Literacia financeira - Finanças pessoais

duração
07 horas

datas de realização
17 e 24 de junho de 2025

horário
14:00 às 17:30

local de realização
instalações da UNAVE/UA

inscrições e informações
formacao@ua.pt
Dulce Alegria
tlf.: 234 370 833
ext: 24011

fundamentação
A educação financeira desempenha um papel crucial na capacidade dos indivíduos para gerir eficazmente as suas finanças pessoais, tomar decisões informadas e, em última análise, alcançar uma segurança financeira sustentável. São já várias as evidências que revelam níveis de literacia financeira aquém do desejável em muitos países, incluindo Portugal, levando a que uma parte significativa da população enfrente dificuldades na compreensão de conceitos financeiros essenciais, causando problemas como o planeamento insuficiente, endividamento excessivo, baixos níveis de poupança e uma maior vulnerabilidade à fraude. Esta lacuna de conhecimento reforça a necessidade de promover formações direcionadas e de curta duração, que abordem as principais vertentes das finanças pessoais, desde a gestão de orçamento familiar até ao planeamento da reforma, passando pelas questões fiscais ou pela gestão de dívidas, mas que procurem enfatizar a importância da responsabilidade individual de cada um na tomada de boas decisões financeiras.

objetivos gerais
O curso visa promover a perceção de que as finanças pessoais podem e devem ser geridas de forma eficiente e estratégica. Ao proporcionar um entendimento abrangente sobre diversos aspetos das finanças pessoais, incluindo orçamento familiar, poupança, investimento, gestão de dívidas e impostos, pretende-se os participantes desenvolvam a capacidade de tomar decisões financeiras informadas, promovendo a inclusão, a estabilidade e a segurança financeira, tanto a curto, como a médio e longo prazo.

objetivos específicos
No final do curso, os participantes deverão ser capazes de:
• Compreender os princípios de umas finanças pessoais saudáveis;
• Construir um orçamento familiar;
• Estabelecer metas financeiras realistas e adequar comportamentos de consumo ao padrão de rendimentos;
• Reconhecer a necessidade de definir estratégias de poupança e de investimento em função das diferentes fases da vida;
• Analisar a informação relevante no processo de comparação e escolha de produtos financeiros;
• Desenvolver métodos eficientes de prevenção do endividamento excessivo;
• Compreender os instrumentos legais à disposição do consumidor sobre endividado.

destinatários
Pessoal Docente, Investigador e TAG.

metodologia
A abordagem pedagógica procura maximizar a experiência de aprendizagem, combinando a apresentação de conceitos teóricos com a aplicação prática dos mesmos. A apresentação e discussão de exemplos do dia-a-dia ilustram os conteúdos teóricos, facilitando a compreensão e a retenção de conceitos. Discussões em grupo e troca de experiências entre os participantes enriquecem o processo de aprendizagem, promovendo um entendimento mais profundo e contextualizado dos temas abordados. São ainda integradas ferramentas digitais, para tornar o processo de aprendizagem mais interativo e envolvente. Esta combinação de métodos pretende garantir que, numa formação de curta duração, os formandos desenvolvam o máximo de competências e estejam aptos para aplicar imediatamente o que aprenderam.

conteúdos programáticos
1 - Eduque a sua carteira: ela não aprende sozinha!
2 - Orçamento familiar e planeamento financeiro
3 - Poupança e investimento
4 - Crédito e gestão de dívidas
5 - Boas práticas e segurança na tomada de decisões financeiras

avaliação
No final de cada ação de formação, o formando será avaliado em função do seu aproveitamento. Esta avaliação dependerá do tipo de formação ministrada e daquilo que o formador considerar essencial. No entanto, a obtenção do certificado está dependente da **assiduidade** - o formando deverá participar em, pelo menos, 90% da carga horária total do curso para o qual se inscreveu.

Formadora



Cristina Peguinho, Licenciada em Economia, Mestre em Contabilidade e Finanças e doutoranda em Ciências Empresariais e Económicas - ramo Finanças. Docente da área das Finanças no ISCA-UA há 25 anos, exerceu também a atividade de consultoria financeira a empresas de cariz industrial. Autora e co-autora de livros técnicos e artigos científicos na área das Finanças Empresariais, Análise Financeira e Finanças Internacionais. Tem participado em projetos de investigação e de cooperação e transferência, bem como dado formação e workshops na área das Finanças, com especial enfoque para as Finanças para não Financeiros, Finanças Pessoais vs Finanças Empresariais, Sobreendividamento e Análise de Investimentos. Nos últimos anos tem estado especialmente dedicada à área da Literacia Financeira, envolvida em projetos como o Gabinete Extrajudicial de Apoio ao Consumidor Endividado, o programa Minuto Financeiro da Rádio Terra Nova/ISCA-UA, o uso da gamificação na Educação Financeira, e a disseminação de boas práticas de finanças pessoais, desde o 1º ciclo de escolaridade até à idade adulta