

**LITERACIA FINANCEIRA
E BEM ESTAR FINANCEIRO**



ÍNDICE

O Que É uma Microcredencial?

1. Duração

2. ECTS

3. Sinopse

4. Destinatários

5. Condições de Acesso

6. Pré-requisitos

7. Objetivos de Aprendizagem

8. Competências a Adquirir

9. Conteúdos ou Estrutura Curricular

10. Bibliografia

11. Metodologia

12. Avaliação

13. Equipa da Microcredencial

O QUE É UMA MICROCREDENCIAL?

“Uma microcredencial é o registo dos resultados de aprendizagem obtidos por um estudante após a realização de um percurso curto de aprendizagem.

Esses resultados de aprendizagem foram avaliados de acordo com padrões transparentes e claramente definidos.

Os cursos que conferem microcredenciais são desenhados para apetrechar o estudante com conhecimentos, habilidades e competências específicas que respondem a necessidades sociais, pessoais, culturais ou do mercado de trabalho.

As microcredenciais são propriedade do estudante, podem ser compartilhadas e são portáteis.

Podem ser autónomas ou combinadas em credenciais maiores.

São sustentadas pela garantia da qualidade, seguindo padrões acordados no setor ou área de atuação respetiva”.

Comissão Europeia, *A European Approach
To Microcredentials*

1. DURAÇÃO

6 semanas

2. ECTS

2 ECTS, correspondendo a um tempo estimado trabalho do estudante de 52 horas

3. SINOPSE

A microcredencial em Literacia Financeira foi concebida para dotar os participantes com conhecimentos e competências fundamentais para uma gestão consciente dos recursos financeiros pessoais e familiares. Aborda de forma prática temas como orçamento, poupança, crédito, investimento e gestão de riscos, proporcionando aos participantes a capacidade de tomar decisões financeiras informadas, alinhadas com os seus objetivos de vida e com as exigências de um mercado cada vez mais digital e complexo.

Num contexto de transformação económica, instabilidade social e digitalização acelerada dos serviços financeiros, esta formação adquire especial relevância social, cultural e profissional. Visa contribuir para o bem-estar financeiro e emocional dos trabalhadores, ajudando a reduzir o stress associado às finanças pessoais, o que tem impactos diretos na produtividade, motivação e estabilidade no local de trabalho.

Esta microcredencial responde às exigências de *upskilling* dos profissionais no ativo, que necessitam de competências atualizadas para melhor gerir os seus recursos financeiros, e de *reskilling* para quem assume novas responsabilidades que envolvem planeamento, controlo orçamental ou apoio à gestão. Adicionalmente, a formação apoia o desenvolvimento de uma cultura organizacional mais consciente e resiliente, alicerçada na capacitação financeira dos colaboradores.

Alinhada com os referenciais da OECD/INFE e com o Plano Nacional de Formação Financeira em Portugal, esta microcredencial estimula o pensamento crítico, a responsabilidade e a autonomia financeira. Através de metodologias ativas e casos práticos, os formandos serão desafiados a aplicar os conceitos à sua realidade, a construir o seu plano financeiro pessoal e a identificar riscos e oportunidades, promovendo maior segurança económica a curto, médio e longo prazo.

4. DESTINATÁRIOS

Todos os que pretendam adquirir ou reforçar competências práticas em finanças pessoais, orçamento familiar, poupança, investimento e gestão de risco.

5. CONDIÇÕES DE ACESSO

Maiores de 23 anos, residentes em Portugal com a escolaridade obrigatória mínima 12.º ano.

6. PRÉ-REQUISITOS

Computador ou dispositivo com ligação à internet e possibilidade de participar em sessões online síncronas.

7. OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Aprender a:

- Compreender conceitos-chave de literacia financeira.
- Elaborar e gerir um orçamento pessoal/familiar.
- Identificar hábitos financeiros saudáveis.
- Avaliar o impacto do endividamento e uso de crédito.
- Analisar diferentes formas de poupança e investimento.
- Interpretar informação financeira básica (extratos, taxas, encargos).
- Avaliar riscos financeiros no dia a dia.
- Prevenir comportamentos de risco como fraudes e consumo impulsivo.

8. COMPETÊNCIAS A ADQUIRIR

- Planeamento financeiro pessoal e familiar.
- Análise crítica de produtos financeiros.
- Gestão de orçamento e fluxo de caixa.
- Capacidade de tomada de decisão informada.
- Redução de riscos associados a maus hábitos financeiros.
- Promoção da saúde financeira e bem-estar económico.

9. CONTEÚDOS OU ESTRUTURA CURRICULAR

SEMANA 1 | INTRODUÇÃO À LITERACIA FINANCEIRA

- O que é e para que serve?
- Impacto no bem-estar e produtividade
- Diagnóstico financeiro individual

SEMANA 2 | ORÇAMENTO E GESTÃO DE RENDIMENTOS

- Elaboração e controlo de orçamento
- Gestão de despesas fixas e variáveis
- Construção de hábitos financeiros saudáveis

SEMANA 3 | ENDIVIDAMENTO E CRÉDITO

- Diferença entre crédito bom e crédito tóxico
- Tipos de crédito e encargos associados
- Como evitar o sobre-endividamento

SEMANA 4 | POUPANÇA E INVESTIMENTO

- Estratégias de poupança
- Fundos de emergência
- Introdução a produtos de investimento (seguros, depósitos, PPRs)

SEMANA 5 | GESTÃO DE RISCO E FRAUDES FINANCEIRAS

- Segurança digital e proteção de dados
- Reconhecer fraudes e esquemas financeiros
- Responsabilidade financeira nas empresas

SEMANA 6 | PLANO FINANCEIRO PESSOAL

- Construção de um plano financeiro de curto e médio prazo
- Objetivos SMART financeiros
- Apresentação de trabalho final

10. BIBLIOGRAFIA

Fontes Institucionais e Oficiais

- **Plano Nacional de Formação Financeira** – Todos Contam www.todoscontam.pt
- **Banco de Portugal** – Portal do Cliente Bancário www.clientebancario.bportugal.pt
- **Comissão do Mercado de Valores Mobiliários (CMVM)** – Guia do Investidor www.cmvm.pt
- **OCDE/INFE – Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico** *OECD/INFE Toolkit for Measuring Financial Literacy and Financial Inclusion* (2022) www.oecd.org

Livros e Publicações Relevantes

- Pedro Andersson, *Dinheiro: os Segredos que Ninguém te Ensina* – Contraponto, 2020.
- António Pinto Leite, *A Vida e a Gestão do Dinheiro* – Princípia, 2018.
- Carl Richards, *The Behavior Gap: Simple Ways to Stop Doing Dumb Things with Money* – Portfolio, 2012.
- Morgan Housel, *A Psicologia do Dinheiro* – Clube do Autor, 2022.
- George Kinder, *Life Planning for You* – Kindle Edition, 2014.

Estudos e Relatórios

- OECD (2023). *Global Financial Literacy Survey*.
- DECO Proteste – Artigos e comparativos sobre crédito, poupança, seguros e fraudes www.deco.proteste.pt
- PORDATA – Indicadores de endividamento e poupança das famílias em Portugal www.pordata.pt

11. METODOLOGIA

Os formandos são integrados numa turma virtual, beneficiando do trabalho colaborativo e do acompanhamento por parte do formador.

As sessões são maioritariamente assíncronas, existindo algumas sessões síncronas previamente agendadas para uma melhor partilha e envolvimento entre os pares.

Os formandos têm flexibilidade temporal, acesso permanente aos textos, troca de experiências com os seus pares e orientação online por parte do formador.

12. AVALIAÇÃO

Avaliação contínua ao longo do módulo: participação nos fóruns de discussão abertos no espaço do curso, trabalhos individuais e realização de uma e-atividade em grupo a submeter na plataforma.

A média final da avaliação dos módulos traduz a classificação final, numa escala de 0 a 20 valores.

13. EQUIPA DA MICROCREDENCIAL

Coordenação científico-pedagógica:

Prof. Doutor Fernando Caetano

