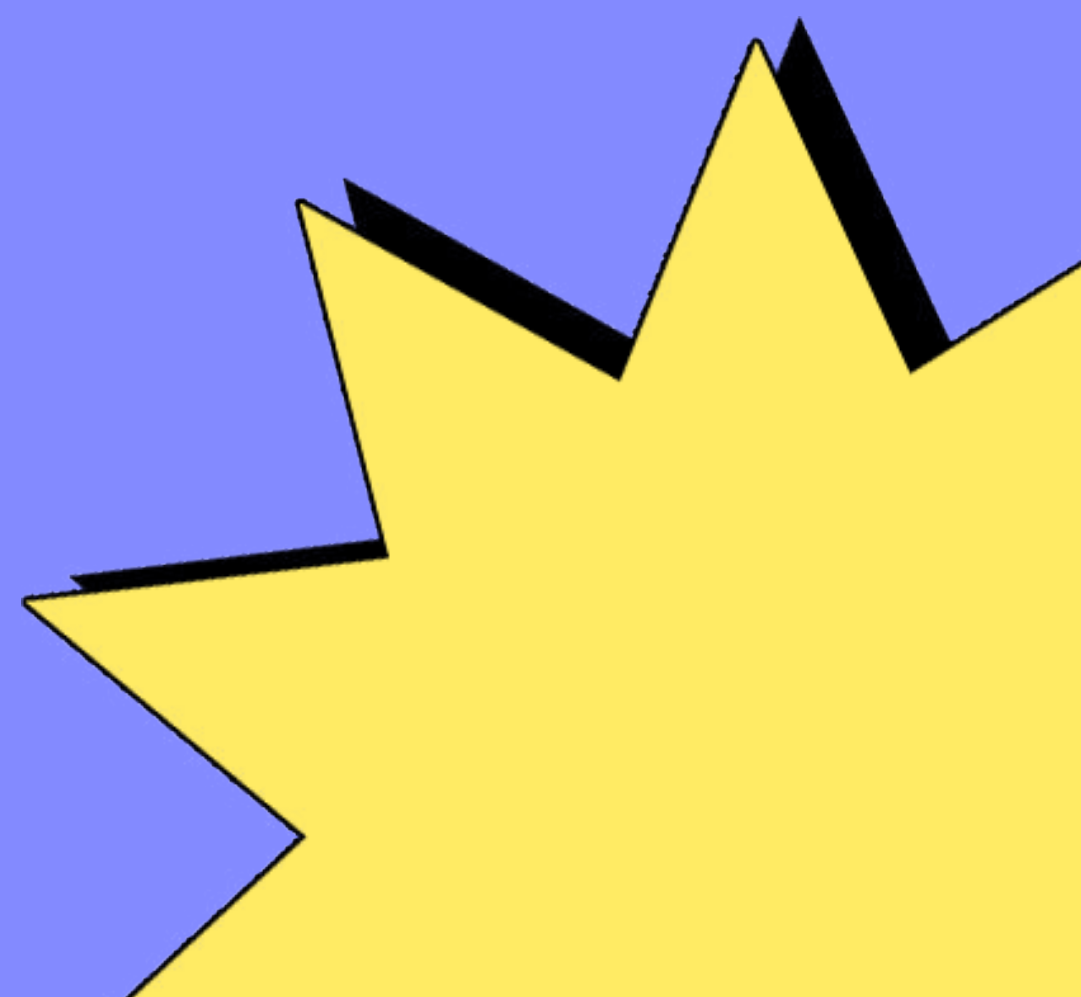


Me Poupe!

PLANNER

**FINANCEIRO
ANUAL**

2026



Dinheiro pode trazer felicidade, sim.

**Desde que você saiba
o que te faz feliz.**

Nathalia Arcuri

O-lá,



Me Poupeiras e Me Poupeiros!

Um novo ano começou e você tem o poder de fazer diferente dessa vez. É hora de assumir o controle da sua vida financeira e fazer o seu dinheiro trabalhar para você em 2026.

Vamos lá?

Este Planner de Metas pertence a

Eu me comprometo a usar o planner durante todo o ano para planejar minhas metas, organizar meus gastos e conquistar o mais rápido possível a minha liberdade financeira.

No final de 2026,

eu terei R\$_____investidos.

A minha principal meta para esse ano é:



Autoavaliação

Antes de começar a planejar o futuro, você precisa descobrir qual é a situação da sua vida financeira agora.

Qual é o seu ponto de partida em 2026?

As ferramentas das próximas páginas irão te ajudar a descobrir essa resposta.

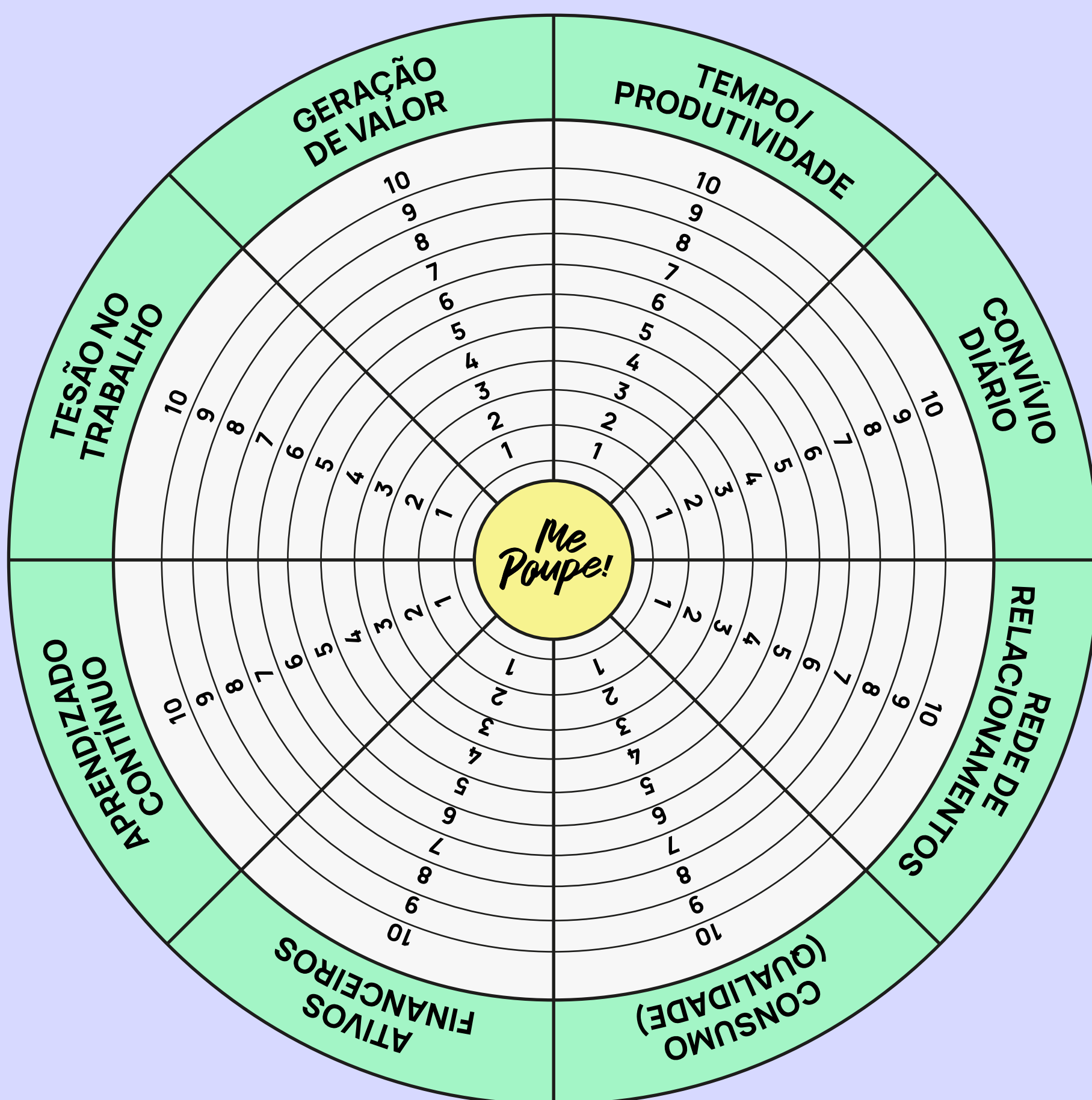


RODA DA VIDA FINANCEIRA

A Roda da Vida vai te ajudar a refletir onde você está e aonde quer chegar na sua vida financeira.

Para cada área, dê uma nota de 1 a 10.

Observe suas forças e fraquezas e anote nas linhas abaixo o que você vai fazer para mudar isso.



ANOTAÇÕES:

SELFIE FINANCEIRA

Diga "xiis"! É hora da selfie!
Mas sem filtros, por favor. Registre aqui:

- Qual é a sua renda mensal? Some todas as receitas, incluindo freelas e rendas extras. Se o valor não é igual todo mês, calcule qual é a média.
- Quanto você investe todos os meses? Ai, ai, ai se esse espaço ficar em branco, hein...
- Quanto você gasta por mês? Aqui, some os seus gastos fixos com a média dos variáveis.
Spoiler: se você gasta mais do que ganha, alguma coisa não está certa ●●
- Quanto você deve? Lembre-se: as parcelinhas no cartão de crédito e o seu financiamento também são dívidas!





MONTANHA DE INUTILIDADES

(Imprima quantas vezes precisar! Espero que sejam poucas)

Ninguém merece começar um novo ano carregando as mesmas tralhas de 2010, né?

Essa é a sua primeira missão de Renda Extra: desapegar de tudo aquilo que você não usa há mais de um ano (e garantir uma grana a mais para pagar as contas de janeiro)



O QUÊ É	QUANTO CUSTOU	QUANTO VALE
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$

O QUÊ É	QUANTO CUSTOU	QUANTO VALE
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$
	R\$	R\$

VAMOS FAZER UMA FAXINA?



Além de destralar o armário, comece o ano dando aquele trato na sua conta bancária

Para isso, tenha em mãos todos os seus extratos bancários e faturas do cartão de crédito de 2025.

Depois, escolha 5 despesas para reduzir em 2026.

DICA:

Quer aprender mais sobre esse assunto?
Assista **esse vídeo** da Nath.



CARTÃO DE CRÉDITO

Em 2026, eu quero gastar no máximo R\$ por mês no cartão de crédito.

Registre o valor total das suas faturas mês a mês e defina mini recompensas para cada vez que você ficar dentro da meta.

DICA:

Para aprender a usar melhor o cartão de crédito...



CARTÃO DE CRÉDITO:

Top 6 dicas para não ser refém da fatura



Aula 3 do Curso Procurando Ganhos, com a professora Michely.



MÊS	QUAL FOI O VALOR TOTAL DA FATURA?	EU FIQUEI DENTRO DA META?	QUAL É A MINHA RECOMPENSA?
DEZEMBRO	R\$ 1.000	SIM	JANTAR NO MEU RESTAURANTE FAVORITO
JANEIRO			
FEVEREIRO			
MARÇO			
ABRIL			
MAIO			
JUNHO			
JULHO			
AGOSTO			
SETEMBRO			
OUTUBRO			
NOVEMBRO			
DEZEMBRO			

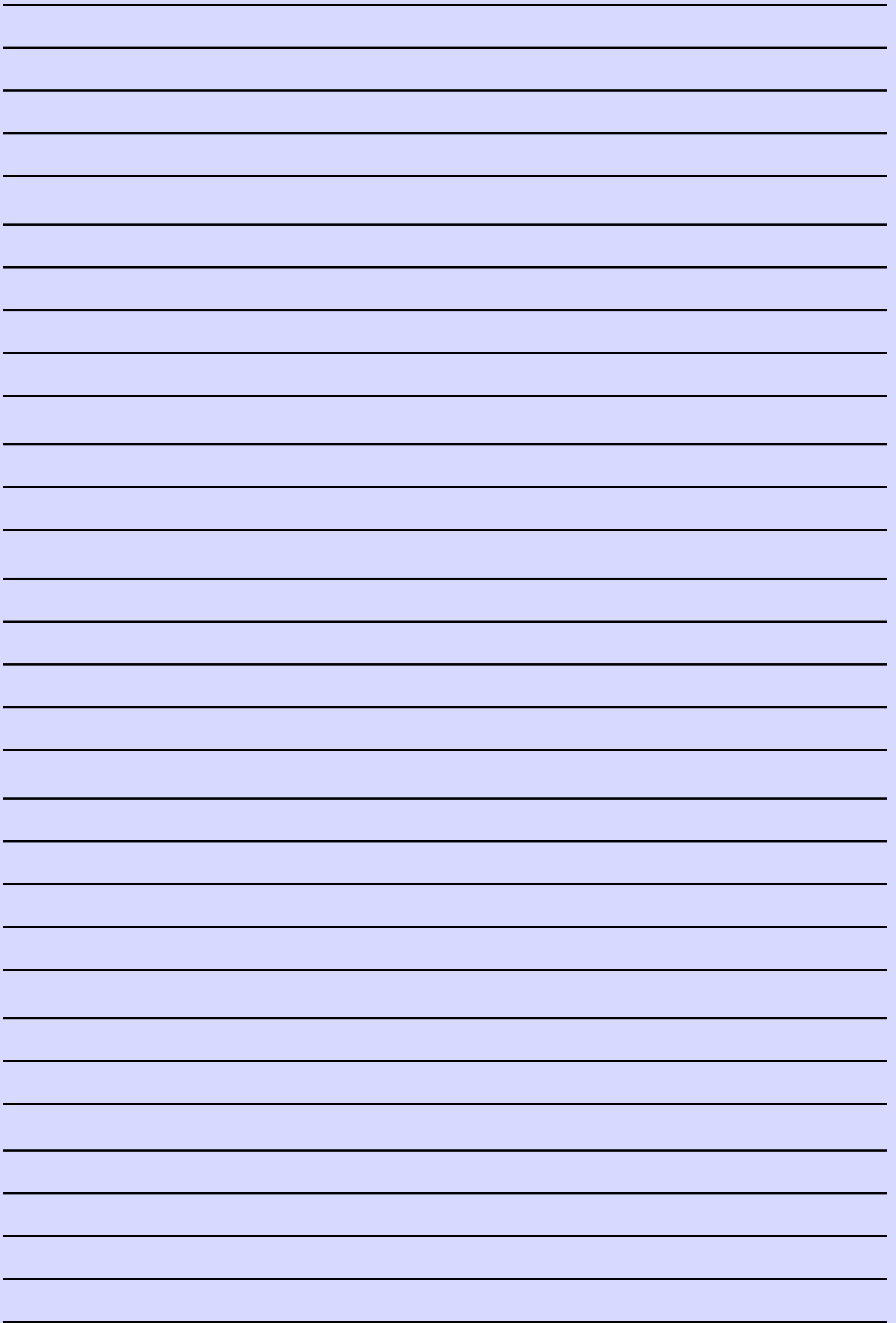
PLANEJAMENTO

Ufa,

Agora que a casa está em ordem, é hora de começar a desenhar o seu futuro.

Presta atenção, criatura:

uma meta sem um plano é só um sonho. Para transformá-lo em realidade, você precisa de uma boa estratégia.



REPITA COMIGO: QUE-ME-PRE-PO-DE

Antes de comprar algo que não estava no radar, você deve se fazer cinco perguntas:

1. Eu QUERO?

A propaganda tem um efeito incrível sobre o seu cérebro e pode fazer você sentir que quer algo, quando no fundo não é bem assim.

2. Eu MEREÇO?

O merecimento aqui diz respeito às suas contas. Você está em dia com elas? Tem investido direitinho? Quitou todas suas dívidas? Se sim, então talvez você mereça.

3. Eu PRECISO?

Se aquele objeto não estava na sua cabeça quando você saiu de casa, provavelmente você não precisa dele.

4. Eu POSSO?

Tem dinheiro sobrando na sua conta para comprar? Se sim, pode. Se não, esquece.

5. Eu DEVO?

O dinheiro dessa compra não vai fazer falta? Ele está comprometido para outro gasto mais importante?

Se você respondeu sim para todas, parabéns, pode transformar em meta. Se respondeu não para pelo menos uma... nem inventa.

S.O.S RESERVA DE EMERGÊNCIA

Antes de começar a investir nas suas metas de médio e longo prazo e imaginar um futuro lindo em que tudo que você sonhou vire realidade, você precisa garantir a sua segurança financeira no presente. Por isso, a sua primeira meta deve ser a Reserva de Emergência.

De nada adianta sonhar com um carro novo se você tira dinheiro dos seus investimentos a todo momento para consertar o cano que estourou, levar o pet no veterinário, trocar o computador que pifou e por aí vai.

Se você ainda não sabe como construir uma reserva, de quanto você precisa, e muito menos onde investir... Calma. Faça uma pausa e acesse o nosso e-book gratuito sobre o tema:



Baixe aqui o e-book gratuito:
Foca na Reserva de Emergência!



DEPOIS VENHA AQUI E REGISTRE

O meu custo de vida atual é de R\$ _____

Por isso, o valor total investido na minha Reserva de Emergência deve ser de R\$ _____

Para chegar lá, eu vou investir todos os meses R\$ _____ no ativo _____



MÊS	VALOR INVESTIDO NA RESERVA DE EMERGÊNCIA	QUANTO FALTA PARA A MINHA META?
DEZEMBRO	R\$ 300	R\$ 9.700
JANEIRO		
FEVEREIRO		
MARÇO		
ABRIL		
MAIO		
JUNHO		
JULHO		
AGOSTO		
SETEMBRO		
OUTUBRO		
NOVEMBRO		
DEZEMBRO		

MÉTODO S.M.A.R.T

Atenção: nas próximas páginas, você vai começar a planejar as suas metas. Mas antes, você precisa aprender a criar uma meta que funciona de verdade.

Para isso, vamos usar o Método SMART. Segundo ele, toda meta deve ser:

S

específica

O que você quer?

M

mensurável

Quanto vai custar?

A

alcançável

Como você vai chegar lá?

R

relevante

Por que isso importante para você?

T

temporal

Qual é o prazo para esse objetivo?

Assim, uma boa meta para quem quer casar em 2026, por exemplo, é:

“Eu preciso de R\$ 33 mil até 20/12/2026 para me casar e ser feliz com o amor da minha vida porque sonho com isso desde criancinha e, para isso, vou investir R\$ 3 mil por mês.”

PROGRAMADOR DE METAS

Aqui na Me Poupe!, nós dividimos as metas em 4 tipos: metinha, meta, metona e metazona.

Afinal, aquele tênis novo que você quer não tem a mesma prioridade ou prazo que a sua independência financeira, certo? Por isso, você deve investir em ativos diferentes para cada tipo de meta.

Ah, e embora elas pareçam “mais importantes”, nem só de metazonas se vive a vida, ok? Busque equilibrar os seus planos entre os 4 tipos de meta.

Tipo de meta	O que é?	Qual é o melhor tipo de investimento para alcançar essa meta?
METINHA	<p>É aquilo que você quer para agora, com um prazo máximo de semanas ou meses.</p> <p><i>Exemplo:</i> <i>um tênis novo ou a matrícula em um curso de curta duração.</i></p>	<p>CDBs, LCs, LCI, LCAs e Tesouro Selic.</p>
META	<p>Levam em consideração um período um pouco maior, mas ainda no curto prazo. Podem ser desenhadas entre 1 e 2 anos, dependendo do que você tiver em mente.</p> <p><i>Exemplo:</i> <i>uma viagem internacional ou montar a sua Reserva de Emergência.</i></p>	
METONA	<p>Envolvem um planejamento para médio prazo, entre 3 e 5 anos</p> <p><i>Exemplo:</i> <i>compra de um carro ou imóvel.</i></p>	<p>Se você tem um perfil mais conservador, as alternativas são CDBs, LCs, LCI, LCAs e Títulos do Tesouro Direto, como Tesouro IPCA+ e Tesouro Prefixado.</p> <p>Se você tem um perfil mais arrojado e já estudou sobre Renda Variável, pode buscar Ações, FIs e criptomoedas.</p>
METAZONA	<p>São objetivos de longuíssimo prazo. E, normalmente, são as mais negligenciadas</p> <p><i>Exemplos:</i> <i>aposentadoria e independência financeira.</i></p>	<p>Se você tem um perfil mais conservador, as alternativas são CDBs, LCs, LCI, LCAs e Tesouro Renda+</p> <p>Se você tem um perfil mais arrojado e já estudou sobre Renda Variável, pode buscar Ações pagadoras de dividendos, FIs e Previdência Privada (atenção redobrada aqui, pra não escolher uma ruim).</p>

Preencha de acordo com os seus objetivos usando o **Método SMART!**

EXEMPLO:

Essa é uma Metinha, Meta, Metona ou Metazona? Metona

QUALÉ A MINHA META?	Dar entrada no meu apartamento.
QUANTO VAI CUSTAR?	R\$ 80 mil.
COMO VOU CHEGAR LÁ? <i>Ex: investindo, fazendo Renda Extra etc.</i>	Investindo todos os meses R\$ 850,00 no Tesouro Prefixado 2032 até dezembro de 2031 ou em algum CDB que renda pelo menos 10% ao ano.
POR QUE ESSA META É IMPORTANTE?	Por que, para mim, ter uma casa própria representa tranquilidade e segurança.
QUALÉ O PRAZO?	Em 6 anos.

Agora é com você: imprima quantas vezes precisar!

Essa é uma Metinha, Meta, Metona ou Metazona? _____

QUALÉ A MINHA META?	
QUANTO VAI CUSTAR?	
COMO VOU CHEGAR LÁ? <i>Ex: investindo, fazendo Renda Extra etc.</i>	
POR QUE ESSA META É IMPORTANTE?	
QUALÉ O PRAZO?	

Essa é uma Metinha, Meta, Metona ou Metazona? _____

QUALÉ A MINHA META?	
QUANTO VAI CUSTAR?	
COMO VOU CHEGAR LÁ? <i>Ex: investindo, fazendo Renda Extra etc.</i>	
POR QUE ESSA META É IMPORTANTE?	
QUALÉ O PRAZO?	

Agora é com você: imprima quantas vezes precisar!

Essa é uma Metinha, Meta, Metona ou Metazona? _____

QUALÉ A MINHA META?	
QUANTO VAI CUSTAR?	
COMO VOU CHEGAR LÁ? <i>Ex: investindo, fazendo Renda Extra etc.</i>	
POR QUE ESSA META É IMPORTANTE?	
QUALÉ O PRAZO?	

Essa é uma Metinha, Meta, Metona ou Metazona? _____

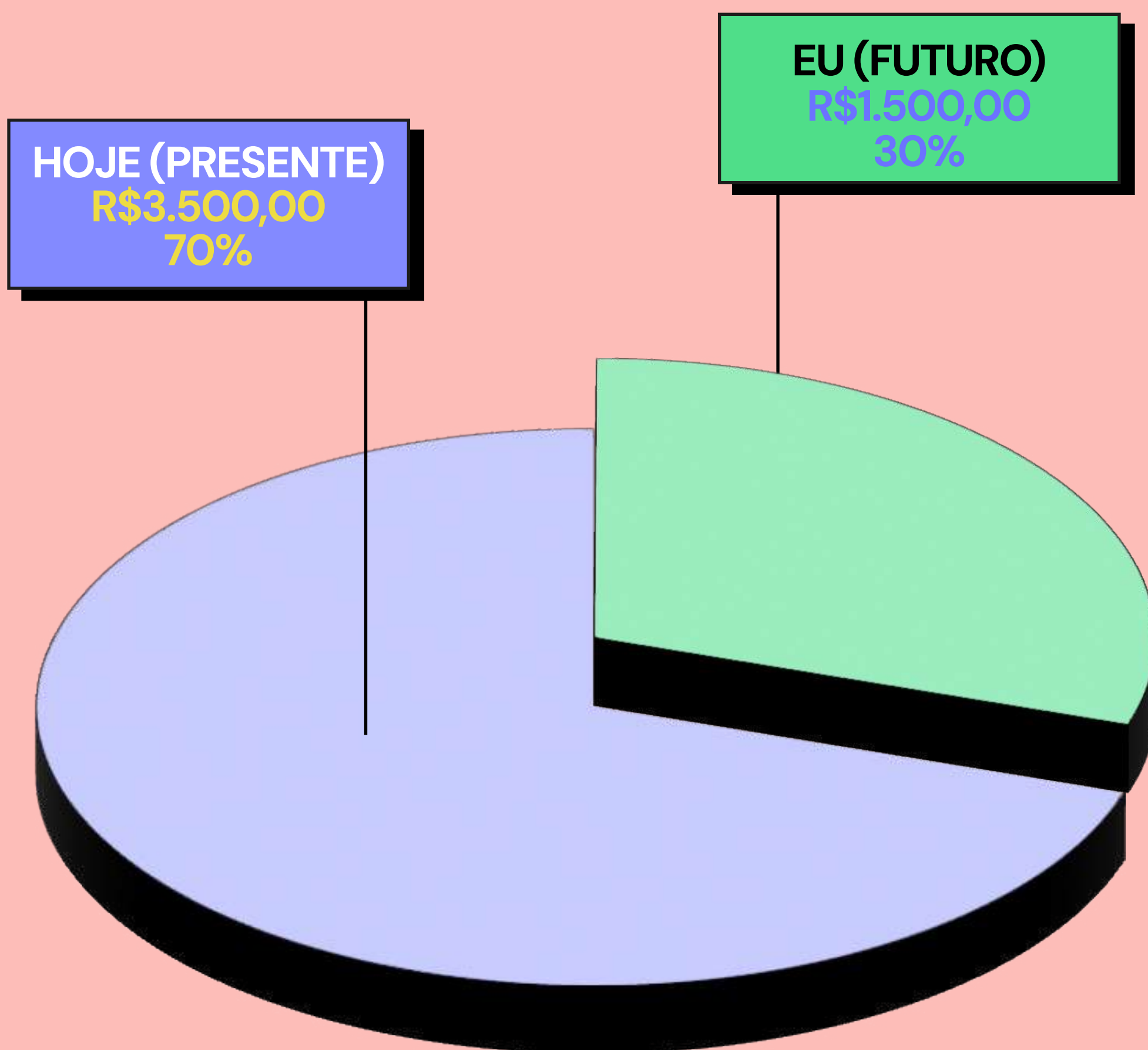
QUALÉ A MINHA META?	
QUANTO VAI CUSTAR?	
COMO VOU CHEGAR LÁ? <i>Ex: investindo, fazendo Renda Extra etc.</i>	
POR QUE ESSA META É IMPORTANTE?	
QUALÉ O PRAZO?	

O TAL MÉTODO 70/30

Ok, agora você já sabe quais são as suas metas e deve se organizar para começar a investir nelas todos os meses. Para isso, vamos usar o Método 70/30.

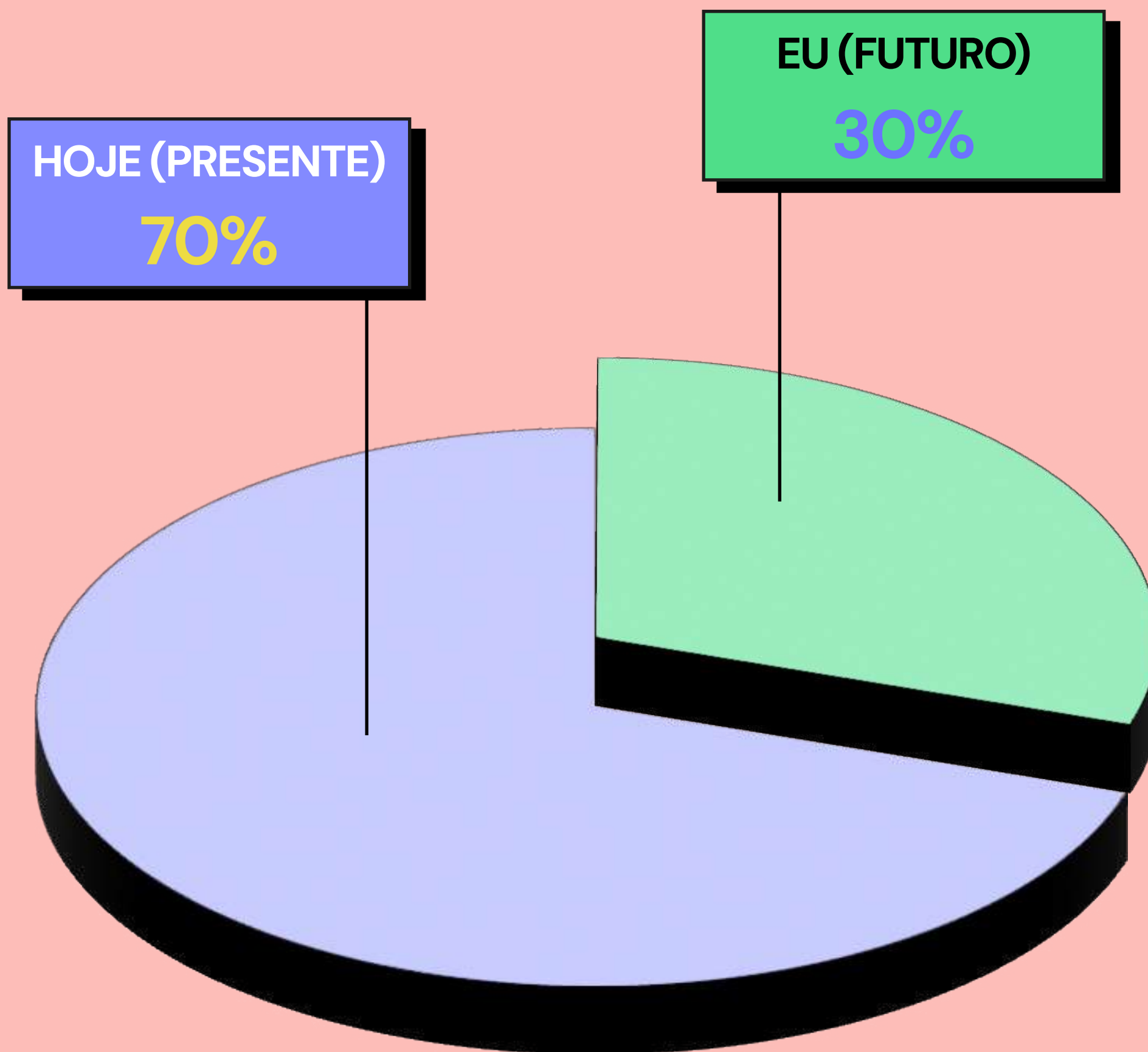
EXEMPLO:

Hoje eu ganho: R\$ 5.000,00



Agora insira os seus valores no gráfico:

HOJE EU GANHO: _____



Eu devo investir todos os meses R\$ _____ nas minhas metas.

Com os R\$ _____ que sobram, eu irei viver a minha vida hoje, sem culpa.

DICA:

*Não lembra como o Método 70/30 funciona?
Leia no nosso site.*



RENDA MENSAL

Registre e controle nesta página o quanto você ganha mês a mês, seja com um salário fixo, renda extra ou ganhos eventuais.

Presta atenção, criatura: começou a ganhar mais? O valor investido nas suas metas deve aumentar proporcionalmente, mantendo ou ampliando a porcentagem de 30% ao mês.

MÊS	RENDA MENSAL	RENDA EXTRA	GANHOS EVENTUAIS. Ex: bônus, herança, PLR...	TOTAL
Janeiro				
Fevereiro				
Março				
Abril				
Maio				
Junho				
Julho				
Agosto				
Setembro				
Outubro				
Novembro				
Dezembro				

Não importa quanto você aperte o orçamento, investir nas suas metas ainda não cabe na sua renda mensal? É hora de fazer Renda Extra.



Aprenda nesse vídeo da Nath a calcular quanto você deve fazer a mais todos os meses.



CONTROLE DE INVESTIMENTOS

A gente sabe: é muita meta para acompanhar ao mesmo tempo. Registre e controle nesta página quanto foi investido mês a mês, em qual ativo e para qual meta.

Acompanhe também qual foi o rendimento líquido (desconsiderando os impostos) das suas aplicações mês a mês. Geralmente você encontra essa informação nos detalhes do investimento no seu banco ou corretora.



MÊS	QUANTO FOI INVESTIDO?	EM QUAIS ATIVOS?	PARA QUAIS METAS?	RENDIMENTO LÍQUIDO DOS TÍTULOS
Janeiro				
Fevereiro				
Março				
Abril				
Maio				
Junho				
Julho				
Agosto				
Setembro				
Outubro				
Novembro				
Dezembro				

MENTALIDADE ABUNDANTE

O caminho para um futuro próspero começa com uma mudança na sua forma de pensar. É hora de deixar para trás as crenças e hábitos que te afastam da riqueza.

As ferramentas desta seção irão te ajudar a fazer escolhas mais inteligentes em 2026.



MUDANÇA DE HÁBITO!

Um novo hábito leva até 90 dias para ser incorporado de forma eficiente na sua rotina.

Escolha pelo menos três na tabela abaixo para adotar em 2026 e controle nas páginas a seguir os dias em que você conseguiu praticá-los.

Marque com um "X" os hábitos escolhidos:

CHECKLIST DE HÁBITOS PARA TER UM ANO MAIS RICO	
<input type="checkbox"/>	Falei abertamente sobre dinheiro, sem dinheirofobia.
<input type="checkbox"/>	Cozinhei em casa em vez de pedir delivery.
<input type="checkbox"/>	Fiz um Nathflix e assisti pelo menos 1 vídeo do canal todos os dias.
<input type="checkbox"/>	Desafio: 90 dias sem comprar roupas novas.
<input type="checkbox"/>	Li o noticiário de economia todos os dias (mesmo sem entender nada!).
<input type="checkbox"/>	Estabeleci um orçamento para presentes.
<input type="checkbox"/>	Fiz Renda Extra!
<input type="checkbox"/>	Li um livro por mês.
<input type="checkbox"/>	Não usei carro de aplicativo quando pude ir andando ou de transporte público.
<input type="checkbox"/>	Fiz networking.
<input type="checkbox"/>	Pedi desconto.
<input type="checkbox"/>	Vendi coisas que não estou usando.
<input type="checkbox"/>	Assisti uma aula do Me Poupe+.
<input type="checkbox"/>	Cortei uma parcelinha do cartão de crédito.
<input type="checkbox"/>	Pesquisei (muito) antes de comprar alguma coisa.

Para te ajudar a manter a motivação, defina duas recompensas para o cumprimento destes hábitos: uma para te servir de estímulo no meio do caminho e uma recompensa final para quando estes hábitos estiverem inseridos com sucesso na sua rotina.

HÁBITO 1	
RECOMPENSA IMEDIATA	
RECOMPENSA FINAL	

HÁBITO 2	
RECOMPENSA IMEDIATA	
RECOMPENSA FINAL	

HÁBITO 2	
RECOMPENSA IMEDIATA	
RECOMPENSA FINAL	

CALENDÁRIO

2026

Acompanhe as principais datas comerciais e financeiras do ano.

Quer uma experiência ainda mais completa?
Cumpra os Desafios MP! como metas adicionais.


Aproveite os nossos conteúdos em uma curadoria especial para dar aquela sacudida na sua vida financeira.


JANEIRO


A liberdade e o conhecimento são a essência de toda revolução

D S T Q Q S S

				Ano Novo	Fique de olho nas contas de início de ano	
				1	2	3
4	5	Dia da Gratidão	6	7	8	9
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	Reunião do Copom: de olho na Selic!	Reunião do Copom: de olho na Selic!			Logo tem volta às aulas: não perca o orçamento de vista
						31

 **Livro:** Me Poupe! 10 passos para nunca mais faltar dinheiro no seu bolso. ★ **Meta:** Ler 1 capítulo por semana.

 **Me Poupe+:** Começar os estudos com “Meu Salário, Minhas Regras” (para CLTs) ou “Eu, Chefe de Mim” (para autônomos). ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.


 **Nathflix:** Playlist “Comece por aqui!” ★ **Meta:** Assistir todos os vídeos da playlist até o fim do mês.


FEVEREIRO


Colocar o poder do dinheiro nas mãos de todas as pessoas.

D S T Q Q S S

1	Que tal fazer uma renda extra com o Carnaval? Link:	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14	14
15	16	Carnaval	Quarta-feira de cinzas	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	O IRPF vem aí. Você já se programou?	28

 **Livro: Me Poupe! 10** passos para nunca mais faltar dinheiro no seu bolso. **★ Meta:** Ler 1 capítulo por semana. Ei, o livro tá quase acabando! Que tal ler 2 capítulos na última semana?

 **Me Poupe+:** Hora de fazer a "Terapia Financeira", com Sabrina Paschoal, e deixar para trás crenças limitantes sobre o dinheiro. **★ Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.

 **Nathflix:** Playlist "Investir na prática" **★ Meta:** Assistir todos os vídeos da playlist até o fim do mês.

MARÇO

Não dá pra parcelar sua independência no cartão.

D S T Q Q S S

1	2	Lembre de prestar as contas ao leão do IRPR	4	1 mês para a Páscoa. Que tal fazer uma renda extra?	6	7
Dia Internacional da Mulher 8	9	10	11	12	13	14
Dia do Consumidor 15	16	Reunião do Copom: de olho na Selic!	Reunião do Copom: de olho na Selic!	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
E o IR como tá? 29	30	31				

■ **Me Poupe+:** Dá pra fazer 2 cursos neste mês, hein? Vá de "Procurando Ganhos", com a professora Michely, e "Dos Juros à Multiplicação", com a professora Hellen Kato. É hora de aprender a ganhar mais e conhecer os principais produtos financeiros. ★ **Meta:** Terminar os dois cursos até o fim do mês.

🎬 **Nathflix:** Playlist "Mulheres Que Mudam o Mundo"
★ **Meta:** Assistir todos os vídeos da playlist até o fim do mês.

ABRIL

Questionar faz muita coisa render.

D S T Q Q S S

					Sexta-Feira Santa	
			1	2	3	4
Páscoa						
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
		Tiradentes				
19	20	21	22	23	24	25
		Reunião do Copom: de olho na Selic!	Reunião do Copom: de olho na Selic!			
26	27	28	29	30		

📖 **Livro:** Guia Prático Me Poupe! 33 dias para mudar sua vida financeira. ★ **Meta:** Terminar o livro até o dia 3 de maio. Depois, pode repetir a leitura quantas vezes quiser!

■ **Me Poupe+:** Último mês para preencher o Imposto de Renda e você ainda tá patinando na declaração? (A receita pode adiar esse prazo, mas quanto antes você se livrar do Leão melhor né?) Aprenda tudo com a professora Jéssica Garcia em "Sem Moleza pro Leão do IR". ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.

MAIO

Todo milhão começa com um plano grande.

D S T Q Q S S

						Dia do Trabalho	
						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
Dia das Mães				Já já é Festa Junina. Que tal fazer uma Renda Extra?			
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

■ **Me Poupe+:** Conheça os “Tubarões do Mercado” como professor Jeff. Aqui você vai aprender tudo sobre o mercado financeiro de uma forma alegre e descontraída! ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.

🎬 **Nathflix:** Playlist “Saia da Poupança”
★ **Meta:** Assistir todos os vídeos da playlist até o fim do mês.

JUNHO

Se organizar direitinho,
todo mundo grana.

D S T Q Q S S

				Corpus Christ		
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	Dia dos Namorados 12	13
14	15	Reunião do Copom: de olho na Selic!	Reunião do Copom: de olho na Selic!	18	19	20
21	22	23	São João 24	25	26	27
28	29	30				

■ **Me Poupe+:** Vamos de dobradinha de novo? Desvende os segredos da economia em "Econofácil", também do professor Jeff, e aprenda tudo sobre Renda Fixa em "Fixa em Mim", com a professora Cristina Schmitt.

★ **Meta:** Terminar os dois cursos até o fim do mês.

🎬 **Nathflix:** Playlist "Best of Nath"

★ **Meta:** Assistir os 10 primeiros vídeos da playlist até o fim do mês.

JULHO

Se o banco não dá em troca, dê o troco.

D S T Q Q S S

				1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
	Dia do amigo						
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

■ **Me Poupe+:** O Tesouro Direto é o investimento mais seguro do Brasil e você vai aprender tudo sobre ele no curso com a Nath. ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.

🎬 **Nathflix:** Playlist "Investir na prática"

★ **Meta:** Assistir mais 10 vídeos da playlist até o fim do mês.

AGOSTO

A responsabilidade é toda sua.

D S T Q Q S S

							Agosto Lilás (mês de conscientização pelo fim da violência contra a mulher)		
							1		
2	3	Reunião do Copom: de olho na Selic!	4	Reunião do Copom: de olho na Selic!	5	6	7	8	
Dia dos Pais									
9	10		11		12		13	14	15
16	17		18		19		20	21	22
23	24		25		26		27	28	29
30	31								

 **Livro:** Chefe de mim: liberdade financeira sem carteira assinada

★ **Meta:** Ler 1 capítulo do livro por semana.

■ **Me Poupe+:** Continue a dar os seus primeiros passos no mundo dos investimentos com o curso "Investimentos nas Alturas", com a professora Hellen Kato. ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês. Ufa! Você terminou a trilha inicial do Me Poupe+. Parabéns!

 **Nathflix:** Playlist "Best of Nath"

★ **Meta:** Assistir mais 10 vídeos da playlist até o fim do mês.

SETEMBRO

Seja mais, tenha menos.

D S T Q Q S S

		Mês da Educação Financeira Brasileira				
		1	2	3	4	5
6	Dia da Independência do Brasil	8	9	Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio (Setembro Amarelo)	11	1 mês para o Dia das Crianças! Hora da Renda Extra
				10		12
13	14	Reunião do Copom: de olho na Selic!	Reunião do Copom: de olho na Selic!	17	18	19
		15	16			
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

 **Livro:** Chefe de mim: liberdade financeira sem carteira assinada

★ **Meta:** Ler 1 capítulo do livro por semana.

■ **Me Poupe+:** Vamos garantir uma graninha extra até o fim deste mês? Embarque na **"Mi\$\$\$ão Extra"** com Bruna Andriotto, a primeira desf*dida da Me Poupe! ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.

 **Nathflix:** Playlist "Extrarendaço"

★ **Meta:** Assistir todos os vídeos da playlist até o fim do mês.

OUTUBRO

Nunca pare de aprender.

D S T Q Q S S

				Outubro Rosa, já fez seus exames?		
				1	2	3
4	Dia do empreendedor!					
	5	6	7	8	9	10
	Dia das Crianças					
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
		Falta 1 mês para a Black Friday. Você já se programou?				Halloween
25	26	27	28	29	30	31

📖 **Livro:** Chefe de mim: liberdade financeira sem carteira assinada

★ **Meta:** Ler 1 capítulo do livro por semana.

🏠 **Me Poupe+:** Você já tem o plano Vem Riqueza? Então coloque o pezinho na Renda Variável com o curso "IniciAÇÃO", com o professor Leandro Martins. ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.

🎬 **Nathflix:** Playlist "Renda Variável: Comece por aqui!"

★ **Meta:** Assistir todos os vídeos da playlist até o fim do mês.

NOVEMBRO

Foco, Fé, Força e Foda-se!


D S T Q Q S S

Lembrete: neste mês cai a primeira parcela do 13º! 1	Finados 2	Reunião do Copom: de olho na Selic! 3	Reunião do Copom: de olho na Selic! 4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
Proclamação da República 15	16	Dia Mundial de Combate ao Câncer de Próstata (Novembro Azul) 17	18	19	Dia da Consciência Negra 20	21
22	23	24	Um mês para o Natal! Planeje os presentes com antecedência. 25	26	Black Friday! Aproveite com moderação. 27	28
29	30	31				

 **Livro:** Chefe de mim: liberdade financeira sem carteira assinada

★ **Meta:** Ler 1 capítulo do livro por semana. Pelos meus cálculos, você deve terminar antes do fim do mês. Parabéns!

■ **Me Poupe+:** Vamos em busca de rendimentos mais altos antes de fechar o ano? Mergulhe em "Foca no Investimento Imobiliário", também do professor Leandro Martins. ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês.

 **Nathflix:** Playlist "Investindo em dólar"

★ **Meta:** Assistir todos os vídeos da playlist até o fim do mês.

DEZEMBRO

Dinheiro é bom, dinheiro investido é melhor ainda.

D S T Q Q S S

		Lembrete: neste mês cai a segunda parcela do 13º! 1	2	3	4	5
6	7	Reunião do Copom: de olho na Selic! 8	Reunião do Copom: de olho na Selic! 9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	Natal 25	26
27	28	29	30	Chegou a hora de avaliar o que deu certo e preparar as metas do ano que vem! 31		

Uau. Que jornada bonita você fez até aqui. AH-QUE-FESTA DO CONHECIMENTO! É o último gás, bora lá!

■ **Me Poupe+:** Feche o ano conhecendo os fundos de investimento em "Fundos a Fundo", também do professor Leandro. ★ **Meta:** Terminar o curso até o fim do mês. Mas ó, não marca bobeira. Ainda tem mais cursos para você fazer em 2026!

🎬 **Nathflix:** Acompanhe o Domingão do Leandrão. ★ **Meta:** Você já estudou sobre Renda Variável e está super habilitado a acompanhar as análises do Leandro toda semana. A meta agora é construir uma carteira campeã como a dele!

HORA DO ESTUDO!

(Imprima quantas vezes precisar!)

Anote nestas páginas os cursos e treinamentos que você vai ou quer fazer este ano!

EVENTO:
QUANDO:
LOCAL:
INVESTIMENTO:
NOTAS:
Você concluiu o curso? () Sim () Não

EVENTO:
QUANDO:
LOCAL:
INVESTIMENTO:
NOTAS:
Você concluiu o curso? () Sim () Não

BALANÇO DO ANO

**MAIORES CONQUISTAS
DESTE ANO**

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

**DESAFIOS PARA O
PRÓXIMO ANO**

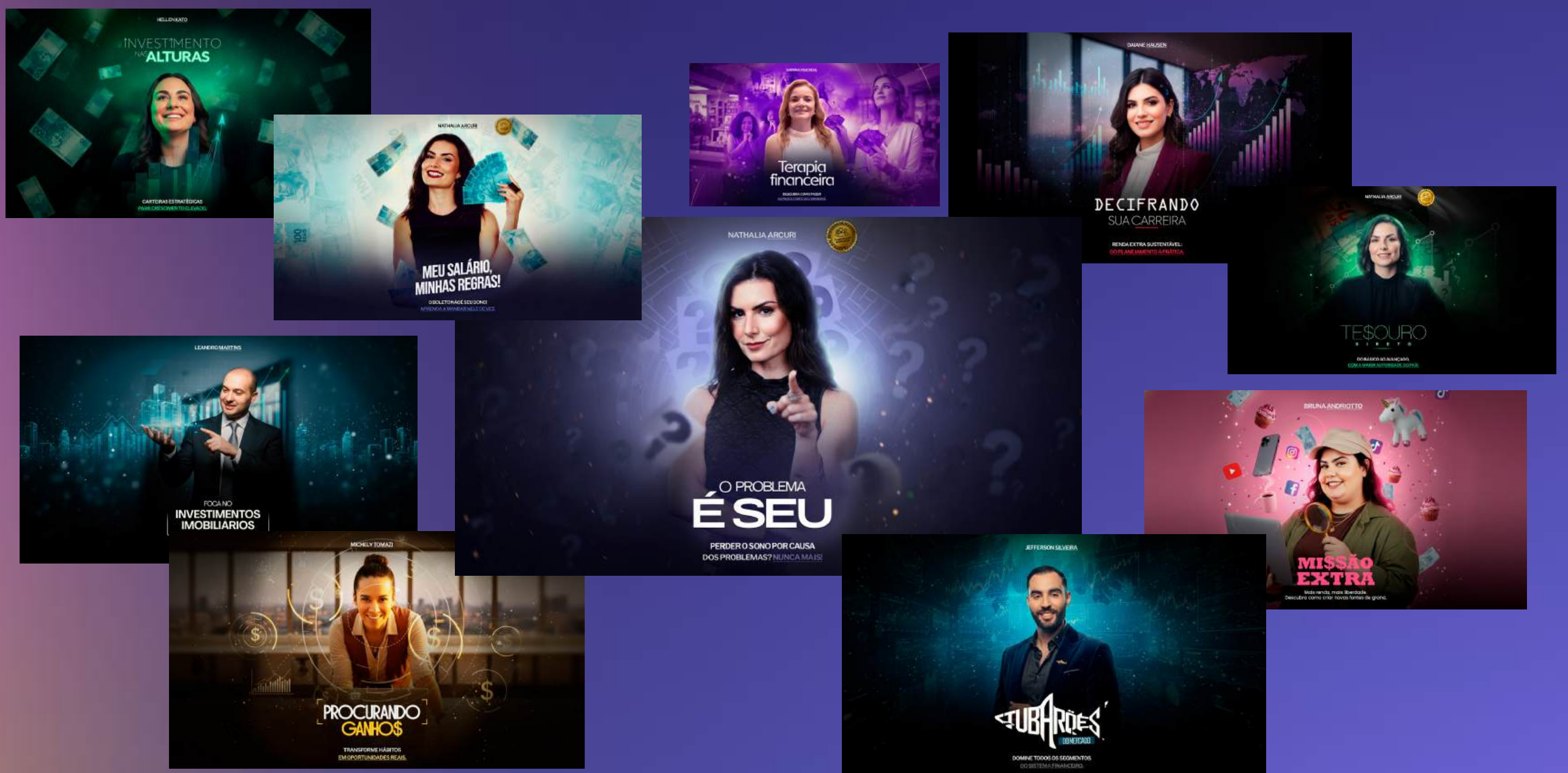
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

PRIORIDADES PARA O ANO QUE VEM:



CONHEÇA O ME POUPE+

Transforme sua relação com o dinheiro agora mesmo!
O **Me Poupe+** entrega conhecimento e estratégia de forma simples, didática e divertida. Tudo o que você precisa para começar a realizar seus sonhos está a um clique de distância!



Aprenda os segredos da **Nathalia Arcuri** para alcançar a riqueza, com uma metodologia validada por mais de **500 mil alunos**.

ASSINE AGORA:



TERMINOU TUDO?

AGORA VOLTE AO
COMEÇO PORQUE A
RIQUEZA É CÍCLICA E NÃO
ACABA NO FINAL DO ANO.



YouTube

youtube.com/mepoupenaweb



Instagram

[@mepoupenaweb](https://www.instagram.com/mepoupenaweb)
[@nathaliaarcuri](https://www.instagram.com/nathaliaarcuri)



Spotify

[PoupeCast](https://open.spotify.com/show/PoupeCast)



Telegram

[Telegram Nath](https://www.telegram.com)



Site

mepoupe.com



Newsletter

bit.ly/plantaomp