

Portrait budgétaire - Bien manger à bon compte

Prénom et nom :			
Coordonnées			
Adresse (app.)	_____	Téléphone principal	_____
Ville	_____	Autre téléphone	_____
Code postal	_____	Courriel	_____

État civil	Sources de revenus	Âge	
<input type="checkbox"/> Célibataire <input type="checkbox"/> Conjoint(e) de fait <input type="checkbox"/> Divorcé(e) <input type="checkbox"/> Marié(e) <input type="checkbox"/> Séparé(e) <input type="checkbox"/> Veuf(ve)	<input type="checkbox"/> Accident de travail <input type="checkbox"/> Aide ou solidarité sociale <input type="checkbox"/> Assurance emploi <input type="checkbox"/> Assurance maladie <input type="checkbox"/> Pension seulement <input type="checkbox"/> Pension et autres revenus <input type="checkbox"/> Prêt étudiant / Bourse d'études	<input type="checkbox"/> Sans revenu <input type="checkbox"/> Traitement différé <input type="checkbox"/> Travail autonome ou contractuel <input type="checkbox"/> Travail à temps partiel ou sur appel <input type="checkbox"/> Travail à temps plein <input type="checkbox"/> Autres revenus (préciser) : _____	Vous _____ Conjoint _____ Enfants _____ _____ _____

1. REVENUS	Semaine	MOIS	Année
Vous: Revenus travail		-	
Aide sociale / assurance-emploi/autres prestations		-	
Conjoint: Revenus travail		-	
Aide sociale / assurance-emploi/autres prestations		-	
Pension alimentaire		-	
Allocation canadienne pour enfants - Canada		-	
Soutien aux enfants - Québec		-	
Allocation logement		-	
Crédit d'impôt pour solidarité - Québec		-	
TPS - Canada		-	
TOTAL DES REVENUS	0.00 \$	0.00 \$	0.00 \$

2. DÉPENSES FIXES	Semaine	MOIS	Année
Habitation			
Loyer/ Hypothèque/ frais condo		-	
Électricité		-	
Chauffage (gaz, bois)		-	
Taxes (scolaires, municipales)		-	
Assurance-habitation		-	
Autres: Système d'alarme, déneigement		-	
Télécommunications			
Téléphone, cellulaire		-	
Internet		-	
Câble		-	
Abonnements (Netflix, tou.tv, etc.)		-	
Transport			
Transport en commun (titre mensuel)		-	
Immatriculation + permis conduire		-	
Assurance-auto		-	
Santé			
Médicaments (sous prescription régulière)		-	
Assurances			
Assurance-vie		-	
Autres assurances		-	
Autres			
Pension alimentaire		-	
Garderie / Service de garde		-	
Frais bancaires		-	
Cotisations professionnelles		-	
REER, REEE, épargne		-	
TOTAL DES DÉPENSES FIXES	0.00 \$	0.00 \$	0.00 \$

Revenus -
 moins les dépenses fixes -
Ce qui reste pour la suite 0.00 \$

3. DÉPENSES VARIABLES		Semaine	MOIS	Année
Alimentation				
Épicerie			-	
Achats quotidiens, dépanneur, etc.			-	
Abonnement repas (Goodfood, Cook it, etc.)			-	
Restaurant/ livraison /repas travail/école			-	
Réceptions/fêtes (alimentation et boissons)			-	
Banque alimentaire			-	
Habitation				
Aménagement et entretien maison			-	
Transport				
Essence			-	
Transport en commun (billets)			-	
Entretien et réparation auto			-	
Autres (autobus nolisé, train, covoiturage)			-	
Taxi / Covoiturage			-	
Santé				
Produits pharmaceutiques, cosmétiques			-	
Dentiste			-	
Chiro, psychologue, autre professionnel			-	
Optométriste			-	
Coiffeur			-	
Vêtements				
Vêtements (adultes)			-	
Vêtements (enfants)			-	
Entretien et réparation (nettoyeur, cordonnier)			-	
Loisirs / Éducation				
Livres, musique, films			-	
Vacances (été, Noël, congés)			-	
Occasions spéciales			-	
Hobby			-	
Frais de scolarité/fournitures scolaires			-	
Cours / Sport			-	
Autres				
Sorties/Loisirs			-	
Animaux			-	
Alcool/Tabac/Cannabis			-	
Cadeaux			-	
Dons			-	
Vétérinaire			-	
Loterie			-	
TOTAL DES DÉPENSES VARIABLES		0.00 \$	0.00 \$	0.00 \$

Ce qui restait pour les dépenses variables - ←

moins les dépenses variables -

Ce qui reste pour les dettes 0.00 \$

4. DETTES (Cartes de crédit, prêts, électricité, téléphone, etc.)						
NOM DU CREANCIER À qui je dois de l'argent ?	Limite de crédit	Solde actuel	Versements mensuels	RETARD Combien de mois ?	taux %	Endossées oui / non?
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
TOTAL DES DETTES	0.00 \$	0.00 \$	0.00 \$			

Ce qui restait pour les dettes -
moins les dettes -
Solde final (surplus ou déficit ?) 0.00 \$



BILAN DE VOS ÉPARGNES

Compte d'épargne	
Obligation d'épargne	
REER	
Autres (actions etc.)	

BILAN DE VOS ACTIFS

Maison	
Auto	
Meubles	
autre	