



Association Coopérative d'Économie Familiale de la Rive-Sud de Montréal



# Budget 101

TOUS DROITS RÉSERVÉS

1



## Qui sommes-nous ?

- Organisme sans but lucratif, financé par Centraide et le SACAIS
- Sans aucun lien avec compagnies de finance ou redresseurs financiers
- Planification budgétaire, solutions à l'endettement, droit de la consommation



Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales



Consultez notre page Facebook  ou notre site web [www.acefrsm.com](http://www.acefrsm.com)

TOUS DROITS RÉSERVÉS

2

## Notre territoire



3

TOUS DROITS RÉSERVÉS

3

## Nos services

- Réponse personnalisée
- Différentes rencontres collectives:
  - Rencontres d'information sur les solutions aux dettes
  - Bien manger à bon compte
  - Comment planifier des funérailles selon ses moyens
  - Cours sur le budget, etc.
- Consultation budgétaire individuelle
- Service de prêts (Fonds d'entraide)

4

TOUS DROITS RÉSERVÉS

4

## Fonds d'entraide Rive-Sud

Prêt d'environ 700 \$, remboursable sur 24 mois, 0 % intérêt,  
avec la collaboration financière de **Desjardins**

- Répondre à un besoin ponctuel essentiel qui est non urgent et non récurrent :
  - Exemples : déménagement, réparations dentaires, pneus d'été, meubles de base, etc.
- Participer à une consultation budgétaire

5

TOUS DROITS RÉSERVÉS

5

## Objectifs de la rencontre

### S'outiller pour réaliser ses projets

- S'approprier les notions de base sur le budget
- Comprendre et réaliser son portrait budgétaire
- Organiser et structurer ses finances



6

Les documents présentés sont dans la description en bas de cette vidéo

6

## Avant de parler budget

### Prendre du recul pour avancer

- Qu'est-ce que le mot budget suscite en vous ?
- Quelle est votre relation avec l'argent ?
- Quelles sont vos habitudes de consommation ?
- Quels sont vos avantages de faire un budget ?



7

TOUS DROITS RÉSERVÉS

7



## Le budget et le couple

### Si on parlait d'argent...

- L'importance des discussions sur vos valeurs, habitudes et attitudes de consommation
  - Avez-vous les mêmes priorités ?
  - Si l'autre faisait une dépense que vous qualifiez d'excessive... ?
  - Comment gérer le budget si l'un gagne plus que l'autre ?

8

TOUS DROITS RÉSERVÉS

8

## Le budget et le couple

### Les 4 modèles rencontrés le plus souvent :

- 50-50 : Dépenses communes assumées à parts égales
  - adoptées par plus de 50% des couples
- Prorata : Dépenses communes assumées proportionnellement au revenu de chaque conjoint
- Tout en commun : Revenus et dépenses mis en commun
- Partage des revenus : Revenus répartis également entre conjoints et dépenses payées à parts égales

9

TOUS DROITS RÉSERVÉS

9

## Les étapes d'un budget

1. Se fixer des objectifs
2. Concrétiser son portrait budgétaire
3. Organiser son budget
4. Réaliser son bilan



10

TOUS DROITS RÉSERVÉS

10

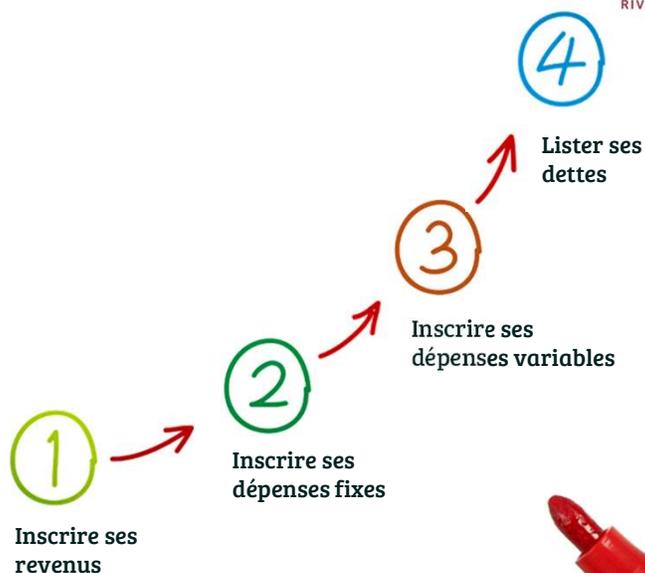
# 1. Se fixer des objectifs



TOUS DROITS RÉSERVÉS

11

# 2. Concrétiser son portrait budgétaire



TOUS DROITS RÉSERVÉS

12

# ① Inscrire ses revenus

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		-	
<b>TOTAL DES REVENUS</b>	<b>0.00 \$</b>	<b>0.00 \$</b>	<b>0.00 \$</b>

# ② Inscrire ses dépenses fixes

Souvent liées à un contrat...

2. DÉPENSES FIXES	Semaine	MOIS	Année
<b>Habitation</b>			
Loyer/ Hypothèque/ frais condo			
Électricité			
Chauffage (gaz, bois)			
Taxes (scolaires, municipales)			
Assurance-habitation			
Autres: Système d'alarme, déneigement			
<b>Télécommunications</b>			
Téléphone, cellulaire			
Internet			
Câble			
Abonnements (Netflix, tou.tv, etc.)			
<b>Transport</b>			
Transport en commun (titre mensuel)			
Immatriculation + permis conduire			
Assurance-auto			

## ③ Inscrire ses dépenses variables hebdomadaires

Les dépenses de tous les jours

3. DÉPENSES variables hebdomadaires	Semaine	MOIS	Année
<b>Alimentation</b>			
Épicerie		-	
Achats quotidiens, dépanneur, etc.		-	
Abonnement repas (Goodfood, Cook it, etc.)		-	
Restaurant/ livraison /repas travail/école		-	
Réceptions/fêtes (alimentation et boissons)		-	
Banque alimentaire		-	
<b>Transport</b>			
Essence		-	
Transport en commun (billets)		-	
Taxi / Covoiturage		-	
<b>Santé</b>			
Produits pharmaceutiques, cosmétiques		-	
Coiffeur		-	

15

TOUS DROITS RÉSERVÉS

15

## ③ Inscrire les dépenses variables occasionnelles

Celles qui s'imposent et qu'on oublie souvent

4. DÉPENSES variables occasionnelles	Semaine	MOIS	Année
<b>Habitation</b>			
Aménagement et entretien maison		-	
<b>Transport</b>			
Entretien et réparation auto		-	
Autres (autobus nolisé, train, covoiturage)		-	
<b>Vêtements</b>			
Vêtements (adultes)		-	
Vêtements (enfants)		-	
<b>Santé</b>			
Dentiste		-	
Chiro, psychologue, autre professionnel		-	
Optométriste		-	
<b>Loisirs / Éducation</b>			
Vacances (été, Noël, congés)		-	

16

TOUS DROITS RÉSERVÉS

16

# Calcul des dépenses variables

Semaine du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_

	Dépenses quotidiennes							Total semaine	Cumulatif
	L	M	M	J	V	S	D		
<b>ALIMENTATION</b>									
Épicerie									
Dépanneur									
Restaurant									
Repas travail									
<b>HABITATION</b>									
Réparations									
<b>SOINS PERS.</b>									
Coiffure									
Médicaments									
Pharmacie									
Traitements									
<b>TRANSPORT</b>									
Essence									

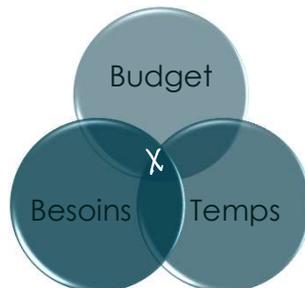
17

TOUS DROITS RÉSERVÉS

17

# Être réaliste pour l'alimentation

viser l'équilibre



18

Voir la rencontre d'information Bien manger à bon compte

18

# Prévisions des dépenses occasionnelles



JANVIER	\$	FÉVRIER	\$	MARS	\$
sous-total	- \$	sous-total	- \$	sous-total	- \$
AVRIL	\$	MAI	\$	JUIN	\$
sous-total	- \$	sous-total	- \$	sous-total	- \$
JUILLET	\$	AOÛT	\$	SEPTEMBRE	\$

19

TOUS DROITS RÉSERVÉS

19

# Constat de la situation



Quelle est ma réalité actuelle ?

- **Revenus** > Dépenses (surplus)
  - Rembourser ses dettes, développer de l'épargne
- Revenus = Dépenses (équilibre)
  - Dégager de la marge de manœuvre pour les imprévus (10%)
- Revenus < **Dépenses** (déficit)
  - Augmenter ses revenus, réduire ses dépenses

20

TOUS DROITS RÉSERVÉS

20

## Portrait budgétaire, un exemple

1. REVENUS	Semaine	MOIS	Année
Vous: Revenus travail (aux 2 semaines)		2 416.00	29 000.00
Aide sociale / assurance-emploi/autres prestations			
Conjoint: Revenus travail		-	
Aide sociale / assurance-emploi/autres prestations		-	
Pension alimentaire		200.00	
Allocation canadienne pour enfants - Canada		445.00	
Soutien aux enfants - Québec (mensuel)		291.00	
Allocation logement			
Crédit d'impôt pour solidarité - Québec (mensuel)		81.00	
TPS - Canada (195 \$ aux 3 mois)		63.00	
<b>TOTAL DES REVENUS</b>	<b>0.00 \$</b>	<b>3 496.00 \$</b>	<b>29 000.00 \$</b>

21

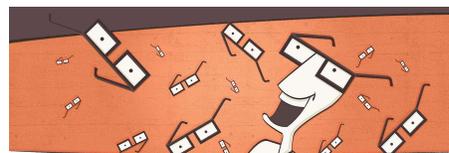
TOUS DROITS RÉSERVÉS

21

## Réaménager son budget

### Économiser sans se serrer la ceinture

- Négocier ses télécommunications
- Négocier ses assurances
- Utiliser les services à peu de frais :
  - Clinique dentaire Cégep
  - Bonhomme à Lunettes
  - Etc.



22

TOUS DROITS RÉSERVÉS

22

## ④ Lister ses dettes



5. 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?
<b>TOTAL DES DETTES</b>	<b>0.00 \$</b>	<b>0.00 \$</b>	<b>0.00 \$</b>			

23

TOUS DROITS RÉSERVÉS

23

## Le coût du crédit



Exemple d'un achat de 1 000 \$ à 19.9% d'intérêt

**Paiement minimum dû**  
(3.5 % du solde)

Temps consacré au remboursement	107 mois (près de 9 ans)
Intérêt payé	747.80 \$
Montant total payé	1 747.80 \$

**Paiement fixe de 100\$**  
(ou 3 fois le paiement minimum)

Temps consacré au remboursement	12 mois
Intérêt payé	102.39 \$
Montant total payé	1 102.39 \$

24

Pour connaître le coût de son crédit : Carte de crédit – Paiement minimum : intérêts maximums (gouv.qc.ca)

TOUS DROITS RÉSERVÉS

24

## Votre situation financière vous inquiète ?

- Centre de crise 1 866-APPELLE (277-3553)
- Info-sociale : 811  
(# 2 pour une travailleuse sociale)



25

Voir la rencontre d'information sur les solutions aux dettes

25

## Récapitulons avant d'aller plus loin

1. Réflexion sur les objectifs à atteindre
2. Planification des revenus, dépenses fixes et variables
3. Réflexion sur les dettes
4. Organisation à la semaine

26

TOUS DROITS RÉSERVÉS

26

## 3. Organiser son budget



TOUS DROITS RÉSERVÉS

27

## Organisation à la semaine



Semaine du	27 sept	Semaine du	4 octobre	Semaine du	11 octobre	Semaine du	18 octobre	Semaine du	25 octobre
\$ en poche	- \$	\$ en poche	- \$	\$ en poche	- \$	\$ en poche	- \$	\$ en poche	- \$
Entrées (paye)	+ 880	Entrées (paye)	+ 5-TPS + 78	Entrées (paye)	+ 880	Entrées (paye)	+ 20-ACE + 993	Entrées (paye)	+ 880
1er-Allocation	+ 253	5-CIS	+ 87						
\$ disponible	= - \$	\$ disponible	= - \$	\$ disponible	= - \$	\$ disponible	= - \$	\$ disponible	= - \$
Dépenses	Montant	Dépenses	Montant	Dépenses	Montant	Dépenses	Montant	Dépenses	Montant
Fixes		Fixes		Fixes		Fixes		Fixes	
1er Loyer	950	10 Hydro	75	15 Internet	69			1er Loyer	950
				17 Cell	58				
Hebdomadaires		Hebdomadaires		Hebdomadaires		Hebdomadaires		Hebdomadaires	
Epicerie	136	Epicerie	120	Epicerie	120	Epicerie	120	Epicerie	120
Occasionnelles		Occasionnelles		Occasionnelles		Occasionnelles		Occasionnelles	
Anniversaire	50								
Total dépenses	= - \$	Total dépenses	= - \$	Total dépenses	= - \$	Total dépenses	= - \$	Total dépenses	= - \$
Il me reste	- \$	Il me reste	- \$	Il me reste	- \$	Il me reste	- \$	Il me reste	- \$

28

TOUS DROITS RÉSERVÉS

28

## 4. Réaliser son bilan



## 4. Réaliser son bilan

S'ajuster rapidement pour garder sa motivation

- Mes objectifs sont-ils atteints ?
  - Estimations réalistes ? Écarts explicables ?
- Mon budget reflète-t-il ma réalité ?
  - Mes besoins et mes valeurs ?
- Mes outils sont-ils adaptés pour moi ?
  - Méthode personnalisable !



## En conclusion

---

### Tout part du portrait budgétaire

- Pour faire des choix de vie réalistes et durables
- Pour être en paix avec son budget
- Pour épargner
- Pour régler sa situation d'endettement