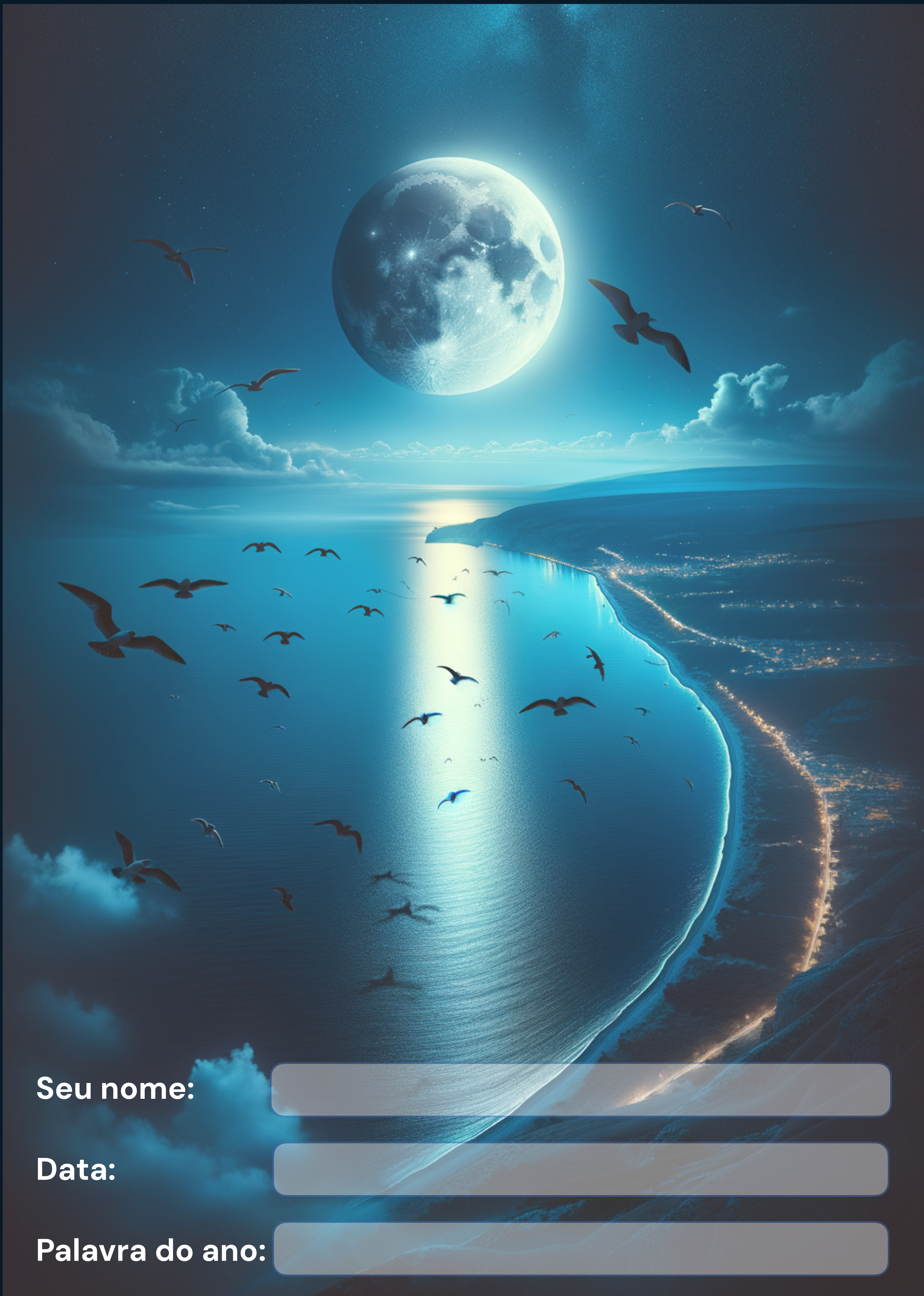


Propósito e Liberdade



Seu nome:

Data:

Palavra do ano:

Bem-vindo(a)!

É com grande alegria que entrego este planner financeiro a você. Prepare-se para se conectar consigo mesmo(a) e começar a colocar em prática os sonhos que quer realizar.

Antes de começarmos, quero explicar rapidamente o que fazemos nós, planejadores financeiros, e como podemos ajudar pessoas a transformar suas vidas. Planejamento financeiro é sobre tomar decisões conscientes e usar seus recursos de forma inteligente para construir o futuro que almeja. É um processo estratégico: definir metas, compreender sua situação atual, identificar oportunidades e tomar decisões que façam a diferença.

Ao estabelecer prioridades, você dá passos concretos rumo à liberdade e tranquilidade que tanto busca. Imagine ter clareza sobre sua vida, saber como seu tempo e dinheiro estão sendo utilizados e sentir confiança de que está no caminho certo para alcançar seus objetivos de curto, médio e longo prazo. Isso é planejamento financeiro em ação!

Este planner foi cuidadosamente projetado para ser seu companheiro nessa jornada. Nas próximas páginas, você encontrará ferramentas para:

- Visualizar seu ano
- Definir e conquistar metas
- Identificar pontos de melhoria e gerenciá-los

Cada seção vai ajudá-lo(a) a entender melhor sua realidade e a moldar o futuro do jeito que pretende.

O planejamento financeiro vai além do dinheiro. Ao se dedicar a esse processo, você desenvolverá habilidades valiosas, como disciplina, foco e resiliência, e cultivará uma mentalidade de abundância e segurança.

Use este material a seu favor. Abrace o planejamento financeiro como um ato de amor-próprio e um compromisso com seus sonhos. Você é o(a) arquiteto(a) da sua própria vida!

E lembre-se: estou sempre à disposição para ajudar, seja com dúvidas, orientações ou apoio nos momentos difíceis. Entre em contato pelo e-mail: contato@fabiopupo.com.br.

Cada conquista aproxima você da vida que merece. Vamos juntos! Que este seja o início da sua melhor versão: consciente, próspero(a), feliz e em harmonia consigo mesmo(a), com as pessoas ao seu redor e com o mundo.

Um abraço carinhoso,
Fabio Pupo

Palavras do ano:

Palavras dos meses			
janeiro	abril	julho	outubro
fevereiro	maio	agosto	novembro
março	junho	setembro	dezembro

Metas pessoais

Metas profissionais

Metas saudáveis

Metas financeiras

Declaração de missão pessoal:

Metas de curto prazo (1 ano)

S – específica (O que deseja conquistar?)	M – mensurável (Quanto custa?)	A – atingível (Realmente consegue?)	R – relevância (Porque é importante?)	T – tempo (Em quanto tempo?)

Metas de médio prazo (2 – 5 anos)

S – específica	M – mensurável	A – atingível	R – relevância	T – tempo

Metas de longo prazo (5 – 10 anos)

S – específica	M – mensurável	A – atingível	R – relevância	T – tempo

Metas de longuíssimo prazo (mais de 10 anos)

S – específica	M – mensurável	A – atingível	R – relevância	T – tempo

Orçamento anual

Receitas	Valor mensal	Valor anual

[illegible]

Aprendizado financeiro

	☐
	☐
	☐
	☐
	☐
	☐

Metas financeiras

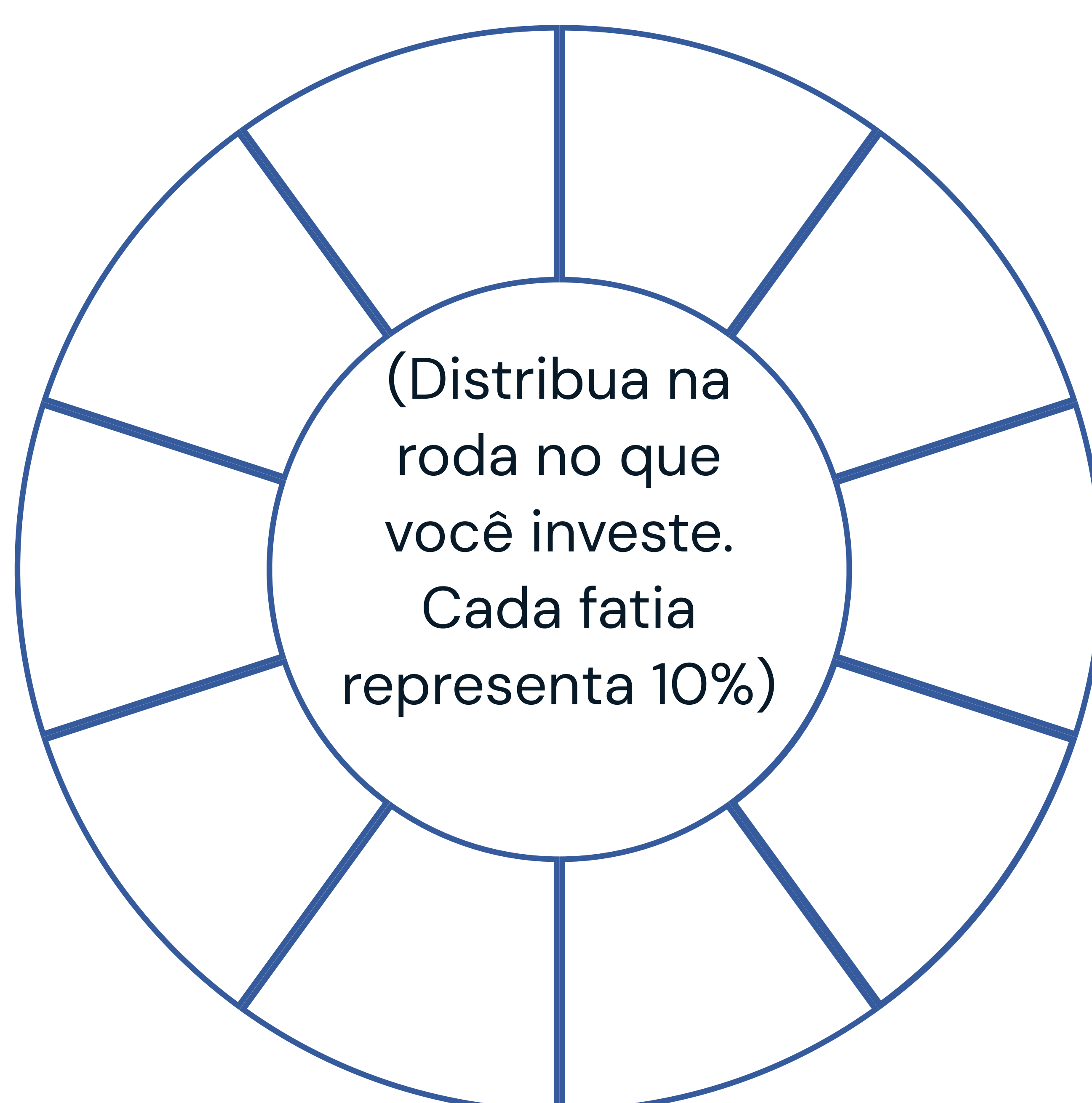
Para poupar:	Objetivo (\$\$\$)
Margem	
Emergências	
Aposentadoria	

Sonho 1: _____	Quanto precisa?

Sonho 2:_____	Quanto precisa?

Sonho 3:_____	Quanto precisa?

Carteira de investimentos



Saúde e Bem-Estar

Meta	Ação	Prazo

Introspecção

☐ - 5' (manhãs)
☐ - 5' (noites)
☐ - 10' (manhãs)
☐ - 10' (noites)
☐ - 20' (manhãs)
☐ - 30' (manhãs)
☐ - 30' (noites)
☐ -
☐ -

O que faz você feliz?

Médicos e exames

Especialidade	Data

Quantas horas você está dormindo?

Meses	Durmo	Acordo	Total
Janeiro			
Fevereiro			
Março			
Abril			
Maio			
Junho			
Julho			
Agosto			
Setembro			
Outubro			
Novembro			
Dezembro			

Mentores e pessoas admiráveis:

Nome	Área	Aprendizado

Frases inspiradoras:

Metas de aprendizado

Habilidade	Onde aprender	Prazo

Três habilidades que você possui:

❖ .

❖ .

❖ .

Três habilidade reconhecidas por outros:

❖ .

❖ .

❖ .

Aprimoramento profissional

Marcos	Ações	Data de conclusão

Habilidades a desenvolver

O que aprender	Recurso necessário	Prazo

Como meu trabalho contribui positivamente no mundo?

Próximas viagens

Destino	Por que?	Previsão

Vale sempre conferir...

Orçamento	Roupas típicas?	Moeda	Passaporte	Visto
Seguro	Passagens	Transportes	Vacinas	Remédios
Internet	Adaptadores	Aplicativos	Costumes	Idioma
Bagagens	Lembranças	Comodidades	Passeios	Gastronomia
Hospegagens	Alimentação	Gorjetas	Ingressos	Clima

Aventuras locais:

Experiências memoráveis:

Plano B:

Aventuras locais:

Experiências memoráveis:

Plano B:

Aventuras locais:

Experiências memoráveis:

Plano B:

Café com bolo: convide alguém distante há algum tempo para uma conversa

Quem?	Local	Data

Generosidade: ofereça algo ou uma habilidade a alguém que esteja precisando

Quem?	Oferta	Data

Escuta ativa: contate alguém com problemas pessoais e apenas a escute

Quem?	Questão	Data

Networking: comunique sua atuação e suas habilidades a quem não saiba

Quem?	Onde se conheceram?	Contato	Data

Valores: o que você aprendeu e gostaria que fosse lembrado

Valor	Onde aprendeu?	Porque é importante?

Cultura: aquilo que retrata sua personalidade

Filmes	Livros	Músicas	Lugares

Pessoas importantes: aqueles que marcaram seu coração

Nome	Onde conheceu?	Afinidades	Contato

Mensagem a ser lembrada: o que você gostaria que fosse divulgado

Quem você gostaria que tomasse as providências em sua falta?

Nome	Contato	E-mail

Patrimônio: quem você gostaria que ficasse com o quê?

Bens	Beneficiários	Bens	Beneficiários

Pessoas a quem procurar (Profissionais de suporte)

Nome	Ocupação	Contato

Investimentos: onde está seu dinheiro?

Investimentos	Instituição

Documentos: onde você os guarda?

Documentos	Localização

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		



Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..



Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		



Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..



Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo



Diário de gratidão



Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		



Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

Começando o mês...

Objetivos :	
Começar:	
Parar:	
Continuar:	
Melhorar:	
Finalizar:	

Finalizando o mês

Errei :	
Acertei:	
Realizei:	
Top 1:	
Top 2:	
Top 3:	

Reflexões..

Save de date!

Aniversariantes ou eventos	Data

Fazendo acontecer

Tarefa	Prioridade	Prazo

Diário de gratidão

Mini orçamento

Receitas:	
Despesas:	
Imprevistos:	
Presentes:	
Eventos:	
Doações:	
TOTAL:	

Seu eu do futuro agradece!

Investimentos	Como estamos?	Aporte (\$\$\$)
Margem:		
Reserva de emergências:		
Sonho 1:		
Sonho 2:		
Sonho 3:		
Aposentadoria:		

- Agradecimento Final
- Parabéns por concluir este ciclo transformador!
- Quero reconhecer sua dedicação, perseverança e disciplina ao longo deste processo. Cada meta estabelecida, decisão tomada e ação implementada são passos importantes rumo a um futuro mais próspero e consciente.
- Ao chegar até aqui, você plantou sementes valiosas para a sua liberdade financeira. Com tempo e cuidado, esses esforços florescerão em uma vida de abundância e realização.
- Saiba que estou à disposição para oferecer orientação, apoio e esclarecimento sempre que precisar. Se surgir algum desafio ou dúvida, lembre-se de que não está sozinho(a). Estou apenas a um e-mail de distância, pronto para ajudar você a navegar pelas decisões financeiras e celebrar suas conquistas.
- ← Caso conheça alguém que possa se beneficiar destas páginas e estratégias, sintase à vontade para compartilhar este conhecimento. Você pode inspirar outras pessoas a também perseguirem a liberdade financeira de forma consciente e comprometida.
- Nossa jornada juntos está apenas começando. Continue seguindo com coragem, determinação e foco no futuro que deseja construir. Cada passo, por menor que pareça, aproxima você da vida que merece. Acredite em seu potencial e na capacidade transformadora de suas escolhas.
- Um abraço de gratidão e confiança no seu crescimento,
- Fabio Pupo

[@fabio_pupo](https://www.instagram.com/fabio_pupo)[@fmpupo](https://www.youtube.com/fmpupo)contato@fabiopupo.com.br