

Dicas e instruções gerais

Sabemos que o preenchimento de um orçamento de suas receitas e despesas pode ser uma tarefa nova ou incomum. Mas isso ajuda a compor um panorama da sua situação financeira individual como candidata!

Algumas dicas gerais para manter em mente ao preencher a seção de orçamento da sua inscrição:

- Faça o possível para que as suas informações estejam precisas. Porém, se necessário, você pode fazer a melhor estimativa que puder para determinada renda ou despesa.
- As suas despesas podem ser maiores do que a sua renda e vice-versa. A situação financeira de cada pessoa é diferente!
- Se ficar confusa depois de ler estas dicas e tentar preencher a seção de orçamento da sua inscrição, peça ajuda para o seu clube Soroptimista local ou mande um e-mail para lydwards@soroptimist.org e será um prazer ajudar!

Seção de renda

A. Emprego

- Use seu salário líquido para esse número (após a dedução de impostos e prêmios médicos).
- *Divida toda renda/poupança anual por 12 para preencher a renda/poupança mensal.*
- Se o valor do seu pagamento não for fixo, pode fazer uma estimativa de renda líquida.
- Se seu salário líquido varia a cada mês, você pode obter seu salário líquido mensal dividindo sua renda anual total por 12 (meses em um ano) para obter uma média mensal.
- Caso tenha mais de um trabalho, considere a renda de todas as fontes de emprego neste campo.
- Repita esse processo com todos os outros empregos para encontrar o valor total de sua Renda de Trabalho e inseri-lo na seção Orçamento do requerimento.

B. Poupança

- Divida o valor total que você tem em sua(s) conta(s) poupança por 12 (meses) para obter uma média mensal.

C. Pensão alimentícia

- Reconhecemos que essas fontes de renda podem variar conforme o mês. Faça o possível para dar uma estimativa precisa da sua renda anual total vinda dessa fonte, considerando a sua situação.

D. Ajuda do governo

- O tipo de auxílio do governo que alguém pode receber varia de acordo com o país, estado ou cidade.
- Alguns tipos comuns de ajuda do governo: assistência em dinheiro, auxílio para pagamento de creche, auxílio alimentar, descontos em contas de consumo etc.
- Lembre-se de usar o valor **MENSAL** que você receberá de programas de auxílio do governo ao calcular esse valor. Para encontrar o valor mensal, divida o valor total pelo número de meses cobertos pelo auxílio do governo. Você repetirá esse processo para cada tipo de auxílio do governo que recebe e somará todos eles.
- O valor total de sua renda proveniente de todos os programas de auxílio do governo deve ser inserido nesta caixa no requerimento.

E. Empréstimos/Bolsas de estudo

- Estas fontes de renda podem ser distribuídas anual, semestral ou mensalmente. Selecione uma opção. Se optar pela opção semestral, indique quantos semestres por ano. O formulário somará automaticamente o total de acordo com sua seleção.
- Inclua o valor total mensal de bolsas de estudo ou empréstimos que você receberá ou recebeu neste ano (por exemplo: se você tem um empréstimo de US\$ 5.000 por semestre e sua faculdade tem dois semestres por ano, o valor mensal de empréstimos será US\$ 10.000).
- Não inclua bolsas de estudo que ainda não estejam totalmente garantidas.

F. Renda adicional, incluindo renda de outras pessoas da casa:

- Use esta seção para incluir a renda de outras pessoas de casa (por exemplo, seu parceiro ou parceira, seus pais, seus filhos).
- Lembre-se de usar os valores **MENSAIS** para essas outras fontes de renda.

*** Use a planilha na próxima página para calcular sua Renda Mensal.***

REQUERIMENTO PARA O PRÊMIO VIVA O SEU SONHO - PLANILHA DE DICAS DE ORÇAMENTO MENSAL

Salário líquido por contracheque \$	X	Número de contracheques por mês	=	Renda de Trabalho Mensal \$
Total em conta-poupança \$	/	Meses do ano 12	=	Poupança (Mensal) \$
Valor mensal de pensão alimentícia \$	X	Número de pagamentos por mês	=	Renda mensal de pensão alimentícia \$
Valor mensal da pensão alimentícia \$	X	Número de pagamentos por mês	=	Renda mensal de pensão \$
Valor mensal de auxílios do governo \$	X	Número de pagamentos por mês	=	Renda mensal de auxílio do governo \$

Liste todas as rendas adicionais que outras pessoas em sua casa recebem

Outra fonte de renda: _____

Outra fonte de renda: _____

Outra fonte de renda: _____

Some todas as caixas na cor coral nas seções acima para obter o TOTAL de sua renda mensal! →

Renda mensal adicional \$
Renda mensal adicional \$
Renda mensal adicional \$
Renda Mensal Total \$

Auxílio Financeiro

Valor total de bolsas de estudo, bonificações e subsídios \$	X	Número de distribuições por mês	=	Renda mensal de bolsas de estudo/bonificações/subsídios \$
Valor total de todos os Empréstimos \$	X	Número de distribuições por mês	=	Renda mensal de empréstimos \$

Ou, caso seu auxílio financeiro seja gasto por semestre ou por ano:

Valor total de bolsas de estudo, bonificações e subsídios \$	/	Se o recebimento for semestral, divida pelo número de meses em um semestre. Se o recebimento for anual, divida por 12 para obter uma estimativa mensal.	=	Renda mensal de bolsas de estudo/bonificações/subsídios \$
Valor total de todos os Empréstimos \$	/	Se o recebimento for semestral, divida pelo número de meses em um semestre. Se o recebimento for anual, divida por 12 para obter uma estimativa mensal.	=	Renda mensal de empréstimos \$

Some todas as caixas coral nas seções acima para obter o TOTAL de sua renda mensal de AUXÍLIO FINANCEIRO! →

Renda Mensal de Auxílio Financeiro \$

Renda Mensal \$	
Renda Mensal de Auxílio Financeiro \$	
Some os dois totais acima para obter o TOTAL de sua renda mensal! →	Renda Mensal Total \$

Seção de despesas

A. Moradia

- Se você paga habitação por semestre, divida o custo semestral pelo número de meses em um semestre.

B. Alimentação

- Faça uma estimativa do valor médio que você gasta com a alimentação por mês (incluindo mantimentos, comer fora e outros gastos)
- Considere o valor total que você gasta com alimentação por mês, mesmo que receba auxílio do governo para comprar alimentos.

C. Cuidados infantis

- Sabemos que essa despesa pode variar durante o ano, conforme a sua agenda muda e seus filhos crescem. Faça o possível para estimar o valor mensal exato.
- Inclua nesta caixa o valor mensal total de babás, creche ou atendimento escolar antes/após horário da escola.

D. Luz/água/etc. — contas de consumo

- Seus custos mensais de internet, TV por assinatura, eletricidade, gás, água, lixo, celular, ar-condicionado/aquecimento e outros serviços domésticos devem ser incluídos como serviços públicos.
- Se os valores mudarem durante o ano, faça sua melhor estimativa ou observe as suas contas de consumo para fazer uma média mensal.
- Repita esse processo com cada conta que você paga para chegar ao total das despesas com contas de consumo. Depois, preencha a seção de orçamento da sua inscrição com o resultado.

E. Despesas médicas

- Alguns exemplos de despesas médicas: coparticipação, remédios prescritos, tratamento, plano de saúde (se não for o SUS ou um plano oferecido por seu empregador) e outros gastos com assistência médica que você paga do seu próprio bolso.
- Alguns gastos com transporte podem ser anuais ou irregulares. Faça o possível para dar uma estimativa do valor mensal.

F. Transporte

- Eles podem incluir pagamento de veículo, manutenção de veículo, seguro de veículo, combustível, registro, reparos, transporte público (ônibus, metrô, trem) ou custos de serviço de carona (Uber/Lyft).
- Alguns gastos com transporte podem ser anuais ou irregulares. Faça o possível para dar uma estimativa do valor mensal. Dica: some os custos anuais e divida por 12 para obter o valor mensal estimado. Adicione esse número a todas as outras despesas mensais de transporte.

G. Mensalidades escolares, taxas e livros

- Este deve ser o valor total de mensalidade escolar, taxas e livros antes da aplicação de subsídios ou empréstimos a seu boleto de mensalidade escolar. Se o valor total de mensalidade escolar, taxas e livros for pago anualmente, divida o total por 12 para obter o valor mensal. Se você paga mensalidade escolar, taxas e livros semestralmente, divida o total pelo número de meses em um semestre.
- Se tiver dificuldade para encontrar esse valor, talvez ele esteja disponível no site e/ou nos materiais promocionais de seu programa. Se você já fez aulas antes, pode usar as despesas com livros de um ano anterior para estimar seus custos. Divida o total por 12 para obter a estimativa mensal. Se você usar as despesas com livros de um semestre anterior para estimar o custo, divida o total pelo número de meses no semestre.
- Isto puede incluir libros digitales o códigos de acceso en línea que debe pagar para acceder a los materiales de clase.

H. Outras despesas

- Algumas despesas adicionais comuns: computador, roupas, produtos de higiene, gastos com atividades ou escolas para as crianças, parcelas de financiamentos ou empréstimos etc.

Use a planilha abaixo para calcular suas Despesas Mensais.

REQUERIMENTO PARA O PRÊMIO VIVA O SEU SONHO - PLANILHA DE DICAS DE ORÇAMENTO MENSAL

Pagamento mensal do aluguel ou financiamento
\$
Gasto mensal com alimentação
\$
Média de despesa mensal com cuidados infantis
\$
Despesa mensal com luz/água/etc.
\$
Média de despesas médicas mensais
\$
Gasto mensal com transporte
\$

Mensalidade escolar, livros e taxas (antes de empréstimos/auxílio financeiro/bolsas de estudo)

Se suas despesas com mensalidade escolar e livros forem semestrais:

Mensalidade escolar e taxas semestrais	/	Meses no semestre	=	Despesas mensais com mensalidade escolar e taxas
\$				\$
Despesas semestrais com livros	/	Meses no semestre	=	Despesas mensais com livros
\$				\$

Ou, se suas despesas com mensalidade escolar e livros forem anuais:

DESPESAS ANUAIS COM ESTUDOS	/	MESES DO ANO	=	Despesas mensais com mensalidade escolar e taxas
\$		12		\$
DESPESAS ANUAIS COM LIVROS	/	MESES DO ANO	=	Despesas mensais com livros
\$		12		\$

Outra fonte de despesa: _____

Outra fonte de despesa: _____

Outra fonte de despesa: _____

Despesa mensal adicional
\$
Despesa mensal adicional
\$
Despesa mensal adicional
\$

Some todas as caixas violeta nas seções acima para obter o TOTAL de suas despesas Mensais! →

TOTAL de Despesas Mensais
\$