

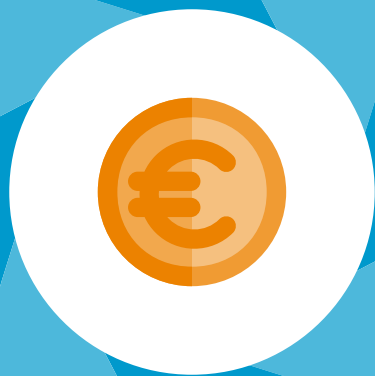


doutor**finanças**

Missão Licença para Poupar

007 operações para cortar nas despesas

O “agente” Jaime Bronze aceitou esta missão e poupou mais de 5.000 euros num ano, com medidas simples e sem abdicar do conforto. Conheça estas 007 operações e descubra se as pode aplicar na sua vida.



Uma missão ao seu alcance

Jaime Bronze é um analista de dados, de 34 anos, que tem um objetivo: **cortar significativamente nas despesas sem abdicar de conforto e qualidade de vida.**

Vamos acompanhá-lo nesta missão composta por apenas 007 operações e perceber quanto pode poupar em cada uma. Em cada operação, encontrará *links* com mais informação sobre medidas que poderá aplicar no seu caso particular.

Ficha do agente

Nome: Jaime Bronze

Idade: 34 anos

Estado civil: Casado, sem filhos

Profissão: Analista de dados

Localização: Lisboa

Habitação: T2 com crédito habitação ativo

Distância casa-trabalho: 15 km

Jaime Bronze



Missão: Cortar nas despesas sem abdicar de conforto e qualidade de vida.

Hora de entrar em ação!



001 - Operação Linha Segura

Renegociar ou mudar o pacote de telecomunicações



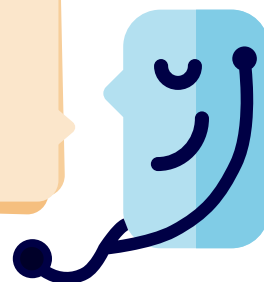
Alvo & Objetivo

O Jaime começa por analisar a sua fatura atual: um pacote 4P (TV, internet, telefone fixo e telemóvel) que custa 60 euros por mês.

A missão é simples: **renegociar** ou **mudar de operadora** para reduzir este valor sem perder os serviços essenciais.

Plano de Execução da Operação

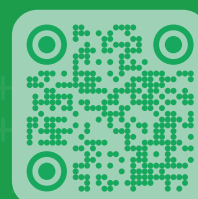
- 1 Verificar se já terminou o período de fidelização.
- 2 Comparar ofertas no mercado (há pacotes 4P a partir de 24 euros).
- 3 Ligar à operadora atual e apresentar propostas concorrentes.
- 4 Se não houver acordo, mudar para a oferta mais vantajosa.



Domine o seu orçamento e alivie a sua carteira

Aprenda a gerir despesas, definir prioridades e equilibrar as suas finanças com o curso da Academia Doutor Finanças.

[Conhecer o curso](#)



Balanço da operação



Antes: 60€/mês Plano anterior



Depois: 24€/mês Plano novo

Num mês poupará **36€**



Num ano terá poupado

432€

Ler mais sobre telecomunicações

- [Como escolher o melhor pacote de telecomunicações](#)
- [Telecomunicações: 3 dicas para conseguir o melhor contrato](#)



002 - Operação Navegante

Trocar o carro pelo passe em dias úteis

Alvo & Objetivo

O Jaime percorre 15 km por dia para chegar ao escritório, onde estaciona num lugar atribuído pela empresa.

A missão é: **substituir o carro pelo passe Navegante Municipal**, reduzindo despesas fixas, além do impacto ambiental.



Plano de Execução da Operação

- 1 Calcular o custo mensal do carro (combustível + portagens e estacionamento, se pagar).
- 2 Comparar com o passe Navegante Municipal (30 euros/mês).
- 3 Planear horários e rotas com *apps* de transportes para otimizar tempo.
- 4 Se necessário, combinar transporte público com caminhadas e boleias ocasionais, para maior flexibilidade.



Cuide de si sem pagar mais

Encontramos o seguro de saúde certo às suas necessidades e orçamento.

[Conhecer opções](#)



Balanço da operação



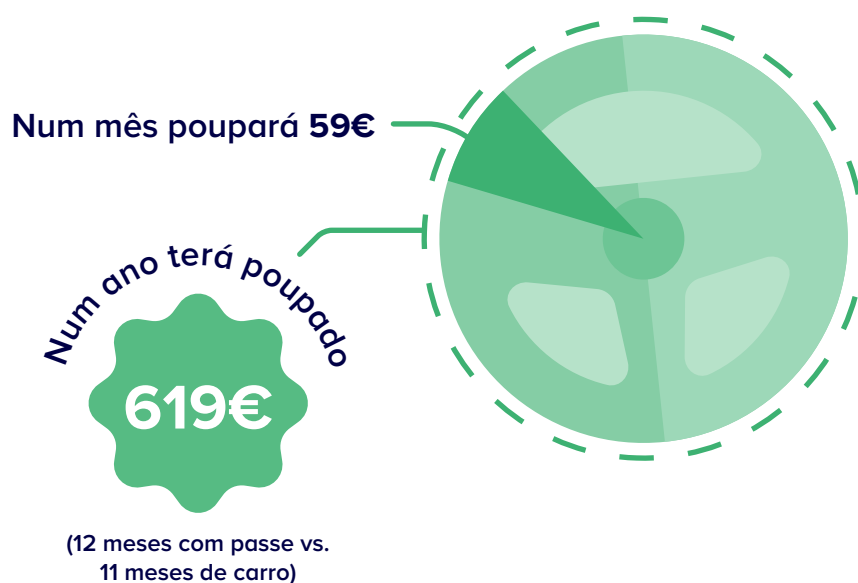
Antes: 89€/mês

Combustível para 22 dias úteis (30 km/dia, consumo 8 L/100 km, a 1,693€/L)



Depois: 30€/mês

Navegante Municipal



Ler mais sobre transportes:

- [Passes em vigor nos transportes públicos](#)
- [Passe Ferroviário Verde de 20 euros: Como funciona?](#)
- [Economizar no dia a dia: 6 dicas para reduzir os gastos](#)

003 - Operação Marmita Secreta

Levar comida de casa em vez de ir ao restaurante

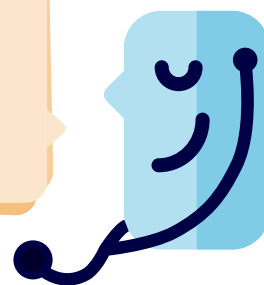


Alvo & Objetivo

O Jaime percebe que gasta demasiado a almoçar fora, num restaurante. A missão é planear as refeições da semana, cozinhar em casa e **levar marmita para o trabalho**, poupando ao mesmo tempo que adota uma alimentação mais equilibrada.

Plano de Execução da Operação

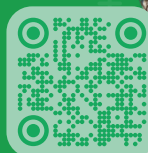
- 1 Definir um menu semanal, com pratos simples e fáceis de preparar em quantidade.
- 2 Fazer compras com lista, evitando desperdício e compras por impulso.
- 3 Preparar dois ou três pratos base, ao fim de semana, que sirvam para a semana inteira.
- 4 Incluir *snacks* saudáveis e relativamente baratos: fruta, frutos secos, iogurtes.



Mude a sua relação com o dinheiro e transforme as duas finanças

Aprenda com a Academia Doutor Finanças a tomar decisões mais conscientes.

[Conhecer curso](#)



Balanço da operação



Antes: 220€/mês

Almoço fora 5x/semana, 10€ por refeição



Depois: 110€/mês

Marmita (ingredientes + gás/eletricidade), 5€ por refeição



Ler mais sobre alimentação:

- Almoço no trabalho: estratégias para maximizar a poupança
- Como ter uma alimentação mais saudável sem gastar muito dinheiro

004 - Operação Controlo Digital

Alternar e ajustar planos de *streaming*

Alvo & Objetivo

O Jaime tem serviços de *streaming* ativos todo o ano (Netflix e Spotify), mesmo quando não os usa. A missão é **alternar plataformas mês a mês** e **ajustar planos** ao uso real para reduzir a fatura sem perder conteúdos.



Plano de Execução da Operação

1

Mudar dos planos Spotify Individual que o Jaime e a mulher tinham (8,99€/mês cada um) para o Spotify Duo partilhado (11,99€/mês a dividir pelo casal).

2

Cancelar a renovação automática da Netflix Standard (12,99€/mês).

3

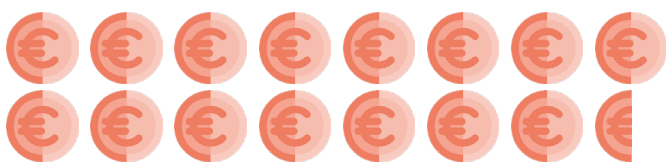
Definir um calendário de rotação: Durante um mês, o casal vê as séries mais recentes. Depois param e aproveitam os canais e plataformas abertas (ex.: RTP Play).

4

No mês seguinte, reativam a Netflix (que mantém o histórico durante vários meses) e põem as séries em dia, mas colocam um alerta no calendário para voltar a desativar passado um mês. Repetem o esquema ao longo do ano.



Balanço da operação



Antes: 15,49€/mês

Netflix Standard (parte do Jaime) 6,50€/mês e
Spotify Individual 8,99€/mês



Depois: 9,24€/mês

Netflix Standard com rotação 3,25€/mês e
Spotify Duo partilhado 6€/mês



Ler mais sobre *streaming* e outros serviços digitais:

- Como poupar nos serviços de *streaming*?
- Tem serviços *streaming* que não utiliza? Esteja atento à conta bancária

005 - Operação Licença para Negociar

Conseguir melhores condições ao transferir o crédito habitação



Alvo & Objetivo

O Jaime e a mulher têm um crédito habitação de 163.000 euros e sentem que estão a pagar demasiado pela casa. A missão é fazer um *check-up* gratuito e **transferir o crédito para outra instituição com melhores condições** (*spread*, comissões e seguros).

Plano de Execução da Operação

- 1 Pedir um *check-up* ao crédito para rever *spread*, seguros, comissões e comparar propostas do mercado.
- 2 Negociar a transferência: procurar *spread* inferior e confirmar se a nova entidade assume custos (avaliação, comissões).
- 3 Ajustar seguros (vida e multirriscos) fora do banco se houver melhor preço com boas coberturas.
- 4 Avaliar taxa mista, se ajudar a reduzir prestação no arranque, preservando estabilidade no orçamento.



Balanço da operação



Antes: 457,91€/mês

Taxa variável com *spread* de 1%. Jaime paga metade da prestação mensal de 915,91€



Depois: 360,42€/mês

Transferência para *spread* de 0,7%, com taxa anual nominal (TAN) de 2,4% nos dois primeiros anos; seguros mais baratos fora do banco. Prestação desceu para 720,84€ (a dividir pelo casal)



Num mês poupará 97,54€

Num ano terá poupado 1.170,48€

Ler mais sobre renegociação e transferência de crédito habitação

- O caso real que inspirou esta operação, explicado ao pormenor
- Quais as melhores soluções para o crédito habitação em 2025?
- Posso renegociar as condições de um crédito?



006 - Operação Vida Extra

Trocar a bateria do telemóvel em vez de comprar o modelo mais recente

Alvo & Objetivo

O telemóvel do Jaime era um topo de gama e continua rápido, mas a bateria já não dura o dia todo. O primeiro instinto é comprar um novo modelo acabado de sair. A missão é **manter um telemóvel funcional, trocando a bateria**, adiando a compra de um novo equipamento mais dois ou três anos.



Plano de Execução da Operação

1

Se o telemóvel estiver lento, limpar o armazenamento e a *cache* ou, se necessário, restaurar as definições de fábrica, depois de fazer um *backup*.

2

Substituir a bateria por outra original, numa loja certificada.



O mesmo crédito, com uma prestação mais baixa

Negociamos com os bancos e encontramos melhores condições para si.

[Comparar propostas](#)



Balanço da operação



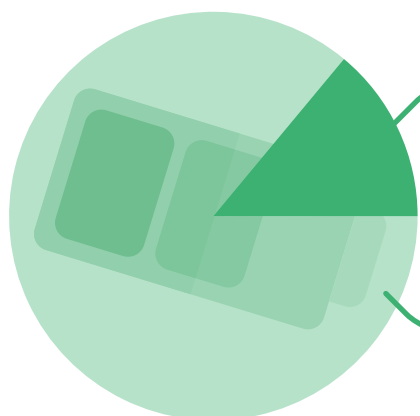
Antes: 839€

Compra de telemóvel novo topo de gama



Depois: 119€

Substituição da bateria



Esta operação custará 119€

O que significa que terá poupado

720€



Ler mais sobre tecnologia e outras compras

- Equipamentos recondicionados: vantagens e cuidados a ter na compra
- Promoções em eletrodomésticos ou tecnologia: Quais os cuidados a ter
- Não se volte a arrepender. Como evitar compras por impulso nas férias?

007 - Operação Rota Autónoma

Trocar um pacote caro de agência por marcação de viagem individualmente



Alvo & Objetivo

O Jaime quer fazer uma viagem à Tailândia (Banguecoque + praia). A missão é **preparar uma viagem de 8 noites** tão interessante como o pacote proposto pela agência, **mas mais barata**.

Plano de Execução da Operação

1

Comparar voos em plataformas como Google Flights e Skyscanner: O Jaime conseguiu uma diferença de mais de 300 euros nos voos, trocando apenas de companhia aérea.

2

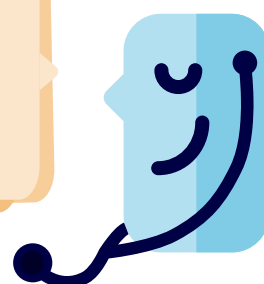
Escolher hotéis em plataformas como Booking ou Trivago: O Jaime conseguiu poupar 89 euros em três noites num hotel em frente à praia, com melhor classificação do que o proposto pela agência.

3

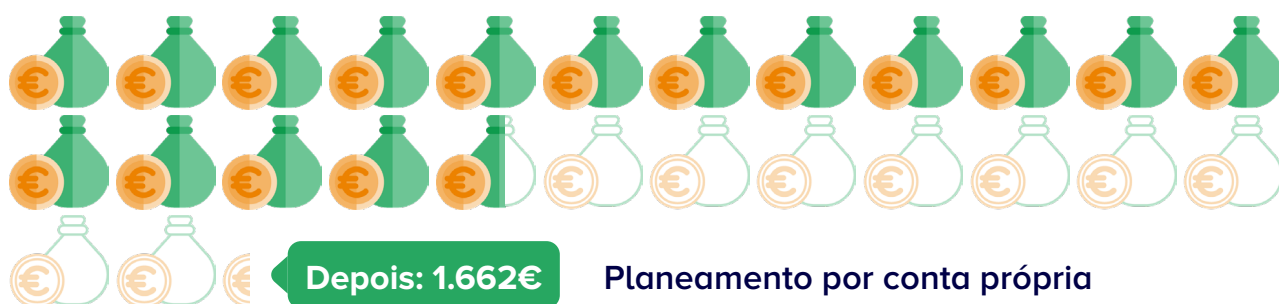
Consultar *sites* e *blogues* para planear as atividades, os locais e as deslocações (ex.: autocarro, barco, TVDE).

4

Aproveitar a comida local: O Jaime conseguiu comer ótimos pratos locais gastando uma média de 7 euros por refeição.



Balanço da operação



Nesta viagem pagará 1.662€

O que significa que terá poupado

977€



Ler mais sobre poupança nas férias

- [Veja como foi planeada esta viagem, poupando mais de mil euros](#)
- [7 dicas para poupar numa viagem ao estrangeiro](#)
- [Dicas para poupar nas férias para quem tem o orçamento contado](#)

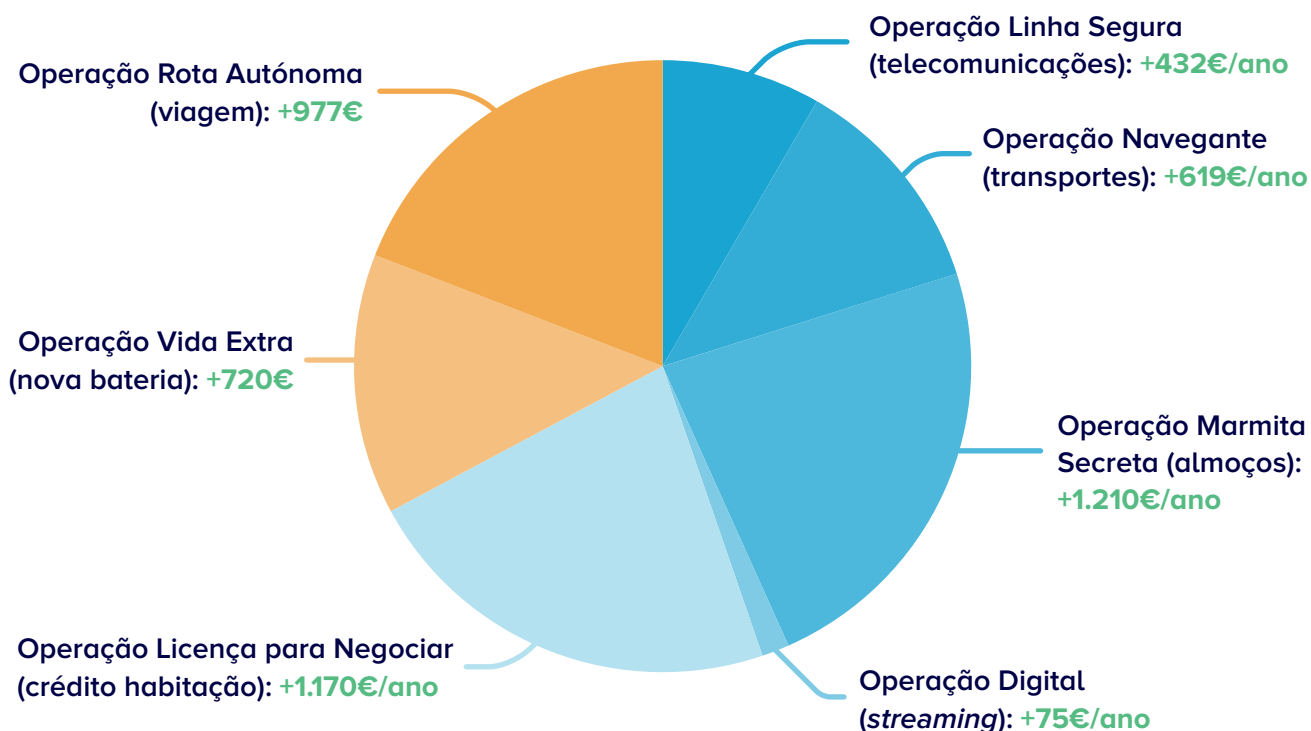


Missão cumprida



Depois de executar as 7 operações com precisão cirúrgica, o “agente” Jaime conseguiu neutralizar despesas que pareciam impossíveis de eliminar, mantendo o conforto e a qualidade de vida. Poupou cerca de **3.500** euros em despesas fixas e **1.700** em despesas variáveis.

Saldo da missão



Despesas variáveis totais: **1.697€**

Despesas fixas totais: **3.506€**

Poupança total num ano: **5.203€**



Agora é a sua vez

Assuma o papel de agente da sua própria missão financeira. Comece por pôr em prática uma destas dicas e, progressivamente, vá aplicando outras. Vai ver como estas pequenas mudanças podem transformar o seu orçamento.



doutor**finanças**