


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

**PLANIFICATION
BUDGÉTAIRE
SOLUTIONS À
L'ENDETTEMENT
DROITS DES
CONSOMMATEURS**

Budget 101


UN ORGANISME FINANCIÉ PAR
le Service à la clientèle
des services à la personne
et aux initiatives
sociales
Québec

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

 **Centraide**
du Grand Montréal

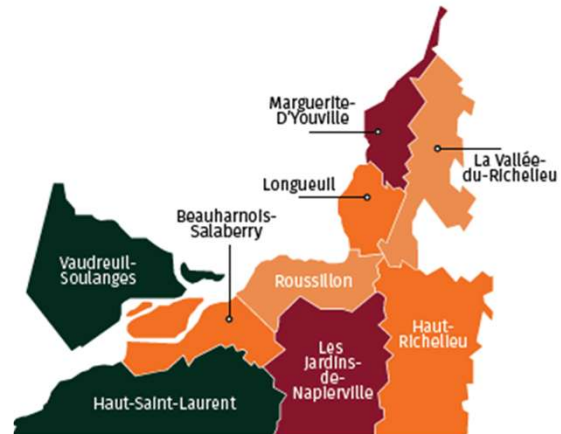
Secrétariat à l'action
communautaire
autonome
et aux initiatives
sociales
Québec 

2

Consultez notre page [Facebook](#)  ou notre site web www.acefrsm.com

2

Notre territoire



3

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

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

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

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

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

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

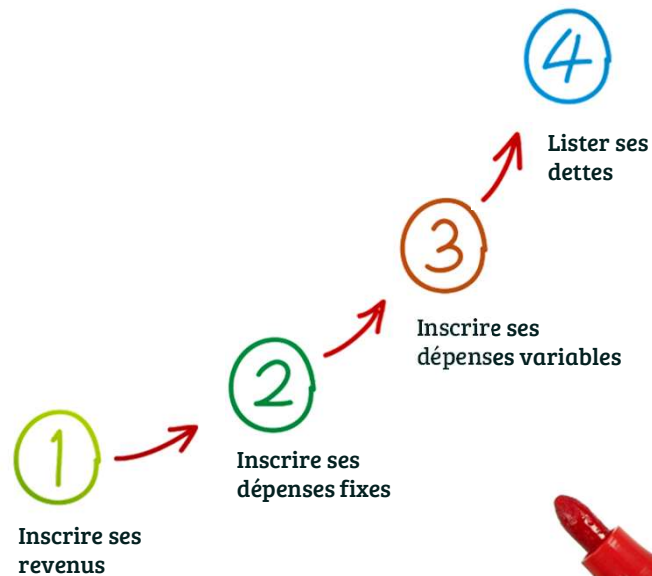
10

1. Se fixer des objectifs



11

2. Concrétiser son portrait budgétaire



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		-	
TOTAL DES REVENUS	0.00 \$	0.00 \$	0.00 \$

13

13

② Inscrire ses dépenses fixes

Souvent liées à un contrat...



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			

14

14

③ Inscrire ses dépenses variables hebdomadaires



Les dépenses de tous les jours

3. DÉPENSES variables hebdomadaires	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		-	
Transport			
Essence		-	
Transport en commun (billets)		-	
Taxi / Covoiturage		-	
Santé			
Produits pharmaceutiques, cosmétiques		-	
Coiffeur		-	

15

15

③ Inscrire les dépenses variables occasionnelles



Celles qui s'imposent et qu'on oublie souvent

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

16

16

Calcul des dépenses variables

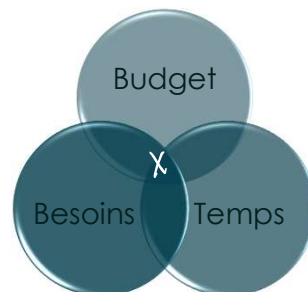
Semaine du _____ au _____		Dépenses quotidiennes							Total	Cumulatif
		L	M	M	J	V	S	D	semaine	
ALIMENTATION										
	Épicerie									
	Dépanneur									
	Restaurant									
	Repas travail									
HABITATION										
	Réparations									
SOINS PERS.										
	Coiffure									
	Médicaments									
	Pharmacie									
	Traitements									
TRANSPORT										
	Essence									

17

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

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

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	
TOTAL DES REVENUS	0.00 \$	3 496.00 \$	29 000.00 \$

21

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

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?
TOTAL DES DETTES	0.00 \$	0.00 \$	0.00 \$			

23

23

Coût du crédit

Exemple d'un achat de 2 000 \$ à 20,9 % d'intérêt



Paiement minimum dû
(5 % du solde)

Temps consacré au remboursement	7 ans et 11 mois
Intérêt payé	1 010,02 \$
Montant total payé	3 010,02 \$

Paiement fixe de 300\$
(ou 3 fois le paiement minimum)

Temps consacré au remboursement	8 mois
Intérêt payé	143,98 \$
Montant total payé	2 143,98 \$

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

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

26

3. Organiser son budget



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

28

4. Réaliser son bilan



29

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 !



30

30

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