que um orçamento pode ser adaptado e que seguir um orçamento requer perseverança.

Quando você encontrar obstáculos em seu orçamento, debata-os em seu conselho familiar e analise as áreas de seu orçamento que podem precisar ser ajustadas. Embora você possa se sentir desanimado e queira desistir de seguir um orçamento, lembre-se de que você pode continuar tentando e, ao aconselhar-se com o Senhor e buscar Sua ajuda, você obterá o poder e a habilidade para persistir em seus esforços.

Debata: O que você fará quando encontrar obstáculos em seu orçamento?

DEBATA SOBRE SEGUIR UM ORÇAMENTO EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Seguir um orçamento requer unidade com seu cônjuge e sua família. Esta semana, debata os possíveis sistemas de orçamento que você pode usar e maneiras pelas quais você pode ajustar seu orçamento caso encontre desafios. Debata também sua prioridade financeira atual e outras metas de longo prazo e seus planos para alcançá-las. Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo. Lembre-se, se você não for casado, seu conselho de família pode incluir um colega de quarto, um amigo, um membro da família ou um mentor.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- O que você pode fazer para melhorar seu orçamento?
- Qual é sua prioridade financeira atual? Debata a avaliação na página 76.

Parte 2: Planejar

- Quais são suas prioridades financeiras e metas de longo prazo?
- Que sistema de orçamento você vai usar para manter um orçamento e acompanhar suas despesas?
- Como você vai seguir seu orçamento e o que vai fazer se estiver o orçamento?



SAIA DE CASA SEM DINHEIRO

Minha esposa e eu percebemos que, por alguma razão, sempre gastamos mais em coisas sem importância no fim do mês; talvez seja uma recompensa psicológica ou algo assim. Então, estabelecemos a regra de não sair de casa com dinheiro nos últimos cinco dias do mês. Chamamos isso de a ‘semana da CAUTELA’, o que tem nos ajudado a poupar dinheiro e nos ajudou a planejar melhor o resto do mês.



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Pois qual de vós, querendo edificar uma torre, não se assenta primeiro a fazer as contas dos gastos, para ver se tem com que acabar?” (Lucas 14:28.)

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- Ⓐ Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.

- Ⓑ Escolherei um sistema de orçamento.

- Ⓒ Debatarei sobre adotar um orçamento durante o conselho de família.

- Ⓓ Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação



RECURSOS

O SISTEMA DE ENVELOPES

O sistema de dinheiro em envelopes é simples: imediatamente após receber, você coloca a quantia que designou para gastar em cada categoria do orçamento em seu devido envelope.

Por exemplo, vamos dizer que você separou 400 para a categoria “mercearia” este mês. Quando você receber seu pagamento para o mês ou para as próximas semanas, deposite essa quantia (em dinheiro) em um envelope intitulado “Mercearia”. Nenhum dinheiro — e isso quer dizer nada mesmo — sai desse envelope exceto para pagar comida. Se você for ao mercado e perceber que esqueceu o envelope em casa, volte para casa e pegue o envelope! Mantenha um registro escrito (em um caderno simples) de todas as despesas, para que mais tarde possa revisá-lo durante o conselho de família para lembrar-se onde gastou o dinheiro.

Em outro envelope, coloque o dinheiro reservado para as despesas com transporte. Você vai retirar desse envelope, quando apropriado, a parte necessária para esses gastos, e vai acompanhar cada despesa em seu caderno.

Divida cada uma de suas categorias do orçamento dessa mesma maneira: aluguel ou financiamento da casa em um envelope; utilidades em outro; díizimo e ofertas em outro; despesas médicas; seguro; e assim por diante — cada uma em seu devido envelope.

Toda vez que receber, deposite a parte apropriada da quantia mensal de seu orçamento em cada envelope, de modo que o valor total depositado em cada envelope todo mês seja a quantia predeterminada em seu orçamento.

Não gaste mais do que designou em seu orçamento. Quando o envelope estiver vazio, acabou! Se precisar gastar mais nessa categoria, você terá que tirar de outro envelope. Será necessário fazer alguns ajustes nos primeiros meses. Dentro desse período você deve começar a entender melhor se os números iniciais de seu orçamento são adequados — você descobrirá a média real em alguns meses.

Algumas pessoas usam o sistema de envelopes para tudo. Outras usam esse sistema apenas para categoria em que se sentem tentados a gastar acima do limite, ou para aquelas em que é fácil perder o controle ou deixar de acompanhar, como alimentação, restaurantes,

entretenimento, gasolina e roupas. Tudo o que sobrar deve ser direcionado para sua prioridade financeira.

Volte para a página 77.

SISTEMAS DIGITAIS

Se ver um dinheiro extra faz você se sentir tentado a gastar mais do que costuma fazer, então usar um cartão de débito pode ser sua melhor opção. Assim como o método do envelope, um cartão de débito retira o dinheiro que já está em sua conta bancária.

Ao usar um cartão de débito, é muito importante acompanhar suas despesas porque, diferente do sistema do envelope, um cartão de débito não tem limites definidos entre as categorias do orçamento. Você pode registrar suas despesas com papel e caneta ou com um telefone celular ou aplicativo de computador.

Há diversos aplicativos de administração financeira disponíveis para telefones celulares ou outros dispositivos móveis. Esses aparelhos podem armazenar e organizar as informações para você, e depois você pode acessá-las em seu computador ou em outros dispositivos também.

Esta semana, pesquise os melhores dispositivos disponíveis em seu idioma e em sua região, usando termos como “administrar o dinheiro”, “ferramentas para finanças pessoais” ou “aplicativos para fazer orçamento”. Alguns muito bons são gratuitos ou custam pouco.

Lembre-se de manter suas informações em segurança, acesse suas informações financeiras pessoais apenas em seu próprio dispositivo, nunca em computadores públicos.

Volte para a página 78.

[illegible]

ANOTAÇÕES



6

PROTEGER SUA FAMÍLIA DAS ADVERSIDADES

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Usar o Tempo com Sabedoria

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Proteger Sua Família das Adversidades
2. Criar um Fundo de Emergência para Um Mês
3. Adquirir um Seguro Adequado



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Escolher um sistema de orçamento.
- Ⓒ Debater sobre seguir um orçamento durante o conselho de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debate: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a progredir ao praticar a formação desses hábitos importantes.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Iniciais do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livreto Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo: Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●	● ● ●	AY
Semana 1 A autoconfiança é um princípio de salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●	● ● ●	—
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 3 Aprender-se a ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	—
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	—
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros ● ● ●	● ● ●	—
Semana 7 Mostrar integridade ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 8 Trabalho assumir a responsabilidade e perseverar ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	—
Semana 9 Comunicação: pedir e ouvir ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da casa ● ● ●	● ● ●	—
Semana 10 Buscar aprendizado: decidir para onde ir e como chegar lá ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre poupança, compra de uma residência, estudos ● ● ●	● ● ●	—
Semana 11 Tornar-se um, servir juntos ● ● ●	Decidir o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●	● ● ●	—

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debate:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - Qual sistema de orçamento você escolheu e por quê? Quais recursos do sistema são mais importantes para você?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: USAR O TEMPO COM SABEDORIA

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Por que o tempo é uma das maiores dádivas de Deus?

Assista: “A Dádiva do Tempo”, disponível no site srs.LDS.org/videos.
(O vídeo não está disponível? Leia a página 91.)

Debata: O que você aprendeu com a irmã Benkosi?

Leia: Alma 34:32 e a citação do Presidente Brigham Young (à direita).

“Pois eis que esta vida é o tempo para os homens prepararem-se para o encontro com Deus; sim, eis que o dia desta vida é o dia para os homens executarem os seus labores.”

ALMA 34:32

ATIVIDADE

Passo 1: Em dupla, leia os cinco passos necessários para usar bem o tempo.

1	2	3	4	5
RELACIONAR AS TAREFAS	ORAR	ESTABELECEER PRIORIDADES	ESTABELECEER METAS, AGIR	RELATAR
A cada manhã, faça uma lista de tarefas a realizar. Acrescente nomes de pessoas a quem você pode servir.	Ore pedindo orientação. Examine sua lista de tarefas. Ouça. Comprometa-se a fazer o melhor que puder.	Em sua lista de tarefas, coloque um número 1 no item mais importante, um número 2 no segundo item mais importante, e assim por diante.	Ouça o Espírito. Estabeleça metas. Trabalhe arduamente. Comece pelas tarefas mais importantes e siga a lista.	A cada noite, relate o que fez ao Pai Celestial em oração. Faça perguntas. Ouça. Arrependa-se. Sinta Seu amor.

Passo 2: Em outra folha de papel, relacione suas tarefas. Deve haver tarefas importantes para seu trabalho, para a escola ou para o serviço da Igreja ou da família — não apenas tarefas domésticas cotidianas. Ore sobre essas tarefas e priorize sua lista.

Passo 3: Amanhã você deve estabelecer metas, agir e relatar como usou seu tempo.

“O tempo é o único bem que existe na Terra. (...) Se for propriamente usado, proporcionará coisas para seu conforto, comodidade e satisfação. Pondere-mos a respeito desse assunto e não fiquemos mais de braços cruzados perdendo tempo.”

BRIGHAM YOUNG, Discursos de Brigham Young, org. John A. Widtsoe, 1954, p. 214.

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Pratique esses passos todos os dias para usar seu tempo com mais sabedoria. Relate todas as noites ao Pai Celestial em suas orações.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que você aprendeu hoje sobre usar o tempo com sabedoria.

A DÁDIVA DO TEMPO

Se você não puder ver o vídeo, escolha um papel e leia este roteiro.



KOFI: Olá, irmã Benkosi. Como vai?

IRMÃ BENKOSI: Está tudo bem, Kofi?

KOFI: Oh, irmã Benkosi. Estou muito ocupado. Tenho que trabalhar, servir e ajudar a minha família... e tenho o futebol também. Não tenho tempo!

IRMÃ B.: Kofi, você tem todo tempo que existe.

KOFI: O quê?

IRMÃ B.: Meu filho, Deus nos deu uma grande dádiva — nosso tempo. Precisamos fazer com ele o que é mais importante.

KOFI: Mas como, irmã Benkosi? Você sempre fez tanto. Teve sucesso com sua família, com seu negócio. Você serviu e abençoou muitos, como eu. Não sei como você consegue.

IRMÃ B.: Quer saber mesmo? Se ficar quietinho e ouvir, vou contar-lhe meu segredo.

Todas as manhãs, levanto-me antes do nascer do sol. Visto-me e lavo o rosto e as mãos.

Leio as escrituras. Depois faço uma lista do que preciso fazer naquele dia.

Penso em quem eu poderia servir. Oro para saber a vontade de Deus. E escuto.

Às vezes o nome ou o rosto de pessoas me vem à mente. Acrescento-os à minha lista.

KOFI: É assim que você sempre sabe quem precisa de seu serviço?

IRMÃ B.: Sim, Kofi. E oro para ter forças e sabedoria. Oro para que Deus “consagre [minha] ação”. É o que está escrito em 2 Néfi 32.

Agradeço a Ele. Prometo que vou dar o melhor de mim. Peço a Ele que faça o que eu não consigo fazer.

Depois, vejo minha lista. Coloco o número 1 naquilo que é mais importante, depois o número 2.

KOFI: Como você sabe quais são as prioridades?

IRMÃ B.: Eu escuto quando oro! Depois me ponho a trabalhar. Vejo o número 1 e tento fazer isso primeiro, depois o número 2.

Às vezes, as coisas mudam. O Espírito Santo me diz para fazer outra coisa. Isso é bom.

Trabalhei arduamente, mas sinto paz. Sei que o Senhor vai me ajudar.

Assim, com minha lista e o Espírito, faço as coisas que mais importam, Kofi.

KOFI: Isso parece simples e difícil ao mesmo tempo.

IRMÃ B.: É verdade! Quando finalmente estou me preparando para dormir, eu oro. Faço um relatório para o Pai Celestial. Digo-lhe como foi o dia. Faço perguntas. Pergunto no que posso melhorar. Escuto. Com frequência sinto Seu amor. Sei que Ele magnifica o que tento fazer. Então me sinto em paz, Kofi, e durmo.

KOFI: Isso é muito bom, Mamma Benkosi. Quero ter essa paz. Quero usar meu tempo. Quero trabalhar e servir melhor.

Volte para a página 90.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

2

**PROTEGER SUA FAMÍLIA
DAS ADVERSIDADES**



**MAPA PARA O SUCESSO
NA MORDOMIA FINANCEIRA**

1. PROTEGER SUA FAMÍLIA DAS ADVERSIDADES

Leia: A preparação é um poderoso princípio do evangelho. O Senhor promete que: “Se estiverdes preparados, não temereis” (D&C 38:30).

Depois de nossa obrigação de pagar primeiro ao Senhor por meio do dízimo e de outras ofertas, nossa segunda obrigação é trabalhar para proteger nossa família das adversidades. Só podemos fazer isso se desenvolvermos uma perspectiva de longo prazo. Neste capítulo, aprenderemos dois passos para proteger nossa família das adversidades financeiras:

- Criar um fundo de emergência para um mês
- Adquirir um seguro adequado

Debata: Reserve alguns minutos para examinar o Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira. Por que você acha que proteger sua família das adversidades é a segunda prioridade depois de pagar dízimos e ofertas?

2. CRIAR UM FUNDO DE EMERGÊNCIA PARA UM MÊS

Leia: Ao acompanhar suas despesas por pelo menos quatro semanas, você deve ter identificado a quantia em dinheiro necessária para um mês de despesas da família. Seu fundo de emergência para um mês deve ter esse valor.

Para criar o seu fundo de emergência para um mês, você deve poupar dinheiro em local seguro e acessível, como uma conta bancária. Não use esse dinheiro para nada além de emergências. Se você tiver uma emergência e precisar usar dinheiro de seu fundo de emergência, comece a repor imediatamente o dinheiro no fundo, até que ele esteja completo novamente. Mais tarde, depois de pagar a maior parte de suas dívidas de consumo, você começará a poupar dinheiro para cobrir suas despesas por 3–6 meses (falaremos sobre esse passo no capítulo 9).

Você deve trabalhar para criar um fundo de emergência para um mês o mais rápido possível. Coloque todo dinheiro extra que receber em seu fundo de emergência até que ele esteja completo. Mesmo se você tiver dívidas, faça apenas o pagamento mínimo necessário até você ter o seu fundo de emergência para um mês. Para ajudar a acelerar esse processo, você pode tentar conseguir mais um emprego ou um emprego melhor, vender algumas coisas com as quais pode viver sem ou eliminar algumas despesas desnecessárias.

Debata: Que bênçãos sua família pode receber por ter um fundo de emergência para um mês? Por que você deve criar um fundo de emergência antes de pagar suas dívidas?

3. ADQUIRIR UM SEGURO ADEQUADO

Leia: Qual seria o impacto financeiro em sua família se um de vocês ficasse muito doente, ou talvez, até mesmo falecesse? Qual seria o impacto financeiro de um incêndio ou um acidente de carro? Esses tipos de adversidades acontecem, e se não estivermos preparados, elas podem causar problemas financeiros ainda maiores. Uma boa fonte de proteção contra possíveis adversidades é um seguro. **Seguro** é um acordo em que uma organização (geralmente uma agência de seguros) garante compensar um indivíduo por danos específicos em troca de um pagamento fixo.

O Presidente N. Eldon Tanner ensinou: “Nada é tão certo em nossa vida quanto o inesperado. Com o aumento do preço das despesas médicas, o plano de saúde é a única maneira das famílias arcarem com os custos de acidentes graves, doenças ou do nascimento de um bebê. (...) O seguro de vida fornece uma renda contínua quando o provedor morre prematuramente. Todas as famílias devem providenciar um plano de saúde e seguro de vida adequado” (“Constância em Meio a Mudanças”, *A Liahona*, março de 1980, p. 122).

Debata: Por que o seguro é tão importante? Que bênçãos podemos receber por ter um seguro adequado?

Benefícios do Seguro

Leia: Um seguro pode protegê-lo da devastação financeira que acidentes e outras adversidades podem gerar.

ATIVIDADE (5 minutos)

Em grupo, analisem as duas situações abaixo. Depois, debatam como o seguro foi benéfico nestas situações.

Situação 1: Você se envolveu em um acidente de carro e ele foi causado por você. Seu carro foi muito danificado, assim como os carros dos outros motoristas. Todos os envolvidos se feriram um pouco e precisaram de cuidados médicos. O total dos custos para reparar todos os carros e cobrir as despesas médicas foi superior a 15 mil.

	SEM SEGURO	COM SEGURO
Custo total	15.000	15.000
Custo coberto pelo seguro	0	12.000
Custos com os quais você deve arcar	15.000	3.000

Situação 2: Um pai de 45 anos de idade trabalha como eletricista e ganha 3.500 por mês. Ele é o único provedor para a esposa e três filhos. Ele machucou as costas e não poderá mais trabalhar como eletricista. Ele não vai receber nada até conseguir outro emprego, o que pode exigir estudo e treinamento.

	SEM SEGURO	COM SEGURO
Renda mensal do emprego	0	0
Renda mensal do seguro	0	3.000
Total da renda mensal	0	3.000

Tipo de Seguro

Leia: Você não precisa ter seguro para tudo — é para isso que está criando seu fundo de emergência e poupando. Entretanto, é muito importante que você se previna contra as adversidades que podem ser financeiramente devastadoras. O Presidente Marion G. Romney ensinou que “fomos aconselhados a ter uma reserva em dinheiro para enfrentar as emergências e a manter um plano de saúde e seguro residencial e de vida adequados” (“Princípios de Salvação Temporal”, *A Liahona*, novembro de 1981, p. 5).

Há diversos tipos de seguros, mas os quatro mais comuns são:

- **Seguro residencial:** O seguro residencial, assim como o seguro de aluguel e de carro, pode ajudar a cobrir os custos para substituir e consertar a propriedade em caso de danos graves, roubo ou destruição.
- **Plano de saúde:** O plano de saúde pode ajudá-lo a cobrir os custos da assistência médica, desde as consultas e tratamentos de doenças até o pagamento de outros procedimentos médicos. Dependendo de onde você mora, o plano de saúde pode ser um serviço oferecido pelo governo e sua necessidade de um plano de saúde pode variar.
- **Seguro de vida:** O seguro de vida provê a uma família uma soma de dinheiro se um membro da família que fez o seguro falecer.
- **Seguro por incapacidade:** O seguro por incapacidade garante que uma parte da renda da pessoa segurada seja paga caso ela fique incapacitada de trabalhar por um longo período de tempo.

ATIVIDADE (3 minutos)

Forme dupla com seu cônjuge ou seu parceiro de ação e compartilhe o que entendeu sobre o seguro residencial, de saúde, de vida e por incapacidade. Debata que tipo de seguro seria importante ter em suas circunstâncias.

Custos do Seguro

Leia: Agora que temos um entendimento básico sobre seguro e alguns de seus benefícios, vamos debater os custos. Os dois principais tipos de custos ou despesas associadas ao seguro são o prêmio e a franquia.

Um **prêmio** representa o preço do seguro — ou o dinheiro pago diretamente (geralmente mensal ou anual) para a companhia de seguro em troca da cobertura.

Uma **franquia** representa a quantia em dinheiro que você paga por suas despesas (como despesas médicas ou com reparos no automóvel) antes da companhia de seguro cobrir os custos restantes.

Análise do Custo Benefício

Leia: Ao comparar os planos de seguro, você está essencialmente tentando comparar o que o plano potencialmente custará a você em relação ao que ele oferece como cobertura. Pode ser útil comparar as melhores e as piores situações.

Custo Mínimo Anual (A Melhor Situação)

Para calcular o custo mínimo anual, basta multiplicar seu prêmio mensal por 12 meses ($12 \times \text{o prêmio mensal}$), ou verificar o valor do prêmio anual se você for cobrado uma vez por ano. Essa situação presume que você não tenha um evento segurável no ano.

Custo Máximo Anual (A Pior Situação)

Para calcular seu custo máximo anual, adicione o seu custo mínimo anual a sua franquia anual ($[12 \times \text{o prêmio mensal}] + \text{a franquia}$). Essa situação presume que as despesas do evento segurável excedam sua franquia anual.

Com essa informação, agora você pode comparar as despesas médias de diferentes planos. O exemplo a seguir demonstra uma maneira de comparar os planos.



EXERCÍCIO COM A CALCULADORA

Passo 1: Dividam-se em pequenos grupos de duas a quatro pessoas.

Passo 2: Leiam a situação a seguir em um grupo pequeno. Cada pessoa no grupo deve usar sua calculadora, conforme orientado. Ajudem-se caso seja necessário e certifiquem-se de que todas as pessoas cheguem à resposta certa.

Observação: Ver a seção “Recursos” no final do capítulo para obter as respostas.

Leia: Imagine que você está comparando dois planos de seguro aluguel: um plano com uma franquia alta de 2 mil que custa 10 por mês, e um plano com uma franquia menor de 500 e que custa 40 por mês.

Calcule: Cada pessoa no grupo deve calcular o custo mínimo e máximo anual para cada plano. Escreva suas respostas abaixo.

	CUSTO MÍNIMO ANUAL	CUSTO MÁXIMO ANUAL
Plano com franquia alta		
Plano com franquia baixa		

Calcule: Quanto dinheiro você vai poupar no plano com uma franquia alta na melhor situação (presumindo que você pague somente o custo mínimo anual)? Escreva suas respostas abaixo.

Resposta: _____

Dica: (Plano com baixa franquia com custo mínimo anual) – (Plano com alta franquia com custo mínimo anual)

Leia: Observe que, na melhor situação, no plano com franquia alta você poupará 360. Isso significa que mesmo que você tenha que arcar com 360 em despesas relacionadas ao aluguel, ainda é mais vantajoso escolher o plano com franquia alta, nessa situação. Entretanto, não ocorre o mesmo na pior situação.

Calcule: Quanto dinheiro você vai poupar no plano com uma franquia baixa na pior situação (presumindo que você tenha que pagar o custo máximo anual)? Escreva suas respostas abaixo.

Resposta: _____

Dica: (Plano com franquia alta com custo máximo anual) – (Plano com franquia baixa com custo máximo anual)

Leia: Na pior situação, onde você tinha que pagar o custo máximo anual, você pouparia quase duas vezes mais (mais de mil) ao escolher o plano de franquia mais baixa. Ao tentar decidir entre os planos de seguros e suas opções, considere sua situação ou a de sua família, para escolher o plano que melhor se adapta a suas necessidades.

Considerar Outros Benefícios

Leia: Na atividade que acabamos de fazer, nós avaliamos um tipo de plano de seguro residencial (seguro aluguel). Podemos usar o mesmo processo ao comparar outros tipos de seguros. Entretanto, geralmente há outros fatores a considerar, além de apenas o custo mínimo e máximo potencial. Aqui estão algumas perguntas a se fazer quando analisar diferentes planos de seguro:

- Que serviços ou eventos são cobertos?
- Quais são os tipos e limites de cobertura?
- Qual a reputação da companhia de seguro?
- Oferecem algum tipo de desconto?
- Qual a probabilidade de você pagar somente as despesas mínimas?
- Qual a probabilidade de você ter que pagar as despesas máximas?

DEBATA O FUNDO DE EMERGÊNCIA E SEGURO EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Em seu conselho de família desta semana, debata maneiras de criar um fundo de emergência para um mês. Determine também que planos de seguro são importantes para sua família e pesquise sobre apólices de seguro. Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- Como você está se saindo em seguir seu orçamento?
- Você tem seguros adequados? Quais apólices de seguro são necessárias em suas circunstâncias?

Parte 2: Planejar

- Se você não tem seguros adequados, quais seguros você poderia obter? Analise o custo benefício dos planos disponíveis (ver as páginas 97–98).
- O que você pode fazer para criar rapidamente seu fundo de emergência para um mês?



CHECK-UP ANUAL

Eu vendia seguro e sei que as taxas sobem com o tempo. Eu não vendo mais seguro, mas comparo as taxas dos planos de seguro todo ano para garantir que esteja fazendo o melhor negócio. Todo mês de novembro eu analiso meus planos e os valores de outras companhias. Isso mantém meus gastos o mais baixo possível.



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Prepara lá fora a tua obra, e apronta-a para ti no campo, e então edifica a tua casa” (Provérbios 24:27).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- Ⓐ Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Começarei meu fundo de emergência para um mês e pesquisar opções de seguro adequadas.
- Ⓒ Conversarei sobre meu fundo de emergência e sobre meus planos de seguro em meu conselho de família.
- Ⓓ Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação



RECURSOS



RESPOSTA DA ATIVIDADE COM CALCULADORA

Calcule: Cada pessoa no grupo deve calcular o custo mínimo e máximo anual para cada plano. Escreva suas respostas abaixo.

	CUSTO MÍNIMO ANUAL	CUSTO MÁXIMO ANUAL
Plano com franquia alta	$12 \times 10 = 120$	$120 + 2.000 = 2.120$
Plano com franquia baixa	$12 \times 40 = 480$	$480 + 500 = 980$

Calcule: Quanto dinheiro você vai poupar no plano com uma franquia alta na melhor situação (presumindo que você pague somente o custo mínimo anual)? Escreva suas respostas abaixo.

Resposta: $480 - 120 = 360$

Dica: (Plano com baixa franquia com custo mínimo anual) – (Plano com alta franquia com custo mínimo anual)

Calcule: Quanto dinheiro você vai poupar no plano com uma franquia baixa na pior situação (presumindo que você tenha que pagar o custo máximo anual)?

Resposta: $2.120 - 980 = 1.140$

Dica: (Plano com franquia alta com custo máximo anual) – (Plano com franquia baixa com custo máximo anual)

[illegible]

ANOTAÇÕES

[illegible]



7

ENTENDER AS DÍVIDAS

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Ter Integridade

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Entender as Dívidas
2. Entender a Realidade de Suas Dívidas
3. Desejar Livrar-se das Dívidas
4. Vencer o "Homem Natural"



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Iniciar um fundo de emergência para um mês.
- Ⓒ Debater sobre o fundo de emergência e planos de seguro em meu conselho de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos desta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS									
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a progredir ao prestar a formação desde hábitos importantes.									
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo									
Exemplo	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Pontuação do Parceiro de Ação				
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livro Meu Alicerce									
Exemplo: Ser obediente	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 1: A autoconfiança é um princípio de salvação	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 2: Exercer fé em Jesus Cristo	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 3: Aprender a ser obediente	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 4: Ter uma vida equilibrada	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 5: Solucionar problemas	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 6: Usar o tempo com sabedoria	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 7: Manter integridade	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 8: Trabalho assume a responsabilidade e perseverar	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 9: Comunicação pacífica e amor	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 10: Buscar aprendizagem dentro para fora e como chegar lá	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 11: Tornar-se um, servir juntos	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - O que você mudou para poupar dinheiro para seu fundo de emergência de um mês?
 - Como foi o debate sobre planos de seguro e sobre criar um fundo de emergência em seu conselho de família?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: TER INTEGRIDADE

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Por que o Senhor ama os que têm “integridade de coração”?

Assista: “O Que Dará o Homem em Recompensa da Sua Alma?”, disponível no site srs.LDS.org/videos (O vídeo não está disponível? Leia a página 111.)

Debata: O que significa ter integridade? Quais são algumas maneiras simples pelas quais as pessoas perdem a alma para conseguir coisas nesta vida?

Leia: Regras de Fé 1:13 e Jó 27:5 (à direita).

ATIVIDADE

Sozinho, classifique-se nas seguintes áreas.

COLOQUE UM NÚMERO EM FRENTE DE CADA ITEM PARA MOSTRAR COM QUE FREQUÊNCIA VOCÊ AGE ASSIM

1 = nunca, 2 = às vezes, 3 = com frequência, 4 = sempre

- _____ 1. Cumpro todas as minhas promessas, todos os meus compromissos e convênios.
- _____ 2. Sou completamente verdadeiro nas coisas que digo e nos registros que mantenho.
- _____ 3. Não exagero para fazer as coisas parecerem melhores do que são.
- _____ 4. Devolvo tudo que pego emprestado e não pego coisas que não me pertencem.
- _____ 5. Sou totalmente fiel a meu cônjuge em palavras e ações.
- _____ 6. Nunca trapaceio, mesmo quando sei que não serei pego.
- _____ 7. Quando encontro algo que não é meu, devolvo ao dono.
- _____ 8. Sempre devolvo o dinheiro que pego emprestado.

Debata: Leia Mosias 4:28 (à direita) e a citação do Élder Joseph B. Wirthlin (na página 111). Por que pagar uma dívida, um negócio ou um crédito estudantil (como o empréstimo do FPE) é uma questão de integridade pessoal?

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Aperfeiçoe-se em uma das oito áreas que você classificou acima.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre integridade.

“Cremos em ser honestos.”

REGRAS DE FÉ 1:13

“Até que eu expire, nunca apartarei de mim a minha integridade.”

JÓ 27:5

“E quisera que vos lembrásseis de que qualquer de vós que pedir emprestado a seu vizinho deverá devolver aquilo que tomou emprestado, de acordo com o que combinou; pois do contrário cometerá pecado e fará, talvez, com que seu vizinho também cometa pecado.”

MOSIAS 4:28

O QUE DARÁ O HOMEM EM RECOMPENSA DA SUA ALMA?

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



ÉLDER ROBERT C. GAY: O Salvador fez certa vez esta pergunta a Seus discípulos: “[O] que dará o homem em recompensa da sua alma?”

Essa é uma pergunta que meu pai me ensinou a ponderar cuidadosamente há vários anos. Quando eu era jovem, meus pais me designavam tarefas na casa e me pagavam uma mesada por esse trabalho. Eu costumava usar aquele dinheiro, pouco mais de 50 centavos por semana, para ir ao cinema. Naquela época, uma entrada de cinema custava 25 centavos, para um menino de 11 anos. Isso me deixava com 25 centavos para gastar em barras de chocolate, que custavam cinco centavos cada. Um filme e cinco barras de chocolate! Não havia nada melhor.

Tudo foi bem até eu fazer 12 anos. Quando estava na fila do cinema,

certo dia, dei-me conta de que o bilhete para um menino de 12 anos custava 35 centavos, o que significava duas barras de chocolate a menos. Sem estar muito preparado para fazer o sacrifício, pensei comigo mesmo: “Minha aparência não mudou nada desde a semana passada”. Fui então em frente e pedi um bilhete de 25 centavos. O bilheteiro nem piscou e eu comprei minhas costumeiras cinco barras de chocolate, em vez de três.

Entusiasmado com o que fizera, corri depois para casa a fim de contar a meu pai o meu grande golpe. Quando relatei os detalhes, ele ficou sem dizer nada. Quando terminei, simplesmente olhou para mim e disse: “Filho, você venderia sua alma em troca de dez centavos?” Suas palavras transpassaram meu coração de 12 anos. Foi uma lição que nunca esqueci.

(“O Que Dará o Homem em Recompensa da Sua Alma?”, *A Liahona*, novembro de 2012, p. 34.)

Volte para a página 110.

“Integridade significa fazer sempre o que é certo e bom, a despeito das consequências imediatas. Significa ser justo do fundo da alma, não apenas em nossas ações, porém mais importante, em nossos pensamentos e no coração. (...) Mentir ou trapacear um pouco, ou tirar um pouco de vantagem injusta não são atitudes aceitáveis perante o Senhor. (...) A mais alta recompensa da integridade é a companhia constante do Espírito Santo, (...) [que vai] guiar-nos em tudo o que fizermos.”

JOSEPH B. WIRTHLIN,
“Integridade Pes-soal”, *A Liahona*,
julho de 1990, pp. 32,
34-35.



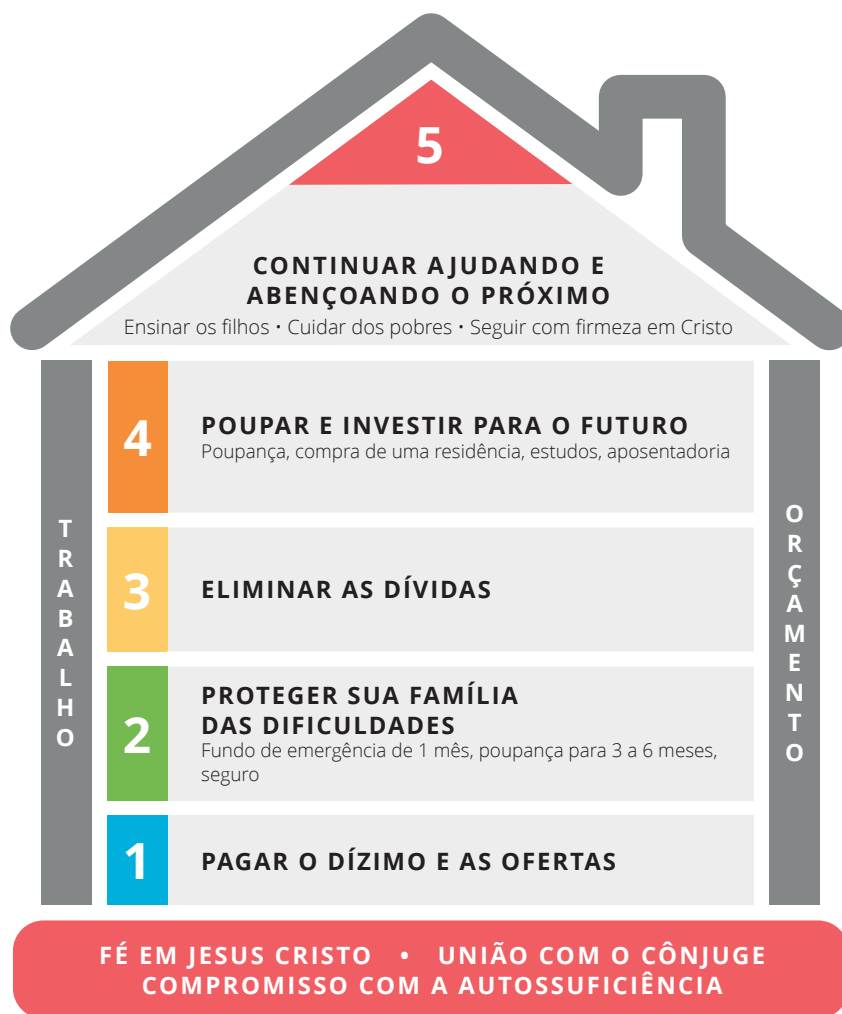
APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

3

ELIMINAR AS DÍVIDAS



**MAPA PARA O SUCESSO
NA MORDOMIA FINANCEIRA**

1. ENTENDER AS DÍVIDAS

Leia: Dívida é pegar emprestado um dinheiro que não é seu. Geralmente, isso tem um custo conhecido como juros. Juros é uma porcentagem do valor devido. Você termina pagando mais do que pegou emprestado, algumas vezes, muito mais. A dívida vem com os pagamentos esperados e uma expectativa de pagar tudo o que você pediu mais os juros.

Debata: Por que as pessoas pegam dinheiro emprestado?

Leia: Os profetas sempre nos aconselharam a evitar a dívida. O Presidente Heber J. Grant ensinou: “Se há algo que traz paz e alegria ao coração humano e à família é viver dentro de nossas possibilidades. E se há algo que traz tristeza, desânimo e desespero é ter dívidas e obrigações que não podemos saldar” (*Gospel Standards: Sermons and Writings of Heber J. Grant*, [Padrões do Evangelho: Sermões e Escritos de Heber J. Grant], comp. G. Homer Durham, 1941, p. 111).

Nos próximos dois capítulos, aprenderemos a seguir o conselho do profeta de livrar-nos da dívida.

Pondere: Reserve dois minutos para pensar em decisões financeiras que fez que não foram boas. Quais foram as consequências? Por quanto tempo você teve que suportar os efeitos? Como isso afetou você, seu casamento ou sua família e sua capacidade de servir às pessoas?

Evitar Dívidas

Leia: Os profetas têm nos advertido de que há poucas razões justificáveis para contrair dívida e que, quando isso ocorre, você deve quitar essa dívida o mais rápido possível. O Presidente Gordon B. Hinckley ensinou que “uma dívida razoável para a compra de uma casa acessível e talvez para algumas outras coisas necessárias é aceitável. Com a minha experiência, percebo muito claramente a tragédia terrível de muitos que, de modo imprudente, contraíram dívidas para coisas que não precisam” (“Eu Creio”, *A Liahona*, março de 1993, p. 8).

Dependendo das circunstâncias, é aceitável contrair dívidas para as seguintes despesas:

- Uma casa modesta e acessível
- Despesas educacionais razoáveis que o levarão a conseguir um emprego melhor
- Um transporte modesto básico (somente se necessário)

Você deve evitar contrair dívidas para outros itens além desses. Em vez disso, poupe para as despesas.

Pondere: Reserve dois minutos para pensar na seguinte pergunta e escrever abaixo o que você pensa: Como me sentirei vivendo sem dívidas?



REDUZIR NOSSA CORRENTE DE PAPEL

Frequentei uma faculdade cara. Consegui um bom emprego depois, mas fiquei com mais de 100 mil dólares de dívida. Fiquei pensando no LONGO tempo que eu tinha pela frente até quitar aquela dívida. Num sábado, minha esposa e eu fizemos uma corrente de papel em que cada elo da corrente representava \$ 1.000. Havia 100 elos! Colocamos nossa corrente na sala de estar e retirávamos um elo cada vez que pagávamos mais \$ 1.000. Embora tenha levado vários anos para nos vermos livres da dívida foi muito bom ver a corrente encolher. É uma boa maneira de ensinar nossos filhos sobre dívida e envolver toda a família nesse desafio.

Livrar-se da Dívida

Leia: Você consegue se livrar da dívida! Concentrar-se em pagar a dívida vai exigir um sacrifício significativo, mas é possível. Abaixo estão cinco princípios importantes para livrar-se da dívida. Vamos falar sobre os três primeiros neste capítulo.

1. Entender a situação real de suas dívidas
2. Desejar se livrar das dívidas
3. Vencer as tendências do homem natural que levam à dívida
4. Parar de contrair dívidas
5. Pagar as dívidas

Debata: Que pensamentos ou impressões você tem depois de ter lido esses cinco princípios?

2. ENTENDER A SITUAÇÃO REAL DE SUAS DÍVIDAS

Leia: Qual o total de suas dívidas? Quais são as taxas de juros? Qual o valor das parcelas mensais? Quanto tempo você vai levar para quitá-las e quanto você vai pagar em juros? É importante saber essas coisas ao se empenhar para livrar-se das dívidas. Para isso, você vai fazer um inventário das dívidas. Abaixo está o modelo de uma tabela simples de inventário de dívidas.

DESCRIÇÃO	SALDO	TAXA DE JUROS	PAGAMENTO MENSAL
Cartão de crédito #1	4.000	17%	97
Cartão de crédito #2	6.500	19%	168
Carro	5.000	3%	145
Empréstimo estudantil	18.000	5,5%	300
Financiamento	170.000	4,5%	1.050

Em seu conselho de família esta semana, você vai criar uma tabela parecida. Certifique-se de preencher todas as informações para cada dívida.

3. DESEJAR LIVRAR-SE DAS DÍVIDAS

Leia: Para alcançar qualquer coisa difícil, inclusive livrar-se das dívidas, seu desejo deve ser maior do que os obstáculos. O Élder Dallin H. Oaks ensinou: “Quando temos a visão daquilo em que podemos nos tornar, nosso desejo e nosso poder de agir aumentam enormemente” (“Desejo”, *A Liahona*, maio de 2011, p. 44). Para alcançar o sucesso, mantenha o foco em sua meta de livrar-se da dívida e visualize como a vida será quando você estiver livre do fardo da dívida. O Élder Neal A. Maxwell ensinou: “Tudo o que desejamos insistentemente, com o tempo, passa a ser aquilo em que nos tornaremos” (“Segundo o Desejo de [Nossos] Corações”, *A Liahona*, janeiro de 1997, p. 21).

Debata: Por que você deseja se livrar das dívidas? O que você poderá fazer que não pode fazer agora?

4. VENCER O “HOMEM NATURAL”

Leia: No Livro de Mórmon, o rei Benjamin ensinou: “Porque o homem natural é inimigo de Deus e tem-no sido desde a queda de Adão e sê-lo-á para sempre; a não ser que ceda ao influxo do Santo Espírito e despoje-se do homem natural e torne-se santo pela expiação de Cristo, o Senhor; e torne-se como uma criança, submisso, manso, humilde, paciente, cheio de amor” (Mosias 3:19). Para despojar-se do homem natural, devemos nos lembrar dos princípios que aprendemos no capítulo 4, sobre manter uma perspectiva de longo prazo. Como as crianças no experimento do *marshmallow*, precisamos aprender a adiar prazeres de curto prazo para alcançar metas de longo prazo.

As tendências do “homem natural” incluem:

- Gastar de modo impulsivo e emocional.
- Ignorância ou negligência sobre nossa realidade financeira.
- Comparar-nos com os outros e invejá-los.

Submeter-nos ao homem natural provavelmente nos levará à dívida e ao estresse financeiro. Por outro lado, ao buscarmos seguir os “influxos do Santo Espírito”, seremos capacitados pelo poder da Expiação para nos tornar fortes diante da adversidade.

Debata: O que significa despojar-se do homem natural?

Leia: Vamos olhar mais de perto algumas dessas tendências do homem natural no contexto da autossuficiência.

Gastar de Modo Impulsivo e Emocional

Pondere: Reserve um minuto para pensar sobre as seguintes perguntas e escreva suas respostas abaixo: Quando foi a última vez que você fez uma compra impulsiva cara? O que você comprou? Como você poderia ter usado esse dinheiro de modo mais eficaz para outra coisa?

Leia: Provavelmente, todos nós já fizemos uma compra impulsiva ou emocional. Às vezes, gastamos dinheiro quando nos sentimos desanimados ou irritados. Às vezes, gastamos dinheiro porque sentimos que temos o direito de nos recompensar. Às vezes, somos tentados por uma liquidação ou promoção e acreditamos que precisamos de algo que realmente não precisamos. Há muitas razões pelas quais gastamos dinheiro em coisas que não precisamos em detrimento de pagar aquilo que mais importa. A atividade a seguir nos ajudará a entender por que compramos de modo impulsivo.

ATIVIDADE (10 minutos)

Passo 1: Reserve alguns minutos para avaliar seus hábitos de consumo emocional ao responder as perguntas abaixo.

Passo 2: Depois de preencher o questionário, forme dupla com seu cônjuge (se ele estiver presente) ou parceiro de ação e debata o seguinte:

- Quais são alguns padrões que você observa relacionados a gastos emocionais ou impulsivos?
- O que você pode fazer para proteger-se de si mesmo?

COMO ME SINTO QUANDO GASTO DE MODO IMPULSIVO?

(Marque todas as alternativas que se aplicam.)

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Solitário | ☐ Nervoso |
| ☐ Chateado | ☐ Triste |
| ☐ Eufórico | ☐ Estressado |
| ☐ Generoso | ☐ Cansado |
| ☐ Feliz | ☐ Menosprezado |
| ☐ Com fome | |

O QUE EU COMPRO QUANDO GASTO DE MODO IMPULSIVO?

(Marque todas as alternativas que se aplicam.)

- | | |
|--|--|
| ☐ Vestuário | ☐ Presentes |
| ☐ Jantar em restaurantes | ☐ Móveis ou decoração para casa |
| ☐ Dispositivos e acessórios eletrônicos | ☐ Lanches ou bebidas |
| ☐ Entretenimento | ☐ Viagens |

COM QUEM EU ESTOU QUANDO GASTO DE MODO IMPULSIVO?

- | | |
|--|---|
| ☐ Filhos | ☐ Ninguém, estou sozinho |
| ☐ Colegas de trabalho | ☐ Cônjuge |
| ☐ Amigos | |
-

Debata: Como podemos vencer a tendência de fazer compras impulsivas?
O que você já fez para vencer esse impulso?

Ignorância ou Negligência sobre Nossa Situação Financeira

Leia: No Livro de Mórmon, Néfi repreende Lamã e Lemuel por “perderem a sensibilidade” e não conseguirem sentir o Espírito agir sobre eles (ver 1 Néfi 17:45). Nossas escolhas podem, com frequência, endurecer nosso coração, fazendo com que seja difícil sentir os sussurros do Espírito quando precisamos mudar. Às vezes, “perder a sensibilidade” pode fazer com que escolhamos ignorar a realidade de nossa situação. Podemos querer evitar acompanhar nossas despesas ou verificar nossa conta bancária. Se usarmos cartões de crédito ou outros créditos ao consumidor, a negligência pode rapidamente nos levar a ter dívidas.

Às vezes, um ou os dois parceiros em um casamento gastará de modo negligente, presumindo que o outro é responsável pela situação financeira da família. Lembre-se: os dois são igualmente responsáveis pelas finanças da família, e ignorar ou transferir nossa responsabilidade vai apenas nos conduzir a problemas financeiros.

Debata: Por que algumas pessoas têm inclinação para ignorar a realidade da situação? Como você pode vencer a tendência a “perder a sensibilidade” sobre sua situação financeira, caso você precise?

Comparar-nos com os Outros e Invejá-los

Leia: É natural as pessoas se compararem com as outras, e somos bombardeados com mensagens e anúncios que nos incentivam a comprar coisas que não precisamos. Às vezes, sentimos que temos direito a ter coisas que não podemos comprar ou que não precisamos. Ceder à inveja pode nos levar rapidamente a comprar de modo imprudente.

Debata: Como podemos vencer a tendência de nos comparar com outras pessoas?

DEBATA AS PRIORIDADES FINANCEIRAS EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Durante seu conselho de família esta semana, você vai debater maneiras de vencer e proteger a si mesmo das tendências do “homem natural”. Juntos, debatam suas dívidas atuais e criem um “inventário de dívidas” (ver a tabela em branco de inventário de dívidas na página 123). Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo para orientar seu conselho. Ao identificar suas dívidas juntos, e ao desenvolver maneiras de vencer as tendências do homem natural, você receberá a ajuda do Senhor para eliminar as dívidas.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- De que maneiras você manifesta as tendências do homem natural?
- Quando foi sua última grande compra impulsiva? O que você poderia ter feito com aquele dinheiro?
- Quando se livrar das dívidas, o que você vai poder fazer que não pode fazer agora?

Parte 2: Planejar

- Prepare um inventário das dívidas usando a tabela na página 123.
- Pergunte a si mesmo:
 - O que você pode mudar para eliminar as dívidas?
 - Que práticas você pode implantar para vencer e prevenir as tendências do homem natural?
 - Como você pode envolver o Senhor para ajudá-lo a despojar-se do homem natural?



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“E também, em verdade vos digo com respeito às vossas dívidas: Eis que é a minha vontade que pagueis todas as vossas dívidas” (D&C 104:78).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- ☐ (A) Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
 - ☐ (B) Farei um inventário das minhas dívidas usando o exemplo no livro de atividades.
 - ☐ (C) Debaterei meu inventário de dívidas e maneiras de vencer e prevenir as tendências do “homem natural” com minha família ou com um parceiro de ação.
 - ☐ (D) Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.
-

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação



RECURSOS

INVENTÁRIO DE DÍVIDAS

DESCRIÇÃO	SALDO	TAXA DE JUROS	PAGAMENTO MENSAL

ANOTAÇÕES

[illegible]



8

LIVRAR-SE DAS DÍVIDAS

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Trabalho: Assumir a Responsabilidade e Perseverar

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Parar de Contrair Dívidas
2. Quitar Suas Dívidas



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Criar um inventário de dívidas.
- Ⓒ Debater o inventário de dívidas e maneiras de vencer as tendências do “homem natural” em meu conselho de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos desta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a progredir ao prestar a formação depois de dois meses.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Notas do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livroto Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●	● ● ●	<i>AM</i>
Semana 1 A autoconfiança é um princípio de salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 3 Aprender-se a ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguro ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 7 Manter integridade ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 8 Trabalho assume a responsabilidade e perseverar ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 9 Comunicação pacífica e amor ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da casa ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 10 Buscar aprendizagem decorrente para onde vai e como chegar lá ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre educação, compra de uma residência, estudos ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 11 Tornar-se um, servir juntos ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●	● ● ●	-----

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - O que você aprendeu criando um inventário de dívidas?
 - Como você se sente tendo um inventário completo de suas dívidas?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: ASSUMIR A RESPONSABILIDADE E PERSEVERAR — Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Por que o Pai Celestial deseja que eu assuma a responsabilidade por minha vida?

Assista: “A Jornada de Sedrick”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 129.)

Debata: Como aprendemos a continuar em frente mesmo quando o trabalho é difícil?

Leia: Doutrina e Convênios 42:42 e a citação do Presidente James E. Faust (à direita).

Debata: Leia a citação do Élder D. Todd Christofferson (na página 129). Por que o Senhor espera que trabalhemos pelo que recebemos?

“Não serás ocioso; porque o ocioso não comerá o pão nem usará as vestes do trabalhador.”

DOCTRINA E CONVÊNIOS 42:42

“A perseverança é demonstrada por aqueles que (...) não desistem mesmo que os outros digam: ‘É impossível’.”

JAMES E. FAUST,
“Perseverança”, *A Liahona*, maio de 2005, p. 51.

ATIVIDADE

Passo 1: Escolha um parceiro e leiam juntos cada passo no padrão abaixo.

Passo 2: Perguntem um ao outro sobre uma tarefa ou um desafio muito difícil que estão enfrentando atualmente.

Passo 3: Ajudem-se mutuamente a aplicar os quatro passos abaixo a essa tarefa difícil ou esse desafio.

1	2	3	4
MANTER UMA ATITUDE POSITIVA	LEMBRAR-SE DE TRABALHAR JUNTOS	SUBSTITUIR O MEDO PELA FÉ	PROSSEGUIR COM PACIÊNCIA E CORAGEM
Conte suas bênçãos.	Peça a ajuda de amigos, colegas, membros do grupo e outras pessoas.	Evite as dúvidas. Lembre-se de que o Senhor tem todo o poder. Invoque-O e aceite Sua vontade.	Nunca, nunca, nunca desista. Persevere com fé. Descubra que lições o Senhor está lhe ensinando.

Passo 4: Escreva duas ou três maneiras pelas quais você pode prosseguir com fé, confiando que Deus vai prover.

Pondere: Leia a citação do Presidente Thomas S. Monson (à direita). Como me comporto quando eu falho?

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Escolha algo difícil ou desconfortável e termine a tarefa. Anote abaixo.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre trabalho e perseverança.

A JORNADA DE SEDRICK

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



SEDRICK: Meu nome é Sedrick Kambesabwe. Moro na República Democrática do Congo. Sou membro de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias.

Sou missionário do ramo, na vila de Kipusanga. Preciso preparar-me para servir uma missão no exterior. Para ir para a missão, preciso de um passaporte, que hoje custa 250 dólares.

Para ganhar dinheiro, meu pai e eu compramos bananas. Algumas vilas produzem muitas bananas: Tishabobo, Lusuku e Kamanda.

Tishabobo fica a uns 15 quilômetros daqui. Lusuku fica a 30 quilômetros. Kamanda fica a 30 quilômetros

também. Vamos até lá e compramos bananas, e depois as trazemos de volta para vender aqui.

Para ir às vilas, vamos de bicicleta. Conseguimos carregar quatro ou seis cachos de bananas.

Quando vou de bicicleta, pode levar até uma hora e meia para ir e para voltar, se a bicicleta estiver em ordem e eu tiver forças. Quando é meio-dia e o calor fica muito forte, vou devagar por causa do calor e do sol.

Consigo fazer duas viagens por dia, se acordar bem cedo pela manhã. É um bom meio de pagar meu passaporte.

Estou juntando dinheiro, pouco a pouco, e estou economizando para pagar a escola e a missão. E agora, depois de quatro anos de trabalho, tenho dinheiro suficiente para meu passaporte e mais 70 dólares que economizei.

Volte para a página 128.

“Deus determinou que esta existência mortal exija um esforço quase constante. (...) Por meio do trabalho sustentamos e enriquecemos a vida. (...) O trabalho edifica e refina o caráter, cria beleza e é o instrumento de nosso serviço ao próximo e a Deus. Uma vida consagrada é cheia de trabalho, às vezes repetitivo, (...) às vezes pouco reconhecido, mas sempre um trabalho que melhora, (...) que sustém, que eleva [e] aprimora.”

D. TODD CHRISTOFFERSON, “Reflexões sobre uma Vida Consagrada”, A Liahona, novembro de 2010, p. 17.

“Temos a responsabilidade de elevar-nos da mediocridade para a competência, do fracasso para a realização. Nossa tarefa é tornar-nos o melhor que podemos ser. Uma das maiores dádivas de Deus para nós é a alegria de tentar de novo, porque nenhum fracasso precisa ser definitivo.”

THOMAS S. MONSON, “A Força Interior”, A Liahona, julho de 1987, p. 69.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

3

ELIMINAR AS DÍVIDAS

Leia: Na semana passada nós debatemos três princípios que identificamos para nos livrar das dívidas:

1. Entender a situação real de suas dívidas.
2. Desejar se livrar das dívidas.
3. Vencer as tendências do “homem natural” que nos levam a contrair dívidas.

Hoje, vamos debater mais dois princípios:

1. Parar de contrair dívidas.
2. Quitar as dívidas.

Debata: Quais foram as coisas mais significativas que você aprendeu na última semana?

1. PARAR DE CONTRAIR DÍVIDAS

Leia: Você não vai conseguir se livrar das dívidas até parar de contrair mais dívidas. Há apenas dois passos simples para parar de contrair dívidas:

1. Criar um fundo de emergência.
2. Abandonar o uso de cartões de crédito e empréstimos ao consumidor.

Primeiro, continue a fazer um fundo de emergência até ter poupado o suficiente para 3–6 meses de despesas. Use esse dinheiro quando for necessário, em vez do crédito. Mas, lembre-se de usá-lo apenas para emergências reais e de colocar no orçamento todas as outras despesas.

Segundo, pare de contar com dívidas de consumo e cartões de crédito. O Élder Jeffrey R. Holland sugeriu uma “cirurgia plástica” financeira. Ele disse: “É uma operação totalmente indolor: Apenas corte seus cartões de crédito. (...) Nenhuma conveniência da vida moderna tem arriscado tanto a estabilidade financeira das famílias, principalmente das famílias jovens com dificuldades, como o cartão de crédito” (Jeffrey R. e Patricia T. Holland, “Things We Have Learned — Together” [Coisas Que Aprendemos — Juntos], *Ensign*, junho de 1986, p. 30). Cortar seus cartões de crédito o ajudará a parar de contrair mais dívidas.

Debata: O que você está disposto a fazer para parar de contrair dívidas?

2. QUITAR AS DÍVIDAS

Leia: Fomos aconselhados a quitar nossas dívidas o mais rápido possível: “Se você assumir uma dívida, (...) pague-a o mais rapidamente possível para livrar-se dessa carga” (*Sempre Fiéis*, 2004, p. 58).

Aqui estão quatro passos que o ajudarão a fazer e seguir um plano para livrar-se das dívidas.

1. Decidir fazer pagamentos extras.
2. Decidir onde pagar a mais.
3. Usar o método de transferência.
4. Tomar outras medidas, se necessário.

Decidir Fazer Pagamentos Extras

Leia: Uma das maneiras mais caras de livrar-se das dívidas é fazendo o pagamento mínimo. Com frequência, o pagamento mínimo é uma porcentagem do saldo. Quando o saldo diminui, acontece o mesmo com o pagamento mínimo. Isso aumenta o tempo que leva para quitar o saldo e custa mais em juros. Para livrar-se das dívidas muito mais rápido, você vai precisar pagar mais do que o pagamento mínimo.

DESCRIÇÃO	SALDO	TAXA DE JUROS	PAGAMENTO MENSAL
Cartão de crédito #1	4.000	17%	97
Cartão de crédito #2	6.500	19%	168
Carro	5.000	3%	145
Empréstimo estudantil	18.000	5,5%	300
Financiamento	170.000	4,5%	1.050

Por exemplo, se você usou o inventário de dívidas (acima) do último capítulo e fez apenas o pagamento mínimo no cartão de crédito #1, quanto tempo você acha que levaria para livrar-se dessa dívida? Quanto de juros você acha que teria de pagar? Fazendo apenas os pagamentos mínimos:

- Levaria 20 anos e 9 meses para quitar a dívida!
- Custaria 5.107,62 em juros.

Mas, e se você fizesse o pagamento mínimo atual de 97, mais um valor extra de 100 por mês?

- Você conseguiria quitar a dívida em 2,5 anos — 18 anos a menos!
- Você pouparia 4.357,79 em juros!

Debata: Por que os credores querem que você faça apenas os pagamentos mínimos?

Leia: Pagar mais do que o mínimo vai encurtar o tempo que leva para você se livrar da dívida e poupará a você muito dinheiro em juros. Você vem acompanhando suas despesas e criou um orçamento. Como você pode disponibilizar algum dinheiro de suas despesas para fazer pagamentos extras de suas dívidas? Um de seus compromissos esta semana será determinar quanto dinheiro extra você pode reservar para pagar suas dívidas. Quando ponderar sobre a primeira dívida que deve quitar,

escolha um valor fixo que inclua uma quantia extra acima do pagamento mínimo, e pague pelo menos isso até que a dívida seja quitada.

ATIVIDADE (15 minutos)

Passo 1: Reúna-se com seu parceiro de ação. Analise seu orçamento e veja se consegue disponibilizar 100 ou mais para quitar suas dívidas. Escreva suas ideias abaixo.

Passo 2: Compartilhe suas ideias em grupo.

Decidir Onde Pagar a Mais

Leia: Aqui estão algumas opções para decidir quais dívidas devem ser pagas primeiro. Você pode:

- Fazer pagamentos extras das dívidas que têm os juros mais altos.
- Fazer pagamentos extras das dívidas com o menor saldo devedor primeiro.

As duas opções têm vantagens e desvantagens, mas as duas o levarão a se livrar das dívidas. Um de seus compromissos esta semana será determinar qual dívida você vai quitar primeiro.

MÉTODO	VANTAGENS	DESVANTAGENS
Juros mais alto primeiro	◦ Elimina as dívidas mais caras primeiro	◦ Pode levar mais tempo para reduzir o número de credores ◦ Leva mais tempo para ver os resultados
Saldo devedor mais baixo primeiro	◦ Reduz o número de credores mais rápido ◦ Reduz o número de pagamentos mínimos mais rápido ◦ Nota-se os resultados mais rápido	◦ Pode sair mais caro, uma vez que você não está quitando as dívidas com os juros mais alto primeiro

ATIVIDADE (5 minutos)

Use o exemplo de inventário de dívidas abaixo para fazer o seguinte:

Passo 1: Marque o empréstimo com a taxa de juros mais alta.

Passo 2: Circule o empréstimo com o menor saldo devedor.

DESCRIÇÃO	SALDO	TAXA DE JUROS	PAGAMENTO MENSAL
Cartão de crédito #1	4.000	17%	97
Cartão de crédito #2	6.500	19%	168
Carro	5.000	3%	145
Empréstimo estudantil	18.000	5,5%	300
Financiamento	170.000	4,5%	1.050

ATIVIDADE (5 minutos)

Use seu próprio inventário de dívida na (página 123) para fazer o seguinte:

Passo 1: Marque o empréstimo com a taxa de juros mais alta.

Passo 2: Circule o empréstimo com o menor saldo devedor.

Passo 3: Decida para qual empréstimo você deve fazer pagamentos extras primeiro e indique isso em seu inventário de dívida.

Usar o Método de Transferência

Leia: O método de transferência é uma ótima maneira de quitar suas dívidas. Vamos dizer que, no momento, você pode pagar um valor extra de 100 por mês. Quando você quita uma dívida, o que você deveria fazer com o dinheiro que estava sendo destinado para aquele empréstimo? Transferir para quitar outros empréstimos! É assim que você realmente começa a se livrar das dívidas mais rápido.

Por exemplo, com o exemplo de inventário de dívida, se você pagou um valor extra de 100 por mês para o cartão de crédito #1, seu pagamento mensal seria de 197. Depois que ele fosse quitado, você teria um valor extra de 197 que poderia usar para quitar outra dívida. Se você usasse esses 197 extras e os empregasse no pagamento do saldo devedor do cartão de crédito #2, no valor de 6.500, você poderia:

- Pagar esse cartão de crédito mais de 23 anos antes do que se fizesse os pagamentos mínimos!
- Poupar mais 8.500 em juros!

Assim que quitasse esse cartão de crédito, você teria um valor extra de 365 para outras dívidas, e assim por diante. O método de transferência funciona bem para eliminar as dívidas rapidamente.

Debate: Como o método de transferência o ajudará a se livrar das dívidas mais rápido?

Tomar Outras Medidas

Leia: Se estiver enfrentado dificuldades para fazer os pagamentos mínimos, talvez seja necessário tomar medidas adicionais (ver abaixo).

ATIVIDADE (10 minutos)

Dividam-se em grupos de duas a quatro pessoas e debatam as medidas adicionais abaixo. Ponderem se alguma dessas medidas poderia ajudá-los.

Passo 1: Encontre mais um emprego ou um emprego melhor: Lembre-se do exemplo do pote? Talvez você precise de um pote maior! A renda adicional de um segundo emprego ou de um negócio paralelo pode rapidamente acelerar seu plano de eliminação de dívidas. Provavelmente você não precisará de um segundo emprego indefinidamente. Entretanto, se estiver com dificuldades para acelerar a quitação de suas dívidas, uma renda extra pode ser uma grande ajuda para recuperar a estabilidade financeira.

Passo 2: Venda algumas coisas com as quais pode viver sem.

Passo 3: Reduza: Às vezes, sua melhor mudança é se mudar — literalmente. Uma casa, um apartamento ou um carro menos dispendioso pode ser uma boa opção.

Passo 4: Refinancie a dívida: Em algumas circunstâncias é possível refinarciar seus empréstimos a uma taxa de juros menor ou consolidar várias delas em um único empréstimo com uma taxa de juros menor. Pode haver custos para o refinanciamento ou consolidação, então, certifique-se de entender as despesas antecipadamente.

Passo 5: Busque ajuda de mentores ou consultores financeiros: Em muitos lugares do mundo, as pessoas podem ter acesso à consultoria financeira por meio de instituições financeiras ou organizações sem fins lucrativos locais. Encontre e aconselhe-se com um consultor de confiança.

DEBATA A ELIMINAÇÃO DE DÍVIDAS EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Em seu conselho esta semana, debata quanto dinheiro você pode reservar a cada mês para fazer pagamentos extras de suas dívidas. Debata também que empréstimo gostaria de começar a quitar primeiro (com os juros maiores ou com o saldo devedor menor). Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- Você ainda está contraindo dívidas?
- Quanto dinheiro você pode disponibilizar para fazer pagamentos extras? (Analisar sua renda e suas despesas e indique o valor extra que pode pagar em sua folha de inventário de dívidas na página 123.)

Parte 2: Planejar

- O que você pode fazer para se assegurar de não contrair dívidas? Juntos, considerem a possibilidade de cortar seus cartões de crédito.
- Que despesas você pode reduzir para conseguir fazer pagamentos extras para suas dívidas?
- Que empréstimo (ou empréstimos) você deve quitar primeiro? (Indique a ordem em seu inventário de dívida na página 123.)



MAIS DE DOIS POR CENTO

Eu amava meu cartão de crédito! A cada trimestre eu resgatava 2% de todas as minhas compras. Mas, quando meu marido e eu começamos a seguir um orçamento com seriedade, ficou muito difícil comparar o saldo devedor de nosso cartão de crédito com o saldo de nossa conta corrente. Percebi que, regularmente, estávamos gastando um pouco mais do que realmente tínhamos. Nós cortamos nossos cartões de crédito, exatamente como o Élder Holland sugeriu! Sei que agora estamos poupando mais de 2% mantendo limites claros e sabendo exatamente quanto dinheiro temos em nossa conta a qualquer momento.



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

*Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse.
Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.*

“Livra-te da servidão” (D&C 19:35).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- Ⓐ Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Determinarei quanto posso pagar a mais para eliminar as dívidas e qual empréstimo começarei a pagar primeiro, e criarei um plano de eliminação de dívidas.
- Ⓒ Debaterei meu plano de eliminação de dívidas durante o conselho de família.
- Ⓓ Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação

[illegible]

ANOTAÇÕES

[illegible]



9

ADMINISTRAR AS CRISES FINANCEIRAS

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Comunicação: Pedir e Ouvir

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Aprender a Administrar as Crises Financeiras
2. Ampliar Sua Preparação para Emergências



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Elaborar um plano para começar a eliminar dívidas.
- Ⓒ Debater meu plano de eliminação de dívidas durante o conselho de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a progredir ao prestar a formação depois de dois meses importantes.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Iniciais do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livroto Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●	● ● ●	<i>AM</i>
Semana 1 A autoconfiança é um princípio de salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 3 Aprender-se a ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 7 Manter integridade ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 8 Trabalho assume a responsabilidade e perseverar ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 9 Comunicação pacífica e amor ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da casa ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 10 Buscar aprendizagem, decidir para onde vai e como chegar lá ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre educação, compra de uma residência, estudos ● ● ●	● ● ●	_____
Semana 11 Tornar-se um, servir juntos ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●	● ● ●	_____

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - O que você aprendeu criando um plano de eliminação de dívidas?
 - O que você está fazendo diferente para eliminar as dívidas de sua família?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: COMUNICAÇÃO

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Quando o Pai Celestial respondeu a minhas súplicas?

Assista: “Criar Força de Ascensão”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 145.)

Debata: Como podemos reconhecer as respostas às nossas orações? Por que escutar é uma parte essencial da oração?

Leia: Doutrina e Convênios 8:2 e a citação do Presidente Russell M. Nelson (à direita).

Debata: Por que escutar é uma habilidade essencial? De que modo o fato de escutarmos com atenção nos ajuda em nosso trabalho?

ATIVIDADE

Passo 1: Em grupo, leia os passos abaixo e discuta-os brevemente.

Passo 2: Peça a um ou dois membros do grupo que contem aos outros um problema ou uma dúvida que eles têm. Todos os demais devem tentar escutar, seguindo estes passos.

Passo 3: Quando terminar, pergunte aos membros do grupo que falaram, o que eles sentiram quando o grupo realmente procurou escutá-los.



“Eu te falarei em tua mente e em teu coração, pelo Espírito Santo que virá sobre ti e que habitará em teu coração.”

DOCTRINA E CONVÊNIOS 8:2

“Sua alma será abençoada à medida que você aprender a escutar, depois escutar para aprender com os filhos, pais, companheiros, vizinhos e líderes da Igreja, todos vão elevar sua capacidade de ouvir os conselhos do alto.”

RUSSELL M. NELSON,
“Aprender a Ouvir”,
A Liahona, julho de 1991, p. 26.

Leia: Citações do Presidente Henry B. Eyring e do Élder Robert D. Hales (à direita).

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Ore individualmente e em família todas as manhãs e todas as noites. Passe algum tempo após cada oração buscando orientação reverentemente.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre comunicação.

CRIAR FORÇA DE ASCENSÃO

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF:

Para que o avião saia do chão é preciso que haja força de ascensão. Na aerodinâmica, a força de ascensão é gerada quando o ar passa sobre as asas de um avião de tal modo que a pressão por baixo da asa seja maior do que a pressão por cima dela. Quando a força de ascensão, que é o impulso para cima, excede a atração da gravidade, o avião sai do chão e voa.

De modo semelhante, podemos decolar em nossa vida espiritual. Quando a força que nos empurra para o céu é maior do que as tentações e angústias que nos puxam para baixo, conseguimos alçar voo e entrar na esfera de influência do Espírito.

Embora haja muitos princípios do evangelho que nos ajudam a alçar

voos ainda maiores, gostaria de tratar de um deles, em especial:

Oração!

A oração é um dos princípios do evangelho que nos leva a alturas maiores. A oração tem o poder de elevar-nos acima de nossas preocupações mundanas. A oração pode levar-nos para além das nuvens de desespero e escuridão para um horizonte límpido e brilhante.

Uma das maiores bênçãos, privilégios e oportunidades que temos por ser filhos do Pai Celestial é poder comunicar-nos com Ele por meio da oração. Podemos falar com Ele a respeito de nossas experiências de vida, provas e bênçãos. Podemos ficar atentos para ouvir a resposta e receber orientação celestial do Espírito Santo em qualquer momento e em qualquer lugar.

(Ver Dieter F. Uchtdorf, “A Oração e o Horizonte Azul”, *A Liahona*, junho de 2009, pp. 3–5.)

Volte para a página 144.

“Nosso Pai Celestial ouve as orações de Seus filhos do mundo inteiro que rogam pedindo alimento, roupas para cobrir o corpo e a dignidade que advém da capacidade de se sustentarem.”

HENRY B. EYRING,
“Oportunidades de Fazer o Bem”, *A Liahona*, maio de 2011, p. 22.

“Precisamos pedir a ajuda de nosso Pai Celestial e procurar forças por meio da Expição de Seu Filho, Jesus Cristo. Tanto nas coisas temporais como nas espirituais, obter Sua ajuda divina nos capacita a tornarmos provedores providentes para nós mesmos e para os outros.”

ROBERT D. HALES,
“Tornar-se Provedores Prudentes Temporal e Espiritualmente”, *A Liahona*, maio de 2009, p. 7.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

2

PROTEGER SUA FAMÍLIA DAS ADVERSIDADES



MAPA PARA O SUCESSO NA MORDOMIA FINANCEIRA

VERIFICAR O ORÇAMENTO E OS GASTOS

Leia: Analise e atualize seu orçamento. O que está funcionando bem? Que categorias você precisa ajustar, se houver alguma? Você pode gastar menos em algumas categorias para poupar mais rápido para seu fundo de emergência, para livrar-se das dívidas ou para poupar para o futuro? Um de seus compromissos esta semana será debater a seguinte atividade durante o conselho de família.

ATIVIDADE (5 minutos)

Observe cada uma das categorias abaixo e responda honestamente.

COMO ME SINTO EM RELAÇÃO AOS MEUS GASTOS?	Gasto pouco	Sinto-me bem com relação aos meus gastos	Gasto muito
Comer fora	☐	☐	☐
Compras	☐	☐	☐
Lanches e bebidas	☐	☐	☐
Entretenimento	☐	☐	☐
Aluguel ou financiamento	☐	☐	☐
Serviços públicos	☐	☐	☐
Vestuário	☐	☐	☐
Utilidades domésticas	☐	☐	☐
Transporte	☐	☐	☐
Seguros	☐	☐	☐
Telefone celular	☐	☐	☐

Pondere: O que você fará caso se depare com uma crise financeira?
Quais crises financeiras você já enfrentou?

Leia: No Velho Testamento, José alertou o Faraó sobre os sete anos de abundância, seguidos pelos sete anos de fome. Imediatamente, o Faraó designou oficiais para reservar um pouco dos anos bons para prepará-los para os tempos difíceis (ver Gênesis 41:1–37). Embora não tenhamos uma profecia clara de quando os bons e os maus momentos vão chegar, os profetas nos incentivaram a nos preparar para as crises, especialmente quando as coisas estão indo bem.

Neste capítulo, vamos aprender o que fazer quando enfrentamos uma crise financeira e como nos preparar para as crises antes que elas aconteçam.

Debata: Que tipos de crises financeiras você pode enfrentar? Escreva abaixo as ideias do grupo.



SEMPRE HÁ UMA MANEIRA

Quando começamos a aprender sobre criar um fundo de emergência, meu esposo e eu não achávamos que poderíamos realmente ter dinheiro suficiente. Nós oramos por orientação e nossa resposta foi vender um de nossos carros. Agora meu marido pega ônibus para ir ao trabalho e nós temos um fundo de emergência completo.

1. APRENDER A ADMINISTRAR AS CRISES FINANCEIRAS

Leia: Assim como em uma emergência ou um plano de fuga em caso de incêndio, caso ocorra uma crise financeira, você deve ter um curso de ação simples de seguir. Sobre lidar com as adversidades, o Élder Marvin J. Ashton perguntou: “Você consegue sentar-se em silêncio, analisar os fatos e relacionar todos os possíveis cursos de ação? Consegue identificar as causas e determinar a solução? A meditação tranquila pode resolver os problemas mais rapidamente do que a ação desesperada” (“Dar com Sabedoria para Que Eles Recebam com Dignidade”, *A Liahona*, fevereiro de 1982, p. 161). Determinar como lidar com as crises financeiras com antecedência permitirá que você esteja emocional e financeiramente preparado quando ocorrerem as adversidades, e pode ajudá-lo a prevenir algumas crises no futuro. Administrar uma crise financeira requer dois passos: avaliar a situação e tomar as medidas necessárias.

Debata: Por que é importante decidir agora como administrar uma crise financeira? Como o Espírito o ajudou a enfrentar as crises no passado?

Avaliar a Situação

Leia: Para avaliar uma crise financeira em potencial, você pode fazer as seguintes perguntas:

- Você é fiel no pagamento do dízimo e das ofertas? Está vivendo de modo a ser digno das bênçãos de Deus?
- Que precauções para emergências você já colocou em prática que o ajudarão a enfrentar o desafio atual? Você tem água e comida armazenada? Você tem um fundo de emergência? Você tem seguros apropriados?
- De que maneira você não está preparado para uma emergência?
- Que seguros você possui que podem cobrir alguns ou todos esses desafios?
- Por quanto tempo você consegue usar seu fundo de emergência?
- Há espaço em seu orçamento e no plano de eliminação de dívidas para ajustes temporários, se necessário?

Debata: Por que é importante avaliar plenamente uma situação antes de agir?

Tomar uma Atitude

Leia: Dependendo do tipo e da severidade de sua crise financeira, você pode tomar diferentes medidas para ajudá-lo a sobrepujar seus desafios financeiros. Embora essas medidas não façam sentido para todas as situações, os passos a seguir dão uma ideia do que pode ser feito no caso de uma crise financeira.

Ligar para Sua Companhia de Seguros

Leia: Algumas crises financeiras podem envolver uma emergência médica, um acidente de carro, reparos na casa ou a perda do emprego. Para essas situações, antes de entrar em pânico, ligue para sua companhia de seguros para verificar a cobertura. Perguntar sobre a cobertura não significa que você esteja pedindo uma indenização. Mas, caso sua situação tenha cobertura, você deve ter uma ideia de quanto serão seus gastos.

Debata: Quais crises financeiras merecem uma ligação para sua companhia de seguros?

Usar Seu Fundo de Emergência

Leia: O propósito do fundo de emergência é ajudá-lo a passar pelas crises financeiras. Não se sinta culpado por usá-lo nessas situações. Você pode usar seu fundo de emergência para qualquer coisa que precisar — desde as despesas da família até franquias do seguro. Seja sábio ao usá-lo para as coisas certas no momento certo. Refaça seu fundo de emergência o mais rápido possível se tiver que usar o dinheiro.

Pague Primeiro as Contas e as Despesas Mais Importantes

Leia: Examine atentamente todas as suas despesas e contas e determine quais devem ter prioridade imediata e quais podem ser adiadas por um curto período sem uma multa muito alta. Pode ser necessário ligar para os credores para ver se eles têm um período de tolerância, opções de planos de pagamento sem juros ou uma prorrogação da data do vencimento. Seja prudente sobre quais despesas pagar primeiro e pesquise sobre as consequências de atrasar o pagamento de outras contas antes de fazê-lo. Pode ser necessário cortar despesas desnecessárias por algum tempo, se possível. Concentre-se em alimentação, abrigo, utilidades e o transporte necessário antes de pagar outras despesas.

Debata: Por que seria mais importante pagar primeiro as despesas que acabamos de relacionar?

Ligar para Seus Credores

Leia: Em circunstâncias extremas, pode ser sábio ligar para seus credores e explicar sua situação atual. Dependendo do tipo de crise, você pode pedir a eles:

- Para reduzir ou adiar os pagamentos temporariamente.
- Estender ou modificar permanentemente os termos do empréstimo.

Embora essa possa ser a única opção viável em casos extremos, fique atento, pois atrasar os pagamentos ou modificar os termos do empréstimo pode resultar em taxas adicionais e tornar o empréstimo mais caro em longo prazo.

Identificar Outros Recursos Que Possam Ajudar

Leia: Nossa responsabilidade é prover para nós mesmos e nossa família. Entretanto, pode haver momentos em que, temporariamente, dependemos de outros. Ao procurar outros recursos, tenha cuidado para não se tornar dependente de auxílio por muito tempo — tal dependência vai atrasar seu progresso espiritual e material. Como lemos no capítulo 2, o Presidente Spencer W. Kimball ensinou que há quatro níveis de auxílio temporal ao qual podemos recorrer:



1. **Nós mesmos:** Primeiro devemos fazer tudo o que pudermos para sustentar nossa família e lidar com o problema imediato.
2. **Família:** Se você não conseguir prover as necessidades financeiras básicas depois de fazer tudo o que pode, você deve buscar o auxílio financeiro temporário da família e de

parentes, se necessário, seja para habitação, alimentação ou outras necessidades.

3. **Igreja:** Depois de fazer tudo o que puder e buscar o auxílio de familiares, você pode precisar se reunir com seus líderes da Igreja (bispo, presidente de ramo ou presidente da Sociedade de Socorro) para explorar outras opções. Lembre-se de que seus líderes são sabiamente instruídos a ajudar as pessoas a preservar a vida quando necessário, não o estilo de vida.
4. **Comunidade:** Diversos programas comunitários ou governamentais podem estar disponíveis para você, oferecendo auxílio na forma de orientação financeira ou profissional, auxílio moradia, apoio nutricional para recém-nascidos e para as mães, etc. Lembre-se de que esses programas são desenvolvidos para prover uma assistência em curto prazo. Não dependa deles por muito tempo.

Debata: Por que devemos buscar a ajuda de nossa família antes de buscar o auxílio da Igreja e da comunidade? Que recursos que seu grupo identificou estão disponíveis em sua área para ajudá-lo a lidar com as crises?

ATIVIDADE (10 minutos)

Passo 1: Responda às perguntas abaixo individualmente e pondere sobre o que poderia fazer para administrar uma crise financeira.

Se eu perdesse minha fonte de renda, por quanto tempo poderia viver com o que poupei? (Quantos dias, semanas ou meses?)

Quem são os credores para os quais precisaria ligar para explicar minha situação?

Quais membros da família ou amigos eu poderia procurar se precisasse de ajuda?

Passo 2: Forme dupla com seu parceiro de ação (ou seu cônjuge, se estiver presente) e debata suas respostas. Debata maneiras de se preparar melhor agora para os tempos difíceis por vir. Registre suas ideias e faça planos para segui-las.

2. AMPLIAR SUA PREPARAÇÃO PARA EMERGÊNCIAS

Leia: Você já deve ter ou está criando um fundo de emergência para um mês. Sua preparação não deve terminar aí. Trabalhe para se livrar das dívidas de consumo e, depois, crie um fundo de emergência para 3–6 meses e adquira um seguro para proteger sua renda.

Criar um Fundo de Emergência para 3–6 Meses

Leia: Depois de quitar todas as suas dívidas de consumo, o próximo passo é transformar seu fundo de emergência para um mês em um fundo de emergência para 3–6 meses. Lembre-se de manter o dinheiro para seu fundo de emergência em um local seguro ao qual você possa ter acesso sem multa. Aumente o valor desse fundo o mais rápido possível para que esteja preparado para as crises financeiras. Um de seus compromissos esta semana será avaliar seu fundo de emergência e continuar a quitar suas dívidas de consumo.

Adquirir um Seguro de Renda Adequado

Observação: Esta informação pode não se aplicar a sua região ou área.

Leia: Um de seus recursos mais importantes é a sua renda. Pesquise apólices de seguro de vida e por incapacidade de boa reputação em sua área e obtenha a cobertura adequada o mais rápido possível.

DEBATA A PREPARAÇÃO PARA CRISES FINANCEIRAS EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Um de seus compromissos esta semana será debater suas respostas na “Verificação de Orçamento e Gastos” (ver página 147) e sua preparação para as crises financeiras. Debata sobre as emergências que podem ocorrer em sua família, como vocês podem se preparar para elas, que seguros podem precisar obter para ajudá-los a se protegerem, e planos para lidar com os cobradores e credores caso seja necessário. Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo. Lembre-se, se você não for casado, seu conselho de família pode incluir um colega de quarto, um amigo, um membro da família ou um mentor.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- Como você está se saindo com seu orçamento? (Analisar as respostas da atividade “Verificação de Orçamento e Gastos” na página 147.)
- Como você está se saindo com seu fundo de emergência para um mês?
- Você está vivendo dignamente o suficiente para ser merecedor da ajuda do Senhor durante uma crise? O que você pode melhorar?

Parte 2: Planejar

- Que crises financeiras podem ocorrer em sua família?
- De quanto você precisa para um fundo de emergência de 3–6 meses? O que você pode fazer para poupar para o futuro?
- O que merece e o que não merece o uso de seu fundo de emergência?
- O que mais você pode fazer para estar preparado para essas crises?
- De que seguro você precisa para proteger sua renda, sua saúde e seus pertences?
- O que você pode fazer para melhorar ou ajustar seu orçamento?



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Prepara-te, e dispõe-te, tu e todas as tuas multidões que se ajuntaram ao pé de ti, e serve-lhes tu de guarda” (Ezequiel 38:7).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- (A)** Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
 - (B)** Continuarei a depositar dinheiro em meu fundo de emergência ou a evitar gastos desnecessários.
 - (C)** Debaterei em meu conselho de família sobre minha “Verificação de Orçamento e Gastos” (ver página 147) e sobre preparar-me para crises financeiras.
 - (D)** Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.
-

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação

[illegible]

ANOTAÇÕES

[illegible]



10

INVESTIR PARA O FUTURO (PARTE 1)

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Buscar Aprendizado: Decidir Aonde Quer Ir e Como Vai Chegar Lá

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Economizar Dinheiro
2. Considerar Comprar uma Casa
3. Buscar Aprimoramento Educacional



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Continuar a poupar dinheiro para minha prioridade financeira.
- Ⓒ Debater as respostas em “Verificação de Orçamento e Gastos” e preparar-me para crises financeiras durante um conselho de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS									
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a progredir ao praticar a formação desses hábitos importantes.									
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo									
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livro Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	Início da Parceria de Ação					
Exemplo	Exemplo	Exemplo	Exemplo	Exemplo					
Sei obedecer	Acompanhar as despesas	Conselho sobre obediência							
Semana 1 A adoração é um princípio de salvação	Acompanhar as despesas	Aconselhar-se com o Senhor							
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo	Acompanhar as despesas	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas							
Semana 3 Aprender-se a ser obediente	Acompanhar as despesas	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas							
Semana 4 Ter uma vida equilibrada	Fazer um orçamento	Aconselhar-se sobre o orçamento							
Semana 5 Solucionar problemas	Escolher um sistema de controle de orçamento	Aconselhar-se sobre o orçamento							
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros							
Semana 7 Mostrar integridade	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras	Aconselhar-se sobre dívidas							
Semana 8 Trabalho assume a responsabilidade e persevera	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras	Aconselhar-se sobre dívidas							
Semana 9 Comunicações pelo e-mail	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras	Aconselhar-se sobre a administração da casa							
Semana 10 Buscar oportunidades de crescimento para onde vai e como chegar lá	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras	Aconselhar-se sobre educação, compra de uma residência, estudos							
Semana 11 Tornar-se um, servir juntos	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria							

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debate:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - Como foi o debate sobre seu orçamento e seus gastos?
 - O que você decidiu fazer para se preparar melhor para as crises financeiras?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: BUSCAR APRENDIZADO

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Como o aprendizado cria oportunidades?

Assista: “Educação para Uma Vida Melhor”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 165.)

Debata: O que o Élder Joseph W. Sitati queria quando ele tinha 13 anos? O que ele fez a esse respeito?

Leia: Doutrina e Convênios 88:118–119 e a citação do Presidente Gordon B. Hinckley (à direita).

Pondere: Que ideias e impressões você já recebeu do Espírito Santo sobre progredir na vida?

ATIVIDADE — CRIAR UMA “MISSÃO DE VIDA”

Passo 1: Leia a citação do Presidente Henry B. Eyring (na página 163). O Senhor tem um plano para você. Ele o abençoou com dons e talentos especiais que permitirão que você se torne qualquer coisa que Ele desejar de você. Você pode cumprir sua missão aqui na Terra se buscar diligentemente e obedecer à vontade Dele para você.

Passo 2: Responda as perguntas abaixo para começar a criar sua visão ou “missão de vida”.

MINHA MISSÃO DE VIDA

Onde quero estar em cinco anos?

Por quê?

Que habilidades, conhecimento ou experiência eu preciso para chegar lá?

“Buscai diligentemente e ensinai-vos uns aos outros palavras de sabedoria; sim, nos melhores livros buscai palavras de sabedoria; procurai conhecimento, sim, pelo estudo e também pela fé. (...) Estabelecei uma casa (...) de aprendizado.”

DOUTRINA E CONVÊNIOS 88:118–119

“Temos a responsabilidade e o desafio de assumir nosso lugar no mundo dos negócios, da ciência, do governo, da medicina, da educação e de todas as outras profissões dignas e construtivas. Temos a obrigação de educar nossas mãos e nossa mente para que sejam excelentes no trabalho do mundo para a bênção de toda a humanidade.”

GORDON B. HINCKLEY, “Uma Cidade Edificada sobre um Monte”, *A Liahona*, novembro de 1990, p. 8.

- Comprometa-se:** Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.
- ☐ Complete as metas a seguir e as atividades orientadoras.
 - ☐ Termine de escrever seu plano de “missão de vida” e debata-o com sua família.
 - ☐ Peça a alguém para ser o seu mentor e estabeleça um horário para se reunirem.

ATIVIDADE — CRIAR METAS

Passo 1: Leia a citação do Presidente Howard W. Hunter (à direita). É por meio de metas que nossas esperanças são transformadas em ação.

As metas devem:

1. Ser específicas e mensuráveis.
2. Ser escritas e colocadas onde você possa ver pelo menos uma vez por dia.
3. Ter um prazo de conclusão.
4. Ter ações específicas a serem realizadas para concluir a meta.
5. Ser constantemente analisadas, relatadas e atualizadas.

Passo 2: Em uma folha de papel separada, escreva duas ou três metas que o ajudará a alcançar sua missão de vida. Siga o exemplo abaixo. Coloque o papel em um lugar onde possa ver todos os dias.

META	POR QUÊ?	PASSOS ESPECÍFICOS PARA ALCANÇAR A META	LINHA DO TEMPO	PARA QUEM RELATAREI MEU PROGRESSO?
EXEMPLO: Ler o Livro de Mórmon por 30 minutos todos os dias.	Assim poderei receber orientação diária do Espírito Santo.	1. Acordar às 6h30 todos os dias. 2. Ler antes do desjejum. 3. Registrar meu progresso no gráfico.	Avaliarei meu progresso todas as noites antes de dormir.	Compartilharei meu gráfico de progresso com um membro da família todo domingo.

“Supliquem para que o Espírito lhes mostre o que o Senhor deseja que façam. Planejem fazê-lo. Prometam-Lhe que obedecerão. Ajam com determinação até terem feito o que Ele pediu. E depois, orem (...) para saber o que fazer em seguida.”

HENRY B. EYRING,
“Agir com Toda a Diligência”, *A Liahona*, maio de 2010, p. 63.

“Este é um evangelho de arrependimento, e nós precisamos nos arrepender e ser decididos. Na verdade, o processo de arrependimento, assumir compromissos e estabelecer metas deveria ser algo contínuo. (...) Recomendo a vocês que ponham isso em prática.”

HOWARD W. HUNTER, “The Dauntless Spirit of Resolution” [O Destemido Espírito de Firmeza] (Devocional da Universidade Brigham Young, 5 de janeiro de 1992) p. 2 speeches.byu.edu.

ATIVIDADE — ENCONTRAR UM MENTOR

Passo 1: Leia a citação do Élder Robert D. Hales (à direita). Há vários tipos de mentores. Talvez seja necessário alguém com experiência no assunto para responder suas perguntas — alguém que já fez o que você quer fazer. Outros mentores podem ser apenas bons amigos ou membros da família. Pessoas que querem passar mais tempo lhe incentivando a fazer mudanças em sua vida e mantendo-se a par de seu progresso.

Passo 2: Pense no tipo de ajuda que você precisa. Faça uma lista de pessoas que poderiam ser seus mentores. Pondere e ore sobre sua lista de nomes.

Passo 3: Responda as perguntas abaixo para começar a definir um mentor. Para convidar alguém para ser seu mentor, você poderia simplesmente perguntar: “Estou tentando fazer algumas mudanças em minha vida. Gostaria de me ajudar?”

MEU MENTOR

Quem você gostaria que fosse seu mentor?

Quando você vai pedir que ele ou ela seja seu mentor?

Quando vocês poderiam se reunir para conversar sobre sua “missão de vida” e suas metas?

Com que frequência você gostaria de se reunir com seu mentor?

Passo 4: Lembre-se de que você é responsável por sua “missão de vida”. Quando se reunir com seu mentor:

- Analise seu progresso.
- Analise as barreiras para seu progresso e o que você está fazendo para removê-las.
- Analise especificamente o que você planeja fazer antes de se reunir com seu mentor novamente.

“Quando eu era jovem adulto, procurei o conselho de meus pais e de fiéis consultores em quem eu confiava. Um deles foi um líder do sacerdócio; outro foi um professor que acreditava em mim. (...) Escolha em espírito de oração alguns mentores que tenham o bem-estar espiritual de vocês no coração deles.”

(ROBERT D. HALES, “Enfrentar os Desafios do Mundo Atual”, *A Liahona*, novembro de 2015, p. 46.)

EDUCAÇÃO PARA UMA VIDA MELHOR

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



ÉLDER JOSEPH W. SITATI: Aos 13 anos eu vivia em uma parte totalmente rural do Quênia. As pessoas tinham bem pouco. Mas aqueles que pareciam ter acesso às coisas eram aqueles que tinham uma boa educação. Percebi que a educação era a chave para uma vida melhor.

Sempre tinha o mesmo pensamento de que deveria conversar com o diretor de uma das escolas que eu realmente queria ingressar. Eu precisava da bicicleta do meu pai para fazer esse trajeto, que levava metade do dia. Nunca tinha saído do meu vilarejo. Não sabia falar inglês muito bem, e esse diretor era um homem branco. Eu nunca tinha conhecido ou falado diretamente com um homem branco, então isso foi bem difícil.

Algo dentro de mim continuava me estimulando e dizendo que eu deveria fazer isso, então fui falar com o diretor. Enquanto olhava para ele podia ver que estava bastante surpreso em ver esse menino parado como um soldado em sua frente. Ele tinha olhos bondosos, o que me deu coragem. Disse-lhe que eu realmente queria estudar em sua escola e que ficaria muito feliz se ele

me aceitasse. Ele disse: “Bem, vamos ver quando saírem os resultados do teste”. Eu disse: “Obrigado, senhor”. Em menos de quatro minutos, eu estava fora do escritório.

Os quatro minutos que passei naquele escritório foram realmente decisivos na minha vida. Eu fui o único aluno da minha escola primária que foi selecionado para uma das melhores escolas de nossa área. Senti-me grato pelo fato desse bom homem me dar aquela oportunidade, e isso me inspirou a me empenhar em ser o melhor aluno da classe.

Isso me deu novas oportunidades de entrar em outra boa escola e, depois, preparar-me para a universidade. Minha educação permitiu que eu conhecesse minha esposa na universidade. Permitiu-me encontrar um emprego na cidade. Enquanto morava em Nairóbi, encontramos uma dupla de missionários que nos convidou para irmos à sua casa, onde eram realizadas as reuniões com outros membros da Igreja. Se eu não estivesse em Nairóbi naquela época, nunca teria conhecido o evangelho. O fato de estar em um emprego estável me permitiu servir na Igreja.

Testifico que o estudo é a chave para a autossuficiência. Ele abrirá muitas portas para que você proveja para si mesmo materialmente e torne-se espiritualmente autossuficiente.

Volte para a página 162.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

4

POUPAR E INVESTIR PARA O FUTURO



MAPA PARA O SUCESSO NA MORDOMIA FINANCEIRA

Leia: Quando as pessoas ouvem o termo *investir* geralmente pensam em um pregão da bolsa barulhento e caótico com pessoas vendendo ações e títulos. Embora essa possa ser considerada uma das definições, **investir** também é o ato de dedicar tempo e esforço, ou aplicar dinheiro em algo e esperar algum tipo de retorno. Nesse sentido, investir é um elemento de autossuficiência.

Neste capítulo, você vai explorar três maneiras de investir:

1. Economizar dinheiro
2. Considerar comprar uma casa
3. Buscar aprimoramento educacional

1. ECONOMIZAR DINHEIRO

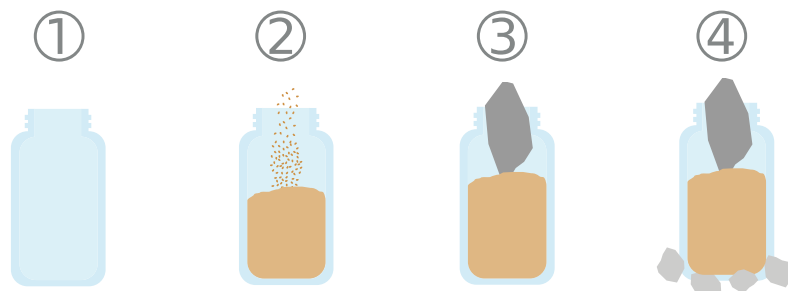
Pondere: Reserve dois minutos para pensar na seguinte pergunta e escreva abaixo o que você pensa: Para o que eu mais gostaria de economizar dinheiro?

Leia: Uma das formas mais fáceis de investir é poupar dinheiro. Você tem trabalhado para criar um fundo de emergência, começando com o valor de um mês de despesas e depois ampliando para ter o valor de 3–6 meses de despesas. Imagine as possibilidades se você continuar a poupar mesmo depois de estabelecer um fundo de emergência estável.

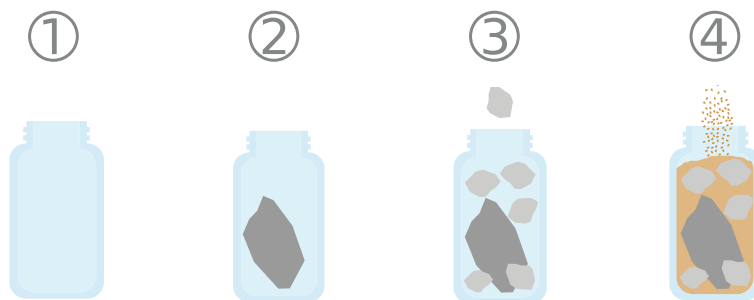
O Élder L. Tom Perry ensinou: “Paguem a si próprios uma quantia predeterminada, diretamente na poupança. (...) É surpreendente para mim que muitas pessoas trabalhem a vida inteira para os donos de supermercados, o locador, a companhia elétrica, os vendedores de automóveis e o banco, e tenham tão pouca consideração por seus próprios esforços que não paguem nada a si mesmas” (“Tornar-se Autossuficiente”, *A Liahona*, janeiro de 1992, p. 74).

Como foi ilustrado antes com o exemplo do pote, é muito importante “pagar a si mesmo” primeiro colocando dinheiro na poupança. Isso o ajudará a ter segurança financeira.

ABORDAGEM COMUM



ABORDAGEM DE AUTOSSUFICIÊNCIA



Debata: Reserve um minuto para analisar o exemplo do pote novamente. O que é mais significativo para você nesse exemplo? Como você demonstra fé adotando a abordagem de autossuficiência?

2. CONSIDERAR COMPRAR UMA CASA

Leia: Comprar uma casa poderia ser outra maneira de investir. Nem todos podem comprar uma casa, entretanto, frequentemente alugar pode ser uma opção melhor.

ATIVIDADE (10 minutos)

Passo 1: Dividam-se em grupos de duas a três pessoas e passem alguns minutos analisando os pontos positivos e negativos relacionados abaixo sobre comprar ou alugar um apartamento ou uma casa. Acrescente também algumas de suas ideias à lista abaixo.

Passo 2: Depois, reúnam-se novamente e debatam as seguintes questões: O que vocês aprenderam? Quais pontos positivos e negativos vocês acrescentaram?

PONTOS POSITIVOS DO ALUGUEL	PONTOS NEGATIVOS DO ALUGUEL
Custo de manutenção mais baixo É mais fácil se mudar	A propriedade não lhe “pertence” O aluguel pode subir
PONTOS POSITIVOS DE POSSUIR UM IMÓVEL	PONTOS NEGATIVOS DE POSSUIR UM IMÓVEL
O valor do imóvel pode subir (avaliação) Você é o dono	Custos de manutenção Pode ser difícil vender e se mudar

Leia: Para aqueles que estão considerando comprar uma casa, lembrem-se destes dois princípios:

- Compre uma casa somente quando e onde faça sentido para você.
- Compre apenas o que você pode pagar com tranquilidade.

Agora, vamos debater alguns fatores que podem influenciar esses princípios.

ATIVIDADE (5 minutos)

Responda, individualmente, às perguntas abaixo. Se você não puder responder sim a essas perguntas, o aluguel, em sua atual situação, pode ser uma opção melhor do que comprar.

PARA MIM FAZ MAIS SENTIDO COMPRAR DO QUE ALUGAR?

- ☐ Estou livre de dívidas de consumo?
- ☐ Tenho um fundo de emergência suficiente para 3–6 meses?
- ☐ Estou vivendo dentro de um orçamento e sei exatamente qual valor eu poderia pagar?
- ☐ Poupei dinheiro suficiente para fazer um adiantamento?
- ☐ Tenho um emprego estável?
- ☐ Planejo permanecer com a casa por pelo menos 5 anos?
- ☐ Consigo pagar os custos adicionais de manutenção e seguro da casa, e pagar os impostos exigidos?

Debata: Por que é importante fazer essas perguntas a si mesmo antes de comprar uma casa?

Leia: Muitas pessoas compram uma casa usando um empréstimo chamado *financiamento*. O financiamento é uma dívida, e você terá que pagar juros. Espera-se que você faça pagamentos mensais e pague o empréstimo.

Para uma estabilidade financeira a longo prazo, seus pagamentos mensais para quitar o financiamento não devem exceder 25% de sua renda mensal. Use isso como um guia para saber quanto você pode pagar, em vez de saber o quanto uma financiadora está querendo lhe emprestar.



ATIVIDADE COM CALCULADORA

Nos Estados Unidos, a renda familiar média em 2013 era cerca de \$ 52.000. Qual o valor máximo que uma família que ganha \$ 52.000 por ano deve gastar por mês com o pagamento de seu financiamento?

Em grupo, digitem as seguintes informações em suas calculadoras. Parem após cada passo para certificarem-se de que todos chegam à mesma resposta antes de passar para o próximo passo.

PASSOS	CÁLCULOS
25% de 52.000 = despesa anual com o financiamento	$25 \times 52.000 = 13.000$
13.000 dividido por 12 meses = despesa mensal com o financiamento	$13.000 \div 12 = 1.083$

Uma família com essa renda seria sábia em se certificar de que seu pagamento mensal pela casa não exceda \$ 1.100.

Agora, individualmente ou com seu cônjuge (se possível), calcule 25% de sua renda mensal seguindo os passos acima. Você não precisa compartilhar esse número com ninguém no grupo se preferir não fazê-lo. Escreva sua resposta aqui _____.

Debata: O que significa para você comprar uma casa que você pode pagar com tranquilidade?

Leia: Lembre-se de que há outras despesas na compra de uma casa além do financiamento. Quando você compra uma casa, você é responsável pela manutenção. As coisas quebram, se desgastam e às vezes precisam ser trocadas. Os consultores financeiros geralmente recomendam poupar pelo menos 1% do valor de sua casa, por ano, para manutenção.



BÔNUS

Exatamente quando começamos a aprender sobre mordomia financeira, eu consegui um novo emprego que pagava bônus trimestral. Com o dinheiro extra, nós decidimos poupar uma parte e usar o resto para pagar uma parcela extra do financiamento. Fizemos as contas e esse pagamento extra a cada trimestre nos poupará milhares de dólares em juros!

Livrar-se da Dívida do Financiamento

Leia: Como explicado anteriormente, um financiamento é um empréstimo — uma dívida — onde é cobrado juros. Reiterando os ensinamentos do Presidente J. Reuben Clark, o Presidente Ezra Taft Benson disse: “Que todo chefe de família tenha como objetivo ter sua casa, livre do financiamento” (“Preparai-vos para os Dias de Tribulação”, *A Liahona*, março de 1981, p. 47). Pagar um financiamento antecipadamente pode exigir sacrifício, mas, quanto mais rápido você pagar, mais dinheiro que seria gasto com juros você economizará. Há duas maneiras de pagar seu financiamento:

- Pagar parcelas extras
- Estabelecer um empréstimo com prazo mais curto e com uma taxa de juros menor

Fazer pagamentos extras, além dos regulares, pode poupar-lhe muitos anos de pagamentos e dezenas de milhares em juros. Por exemplo, se você tivesse um financiamento de 30 anos, no valor de 150.000, com uma taxa de juros a 4,5% você pagaria 123.610 de juros ao longo do empréstimo. Veja a tabela abaixo para saber quanto tempo e dinheiro você pode poupar pagando 100 ou 200 extra por mês.

	100 EXTRA POR MÊS	200 EXTRA POR MÊS
Tempo poupado	Quase 7 anos	Quase 11 anos
Dinheiro poupado	29.715	47.462

Outra opção para pagar um financiamento mais rapidamente é fazer um financiamento com um prazo menor. Financiamentos com prazos mais curto geralmente têm taxas de juros mais baixas. Seu pagamento mensal é maior, mas você poupará anos de pagamentos e milhares em juros.

Vamos comparar o mesmo financiamento de antes, mas desta vez com um empréstimo de 15 anos. O exemplo original foi um financiamento de 30 anos, no valor de 150.000, com uma taxa de juros de 4,5%. Vamos comparar esse exemplo com um financiamento de 15 anos com uma taxa de juros de 3,5%.

	FINANCIAMENTO DE 30 ANOS	FINANCIAMENTO DE 15 ANOS
Taxa de juros	4,5%	3,5%
Pagamento mensal	760	1.072
Total de juros pagos	123.610	43.018
Tempo para quitar a dívida	30 anos	15 anos

Nesse caso, um financiamento de 15 anos significa um pagamento mensal de 312 a mais, mas, você pouparia:

- 15 anos de pagamentos do financiamento.
- Mais de 80.000 em juros.

Debata: Do que você estaria disposto a abrir mão para pagar parcelas extras de seu financiamento ou fazer um financiamento com um prazo mais curto para estar livre da dívida mais rápido?

3. BUSCAR APRIMORAMENTO EDUCACIONAL

Leia: Educação é outra forma de investimento. Geralmente, cursos adicionais ou educação formal têm um custo. Se você vai investir em educação, certifique-se de que isso o levará a um emprego melhor para que haja um bom retorno de seu investimento. O Presidente Gordon B. Hinckley aconselhou que “o mundo, em geral, os remunerará de acordo com o que julgar que merecem. E seu valor aumentará à medida que vocês adquirirem mais instrução e competência em sua área de atuação” (“Conselhos e Oração do Profeta para os Jovens”, *A Liahona*, abril de 2001, p. 34).

Às vezes, é apropriado fazer uma dívida para aprimorar sua educação, mas também há várias outras maneiras de pagar um curso. Explore todas as outras opções antes de fazer uma dívida. Se você realmente fizer uma dívida para pagar seus estudos, esforce-se para quitá-la o mais rápido possível.

O grupo de autossuficiência Educação para um Emprego Melhor pode ser uma ótima opção para você quando estiver considerando investir em educação.

Debata: Como a educação é um investimento em si mesmo?

DEBATA SOBRE POUPAR DINHEIRO, PROCURAR OBTER A CASA PRÓPRIA E INVESTIR EM SI MESMO POR MEIO DA EDUCAÇÃO EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Um de seus compromissos esta semana, durante o conselho de família, será debater sobre poupar, comprar uma casa e investir em sua educação. Debata sobre coisas para as quais gostaria de poupar, se deveria alugar ou comprar uma casa (ou como pode começar a quitar seu financiamento) e em quais metas educacionais, se houver, você deveria trabalhar. Você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” abaixo.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- O quanto você gostaria de poupar para o futuro? Examine sua resposta para a pergunta na página 167.
- Quais são os pontos positivos e negativos de comprar e de alugar uma casa? Examine a atividade da página 169.

Parte 2: Planejar

- Como você pode poupar para o que deseja no futuro?
- Se você não possui uma casa, você deveria considerar comprar uma? Ou, por enquanto, você deveria continuar a alugar?
- Se você possui uma casa, como pode trabalhar para quitar seu financiamento mais rápido? Vender sua casa e morar de aluguel por um tempo seria uma solução melhor em sua situação atual?
- Em que tipo de curso, se houver, você deveria investir para conseguir um emprego melhor?



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Todo aquele, pois, que escuta estas minhas palavras e as pratica, assemelhá-lo-ei ao homem prudente, que edificou a sua casa sobre a rocha; E desceu a chuva, e correram os rios, e sopraram os ventos, e combateram aquela casa, e não caiu, porque estava edificada sobre a rocha” (Mateus 7:24–25).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

-
- Ⓐ Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
-
- Ⓑ Continuarei a poupar dinheiro para minha prioridade financeira.
-
- Ⓒ Debaterei sobre poupar dinheiro, as vantagens de alugar e de comprar uma casa, e sobre investir em educação durante os conselhos de família.
-
- Ⓓ Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.
-

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação

[illegible]

ANOTAÇÕES

[illegible]



11

INVESTIR PARA O FUTURO (PARTE 2)

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Tornar-nos Um, Servir Juntos

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Traçar uma Meta para a Aposentadoria
2. Entender Juros Compostos
3. Entender a Relação entre Risco e Retorno
4. Considerar Investimentos em Potencial
5. Pesquisar Contas de Aposentadoria em Potencial
6. Começar a Poupar para a Aposentadoria Assim Que Possível



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA:

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Continuar a poupar dinheiro para minha prioridade financeira.
- Ⓒ Debater sobre poupar dinheiro, as vantagens de alugar e de comprar uma casa, e investir em educação durante os conselhos de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS									
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a praticar a formação de hábitos importantes.									
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo									
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Início da Parceria de Ação					
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livro Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação						
Exemplo Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 1 A autoeducação é um princípio de salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 3 Aprender-se a ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 7 Mostrar integridade ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 8 Trabalho assume a responsabilidade e persevera ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 9 Comunicações pacíficas e amor ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da casa ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 10 Buscar oportunidades de crescimento para onde vai e como chegar lá ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre educação, compra de uma residência, estudos ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●
Semana 11 Tornar-se um, servir juntos ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●		● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - Como está se saindo em trabalhar suas prioridades financeiras?
 - Como foi o debate durante o conselho de família sobre comprar uma casa e possivelmente buscar aprimorar seus estudos?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: TORNAR-NOS UM, SERVIR JUNTOS

— Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: De que maneira me perder no serviço ao próximo ajuda a me salvar?

Assista: “À Maneira do Senhor”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 183.)

Debata: Como servir ao próximo pode abrir as janelas do céu em sua vida?

Leia: Alguns sentem que merecem o que outras pessoas já têm, e sentem-se ressentidos. Outros sentem que têm direito a coisas que ainda não receberam. Essas duas armadilhas não permitem que as pessoas vejam uma verdade essencial: todas as coisas pertencem a Deus. Ressentimento e direito podem nos impedir de colocar o foco nas necessidades das outras pessoas. Leia Mosias 2:17, Mosias 4:26 e a citação do Presidente Gordon B. Hinckley (à direita).

ATIVIDADE

Passo 1: Em grupo, pensem em alguém que precisa de ajuda.

Passo 2: Debatam os talentos, os contatos e os recursos que vocês têm a oferecer.

Passo 3: Façam um plano para servir essa pessoa. Você pode, por exemplo:



- Realizar um projeto de serviço em sua comunidade.
- Preparar sua história da família usando o livreto *Minha Família: Histórias Que Nos Unem*. Depois, vá ao templo e realize ordenanças sagradas por familiares que já faleceram.
- Ajudar alguém em sua jornada para a autossuficiência.

“Quando estais a serviço de vosso próximo, estais somente a serviço de vosso Deus.”

MOSIAS 2:17

“E agora, (...) para conservardes a remissão de vossos pecados, dia a dia, (...) quisera que repartísseis vossos bens com os pobres, cada um de acordo com o que possui, alimentando os famintos, vestindo os nus, visitando os doentes e aliviando-lhes os sofrimentos, tanto espiritual como materialmente, conforme as carências deles.”

MOSIAS 4:26

“Quando estão unidas, seu poder não tem limites. Vocês podem realizar tudo o que desejarem.”

GORDON B. HINCKLEY, “Seu Maior Desafio, Mãe”, *A Liahona*, janeiro de 2001, p. 113.

Leia: Citações do Élder Robert D. Hales e do Presidente Thomas S. Monson (à direita).

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Aja de acordo com o plano que fez para servir alguém.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre serviço.

À MANEIRA DO SENHOR

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



PRESIDENTE HENRY B. EYRING: Os princípios em que o Programa de Bem-Estar da Igreja se alicerça não são apenas para uma época ou um lugar. São para todas as épocas e para todos os lugares. (...)

O modo de fazer isso acontecer é bem claro. Aqueles que acumularam mais devem exercer humildade para ajudar os necessitados. Os que têm em abundância devem sacrificar voluntariamente parte de seu conforto, tempo, suas habilidades e seus recursos para aliviar o sofrimento dos necessitados. E a ajuda deve ser oferecida de modo a aumentar a capacidade daqueles que a recebem de cuidar de si mesmos e de outros. Se isso for feito à maneira do Senhor, algo extraordinário pode acontecer: Tanto quem doa quanto quem recebe são abençoados.

(Adaptado de um discurso dado pelo Presidente Eyring na dedicação do Centro de Serviços de Bem-Estar de Sugarhouse Utah, junho de 2011, LDS.org.)

PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF:

Irmãos e irmãs, cada um de nós tem uma responsabilidade assumida como convênio de estar atento às necessidades das pessoas e de servir como o Salvador fez — para estender a mão, abençoar e elevar os que nos rodeiam.

Muitas vezes, a resposta a nossa oração não vem quando estamos de joelhos, mas quando estamos de pé, servindo ao Senhor e servindo àqueles que nos rodeiam. Os abnegados atos de serviço e de consagração refinam nosso espírito, removem as escamas dos nossos olhos espirituais e abrem as janelas do céu. Ao tornar-nos a resposta da oração de outra pessoa, é comum encontrarmos a resposta para a nossa própria oração.

(“À Espera na Estrada para Damasco”, *A Liahona*, maio de 2011, pp. 75–76.)

“O propósito da autossuficiência tanto temporal quanto espiritual é elevar-nos a uma posição melhor para que possamos erguer outros que passam necessidades.”

ROBERT D. HALES, “Lembrar Quem Somos: O Sacramento, o Templo e o Sacrifício no Serviço”, *A Liahona*, maio de 2012, p. 59.

“Quando trabalhamos juntos de forma cooperativa, (...) podemos realizar qualquer coisa. Quando fazemos isso, eliminamos a fraqueza de uma pessoa sozinha e a substituímos pela força de muitos servindo juntos.”

THOMAS S. MONSON, “Church Leaders Speak Out on Gospel Values” [Os Líderes da Igreja Se Manifestam sobre Valores do Evangelho], *Ensign*, maio de 1999, p. 118.

Volte para a página 182.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

4

POUPAR E INVESTIR PARA O FUTURO

Leia: No capítulo anterior, aprendemos que investir é dedicar tempo, esforço ou poupar dinheiro para algo, e esperar algum tipo de retorno. Uma das razões de investirmos dinheiro é para termos o suficiente quando nos aposentarmos.

O Presidente Ezra Taft Benson ensinou: “Ao prosseguirem pela vida em direção à aposentadoria e às décadas que se seguirão, convidamos todos (...) a planejarem economicamente o período seguinte ao do emprego por tempo integral” (*Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Ezra Taft Benson*, 2014, p. 221). Pode haver programas sociais ou governamentais disponíveis que podem ajudá-lo durante a aposentadoria, mas, provavelmente, você precisará complementar o dinheiro disponível por meio desses programas com sua poupança ou seus investimentos. Se você não planejar agora, você não terá renda ou uma poupança suficiente para ser autossuficiente após a aposentadoria.

Debata: O que acontecerá se você não tiver dinheiro suficiente para viver de modo confortável durante a aposentadoria?

1. TRAÇAR UMA META PARA A APOSENTADORIA

Leia: Antes de começar a poupar para a aposentadoria, é útil estimar de quanto você precisará. Esta fórmula simples vai ajudá-lo a começar:

$$\text{Número de anos de aposentadoria} \times \text{Valor anual necessário para a aposentadoria} = \text{Sua meta para a aposentadoria}$$

Você não pode prever exatamente quanto tempo viverá, mas pode prever quando gostaria de se aposentar e pode projetar por quanto tempo você provavelmente viverá além dessa data. No mundo todo, a maioria das pessoas se aposenta entre 60 e 70 anos de idade. Você pode viver por mais 20 ou 30 anos após a aposentadoria.

ATIVIDADE (5 minutos)

Reserve alguns minutos para adicionar uma estimativa para sua meta de aposentadoria usando a seguinte fórmula.

	x	=
Número de anos já aposentado	Quantia anual necessária para a aposentadoria	Sua meta para a aposentadoria

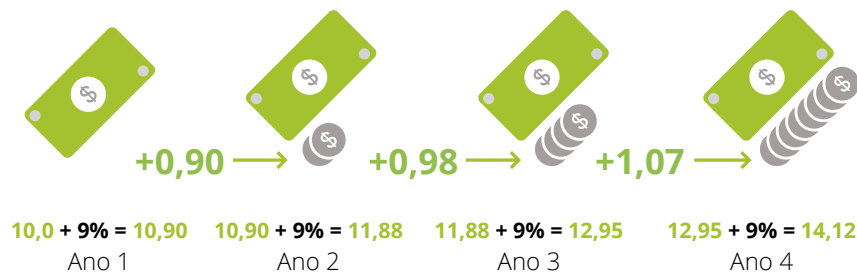
Observação: Talvez você não precise de toda essa quantia quando se aposentar, uma vez que seus investimentos continuam a crescer durante a aposentadoria, mas considerar esse número é um bom ponto para começar.

2. ENTENDER JUROS COMPOSTOS

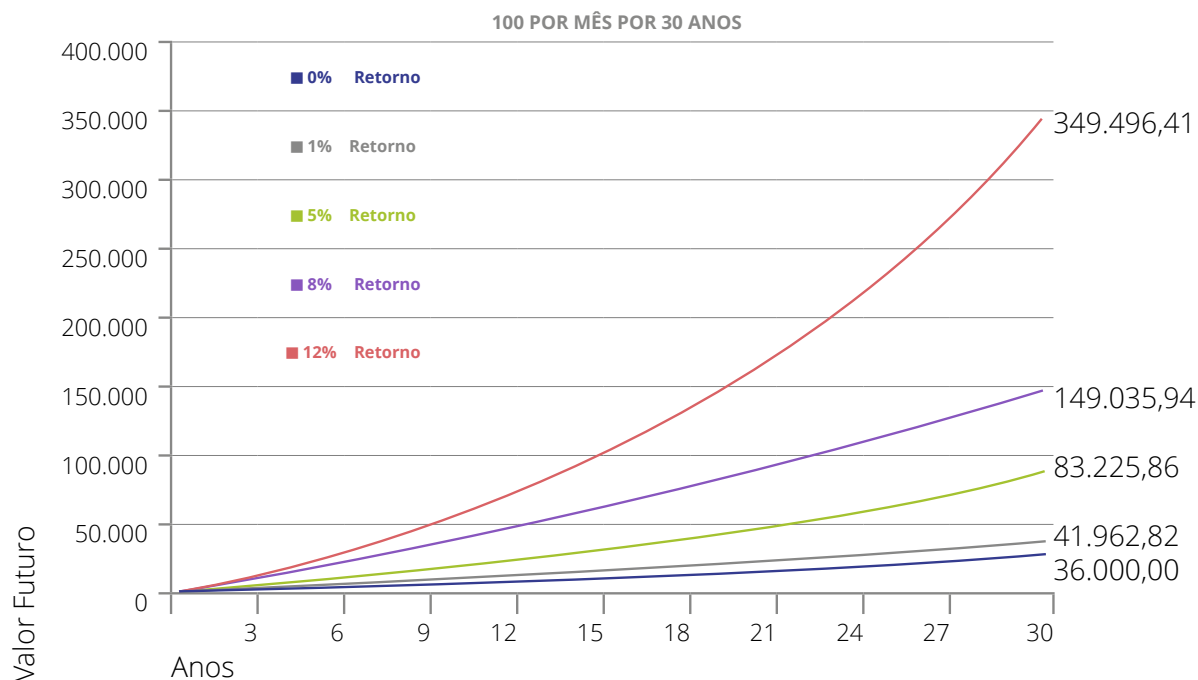
Leia: Os juros compostos podem ser uma das chaves para ter dinheiro suficiente para a aposentadoria. **Juro composto** é ganhar juros adicionais sobre juros, e geralmente é representado como uma porcentagem ou taxa de retorno. Quando você ganha seu primeiro

pagamento com juros, ele é acrescentado ao saldo principal. Assim, esse saldo maior continua a crescer.

O QUE SÃO JUROS COMPOSTOS?



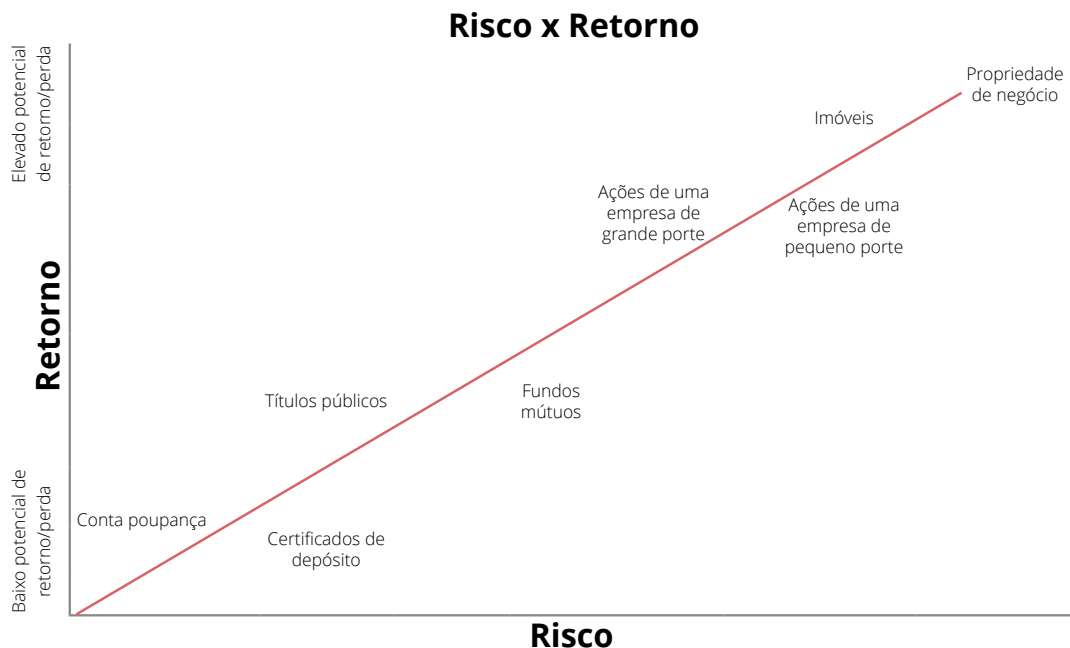
Leia: Investir em algo que tenha uma boa taxa de retorno geralmente ajuda as pessoas a pouparem dinheiro suficiente para a aposentadoria. Muitas pessoas acham mais fácil investir pequenas quantias de dinheiro de modo consistente ao longo do tempo, como determinado valor por mês ou de cada salário, em vez de grandes somas periódicas. O exemplo abaixo demonstra o valor total que se obtém ao investir 100 por mês por 30 anos, com diferentes taxas de retorno. Esse é o poder dos juros compostos.



Debata: Como o tempo e a taxa de retorno afetam o valor total de um investimento?

3. ENTENDER A RELAÇÃO ENTRE RISCO E RETORNO

Leia: Como vimos, a taxa de retorno pode ser muito poderosa. Deve estar muito claro que o que todos nós deveríamos fazer, então, é investir nosso dinheiro em algo com a maior taxa de retorno. Mas, não é tão simples assim. Como o gráfico a seguir mostra, todos os investimentos têm uma relação de risco e retorno. Geralmente, quanto menor a taxa de retorno, menor o risco de você perder dinheiro nesse investimento. De modo oposto, quanto maior o potencial de retorno, maior o risco potencial de você perder dinheiro.



ATIVIDADE (3 minutos)

Com seu cônjuge ou parceiro de ação, debata seu nível de tranquilidade pessoal com investimentos de risco.

4. CONSIDERAR INVESTIMENTOS EM POTENCIAL

Leia: Quando considerar investimentos em potencial é útil saber alguns conceitos básicos. Quase todos os investimentos podem ser divididos em duas categorias: investimentos com taxa fixa de retorno e investimentos com uma taxa de retorno variável.

Taxa fixa significa que sua taxa não vai aumentar ou diminuir, mas permanecerá constante ou fixa. Exemplos de poupanças ou investimentos com taxa fixa incluem contas poupança, certificado de depósito bancário (CDBs) e títulos. Taxas de investimento fixas geralmente têm uma taxa menor de retorno e podem ser consideradas menos arriscadas do que os investimentos com taxas variáveis.

Taxa variável significa que seu retorno pode aumentar ou diminuir, ou seja, você pode ganhar ou perder dinheiro. Exemplos de taxas de investimentos variáveis incluem ações, fundos mútuos, negócios e imóveis. Geralmente, investimentos com taxas variáveis são considerados de maior risco do que investimentos com taxa fixa, mas eles também têm potencial para um retorno maior.

Diversificação significa aplicar seu dinheiro em múltiplos investimentos. Investir em múltiplos investimentos ou em investimentos de vários tipos pode ajudar a reduzir seu risco.

Para mais informações sobre diferentes tipos de investimentos, leia esta semana a seção “Recursos” no fim deste capítulo.

Debata: Em grupo, revisem os seguintes conceitos até que todos sintam que os entendem bem.

- Juros compostos
- Risco versus retorno
- Taxa fixa de retorno
- Taxa variável de retorno
- Diversificação

5. PESQUISAR CONTAS DE APOSENTADORIA EM POTENCIAL

Leia: Geralmente, você precisa pagar alguns tipos de taxas sobre seus investimentos. Na verdade, as taxas podem ser uma das maiores despesas a se considerar quando investir. Felizmente, muitos governos permitem que as contas de aposentadoria tenham o benefício de taxas especiais que você vai querer entender. Essas contas de investimento podem ser empresariais ou individuais, e dentro dessas contas você pode investir em ações, títulos, fundos mútuos e mais. As contas têm nomes diferentes dependendo de onde você mora, mas as vantagens das taxas básicas são semelhantes e geralmente têm duas categorias: imposto diferido e isento de impostos.

Imposto diferido: Contribuições para contas com imposto diferido geralmente são dedutíveis no ano da contribuição, enquanto os saques durante a aposentadoria são taxados, não importando qual seja o valor do imposto cobrado de sua renda naquele período. Se seu investimento não tiver o potencial de crescer substancialmente, seja devido a uma taxa menor de retorno ou devido a um prazo de aplicação mais curto, você pode poupar mais em taxas adiando o pagamento dos impostos sobre esse dinheiro até a aposentadoria, quando haverá uma taxação menor sobre esse dinheiro.

Isento de imposto: Inicialmente, as contribuições para contas isentas de impostos não possuem benefícios fiscais. Para essas contas, o dinheiro com que você contribui é taxado no ano que você o recebe. Entretanto, todos os ganhos e saques futuros são isentos de impostos. Se for provável que seu investimento cresça substancialmente, seja devido a uma taxa de retorno maior ou devido a um tempo de aplicação maior, você poderia pagar menos taxas usando uma conta isenta de impostos.

Como você pode ver, com base no tipo de conta que você escolher, você pagará impostos na aplicação ou no momento da retirada. Dependendo de suas circunstâncias, um tipo pode ser mais benéfico para você do que o outro.

ATIVIDADE (5 minutos)

Veja os três exemplos a seguir. Esses exemplos presumem que uma pessoa investiu 100 por mês e ganhou 8% de retorno por 10, 20 e 30 anos respectivamente. A mesma quantia em dinheiro foi investida e atingiu o mesmo valor nas contas com imposto diferido e na conta isenta de imposto. Entretanto, veja a diferença do valor pago em impostos.

Passo 1: Dividam-se em pequenos grupos de duas a quatro pessoas, incluindo seu parceiro de ação.

Passo 2: Para cada situação, circule o valor mais baixo pago em impostos e observe que tipo de conta custa menos no total de impostos.

Passo 3: Debatam as seguintes questões:

- Quais são as diferenças entre as contas com imposto diferido e contas isentas de impostos?
- Quando as contas com imposto diferido são provavelmente a melhor opção?
- Quando as contas isentas de imposto são provavelmente a melhor opção?

INVESTIMENTO	IMPOSTOS		
10 Anos 12.000 Total investido Retorno de 8% 18.294 Dinheiro para a aposentadoria Taxa de imposto de 15% Taxa de imposto de 25% IMPOSTOS DIFERIDOS ISENTO DE IMPOSTOS	Impostos pagos de forma adiantada	Impostos na retirada	Total de impostos pagos
	0	+	2.744
	3.000	+	0
			=
			2.744
			3.000

INVESTIMENTO	IMPOSTOS		
20 Anos 24.000 Total investido Retorno de 8% 58.902 Dinheiro para a aposentadoria Taxa de imposto de 15% Taxa de imposto de 25% IMPOSTOS DIFERIDOS ISENTO DE IMPOSTOS	Impostos pagos de forma adiantada	Impostos na retirada	Total de impostos pagos
	0	+	8.835
	6.000	+	0
			=
			8.835
			6.000

INVESTIMENTO		IMPOSTOS		
30 Anos 36.000 Total investido Retorno de 8% 149.035 Dinheiro para a aposentadoria Taxa de imposto de 15% Taxa de imposto de 25% IMPOSTOS DIFERIDOS ISENTO DE IMPOSTOS		Impostos pagos de forma adiantada	Impostos na retirada	Total de impostos pagos
		0	+	22.335 = 22.335
		9.000	+	0 = 9.000

6. COMEÇAR A POUPAR PARA A APOSENTADORIA ASSIM QUE POSSÍVEL

Leia: Assim que você tiver estabelecido um fundo de emergência e quitado suas dívidas de consumo, você deveria começar a poupar para a aposentadoria o mais rápido possível. Quanto mais rápido começar a poupar para a aposentadoria, mais tempo seu dinheiro tem para crescer e mais dinheiro você terá disponível para sua aposentadoria.

Uma ótima maneira de começar a poupar para a aposentadoria é por meio de um plano de aposentadoria empresarial. Se o seu empregador oferece algum tipo de conta de aposentadoria correspondente a uma parte do que você contribui, tire vantagem disso! Essa equiparação é como um bônus ou um aumento para você, apenas por contribuir com sua poupança.

A atividade a seguir ajuda a ilustrar o poder de investir regularmente por um longo período.

ATIVIDADE (10 minutos)

Passo 1: Dividam-se em pequenos grupos de duas a quatro pessoas, incluindo seu parceiro de ação.

Passo 2: Debata as estratégias de investimento das três pessoas descritas abaixo. Quem investiu mais? Quem investiu menos? Presumindo que cada uma ganhou 8% em juros compostos em seus investimentos, quem você acha que ganhará mais? Quem você acha que ganhará menos?

■ **JÚLIA**

- Investe 300 por mês desde os 25 anos de idade.
- Ela investiu 147.600 no total.

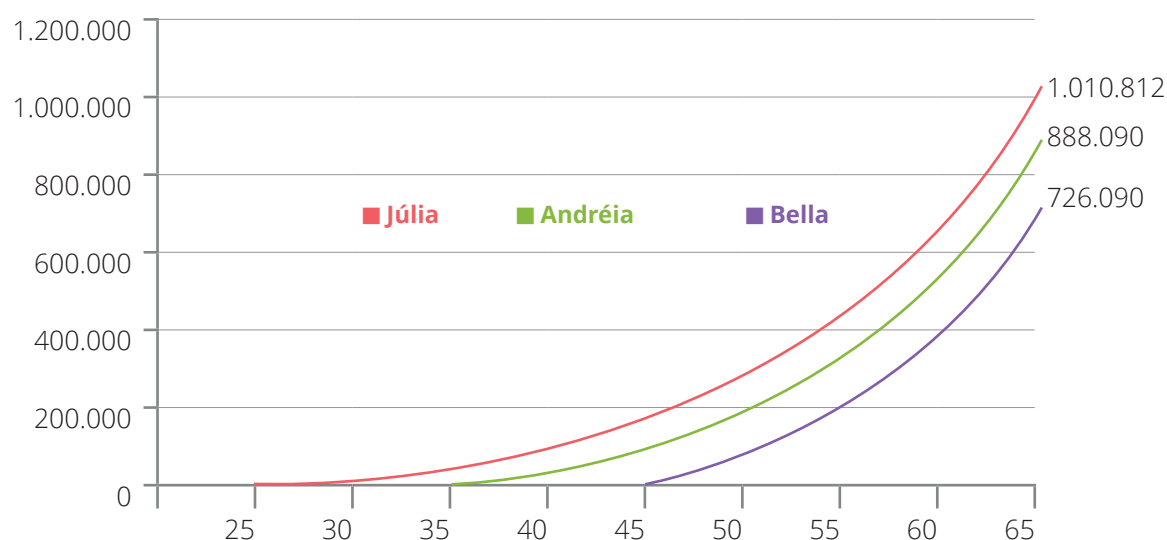
■ **ANDRÉIA**

- Investe 600 por mês desde os 35 anos de idade.
- Ela investiu 223.200 no total.

■ **BELLA**

- Investe 1.200 por mês desde os 45 anos de idade.
- Ela investiu 302.400 no total.

Passo 3: Agora, examine o gráfico abaixo que mostra como esses investimentos cresceram ao longo do tempo. Quem lucrou mais? Quem lucrou menos? Qual é o impacto do tempo nos investimentos?



Observação: Supondo uma taxa de juros compostos de 8%.

DEBATA A PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA EM SEU CONSELHO DE FAMÍLIA

Leia: Durante o conselho de família desta semana, debata seu plano para a aposentadoria. Faça uma estimativa de quanto você vai precisar, quando você gostaria de se aposentar e qual deve ser sua situação financeira nesta época. Escreva a quantia que você gostaria de poupar e determine um valor que você pode reservar todo mês para a aposentadoria. Lembre-se, embora seja importante começar a poupar para a aposentadoria o mais rápido possível, é mais urgente criar seu fundo de emergência e eliminar as dívidas de consumo primeiro. Durante o debate, você pode usar o esboço “Modelo de Debate para o Conselho de Família” a seguir.

MODELO DE DEBATE PARA O CONSELHO DE FAMÍLIA

Certifique-se de iniciar e terminar com uma oração para convidar o Espírito.

Parte 1: Examinar

- Como você está se saindo com sua prioridade financeira atual?
- Como você está se preparando para a aposentadoria atualmente?

Parte 2: Planejar

- Quando você gostaria de se aposentar?
- Quanto você precisará por ano para prover suas necessidades?
- Quanto você precisa poupar?
- Provavelmente, como será sua situação financeira quando você se aposentar? Você terá uma casa própria? Você ainda estará pagando um financiamento? Você estará se preparando para servir uma missão sênior? Você precisará apoiar alguns membros da família? Suas despesas familiares serão maiores ou menores do que são agora?



INVESTIR

A coisa mais importante que fizemos foi começar. Muito antes de termos qualquer renda “extra”, eu escolhi um fundo de investimento mútuo e estabeleci um depósito automático de 1% de nosso salário, e praticamente esqueci o assunto. Quando mudei de emprego, cerca de oito anos depois, eu estava estipulando meu novo fundo de aposentadoria e redescobri esse fundo antigo... agora com quase 7.500.



PONDERAR — Tempo Máximo: 5 Minutos

Pense sobre o que aprendeu hoje e avalie o que o Senhor gostaria que você fizesse. Leia a escritura ou a citação abaixo e escreva as respostas para as perguntas.

“Senhor, entregaste-me cinco talentos; eis aqui outros cinco talentos que granjeei com eles” (Mateus 25:20).

Quais foram as coisas mais significativas que aprendi hoje?

O que farei como resultado do que aprendi hoje?



COMPROMETER-SE — Tempo Máximo: 10 Minutos

Leia em voz alta cada compromisso para seu parceiro de ação. Comprometa-se a cumprir seus compromissos e assine abaixo.

MEUS COMPROMISSOS

- Ⓐ Praticarei e compartilharei os princípios desta semana do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Continuarei a poupar dinheiro para minha prioridade financeira.
- Ⓒ Debaterei sobre preparar-me para a aposentadoria durante o conselho de família.
- Ⓓ Entrarei em contato com meu parceiro de ação e o apoiarei.

Minha assinatura

Assinatura do parceiro de ação



RECURSOS

TIPO DE INVESTIMENTO	DEFINIÇÃO	FIXO OU VARIÁVEL
Conta Poupança	Uma conta de depósito, geralmente em um banco ou outra instituição financeira, com taxas de retorno baixas. Os proprietários da conta podem fazer saques e depósitos sem penalidades.	Fixo
Certificado de Depósito Bancário (CDB)	Uma conta onde você deposita uma quantia em dinheiro específica por um período de tempo predeterminado; se você sacar o dinheiro antes do prazo estabelecido, você pode receber uma penalidade (perder um pouco do dinheiro investido). Enquanto o dinheiro está investido, ele gera uma taxa de retorno fixa moderada. Ao final do período de tempo designado, você recebe seu investimento original mais os juros que ganhou.	Fixo
Títulos	Um investimento em dívida onde você essencialmente empresta seu dinheiro a uma entidade ou organização por um período de tempo específico, a fim de receber a taxa de retorno esperada. Ao final do período de tempo designado, você recebe seu investimento original mais os juros que ganhou. Títulos podem ser emitidos por governos e corporações. Dependendo da organização que emite, os títulos podem ser considerados de baixo risco ou de alto risco.	Fixo
Ações	Representam partes de uma empresa, vendidas como ações. Cada ação representa uma parte, assim, se uma companhia emitiu 100.000 em ações e você possui uma ação, você possui 1/100.000 dessa companhia. A taxa de retorno depende do desempenho da companhia.	Variável
Fundo Mútuo	Geralmente é formado por um grupo combinado de ações e títulos. O fundo é administrado por um profissional. Fundos mútuos são uma maneira simples de diversificar os investimentos. Se o fundo mútuo tiver um bom desempenho, o valor do seu investimento aumenta. Se o fundo mútuo tiver um desempenho ruim, o valor do seu investimento diminui.	Variável
Bens Imóveis	Um investimento em propriedades como casas, apartamentos ou edifícios comerciais. O retorno vem na forma de renda, um aumento no valor da propriedade, ou ambos. Também pode haver perdas, por diversas razões, incluindo uma diminuição do valor da propriedade, se os inquilinos não pagam o aluguel ou um dano à propriedade.	Variável
Propriedade de Empresas	Este investimento representa possuir uma parte de uma empresa privada. O retorno depende do desempenho do negócio.	Variável



12

CONTINUAR A DOAR E A ABENÇOAR OUTRAS PESSOAS

PRINCÍPIO DO LIVRETO MEU ALICERCE

- Receber as Ordenanças do Templo

PRINCÍPIOS E HABILIDADES FINANCEIRAS

1. Compartilhar com Sua Família e com Seus Amigos o Princípio da Autossuficiência
2. Prosseguir com Fé



RELATAR — Tempo Máximo: 25 Minutos

COMPROMISSOS DA SEMANA PASSADA

- Ⓐ Praticar e compartilhar o princípio da semana passada do livreto Meu Alicerce.
- Ⓑ Continuar a poupar dinheiro para minha prioridade financeira.
- Ⓒ Debater sobre preparar-me para a aposentadoria durante o conselho de família.
- Ⓓ Contatar e dar apoio ao meu parceiro de ação.

PASSO 1: AVALIAÇÃO COM O PARCEIRO DE AÇÃO (5 MINUTOS)

Reserve alguns minutos para avaliar seu empenho em cumprir os compromissos esta semana. Use o gráfico “Avaliar Meus Esforços” no início deste livro de atividades. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro e debata com ele a questão abaixo. Ele rubricará onde está indicado.

Debata: Que desafios você teve ao cumprir seus compromissos esta semana?

AVALIAR MEUS ESFORÇOS				
INSTRUÇÕES: Avalie seus esforços para cumprir os compromissos assumidos semanalmente. Compartilhe sua avaliação com seu parceiro de ação. Preencha sobre como você pode continuar a progredir ao prestar a formação depois de habilitar importantes.				
LEGENDA: ● Esforço Mínimo ● Esforço Moderado ● Esforço Significativo				
Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ	Notas do Parceiro de Ação
Praticar e Compartilhar os Princípios do Livroto Meu Alicerce	Planejar e Administrar Minhas Finanças	Realizar um Conselho de Família	Contatar e Dar Apoio ao Meu Parceiro de Ação	
Exemplo Ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Conselho sobre obediência ● ● ●	● ● ●	<i>AM</i>
Semana 1 A autoconfiança é um princípio de salvação ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se com o Senhor ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 2 Exercer fé em Jesus Cristo ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre os rendimentos e as despesas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 3 Aprender-se a ser obediente ● ● ●	Acompanhar as despesas ● ● ●	Aconselhar-se sobre o dízimo e as ofertas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 4 Ter uma vida equilibrada ● ● ●	Fazer um orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 5 Solucionar problemas ● ● ●	Escolher um sistema de controle de orçamento ● ● ●	Aconselhar-se sobre o orçamento ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 6 Usar o tempo com sabedoria ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o fundo de emergência, seguros ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 7 Manter integridade ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 8 Trabalho assume a responsabilidade e perseverar ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre dívidas ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 9 Comunicação pacífica e amor ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre a administração da casa ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 10 Buscar aprendizagem decorada para onde vai e como chegar lá ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre educação, compra de uma residência, estudos ● ● ●	● ● ●	-----
Semana 11 Tornar-se um, servir juntos ● ● ●	Destinar o dinheiro para as prioridades financeiras ● ● ●	Aconselhar-se sobre o planejamento da aposentadoria ● ● ●	● ● ●	-----

PASSO 2: RELATAR AO GRUPO (8 MINUTOS)

Depois de avaliar seu empenho, reúnam-se e relatem seus resultados. Todos os membros do grupo devem declarar se classificaram-se como “vermelho”, “amarelo” ou “verde” para cada um dos compromissos da semana anterior.

PASSO 3: COMPARTILHAR SUAS EXPERIÊNCIAS (10 MINUTOS)

Agora, compartilhem em grupo o que aprenderam ao se esforçar em cumprir seus compromissos durante a semana.

- Debata:**
- Que experiências você teve ao praticar ou compartilhar o princípio do livreto Meu Alicerce?
 - Que desafios você teve para poupar para sua prioridade financeira?
 - O que você aprendeu ao debater seu plano de aposentadoria?

PASSO 4: ESCOLHER PARCEIROS DE AÇÃO (2 MINUTOS)

Escolha um parceiro de ação do grupo para a próxima semana. Geralmente, os parceiros de ação são do mesmo sexo e não são da mesma família.

Reserve alguns minutos agora para se reunir com seu parceiro de ação. Apresente-se e converse sobre como vocês vão entrar em contato durante a semana.

Nome do parceiro de ação

Informações para contato

Escreva como e quando vocês vão entrar em contato um com o outro esta semana.

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB



MEU ALICERCE: RECEBER AS ORDENANÇAS DO TEMPLO — Tempo Máximo: 20 Minutos

Pondere: Quais são algumas das coisas mais importantes para você?

Assista: “Fazer o Que Mais Importa”, disponível no site srs.LDS.org/videos. (O vídeo não está disponível? Leia a página 201.)

Debata: Que coisas insignificantes nos distraem de progredir? Como as ordenanças do evangelho podem nos ajudar?

Leia: Doutrina e Convênios 84:20 e a citação do Presidente Boyd K. Packer (à direita).

Debata: Ao buscarmos a autossuficiência, porque é importante que sejamos dignos de entrar no templo?

ATIVIDADE

Passo 1: Em dupla, leia a citação do Élder Quentin L. Cook (à direita) e as seguintes escrituras. Sublinhe as bênçãos prometidas àqueles que adoram no templo.

“Portanto, em suas ordenanças manifesta-se o poder da divindade” (D&C 84:20).

“E que cresçam em ti e recebam a plenitude do Espírito Santo e organizem-se de acordo com as tuas leis e preparem-se para obter todas as coisas necessárias” (D&C 109:15).

“E quando teu povo transgredir, quem quer que seja, que se arrependa rapidamente e volte para ti e encontre favor a teus olhos e que lhe sejam restituídas as bênçãos que tu ordenaste que fossem derramadas sobre os que te reverenciassem em tua casa” (D&C 109:21).

“E rogamos-te, Pai Santo, que teus servos saiam desta casa armados de teu poder; e que teu nome esteja sobre eles e tua glória ao redor deles e que teus anjos os guardem” (D&C 109:22).

“Rogamos-te, Pai Santo, (...) que arma alguma formada contra eles prospere” (D&C 109:24–25).

Passo 2: Pondere individualmente: “O que eu preciso mudar em minha vida para participar com mais frequência das ordenanças do templo?”

“Em suas ordenanças manifesta-se o poder da divindade.”

DOUTRINA E CONVÊNIOS 84:20

“O Senhor nos abençoará à medida que atentarmos para o trabalho sagrado dos templos. As bênçãos não serão limitadas ao serviço prestado no templo. Seremos abençoados em todos os nossos empreendimentos. Estaremos qualificados para que o Senhor atente para nossos negócios de ordem espiritual e temporal.”

BOYD K. PACKER, *The Holy Temple [O Templo Sagrado]*, 1980, p. 182.

“Faríamos bem em estudar a seção 109 de Doutrina e Convênios e em seguir a admoestação do Presidente [Howard W.] Hunter de ‘fazermos do templo do Senhor o grande símbolo de [nossa] condição de membro’.”

QUENTIN L. COOK, “Veja a Si Mesmo no Templo”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 99; citando *Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Howard W. Hunter*, 2015, p. 183.

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante a semana. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Se você tem uma recomendação para o templo, estabeleça uma data para ir ao templo.
- ☐ Se você não tem uma recomendação, converse com o seu bispo ou com seu presidente do ramo para saber como você pode se preparar para receber suas ordenanças no templo.
- ☐ Compartilhe com sua família ou com seus amigos o que aprendeu hoje sobre as ordenanças do templo.

FAZER O QUE MAIS IMPORTA

Se você não puder ver o vídeo, leia este roteiro.



NARRADOR: Um avião caiu na Flórida numa escura noite de dezembro. Mais de 100 pessoas morreram. Ele estava a pouco mais de 30 quilômetros de um lugar seguro.

PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF: Após o acidente, os técnicos procuraram determinar a causa. O trem de pouso, de fato, estava fixado adequadamente. O avião apresentava condições mecânicas perfeitas. Tudo funcionava corretamente — tudo, exceto uma coisa: uma simples lâmpada que se queimara. Aquela lampadazinha — que custa uns 20 centavos — iniciou uma série de

eventos que culminou com a trágica morte de mais de 100 pessoas.

É claro que o defeito da lâmpada não causou o acidente; a queda ocorreu porque a tripulação direcionou a atenção a algo que parecia importante naquele momento — e perdeu de vista o que era de maior importância.

A tendência de concentrar-se nas insignificâncias em detrimento das coisas importantes não acontece apenas com pilotos — mas com todo mundo. Todos corremos esse risco. (...) Será que seus pensamentos e seu coração estão concentrados nessas coisas passageiras e temporárias que importam apenas no momento ou nas coisas que mais importam?

(“Fazemos uma Grande Obra, de Modo Que Não Poderemos Descer”, *A Liahona*, maio de 2009, p. 59.)

Volte para a página 200.



APRENDER — Tempo Máximo: 45 Minutos



DEBATE DE HOJE:

5

**CONTINUAR A DOAR E
ABENÇOAR OUTRAS
PESSOAS**



**MAPA PARA O SUCESSO
NA MORDOMIA FINANCEIRA**

1. COMPARTILHAR COM SUA FAMÍLIA E COM SEUS AMIGOS O PRINCÍPIO DA AUTOSSUFICIÊNCIA

Compartilhar os Princípios da Autossuficiência Espiritual

Leia: Quando nos tornamos espiritualmente autossuficientes, é nosso dever ajudar outras pessoas a se tornarem espiritualmente autossuficientes também. Em Doutrina e Convênios lemos: “E se houver algum homem entre vós de Espírito forte, que tome consigo aquele que for fraco, para que seja edificado em toda mansidão a fim de também se tornar forte” (D&C 84:106). Da mesma forma, no Novo Testamento, Pedro escreve: “Cada um administre aos outros o dom como o recebeu, como bons despenseiros da multiforme graça de Deus” (1 Pedro 4:10).

Debata: Como essas escrituras se aplicam a você? Como o princípio da autossuficiência no livreto *Meu Alicerce* abençoou sua vida? O que significa ser autossuficiente espiritualmente?

Compartilhar os Princípios da Autossuficiência Material

Leia: Quando nos tornamos materialmente autossuficientes, é nosso dever ajudar outras pessoas a se tornarem materialmente autossuficientes também. Uma das melhores maneiras de ajudar outros a se tornarem autossuficientes é servir e doar aos outros. O Presidente Marion G. Romney ensinou: “Existe uma interdependência entre os que têm e os que não têm. O processo de doação exalta o pobre e torna o rico humilde. E, nesse processo, ambos são santificados. O pobre, liberto da servidão e das limitações da pobreza, como homem livre, está em condições de atingir seu pleno potencial, tanto material como espiritual. [Aqueles que têm mais], ao partilharem daquilo que lhes sobra, participam do eterno princípio de doar. Depois que a pessoa se torna autossuficiente, passa a ajudar outras, e assim o ciclo se perpetua” (“A Natureza Celestial da Autossuficiência”, *A Liahona*, março de 2009, p. 19).

Debata: Como essa citação se aplica a você? Quem são os pobres? Como você pode ajudar os pobres ou os necessitados em sua vida?

Pondere: Reserve um minuto para ponderar a seguinte pergunta: Quem eu conheço que precisa do livro de atividades *Finanças Pessoais para Autossuficiência*? Como vou compartilhá-lo com essas pessoas? Escreva abaixo nomes e planos para compartilhar com elas.

2. PROSSEGUIR COM FÉ

Leia: Parabéns! Você completou as reuniões do grupo de Finanças Pessoais para Autossuficiência. Para avaliar seu progresso, escreva abaixo onde você está e como planeja continuar a progredir na tabela abaixo.

ATIVIDADE (10 minutos)

Examine individualmente o Mapa para o Sucesso na Mordomia Financeira e pondere sobre o progresso que fez nas últimas 12 semanas. Pense nos próximos passos em sua jornada e preencha a tabela abaixo.

OBJETIVO	SIM OU NÃO?	PROGRESSO ATÉ ESTA DATA/PRÓXIMOS PASSOS
Sinto-me em comunhão com meu cônjuge e com o Senhor sobre minhas finanças.		
Estou comprometido a ser autossuficiente.		
Tenho fé em Jesus Cristo.		
Pago um dízimo integral e contribuo com ofertas de jejum.		

OBJETIVO	SIM OU NÃO?	PROGRESSO ATÉ ESTA DATA/PRÓXIMOS PASSOS
Estou livre da dependência da ajuda financeira da família, da Igreja e do governo.		
Examino e sigo meu orçamento regularmente.		
Tenho um fundo de emergência para um mês.		
Estou livre de dívidas ou pagando ativamente meus débitos.		
Tenho um fundo de emergência suficiente para 3–6 meses.		
Tenho seguros adequados (como de saúde, de vida, do automóvel e de incapacidade).		
Estou poupando e investindo para o futuro regularmente.		

Debata: Como você se aprimorou nas últimas 12 semanas para se tornar um mordomo mais prudente e fiel a suas finanças?

Leia: Muitas das coisas que debatemos não podem ser concluídas em 12 semanas. Entretanto, você deve ter desenvolvido hábitos necessários para continuar seu progresso rumo a uma mordomia financeira bem-sucedida. Continue a realizar conselhos de família regulares. Continue a examinar os capítulos deste livro de atividades. E continue a trabalhar por suas prioridades financeiras. Comprometa-se a seguir os “Próximos Passos” que você escreveu na última coluna da avaliação nas páginas anteriores.

Pondere: Reserve cinco minutos para pensar sobre a seguinte pergunta e escreva seus pensamentos abaixo: Quais são as coisas mais significativas que aprendi nas últimas 12 semanas?

ATIVIDADE (20–30 minutos)

Em grupo, voluntariamente compartilhem testemunhos, experiências, coisas que aprenderam e maneiras que o Senhor os abençoou nas últimas 12 semanas.



CONTINUE EM SEU CAMINHO PARA A AUTOSSUFICIÊNCIA

Leia: Parabéns! Durante as últimas 12 semanas você estabeleceu novos hábitos e se tornou mais autossuficiente. O Senhor deseja que você continue a aprimorar essas habilidades e a desenvolver outras. Quando oramos e ponderamos, o Espírito Santo pode nos ajudar a saber o que precisamos melhorar em nossa vida.

Debata: O que podemos fazer para continuar no caminho da autossuficiência? Como podemos continuar a ajudar uns aos outros?

Comprometa-se: Comprometa-se a fazer o seguinte durante as próximas 12 semanas. Assinale os quadrinhos ao completar cada ação.

- ☐ Analise e continue a viver todos os 12 princípios e hábitos de autossuficiência do livreto Meu Alicerce.
- ☐ Compartilhe com outras pessoas o que aprendeu sobre autossuficiência. Continue a ajudar os membros do seu grupo ou ofereça-se para ser o facilitador de um novo grupo de autossuficiência.
- ☐ Aprimore suas habilidades participando de outro grupo de autossuficiência.
- ☐ Estude os princípios doutrinários de autossuficiência abaixo.

PRINCÍPIOS DOUTRINÁRIOS DE AUTOSSUFICIÊNCIA

A AUTOSSUFICIÊNCIA É UM MANDAMENTO	O PROPÓSITO DO SENHOR É PROVER A SEUS SANTOS, E ELE TEM TODO O PODER PARA FAZÊ-LO	O FÍSICO E O ESPIRITUAL SÃO UM
Doutrina e Convênios 78:13–14; Moisés 2:27–28	Doutrina e Convênios 104:15; João 10:10; Mateus 28:18; Colossenses 2:6–10	Doutrina e Convênios 29:34; Alma 34:20–25

“E agora, meus amados irmãos, depois de haverdes entrado neste caminho (...), eu perguntaria se tudo terá sido feito. Eis que vos digo: Não; porque não haveríeis chegado até esse ponto se não fosse pela palavra de Cristo, com fé inabalável nele, confiando plenamente nos méritos daquele que é poderoso para salvar. (...) Deveis, pois, prosseguir com firmeza em Cristo.”

2 NÉFI 31:19–20

“O Senhor Se importa o suficiente conosco para nos orientar a servir e dar-nos a oportunidade de desenvolver autossuficiência. Seus princípios são constantes e nunca mudam.”

MARVIN J. ASHTON,
“Dar com Sabedoria para Que Eles Recebam com Dignidade”,
A Liahona, fevereiro de 1982, p. 164.

CARTA DE CONCLUSÃO

Eu, _____, tendo participado de um grupo de autossuficiência proporcionado por A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias e tendo cumprido os requisitos necessários para a conclusão, conforme explicado a seguir:

Participei de pelo menos 10 das 12 reuniões.

Completei todos os 12 princípios e os ensinei para minha família.

Concluí um projeto de serviço.

Pratiquei e edifiquei um alicerce de habilidades, princípios e hábitos de autossuficiência. Continuarei a usá-los por toda a vida.

Nome do participante

Assinatura do participante

Data

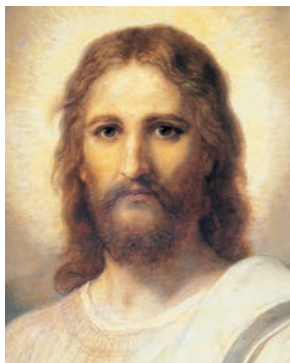
Atesto que este participante concluiu os requisitos relacionados acima.

Nome do facilitador

Assinatura do facilitador

Data

Observação: Um certificado do LDS Business College poderá ser emitido em data posterior pelo comitê de autossuficiência da estaca ou do distrito.



VOCÊ CONTINUARÁ SUA BUSCA DA AUTOSSUFICIÊNCIA?

“Portanto, que tipo de homens deveis ser?
Em verdade vos digo que deveis ser como eu sou.”

3 Néfi 27:27



A IGREJA DE
JESUS CRISTO
DOS SANTOS
DOS ÚLTIMOS DIAS

Serviços de Autossuficiência
FUNDO PERPÉTUO DE EDUCAÇÃO

