



# Revenus, dépenses et budget

## Introduction

Les compétences requises pour suivre de près votre revenu, vos dépenses et votre budget personnels sont les principaux outils financiers à posséder. Mais bon nombre de personnes préfèrent ne pas avoir à penser à un budget. Le présent module offre une approche simple, par étapes, visant à équilibrer les revenus et les dépenses, et elle est à la portée de tous.

La section 1 commence par définir les besoins et les désirs personnels, et par expliquer comment prioriser les dépenses. La section 2 présente les sources de revenus, explique quelles déductions sont retenues sur un talon de chèque de paye, explore les sources de revenus pour financer son éducation, et discute des solutions à envisager en cas de perte de revenu imprévue. La section 3 traite des dépenses, incluant comment les suivre de près et les réduire afin d'utiliser son argent pour augmenter son épargne ou réaliser d'autres objectifs. La section 4 réunit les revenus et les dépenses dans un budget. Elle offre des conseils pour vous aider à établir un budget réaliste et à l'ajuster au besoin. La section 5 amène les participants à établir des objectifs, calculer l'épargne dont ils auront besoin pour les atteindre et à établir un budget pour les réaliser.

## Objectifs d'apprentissage

Après avoir terminé le module, les apprenants pourront :

- expliquer pourquoi il est important de distinguer les besoins et les désirs dans la gestion de leurs finances personnelles;
- expliquer que les besoins et les désirs changent au fil du temps et varient d'une personne à l'autre;
- catégoriser leurs dépenses personnelles en tant que besoins ou désirs, et déterminer quels sont leurs priorités parmi leurs divers besoins et désirs;
- déterminer leurs revenus bruts provenant de toutes les sources;
- comprendre quelles sommes pourraient être déduites de leur talon de chèque de paye et quel sera alors leur revenu net;
- déterminer leurs dépenses totales de façon générale et les répartir en diverses catégories de dépenses fixes et variables;
- suivre de près leurs revenus et dépenses personnels au fil du temps;



- utiliser un relevé de leurs revenus et dépenses pour préparer un budget réaliste et équilibré, prévoyant l'épargne à constituer afin de faire face aux urgences et pour atteindre leurs objectifs;
- identifier des moyens de réduire leurs dépenses courantes;
- établir quelques objectifs personnels à court, moyen et long terme, et les énoncer de façon réaliste et réalisable;
- modifier leur propre budget pour leur permettre de réaliser un objectif simple.

## Documents/matériel requis

- Copies des sections et activités choisies pour les participants, avec les feuilles de travail y étant associées (voir annexe ci-jointe pour des versions imprimées)
  - Activité 1 et 3 – Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez? (sur papier ou en ligne)
  - Activité 2 – Mes besoins, désirs et priorités (sur papier ou en ligne)
  - Activité 5 – Comprendre votre talon de chèque de paye (en ligne)
  - Activité 6 – Mes sources de revenu (sur papier ou en ligne)
  - Activité 10 – Feuille de travail MAPOUT (sur papier)
  - Étude de cas – Dépenses (sur papier)
  - Activité 12 – Épargner pour quoi?
  - Diapositive 20 – Réduire mes dépenses discrétionnaires (sur papier ou en ligne)
  - Activité 15 – Mes dépenses mensuelles (sur papier ou en ligne)
  - Activités 16 et 22 – Feuille de réponses pour la vidéo (sur papier)
  - Activité 18 – Mon budget mensuel (sur papier ou en ligne)
  - Activité 20 – Ton budget tient-il la route? (sur papier)
    - Liste d'emplois avec salaires mensuels nets
    - Exemples de dépenses variables :
      - Épicerie et restaurant
      - Soins personnels
      - Articles ménagers
      - Vêtements
      - Divertissement
      - Divers
  - Activité 23 – Établir un budget pour atteindre mon objectif (sur papier ou en ligne)
  - Activité 24 – Assembler le tout ensemble (sur papier)
  - Activité 26 – Plan d'action (sur papier ou en ligne)
- Fichier PowerPoint : Revenus, dépenses et budget
- Projecteur et écran pour la présentation PowerPoint



- Connexion Internet (s'il y a lieu)
- Pour la section 4, fournir à chaque groupe le matériel suivant :
  - échantillon de la liste d'emplois avec salaires mensuels nets
  - échantillon de la liste de dépenses variables
  - feuilles de travail format papier (voir activités 18 et 20)

## Temps requis

Selon la façon dont vous choisirez de personnaliser la présentation de votre atelier, vous devriez prévoir entre 2 et 4 heures pour livrer le matériel. Assurez-vous de prévoir assez de temps pour les discussions de groupes et les périodes de questions/réponses.

## Activités et diapositives proposées

Vous pouvez utiliser les diapositives conjointement avec le module en ligne afin d'approfondir les activités. Si vous avez accès au Wifi, vous pouvez inviter les participants à utiliser leurs ordinateurs portables ou leurs tablettes pour compléter des feuilles de travail en ligne. Les pages web peuvent offrir des éléments d'information additionnels, qu'il n'est pas facile d'inclure dans une diapositive, des feuilles de travail et d'autres documents de référence.

Choisissez les diapositives dont vous aurez besoin pour votre présentation. *Vous n'aurez pas besoin de toutes les diapositives si vous n'avez pas l'intention de couvrir toute la matière.*

\*\*\*

## Introduction

Modifiez l'emploi du temps, au besoin. Présentez le sujet de l'atelier et son contenu dans les grandes lignes.

### Diapositive 1 : Revenus, dépenses et budget

Revenus, dépenses et budget

### Diapositive 2 : Horaire

Début : \_\_\_\_\_  
Pause : \_\_\_\_\_ (10 minutes)  
Fin : \_\_\_\_\_



Veuillez mettre vos téléphones et autres appareils sur la sonnerie silencieuse et répondre à vos appels à l'extérieur de la pièce.

## IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR L'ACTIVITÉ 1 : Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez?

### Activité 1 Brise-glace : Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez?

Demandez aux participants de remplir *la feuille de travail Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez?* Examinez leurs réponses en posant des questions comme celles-ci :

- Pensez-vous que votre évaluation est exacte? Pourquoi l'est-elle ou pas? Vous surprend-elle? De quelle manière?
- Comment pensez-vous que le genre de décisions que vous prenez influence vos dépenses?
- Devez-vous davantage obtenir des conseils sur la façon de gérer vos dépenses ou mieux vous connaître?

Poursuivez la discussion en posant des questions comme celles-ci :

- Que voulez-vous apprendre pendant la séance?
- Quelle est la chose la plus importante à savoir au sujet de la gestion de vos revenus, vos dépenses et votre budget?
- S'il y a une chose au sujet de la gestion de vos revenus, vos dépenses et votre budget que vous pourriez déjà partager avec votre meilleur(e) ami(e), quelle serait-elle?

Terminez l'activité en résumant des choses que les participants savent déjà, et indiquez-leur que la séance va renforcer leurs connaissances et les aider à gérer leur argent plus efficacement.

### Diapositive 3 : Revenus, dépenses et budget

Le module aborde la façon de :

- déterminer ce qui est vraiment important lorsque vous dépensez de l'argent
- calculer votre revenu net une fois les retenues déduites de votre chèque de paye
- suivre de près vos dépenses et de les réduire au besoin
- préparer un budget personnel réaliste
- planifier vos finances pour atteindre vos objectifs



## Section 1 : Besoins et désirs

### Diapositive 4 : Section 1 : Besoins et désirs

Section 1 : Besoins et désirs

#### *Aperçu*

### Diapositive 5 : Besoins et désirs

Cette section présente comment :

- différencier entre les besoins et les désirs
- prioriser ses dépenses
- déterminer quelles sont vos habitudes de dépenses

### Diapositive 6 : Besoins, désirs et priorités

- **Besoin** : Nécessité, obligation, quelque chose d'essentiel à la vie
- **Désir** : Souhait, envie, quelque chose qui n'est pas essentiel
- **Priorité** : quelque chose à faire avant toute autre chose car c'est plus important
  - 1 = articles essentiels à une vie saine
  - 2 = articles importants sans être essentiels
  - 3 = articles non essentiels et non importants

#### *Déterminer mes besoins, désirs et priorités*

### **Activité 2 Mes besoins, désirs et priorités**

Demandez aux participants de se mettre par deux ou de former de petits groupes de trois ou quatre, et d'examiner les articles énoncés sur **la feuille de travail Mes besoins, désirs et priorités**. Demandez aux participants de classer les articles dans les catégories « besoins » ou « désirs » et de leur accorder un niveau de priorité (1, 2 ou 3). Soulignez que les besoins, les désirs et les priorités varient d'une personne à l'autre, et évoluent au fil du temps.

Demandez aux groupes d'évaluer le coût des articles de priorité 2 et 3, et de discuter de ce qu'ils pourraient faire s'ils consacraient le montant estimatif obtenu aux articles de priorité 1. Suscitez la discussion en posant des questions comme celles-ci :



- Que se produit-il si vous n'avez pas une idée claire de ce qu'est un besoin, un désir et une priorité peu élevée, lorsque vous dépensez?
  - **Réponse :** Vous pourriez finir par consacrer de l'argent à des choses moins importantes et à avoir moins d'argent pour les choses dont vous avez réellement besoin.
- Bien souvent vous ne pouvez pas utiliser un système structuré pour évaluer les besoins, les désirs et les priorités lorsque vous dépensez. Comment pouvez-vous être conscient de ce qui est important?
  - **Réponse :** Mettre de côté l'argent qu'il vous faudra pour répondre à vos besoins et acquérir d'autres articles importants; c'est la première chose à faire. Avant d'acheter, demandez-vous si l'article que vous voulez est vraiment important. Dressez une liste et respectez-la.
- Comment pouvez-vous résister à l'impulsion qui vous pousse à acheter des choses qui pourraient ne pas être un bon choix financier?
  - **Réponse :** Mettre l'accent sur les avantages que procure le fait d'être discipliné en matière financière, d'atteindre vos objectifs, de faire de bons choix à long terme, etc. Dites-vous que les effets à long terme (pression financière, difficultés financières et incapacité d'atteindre vos objectifs) l'emporteront immédiatement sur la satisfaction à court terme.

Une fois que les étudiants ont calculé le coût total des articles correspondant aux niveaux de priorité 2 et 3, déterminez le pourcentage d'étudiants qui seraient en mesure d'épargner un montant précis chaque mois. Pour ce faire, posez-leur la question suivante : Combien d'argent épargnez-vous chaque mois?

- Moins de 10 \$
- Entre 10 \$ et 20 \$
- Entre 20 \$ et 40 \$
- Entre 40 \$ et 60 \$
- Plus de 60 \$

Multipliez par douze la valeur choisie par le plus haut pourcentage d'étudiants. Présentez le nombre ainsi obtenu à la classe. Ce nombre sera utilisé ultérieurement, dans le cadre d'une autre activité – voir la diapositive 20.

### Activité 3 Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez?

Si vous avez sauté l'activité brise-glace Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez?, faites-la maintenant.



#### Activité 4 Résumé des principaux messages

Invitez les participants à faire le point sur les sujets couverts.

Demandez aux participants de se mettre par deux ou de former de petits groupes pour discuter et prendre note des trois ou quatre choses les plus importantes qu'ils ont apprises pendant la séance.

Demandez à quelques participants de comparer leurs listes au Résumé des principaux messages. Clarifiez tout malentendu et soulignez aux participants que les messages portent sur les sujets traités dans cette section.

#### Diapositive 7 : Résumé des principaux messages

- Les besoins sont des choses essentielles à la vie; les désirs sont d'autres choses
- Établir un juste milieu entre vos besoins et vos désirs
- Les priorités sont les choses dont vous avez vraiment besoin et que vous voulez vraiment
- Connaître ses propres émotions, habitudes et comportements peut vous aider à contrôler vos dépenses
  - Par exemple, la tendance à faire des achats impulsifs ou à manger en raison du stress (p. ex. au cours de votre première année d'étude ou en période d'examens)

#### Section 2 : Revenus

#### Diapositive 8 : Section 2 : Revenus

Section 2 : Revenus

#### CONSEIL PRATIQUE :

Abordez la question de la conciliation travail-étude :

- Développeur de logiciels junior : 700 \$/mois – Ce travail me permet de gagner un maximum d'argent, mais il est également celui qui empiète le plus sur le temps que je peux consacrer à mes études.
- Rédacteur pour la revue de l'école : 150 \$/mois – Ce travail n'offre pas un grand revenu, mais il serait amusant et empiéterait peu sur le temps que je peux consacrer à mes études.
- Emploi Coop : 400 \$/mois – Excellente expérience de travail, bonne rémunération et heures flexibles. Je peux gérer la charge de travail et mes études en fonction de mon horaire de cours. En combinaison avec ma bourse et mes économies de l'été, cet



emploi me permet de continuer d'obtenir de bonnes notes tout en subvenant à mes besoins.

### Aperçu

#### Diapositive 9 : Financer mon éducation

Cette section présente :

- comment comprendre votre talon de chèque de paye
- comment calculer votre revenu total de toutes vos sources de revenu, y compris celles qui vous aident à financer vos études
- ce qu'il faut faire si votre revenu baisse de façon imprévue

### Sources de revenu

#### Diapositive 10 : Comprendre votre talon de chèque de paye

[Cliquer ici pour accéder au spécimen de chèque en ligne](#)

Gains	Taux	Heures	Gains pour cette période	Cumul annuel
Temps régulier	17,00	84	1 428,00	8 845,95
Retenues				
	Impôt sur le revenu		- 184,90	1 105,99
	AE		- 2,42	159,02
	RPC/RRQ		- 70,69	404,49
	Autres			
Dépôt complet			1 146,99	
Salaire net			\$1 146,99	





## Activité 5 Comprendre votre talon de chèque de paye

Demandez aux participants de former des groupes de trois ou quatre et de dresser la liste des gains et des retenues figurant sur le spécimen de chèque de paye. Demandez aux participants d'identifier les différents éléments du chèque de paye, notamment les suivants :

- Gains pour la période
- Salaire net
- Cumul annuel
- Retenues pour l'assurance-emploi
- Impôts sur le revenu fédéral, provincial et territorial
- Régime de pensions du Canada/Régime de rentes du Québec
- Autres retenues

Demandez aux participants de vous indiquer les autres paiements ou retenues qu'ils pourraient repérer sur un chèque de paye, par exemple :

- Paye de vacances
- Retenues au titre des cotisations syndicales, de l'assurance-maladie, des cotisations à des régimes d'assurance collective, des régimes de retraite privés, des régimes d'épargne volontaire, etc.

Demandez aux participants d'expliquer s'ils pensent qu'il est préférable d'avoir des retenues prélevées directement sur leur chèque de paye ou de faire eux-mêmes les paiements nécessaires lorsque requis, et de justifier leur réponse.

- **Réponse :** De nombreuses personnes ne mettent pas l'argent dont elles ont besoin de côté pour les pensions, les impôts et autres dépenses du même ordre; par conséquent, certains organismes font le nécessaire pour que l'employeur perçoive les paiements.

### CONSEIL PRATIQUE :

- 1** Cumul annuel : Montant total de la paye et des retenues depuis le début de l'année jusqu'à la fin de la période de paye en cours.
- 2** Gains pour cette période : Revenu brut; montant total de la paye avant le prélèvement des retenues.
- 3** Assurance emploi (AE) : Pourcentage du revenu brut payé par les employés et les employeurs en prévision des paiements temporaires qui seraient versés aux travailleurs s'ils perdaient leur emploi. Les travailleurs autonomes peuvent avoir recours à l'assurance emploi. Pour plus d'information, consultez la section Prestations spéciales de l'assurance-emploi pour les travailleurs autonomes du site web de Service Canada.
- 4** Régime de pensions du Canada (RPC)/Régime de rentes du Québec (RRQ) : Pourcentage du revenu brut payé par les employés et les employeurs en prévision du revenu versé aux travailleurs qui prennent leur retraite ou qui deviennent invalides, ou pour le versement de prestations de survivant. La cotisation de l'employé est de 4,95 %, et la cotisation globale provenant des deux sources représente 9,9 % de votre revenu brut.
- 5** Autres : Les autres retenues peuvent comprendre les cotisations à des régimes de retraite privés, les primes d'assurance maladie, les cotisations syndicales, les droits d'adhésion à des associations professionnelles, les transferts à vos régimes d'épargne enregistrés et les dons de charité.
- 6** Revenu net : Montant de la paye après le prélèvement des retenues.



## IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR LA DIAPOSITIVE 11 ET L'ACTIVITÉ 6 : Financer mes études – mes sources de revenu

### Diapositive 11 : Financer mes études - mes sources de revenu

[Cliquer ici pour accéder à la feuille de travail en ligne](#)

Mes sources de revenu			
<p>Votre emploi n'est peut-être pas votre seule source de revenu. Utilisez ce tableau pour noter toutes vos sources de revenu. Ensuite, calculez votre revenu total mensuel et annuel. Pour obtenir des chiffres exacts, vous pouvez examiner vos talons de chèque de paye et vos relevés d'impôt récents.</p>			
Source	Fréquence de paiement	Revenu mensuel net	Revenu annuel net
Revenu d'emploi <sup>1</sup>	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$
Primes	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$
Pourboires ou commissions	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$
Revenu de placement	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$
Prestations du gouvernement <sup>2</sup>	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$
Travail autonome <sup>3</sup>	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$
Pension de retraite/pension d'invalidité liée à un emploi	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$
Paievements d'assurance	Chaque jour	<input type="text"/> \$	0,00 \$

### Activité 6 Financer mon éducation – Mes sources de revenu

Demandez aux participants de compléter *la feuille de travail Mes sources de revenu*. Discutez des réponses des participants en posant des questions comme celles-ci :

- Y avait-il des sources de revenu que vous aviez oubliées?
- Y avait-il des sources de revenu éventuelles que vous pourriez inclure?
  - **Réponse** : P. ex. : vendre des choses dont vous n'avez pas besoin; louer une chambre; utiliser un passe-temps pour obtenir un revenu; optimiser des revenus de placement.
- Pourquoi est-il important d'énumérer les sources de revenu sur une feuille de travail?
  - **Réponse** : Il est facile de faire des erreurs ou d'oublier des choses lorsque vous faites des suppositions concernant votre revenu. Cela peut vous amener à dépenser de l'argent que vous n'avez pas, ou à ne pas utiliser votre argent prudemment.
- Quelle est la différence entre un prêt bancaire et un prêt consenti par le gouvernement?



- **Réponse** : avec un prêt bancaire les intérêts courent dès que l'emprunt est contracté alors que le prêt du gouvernement est sans intérêt tant que son titulaire étudie à temps plein.

Encouragez les participants à remplir la feuille de travail après la séance, en utilisant les chiffres réels provenant de leurs propres relevés.

#### CONSEIL PRATIQUE :

Précisez que les étudiants ayant une invalidité doivent communiquer avec le bureau d'aide financière aux étudiants de leur province/territoire pour se renseigner sur les ressources mises à leur disposition :

<https://www.canada.ca/fr/services/prestations/etudes/subventions.html>

#### Diapositive 12: Financer mon éducation

- Bourses institutionnelles attribuées en fonction du besoin et du mérite
- Bourses externes :
  - Universités Canada : <https://www.univcan.ca/fr/universites/>
  - Bourses d'études Yconic : <https://yconic.com/> (en anglais seulement)
  - Scholarships Canada : <http://www.scholarshipscanada.com> (en anglais seulement)
  - Fondation Boursiers Loran : <http://www.boursierloran.ca//>
  - Indspire : <https://indspire.ca/fr/>
  - Outil de recherche de bourses pour les Autochtones : <https://www.sac-isc.gc.ca/fra/1351687337141/1531406419657>
  - PrixAccès.ca : <https://www.disabilityawards.ca/fr/prixaccess/>
- Les bourses sont attribuées selon les besoins
- Les bourses d'études sont attribuées selon le mérite
- Les subventions sont accordées selon des critères qui leur sont propres

#### CONSEIL PRATIQUE :

**Universités Canada.** Cette organisation administre plus de 130 programmes de bourses d'études, de bourses de recherches et de stages au nom de gouvernements, de fondations et d'entreprises du secteur privé.

**Fondation Boursiers Loran.** Chaque année, la Fondation Boursiers Loran investit dans de jeunes Canadiens exceptionnels qui font preuve d'une grande force de caractère et de leadership et qui ont à cœur l'intérêt public. Cette organisation est à la recherche de qualités dont un relevé de notes ne peut faire état : intégrité personnelle et force caractère, dévouement envers l'intérêt public et esprit entrepreneurial, intérêts académiques et parascolaires diversifiés, autonomie affirmée et potentiel de leadership général hors du commun.



**Indspire.** Les bourses d'études, les bourses d'excellence et les primes Bâtir un avenir meilleur d'Indspire aident les membres des Premières Nations, les Inuits et les Métis à couvrir les coûts liés à leurs études et à leur formation postsecondaires, ce qui comprend les manuels, les frais de subsistance, les frais de garde d'enfants et plus encore.

**Outil de recherche de bourses pour les Autochtones.** L'outil de recherche de bourses pour les Autochtones permet d'effectuer une recherche dans une liste de plus de 750 bourses et mesures incitatives offertes partout au Canada par les gouvernements, les universités, les collèges, des entreprises privées et publiques, des particuliers/mécènes canadiens, des organismes ou autres.

**Yconic.** Bourses d'excellence, bourses d'études et primes pour étudiants d'une valeur de plus de 170 millions de dollars au Canada et aux États-Unis.

**Scholarships Canada.** Permet de créer gratuitement un profil ScholarshipsCanada.com pour avoir accès à des ressources exclusives :

- Outil de recherche de bourses selon votre profil
- Tableau de bord permettant d'enregistrer tous vos renseignements sur les bourses
- Questionnaires professionnels et tests de personnalité

**PrixAccès.ca.** PrixAccès.ca est un portail vers des primes et des bourses pour étudiants aux prises avec une invalidité inscrits dans des collèges ou universités au Canada.

### Activité 7 Financer mon éducation - Prix académiques

Demandez aux participants s'ils connaissent les bourses d'études offertes par leur établissement d'enseignement et s'ils savent comment faire pour poser leur candidature. Demandez aux participants s'ils connaissent l'une ou l'autre des sources de financement externes. Voyez si quelqu'un a déjà obtenu une bourse externe ou a des conseils à donner à cet égard.

Si aucun participant n'a demandé de bourses externes, expliquez aux participants qu'ils doivent :

- chercher des bourses auxquelles ils pourraient être admissibles;
- préparer leur candidature conformément aux instructions;
- soumettre leur candidature avant l'échéance;
- dans certains cas, créer un compte auprès des associations/organisations pertinentes.



### Activité 8 Financer mon éducation – Aide gouvernementale

Posez les questions ci-dessous avant de passer à la diapositive 13.

- **Question 1.** Si vous êtes un étudiant inscrit à la première année d'un programme de premier cycle de l'Université McGill et que vous êtes originaire de la Colombie-Britannique, devez-vous présenter une demande d'aide financière au gouvernement de la Colombie-Britannique ou du Québec (C.-B./QC)?
  - **Réponse :** Colombie-Britannique - un étudiant doit présenter une demande d'aide gouvernementale auprès de la province où il réside et non auprès de celle où il étudie.
  - Recueillez les réponses (C.-B./QC) et discutez des résultats pendant la présentation de la diapo 13.
  
- **Question 2.** Vous perdez votre emploi à temps partiel peu de temps après les examens de mi-session et vous avez besoin de fonds supplémentaires pour terminer votre année scolaire. Maintenant que la moitié de la session est passée, est-il trop tard pour soumettre au gouvernement une demande d'aide aux étudiants? (oui/non)
  - **Réponse :** Non

**Remarque :** le formateur doit déterminer le montant maximal de la portion fédérale (le cas échéant) ou de la portion provinciale/territoriale (le cas échéant). Les montants maximaux peuvent varier d'une année à l'autre.

#### Diapositive 13 : Aide gouvernementale

- Aide financière sous forme de prêts et de subventions aux étudiant(e)s de niveau postsecondaire qui démontrent un besoin financier
- L'aide est accordée en fonction de la province de résidence et non du lieu de l'institution d'enseignement
- Transmission de demande : généralement en ligne sur le portail de la province de résidence

### Activité 9 Exemples de programmes de prêts provinciaux

**Facultatif :** Si vous êtes un agent de l'aide financière et avez accès aux diverses plateformes de prêts provinciaux ou si vous avez accès à des échantillons imprimés ou en ligne, vous pourriez montrer aux participants un exemple d'un sommaire de prêts étudiants provinciaux fournis aux étudiants inscrits à un programme d'études postsecondaires.

Vous pourriez ensuite demander aux participants de former de petits groupes pour discuter du contenu de la page sommaire et relever les renseignements qu'ils comprennent et ceux



qu'ils ne comprennent pas. Discutez avec la classe des fonds offerts par l'entremise du programme et de ce qui distingue les prêts des bourses.

Lien vers le site Web d'EDSC (information sur les prêts canadiens et liens vers les bureaux provinciaux d'aide aux étudiants) : <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/education/pre-etudiants.html>

## **IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR LA DIAPOSITIVE 14 ET L'ACTIVITÉ 10: Feuille de travail MAPOUT: Options en cas de perte de revenu**

### **Diapositive 14: Remplacer le revenu perdu**

- Puisez dans vos économies ou votre fonds d'urgence
- Demandez un prêt ou une contribution à des membres de votre famille, à des ami(e)s, à votre conjoint(e) ou à d'autres personnes dans votre vie
- Demandez à votre établissement d'enseignement de vous accorder un prêt, une bourse d'études ou une bourse fondée sur les besoins
- Demandez du financement externe à des associations, à des institutions ou à des fondations privées
- Considérez la possibilité de contracter un emprunt bancaire (marge de crédit pour étudiant)
- Cherchez un emploi à temps partiel pendant l'année scolaire si votre charge de cours le permet ou cherchez un emploi à temps plein pour la relâche hivernale et/ou les vacances d'été
- Les étudiants ayant une invalidité peuvent communiquer avec leur établissement d'enseignement ou leur gouvernement pour voir s'ils ont accès à des bourses ou des prêts
- Selon la province, les étudiants pourraient se tourner vers l'assurance-emploi

### **CONSEIL PRATIQUE :**

Mentionnez que les étudiants qui entreprennent des études postsecondaires doivent communiquer avec le bureau d'aide financière de leur établissement d'enseignement pour déterminer si des bourses ou des possibilités de conciliation travail-études sont offertes pour pallier la baisse de leurs revenus.

**Activité 10 MAPOUT : Options en cas de perte de revenu**

Demandez aux participants de former des équipes de trois ou quatre personnes et de dresser une liste des différentes façons de remplacer le revenu ou les fonds perdus pour leurs études. Montrez la diapositive Remplacer le revenu perdu et examinez-la avec les participants. Demandez aux groupes de discuter des sources de revenu qui offrent une meilleure sécurité en cas de perte de revenu totale ou partielle. Discutez de différentes sources de revenu énoncées sur la diapositive en posant des questions comme celles-ci :

- Quelles sont, parmi les sources énumérées, celles qui sont les plus faciles à utiliser en cas d'urgence?
  - **Réponse** : C'est habituellement l'épargne, car la plupart des autres sources s'accompagnent de conditions ou de périodes d'attente. (De nombreuses personnes ont recours aux cartes de crédit ou à une marge de crédit. Bien qu'elles permettent d'obtenir rapidement de l'argent, elles ne sont pas de réelles sources de revenus.)
- Quelle est la meilleure façon de se préparer à faire face à une situation d'urgence?
  - **Réponse** : Constituer un fonds d'épargne d'un montant allant de 500 \$ à 1000 \$ (pour remplacer un ordinateur portatif ou pour prendre un vol d'urgence pour retourner à la maison).
- Pendant combien de temps pourriez-vous répondre à vos besoins si vos sources de revenu, y compris vos prêts étudiants, bourses d'études et bourses d'excellence, disparaissaient du jour au lendemain?

Insistez sur le fait que le remplacement du revenu perdu exige un examen approfondi et immédiat de sa situation financière. Donnez aux participants la feuille de travail MAPOUT qui suit pour examiner les possibilités de remplacement du revenu qui s'offriront à eux quand ils en auront besoin.

\*\*\*

**Feuille de travail MAPOUT: Options pour remplacer des revenus perdus**

Le remplacement du revenu perdu exige un examen approfondi et immédiat de l'état de vos finances – *avant* d'avoir des ennuis financiers. Élaborez vos options en répondant aux questions ci-dessous, pour vous guider.

**M – Magnitude du problème**

Quelle est la gravité de la situation? De combien avez-vous besoin pour combler la perte? Est-ce à court terme ou à long terme?

**A – Actifs que vous pouvez utiliser**

Combien d'argent liquide et d'épargne possédez-vous? Que pourriez-vous vendre, au besoin? Quelles compétences ou talents personnels pourriez-vous mettre à profit? (Évitez d'emprunter dans la mesure du possible – des prêts pourraient empirer votre cas.) Si vous étudiez à temps plein à l'université ou au collège, vous pouvez communiquer avec votre bureau d'aide financière pour examiner le soutien disponible (exemple: bourses, travail-études, etc.)

**P – Priorités**

Quelles sont les dépenses essentielles que vous devez maintenir? P. ex. une saine alimentation, les soins de santé, le loyer, l'électricité?

**O – Options pour joindre les deux bouts**

Où pourriez-vous couper? Pouvez-vous éliminer certaines dépenses? Pouvez-vous en réduire quelques-unes? Quelles dépenses pourriez-vous remettre à plus tard? Comment pourriez-vous augmenter vos revenus ou obtenir plus de financement (à court terme et à long terme)? L'établissement d'enseignement peut-il aider? Existe-t-il une option d'aide gouvernementale selon laquelle une diminution importante du revenu des parents a un impact sur l'évaluation de l'aide gouvernementale? Est-ce que les ressources communautaires seraient utiles (programmes communautaires ou gouvernementaux, réseaux de soutien, etc.)? D'autres membres de votre famille peuvent-ils vous aider?

**U – Urgences imprévues**

Quelles urgences imprévues sont susceptibles de surgir? Pouvez-vous mettre de côté ne serait-ce qu'une petite somme, en prévision des urgences? À qui pourriez-vous vous adresser si vous êtes dans une véritable situation d'urgence?

**T – Temps pour gérer la trésorerie**

Sur quel revenu pouvez-vous compter? Pour quoi devez-vous dépenser le mois prochain? Combien de temps dureront vos actifs si vous réduisez les dépenses à un minimum? Combien de temps durera la situation?

*Adapté de University of Georgia Cooperative Extension*

**Diapositive 15 : Résumé des principaux messages**

- Un emploi est la principale source de revenu, mais il en existe d'autres
- Il est important pour les étudiant(e)s de considérer de nouvelles ressources susceptibles de contribuer au financement de leurs études
- Des montants sont prélevés des chèques de paye pour les impôts, les programmes sociaux, etc.
- Le revenu net est le montant d'argent qui va dans vos poches après le prélèvement des retenues
- Mettez de l'argent de côté pour constituer un fonds d'urgence



**Activité 11 Résumé des principaux messages**

Invitez les participants à faire le point sur les sujets couverts.

Demandez aux participants de se mettre par deux ou de former de petits groupes pour discuter et prendre note des trois ou quatre choses les plus importantes qu'ils ont apprises pendant la séance.

Demandez à quelques participants de comparer leurs listes au Résumé des principaux messages. Clarifiez tout malentendu et soulignez aux participants que les messages portent sur les sujets traités dans cette section.

**Section 3 : Dépenses****Diapositive 16 : Section 3 : Dépenses**

Section 3 : Dépenses

**Études de cas - Dépenses**

Arielle et Fabien ont pris quelques instants pour évaluer leur situation financière maintenant qu'ils ont terminé leurs études et commencent le remboursement de leurs prêts étudiants. Ils viennent d'intégrer le marché du travail, de louer leur propre appartement et ont de la difficulté à composer avec leur nouvelle situation financière. Tous deux réfléchissent à l'achat d'une voiture.

Ils doivent réduire leurs dépenses. Comment y arriver? « Je n'ai aucune marge de manœuvre », soutient Arielle. « Je ne lâcherai pas le morceau si facilement. Nous pouvons y arriver, » mentionne Fabien.

Fabien a trouvé sur l'internet une feuille de calcul pour établir un budget. Il a été facile de remplir la section sur le revenu, car tous deux connaissent leur salaire mensuel net. De plus, chaque année, Arielle touche un petit montant d'intérêt provenant d'un placement que sa grand-mère a fait en leur nom. Par contre, la section sur les dépenses leur a donné un peu plus de fil à retordre. Les dépenses courantes et fixes comme le loyer, les paiements de prêt automobile, les paiements de remboursement de prêts étudiants et le coût des services publics étaient faciles à établir. Toutefois, l'évaluation de la facture mensuelle d'épicerie ou des dépenses consacrées aux vêtements était loin d'être aussi facile.

Ils ont estimés des nombres très approximatifs, mais Fabien savait qu'ils devaient être plus précis. Par conséquent, Fabien et Arielle se sont mis à faire la liste de toutes les dépenses faites en un mois. Ils ont examiné leurs factures de cartes de crédit et leurs relevés bancaires pour



déterminer la somme et la nature de leurs dépenses. Ensuite, il a été beaucoup plus facile de remplir la partie des dépenses, même s'ils ont dû estimer certaines dépenses occasionnelles comme des réparations pour la voiture.

Ils ont ensuite soustrait le montant total des dépenses du revenu total et examiné le résultat : un peu moins de 200 \$ par mois. « Ce montant ne comprend même pas d'épargne », ajoute Fabien, en montrant du doigt cette ligne de la colonne des dépenses. « On dit que nous devrions essayer de mettre de côté 10 % de notre paye chaque mois. »

Arielle dit alors : « Et si nous n'achetions pas de voiture? Nous pourrions faire du covoiturage, utiliser notre vélo ou prendre l'autobus. Les frais connexes seraient inférieurs à ceux liés à la possession et à l'utilisation d'une voiture. » Puis, Fabien a vérifié s'ils pouvaient bénéficier d'une aide au remboursement pour leurs prêts étudiants afin de voir s'il serait possible de diminuer le montant de leur remboursement mensuel respectif.

Après avoir passé leurs dépenses au peigne fin, voici en quoi consistait leur plan :

- regrouper leurs services de téléphone et de câble;
- supprimer un repas au restaurant et un spectacle par mois;
- acheter les produits de première nécessité en grande quantité, cuisiner en grande quantité et congeler les repas;
- présenter une demande d'aide au remboursement pour leurs prêts étudiants fédéraux et provinciaux.

Somme toute, ils ont calculé qu'ils pouvaient épargner 300 \$ par mois.

« Ce n'est pas énorme », indique Arielle. Fabien a réfléchi un instant. « Peut-être que nous devrions aménager un jardin l'an prochain... »

Leçons retenues par Arielle et Fabien :

- Il est important de prendre l'habitude de suivre de près vos dépenses pour savoir où va votre argent.
- On recommande que vous examiniez vos dépenses (p. ex. l'épicerie) sur une période de trois mois à six mois pour obtenir une moyenne et dresser un portrait représentatif de votre budget.
- L'établissement d'un budget fondé sur vos revenus et vos dépenses réelles vous donnera une idée exacte de votre situation financière.

Bien souvent, vous pouvez économiser de l'argent en réduisant les dépenses qui ne sont pas essentielles et en apportant des changements à votre mode de vie. (Des réductions de dépenses à court terme peuvent mener à des économies à long terme.)



## Aperçu

### Diapositive 17 : Dépenses

Cette section présente comment :

- déterminer ce que vous dépensez réellement
- réduire vos dépenses et à mettre de l'argent de côté pour l'épargne et d'autres objectifs

### Diapositive 18 : Savoir ce que vous dépensez

- Conservez tous vos reçus dans un dossier ou en format électronique (p. ex. une photo)
- Notez toutes vos dépenses chaque jour (comptant, débit, crédit)
- Établissez une liste des dépenses occasionnelles (cadeaux, dons, taxes, réparations, etc.)
- Calculez le total de vos dépenses à la fin du mois
- Faites-le pendant au moins trois mois

## Contrôler les dépenses

### Diapositive 19 : Réduire les dépenses superflues

- Économisez votre argent pour vous procurer l'essentiel
- Faites en sorte de réduire les dépenses consacrées aux choses non essentielles (dépenses discrétionnaires)
  - Il est plus facile de réduire les dépenses consacrées aux choses non essentielles
  - Même de petites économies chaque jour valent la peine d'être faites
  - P. ex : économie de 5 \$ par jour = 1 825 \$ par an
- Combien d'argent vos cotisations à votre REEE vous rapporteront-elles à long terme (en supposant un rendement de 4 %)?
  - 20 \$ / mois dans un compte d'épargne pour les 35 prochaines années : 17 676 \$.
  - 30 \$ / mois dans un compte d'épargne pour les 35 prochaines années: 26 514 \$.(Ces montants ne tiennent pas compte des déductions fiscales.)

Pour plus de renseignements à cet égard, consultez [le module sur les placements](#) du programme Vos outils financiers.



### Activité 12 Épargner pour quoi?

Magalie commence à investir 100 \$ par mois à l'âge de 28 ans. Elle investit régulièrement et obtient un rendement moyen à long terme de 5 %. Au moment où elle prévoit prendre sa retraite, soit à l'âge de 65 ans, son investissement lui rapportera environ 125 000 \$. Si Steve commence à investir 10 ans plus tôt, de combien d'argent disposera-t-il approximativement au moment de prendre sa retraite, soit à 65 ans?

- a. 150 000 \$    b. 180 000 \$    c. 220 000 \$    d. 275 000 \$

**Réponse :** La bonne réponse est C – approximativement 220 000 \$. Il n'y a pas de règle absolue, mais plus vous commencez tôt à épargner pour votre avenir, plus vos économies ont le temps de fructifier. Que vous ayez commencé à épargner 25 \$ par mois pendant vos études universitaires ou 100 \$ par mois depuis que vous avez décroché un emploi à temps plein, le fait d'établir un plan ou de prendre l'habitude d'épargner une partie de vos revenus à chaque paye peut s'avérer très efficace à long terme.

### IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR LA DIAPOSITIVE 20 : Réduire mes dépenses discrétionnaires

#### Diapositive 20 : Réduire mes dépenses discrétionnaires

[Cliquer ici pour accéder à la feuille de travail en ligne](#)

Réduire mes dépenses discrétionnaires			
Utilisez ce tableau pour noter les dépenses que vous pourriez réduire. Calculez ce que vous économiseriez par semaine et par mois. Ensuite, indiquez ce que vous pourriez faire d'autre avec cet argent.			
	Coût moyen	Fréquence de réduction par semaine	Économies par semaine
Apporter un lunch au travail plutôt que de manger au restaurant	<input type="text"/> \$	1	0,00 \$
Utiliser le transport en commun au lieu de prendre ma voiture	<input type="text"/> \$	1	0,00 \$
Avoir une bouteille réutilisable au lieu d'acheter de l'eau embouteillée	<input type="text"/> \$	1	0,00 \$
Faire mon café au lieu de l'acheter	<input type="text"/> \$	1	0,00 \$
Faire du covoiturage avec un collègue au lieu d'être seul dans ma voiture	<input type="text"/> \$	1	0,00 \$
Ne pas acheter certains articles ou en acheter moins par semaine : cigarettes, bonbons, collations	<input type="text"/> \$	1	0,00 \$
Cesser d'acheter des billets de loterie ou en acheter moins	<input type="text"/> \$	1	0,00 \$

**CONSEIL PRATIQUE :**

Revenez sur la somme des économies mensuelles qui a été obtenue à l'issue de l'activité 2 et demandez aux participants de comparer leur total à la moyenne de la classe.

**Activité 13 Magasiner pour la meilleure offre**

Demandez aux étudiants de former des groupes de trois personnes et de comparer les prix d'un forfait de données (3 Go) pour téléphone cellulaire auprès de trois fournisseurs (nouveau forfait avec nouveau téléphone OU avec un ancien téléphone).

**Diapositive 21 : Conseils pour réduire vos dépenses**

- Faites-le vous-même.
- Mangez à la maison
- Magasinez de façon plus responsable : intéressez-vous aux soldes, achetez en gros ou au rabais
- Éliminez les dépenses inutiles (p. ex. les frais d'adhésion et d'inscription)
- Consommez moins d'énergie (éteignez les lumières, baissez les thermostats)
- Marchez, prenez votre vélo ou utilisez le transport en commun
- Trouvez des divertissements qui ne coûtent pas cher (divertissements à la maison, événements gratuits, etc.)
- Ne faites pas l'épicerie quand vous avez faim (mangez une collation avant d'aller magasiner)
- Faites votre propre café ou thé
- Établissez un budget hebdomadaire pour éviter de trop dépenser
- Dressez une liste de ce dont vous avez besoin avant d'entrer dans un magasin
- Éviter les regrets liés aux dettes; faites des recherches et des comparaisons avant de refinancer une dette existante ou de contracter plus de dettes
- Attendez et mettez de l'argent de côté au lieu de recourir au crédit

**Activité 14 Vrai ou trop beau pour être vrai?**

Suscitez des discussions parmi les participants en posant les questions suivantes :

- **Question 1.** Vous recevez une lettre promettant deux billets d'avion gratuits et un séjour dans un hôtel gratuit. Il vous suffit de composer un numéro sans frais. Vous êtes invité à assister à un exposé de vente et on vous remet des coupons. Pour activer ces coupons, vous devez payer 59,95 \$ par personne. Vrai ou trop beau pour être vrai?  
**Réponse :** Trop beau pour être vrai
- **Question 2.** Vous obtenez douze mois sans paiements ni intérêts si le solde entier est remboursé à la fin du douzième 12 mois. Vrai ou trop beau pour être vrai? **Réponse :** Trop beau pour être vrai, s'il y a des frais supplémentaires. Les gens oublient que, dans



les petits caractères, on trouve habituellement des frais d'ouverture pour ce genre de plans.

- **Question 3.** Quel site Web est le vrai? [www.nikesuperdiscounts.com](http://www.nikesuperdiscounts.com) ou [www.nike.com](http://www.nike.com) **Réponse :** [www.nike.com](http://www.nike.com)
- **Question 4.** Vous recevez un appel téléphonique au cours duquel on vous apprend que vous avez gagné à la loterie. Toutefois, on vous informe que vous devez d'abord payer les impôts qui se rapportent à votre prix. Si vous ne disposez pas des fonds requis pour payer le montant dû, un financement par un tiers vous sera offert. Vrai ou trop beau pour être vrai? **Réponse :** Trop beau pour être vrai.
- **Question 5.** Votre employeur peut vous mettre à pied temporairement pendant une période pouvant s'étendre jusqu'à 59 jours sans avis de licenciement. Vrai ou faux? **Réponse :** Vrai

### *Suivre les dépenses de près*

#### **Diapositive 22 : Calculer vos dépenses**

Suivez vos dépenses de près pour exercer un contrôle

- **Dépenses fixes :** ce sont les dépenses qui se répètent tous les mois et dont le montant varie peu d'un mois à l'autre, comme le loyer, les services publics, les remboursements de prêts et les factures de téléphonie cellulaire. Autre exemple : droits de scolarité
- **Dépenses variables :** les dépenses qui peuvent varier d'un mois à l'autre comme la nourriture, les loisirs, voyages, livres et fournitures ainsi que l'entretien de la voiture
- **Dépenses inhabituelles :** se produisent au cours de l'année
- **Dépenses imprévues :** dépenses inattendues que vous ne pouvez pas planifier

VIDÉO: [Comment réduire vos dépenses](#)

### **IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR L'ACTIVITÉ 15 : Mes dépenses mensuelles**

#### **Activité 15 Mes dépenses mensuelles**

Demandez aux participants de remplir *la feuille de travail Mes dépenses mensuelles*. Indiquez-leur qu'ils ne pourront probablement pas répondre à toutes les questions avant d'avoir tous les renseignements concernant leurs dépenses. Au besoin, montrez-leur comment remplir la feuille de travail en utilisant le formulaire interactif en ligne, à : <http://itools-ioutils.fcac-acfc.gc.ca/yft-vof/fra/rdb-3-8.aspx>



Discutez de leurs réponses en posant des questions comme celles-ci :

- Quelles dépenses réduiriez-vous si vous vouliez diminuer votre budget?
- Pourquoi les dépenses variables sont-elles plus faciles à modifier que les dépenses fixes?
  - **Réponse** : Les dépenses fixes sont souvent prévues par un contrat ou une entente de services, et elles ne sont pas faciles à modifier avant l'expiration du contrat. Elles ne sont pas fixes dans l'absolu, mais elles prennent plus de temps et sont parfois chères à modifier. Vous pouvez modifier les dépenses variables uniquement en décidant de ne pas dépenser autant.
- Pourquoi l'épargne figure-t-elle au titre des dépenses?
  - **Réponse** : L'épargne n'est pas une dépense comme les autres, au sens où vous conservez votre argent. Mais il est bon de penser à l'épargne comme de l'argent que vous mettez de côté et dont vous ne disposez pas pour vos dépenses. (Payez-vous d'abord.)
  - L'argent pour les dépenses imprévues et les situations d'urgence devrait être déposé dans un compte spécial auquel vous pourrez accéder au besoin.

Encouragez les participants à recueillir les renseignements additionnels dont ils ont besoin pour remplir la feuille de travail, après la séance de formation.

## IMPRIMER LA FEUILLE DE RÉPONSE POUR LA VIDEO POUR L'ACTIVITÉ 16: Comment réduire vos dépenses

### Activité 16 VIDÉO: Comment réduire vos dépenses

Visionnez la vidéo *Comment réduire vos dépenses* : <http://itools-ioutils.fcac-acfc.gc.ca/yft-vof/fra/rdb-3-8.aspx>

Présentez la vidéo et remettez aux participants une copie de la feuille de réponses. Demandez-leur de répondre aux questions sur la feuille pendant qu'ils regardent la vidéo et une fois la vidéo terminée. Après la vidéo, demandez à quelques participants de dire ce qu'ils en pensent à leur voisin ou au groupe. Poursuivez la discussion en posant des questions comme celles-ci :

- Comment pourriez-vous utiliser les conseils donnés sur les dépenses dans la vidéo pour vous aider à réduire vos dépenses totales?
- Nommez des dépenses qui ne sont pas mentionnées, et que vous pourriez réduire?



- Comment la réduction de vos dépenses vous aide à atteindre vos objectifs futurs?
  - **Réponse** : Vous pouvez déposer l'argent que vous ne dépensez pas dans un compte où il rapportera un revenu.
- Qu'est-ce qui rend la réduction de vos dépenses plus difficile? Comment pouvez-vous surmonter ces difficultés?

### Feuille de réponse pour la vidéo

Titre de la vidéo : \_\_\_\_\_

Avec quels points de la vidéo êtes-vous d'accord?

Avec quels points de la vidéo êtes-vous en désaccord?

Sur quels points abordés dans la vidéo avez-vous besoin de plus de renseignements?

Si vous deviez résumer vidéo, quels seraient les points les plus importants?

### Diapositive 23 : Résumé des principaux messages

- Les dépenses peuvent être fixes ou variables
- Suivez de près vos dépenses quotidiennes
- Incluez les dépenses inhabituelles et imprévues
- Pour réduire les dépenses superflues :
  - évitez d'acheter sous l'impulsion du moment
  - modifiez un peu certaines de vos habitudes de vie
  - lorsque vous magasinez, faites des choix judicieux
- Mettez de l'argent dans un compte spécial pour les dépenses imprévues



**Activité 17 Résumé des principaux messages**

Invitez les participants à faire le point sur les sujets couverts.

Demandez aux participants de se mettre par deux ou de former de petits groupes pour discuter et prendre note des trois ou quatre choses les plus importantes qu'ils ont apprises pendant la séance.

Demandez à quelques participants de comparer leurs listes au Résumé des principaux messages. Clarifiez tout malentendu et soulignez aux participants que les messages portent sur les sujets traités dans cette section.

**Section 4 : Préparation d'un budget****Diapositive 24 : Section 4 : Préparation d'un budget**

Section 4 : Préparation d'un budget

**Aperçu****Diapositive 25 : Préparation d'un budget**

Cette section présente comment :

- comparer les revenus et les dépenses d'un budget
- rajuster votre budget pour l'équilibrer ou, encore mieux, pour avoir un surplus
- tenir votre budget à jour et faire en sorte qu'il soit réaliste

**Diapositive 26 : Budgets**

- Une comparaison entre les revenus et les dépenses
- Une façon méthodique de gérer votre argent
- Les revenus moins les dépenses donnent un surplus ou un déficit



## Préparation d'un budget mensuel

### Diapositive 27 : Mon budget mensuel

[Cliquer ici pour accéder à la feuille de travail en ligne](#)

**Mon budget mensuel**

Inscrivez votre revenu mensuel total et vos dépenses mensuelles totales. Ensuite, soustrayez vos dépenses de votre revenu pour voir si vous avez un surplus ou un déficit. Vous pouvez également utiliser la [calculatrice budgétaire](#) de l'Agence de la consommation en matière financière du Canada. C'est un outil interactif utile et complet qui vous permet de préparer un budget familial.

Revenus	Montant par mois (\$)
Revenu d'emploi (après les retenues)	0,00 \$
Primes	0,00 \$
Pourboires ou commissions	0,00 \$
Prestations du gouvernement (Prestation fiscale canadienne pour enfants, Soutien aux enfants du Québec, assurance-emploi, Régime de pensions du Canada/Régime de rentes du Québec, etc.)	0,00 \$
Travail autonome	0,00 \$
Cadeaux	0,00 \$
Subventions ou bourses d'études	0,00 \$
Redevances	0,00 \$
Autre	0,00 \$

#### CONSEIL PRATIQUE :

Faites le lien entre le budget présenté ci-dessus et la façon dont les étudiants pourraient se servir d'une application Web pour établir un budget. Le principe est le même et les étudiants se servent souvent de leur téléphone intelligent pour gérer leurs activités.

### IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR L'ACTIVITÉ 18 : Mon budget mensuel

#### Activité 18 Mon budget mensuel

Demandez aux participants de compléter la *feuille de travail Mon budget mensuel*. Indiquez-leur qu'ils peuvent utiliser les feuilles de travail sur leurs revenus et dépenses qu'ils ont remplies précédemment, et précisez-leur qu'ils pourraient ne pas pouvoir remplir totalement la feuille de travail sur le budget mensuel avant d'avoir rempli ces feuilles de travail.



Discutez de leurs réponses en posant des questions comme celles-ci :

- Que pouvez-vous faire si vous avez un surplus budgétaire?
  - **Réponse** : Rembourser des dettes; ajouter de l'argent à votre fonds d'urgence; accroître le montant de votre épargne mensuelle; investir une partie du surplus pour payer des dépenses futures.
  
- Que pouvez-vous faire si vous avez un déficit budgétaire?
  - **Réponse** : Réduire les dépenses discrétionnaires; magasiner pour obtenir de meilleurs prix ou négocier de meilleurs prix; augmenter votre revenu en obtenant un meilleur emploi ou un autre emploi.
  
- Comment pouvez-vous utiliser cette feuille de travail pour mieux gérer vos dépenses?
  - **Réponse** : Vous pouvez déterminer si vous avez un surplus ou un déficit mensuel. Vous pouvez utiliser cette information pour déterminer si et où vous devez rajuster votre revenu ou vos dépenses pour équilibrer votre budget.

Encouragez les participants à modifier leurs grilles budgétaires pour obtenir un budget équilibré après la séance, en utilisant des chiffres réels de leurs relevés personnels.

### Activité 19 Gérer une grosse somme d'argent

Instructions :

- Estimez le financement total que vous pourriez recevoir sous forme de prêts étudiants (activités 7, 8 et 9)
- Estimez le montant des dépenses mensuelles de l'activité 15
- Calculez le déficit ou l'excédent pour deux semestres en tenant compte des droits de scolarité ponctuels et des dépenses liées à l'achat de manuels

À la fin de l'activité, posez la question suivante : À la fin des deux semestres, auriez-vous un déficit ou un excédent?

Discutez des réponses.

**IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR L'ACTIVITÉ 20 : Ton budget tient-il la route?****Activité 20 Ton budget tient-il la route?**

Dans le présent exercice, expliquez que l'étudiant a été diplômé et qu'il entreprend sa carrière professionnelle à temps plein, hors de l'école. Remettez à chaque personne un exemplaire de la *feuille de travail Mon budget mensuel*.

Précisez qu'ils disposent d'un salaire net mensuel de 2 500 \$. Vous pouvez aussi vous servir de la liste des exemples d'emplois et des salaires mensuels nets qui s'y rattachent et demander aux étudiants de choisir celle qui correspond leur mieux à leur situation ou, encore, procéder par tirage au sort.

Demandez à chaque personne de faire ce qui suit :

**1) Tout d'abord, établir les paiements mensuels fixes.**

- Demandez aux participants d'inscrire les dépenses ci-dessous sur leur feuille de travail budgétaire :
  - 800 \$ pour le loyer
  - 350 \$ pour les factures mensuelles (laissez-passer de transport en commun, téléphone cellulaire, services publics, etc.)
  - 250 \$ pour le remboursement du prêt étudiant
  - 250 \$ dans un compte d'épargne

*Remarque : Les montants ci-dessus peuvent être modifiés de façon à mieux rendre compte du coût de la vie dans votre ville/région*
- Si on utilise un salaire net mensuel de 2 500 \$, cela laisse aux participants 850 \$ pour couvrir les autres dépenses pendant quatre semaines, soit environ 212,50 \$ par semaine. Expliquez aux participants que c'est tout l'argent dont ils disposent pour vivre pendant le mois; par conséquent, ils peuvent le répartir à leur guise, mais s'ils épuisent ce montant, ils n'auront plus rien jusqu'au mois suivant (découvert interdit).

**Remarque :** Dans la pièce, aménagez des « postes » associés aux catégories de dépenses variables suivantes : épicerie et restaurant, vêtement, divertissement, articles ménagers, soins personnels, divers. Vous pouvez assigner un participant à chaque poste ou placer des affiches indiquant la catégorie de dépense (c.-à-d. vêtement) sur chaque table. Imprimez les feuilles d'exemples de dépenses variables, découpez les articles et disposez-les au poste approprié. Une autre façon de procéder consiste à placer des exemplaires de chaque feuille de catégorie de dépenses variables (une par personne) à chaque poste.

**2) Prendre une feuille/des articles à chaque poste et choisir les articles qui doivent être ajoutés au budget.**

**Remarque :** Ajoutez autant de types de dépenses que possible dans chaque catégorie ou demandez aux étudiants d'inscrire d'autres dépenses dans chaque catégorie afin de les



inciter à réfléchir à toutes leurs dépenses. Puis, demandez-leur de prendre les articles de chaque poste dont ils ont besoin ou qu'ils veulent chaque mois afin de les ajouter à leur budget. Les participants doivent prendre des articles de chaque poste.

**3) Après avoir pris les articles choisis à chaque poste, les ajouter au budget et en calculer la valeur totale.**

**Remarque :** Si les participants dépassent leur budget, demandez-leur de remettre certains des articles choisis afin d'équilibrer leur budget. Il est important de rappeler aux participants que certains articles ne sont achetés qu'une fois par mois alors que d'autres doivent être achetés plusieurs fois par mois (c.-à-d. café, repas).

**4) Commencer à établir un budget d'un mois. Si le temps le permet, vous pouvez leur demander de commencer à travailler sur le mois suivant afin de voir de quelle façon le premier mois a une incidence sur les dépenses du mois suivant.**

**5) Une fois que tout le monde dispose d'un budget équilibré, former des groupes de trois ou quatre personnes et discuter de la répartition de l'argent.**

Discutez de leurs réponses en posant des questions comme celles-ci :

- Les décisions prises varient-elles considérablement d'une personne à l'autre? Pourquoi?
- Que se passe-t-il si vous dépassez votre budget avant la fin du mois?
  - **Réponse :** Vous pouvez prélever de l'argent dans une autre catégorie, mais il est alors possible que vous manquiez d'argent dans cette catégorie. (Posez la question suivante : Dans quelle catégorie prendriez-vous de l'argent et pourquoi? Discutez de l'importance d'éviter de puiser dans les économies).
- Que pouvez-vous faire si vous voulez acheter quelque chose qui coûte plus que le montant dont vous disposez dans votre budget, par exemple un manteau qui coûte 150 \$?
  - **Réponse :** Vous pouvez réduire le budget consacré à un autre élément, trouver un article similaire vendu à prix moindre ou reporter l'achat pour vous donner le temps d'accumuler le montant nécessaire.
- Discutez du remboursement des prêts étudiants et des paiements minimaux sur les soldes de carte de crédit. De quel montant supplémentaire disposeriez-vous chaque mois si vous n'aviez pas à effectuer ces paiements? Que pourriez-vous faire avec cet argent? (Parlez des avantages du remboursement accéléré des dettes).



- Dites aux participants que leur laveuse s'est inopinément brisée et qu'ils doivent payer 300 \$ pour la faire réparer. Quelles seraient les conséquences de cette dépense pour leur budget mensuel? Que pourraient-ils faire pour couvrir ces frais à la lumière du budget dont ils disposent? Que peuvent-ils faire pour se préparer à ce type de dépenses imprévues? (Au besoin, demandez aux étudiants de former de petits groupes de discussion).

### Diapositive 28 : Tenir votre budget à jour et faire en sorte qu'il soit réaliste

- Tenir un budget est une activité constante
  - Vérifiez si les chiffres concernant vos revenus et vos dépenses sont exacts
  - Respectez vos engagements concernant l'épargne et le remboursement de dettes
  - Si vous craignez un déficit (ou envisagez un surplus), regardez là où vous pouvez apporter des changements

### Diapositive 29 : Résumé des principaux messages

- Un budget sert à comparer les revenus et les dépenses
- Si vous avez un surplus, remboursez vos dettes et augmentez votre épargne
- Si vous avez un déficit, réduisez vos dépenses ou augmentez votre revenu
- Trouvez et utilisez une méthode/un outil pour suivre et gérer vos dépenses qui fonctionne bien pour vous
- Examinez votre budget régulièrement afin qu'il soit à jour et réaliste
- Rappel : Votre revenu et vos dépenses ne sont pas fixes d'un mois à l'autre. Votre budget ne l'est donc pas non plus. Adaptez votre budget mensuel aux changements qui se présentent à vous pour protéger votre plan financier et ne pas perdre vos objectifs de vue.

### Activité 21 Résumé des principaux messages

Invitez les participants à faire le point sur les sujets couverts.

Demandez aux participants de se mettre par deux ou de former de petits groupes pour discuter et prendre note des trois ou quatre choses les plus importantes qu'ils ont apprises pendant la séance.

Demandez à quelques participants de comparer leurs listes au Résumé des principaux messages. Clarifiez tout malentendu et soulignez aux participants que les messages portent sur les sujets traités dans cette section.



## Section 5 : Établissement d'un budget pour atteindre vos objectifs

### Diapositive 30 : Section 5 : Établissement d'un budget pour atteindre vos objectifs

Section 5 : Établissement d'un budget pour atteindre vos objectifs

#### *Aperçu*

### Diapositive 31 : Établissement d'un budget pour atteindre vos objectifs

Cette section présente comment :

- fixer des objectifs financiers à court, moyen et long terme
- définir vos objectifs afin qu'ils soient réalisables
- utiliser votre budget pour atteindre vos objectifs

VIDÉO : [Comment atteindre vos objectifs financiers](#)

#### **CONSEIL PRATIQUE :**

Utilisez les exemples suivants :

- **Objectifs à court terme :**
  - Commencez par un avenir rapproché. Pensez à vos besoins, à vos désirs et à vos priorités. Que voulez-vous réaliser au cours de la prochaine année et combien cela vous coûtera-t-il? Il pourrait s'agir du remboursement de votre solde de carte de crédit (800 \$), d'une demande d'admission dans une école de cycle supérieur, de l'achat d'un nouvel ordinateur portable, du dépôt de 1 000 \$ dans un régime enregistré d'épargne-retraite ou d'un voyage d'une valeur de 2 000 \$.
- **Objectifs à moyen terme :**
  - Reportez-vous un peu plus loin dans l'avenir. Que voulez-vous réaliser d'ici un à trois ans, sachant qu'il vous faudra de l'argent pour y parvenir? Il pourrait s'agir de vacances de ski d'une valeur de 3 500 \$, d'économiser 5 000 \$ en vue de fonder une famille, d'acheter une voiture d'occasion d'une valeur de 15 000 \$ ou de participer à un échange en Australie.
- **Objectifs à long terme :**
  - Maintenant, pensez à un avenir plus lointain. Que voulez-vous réaliser dans trois ans ou plus, sachant qu'il vous faudra de l'argent pour y parvenir? Il pourrait s'agir de rembourser un prêt étudiant de 25 000 \$, d'épargner 30 000 \$ pour



votre retraite ou d'accumuler le montant nécessaire pour effectuer un versement initial à l'achat d'une maison de 300 000 \$.

### Établissement d'un budget pour atteindre vos objectifs

**IMPRIMER LA FEUILLE DE RÉPONSE POUR L'ACTIVITÉ 22 : Comment atteindre vos objectifs financiers**

#### Activité 22 VIDÉO : Comment atteindre vos objectifs financiers

Visionnez la vidéo *Comment atteindre vos objectifs financiers* :

<https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/services/vos-outils-financiers/revenus-depenses-budget/revenus-depenses-budget-5/3.html>

Présentez la vidéo et remettez aux participants une copie de la feuille de réponses. Demandez-leur de répondre aux questions sur la feuille pendant qu'ils regardent la vidéo et une fois la vidéo terminée. Après la vidéo, demandez à quelques participants de dire ce qu'ils en pensent à leur voisin ou au groupe.

Poursuivez la discussion en posant des questions comme celles-ci :

- Pourquoi est-il important d'avoir des objectifs S.M.A.R.T.?
  - **Réponse** : Les objectifs S.M.A.R.T. vous aident à planifier la façon d'épargner pour atteindre votre objectif, à mesurer votre progression et à déterminer si vous devez changer votre stratégie pour atteindre votre objectif.
- Quels sont des exemples d'objectifs S.M.A.R.T.?

#### Feuille de réponses pour la vidéo

Titre de la vidéo :

\_\_\_\_\_

Avec quels points de la vidéo êtes-vous d'accord?

Avec quels points de la vidéo êtes-vous en désaccord?

Sur quels points abordés dans la vidéo avez-vous besoin de plus de renseignements?





Si vous deviez résumer vidéo, quels seraient les points les plus importants?

## IMPRIMER LA FEUILLE DE TRAVAIL POUR L'ACTIVITÉ 23 : Établir un budget pour atteindre mon objectif

### Activité 23 Établir un budget pour atteindre mon objectif

Demandez aux participants de travailler individuellement ou par deux pour inscrire au moins un objectif à court terme, à moyen terme ou à long terme dans la **feuille de travail Établir un budget pour atteindre mon objectif**. Indiquez-leur qu'ils ne pourront peut-être pas remplir la feuille complètement avant d'avoir davantage de renseignements sur le coût de leurs objectifs. S'il y a lieu, montrez-leur comment remplir la feuille de travail au moyen du formulaire interactif en ligne à : <http://itools-ioutils.fcac-acfc.gc.ca/yft-vof/fra/rdb-5-5.aspx>

Discutez de leurs réponses en posant des questions comme celles-ci :

- De quelle façon la feuille de travail vous aide-t-elle à atteindre vos objectifs?
  - **Réponse** : Elle vous aide à établir le montant estimatif que vous devez épargner chaque mois, de façon à ce que vous puissiez suivre la situation de près pour obtenir ce dont vous avez besoin.
- Que pouvez-vous faire si vous pensez que l'épargne mensuelle requise pour atteindre vos objectifs est supérieure au montant que vous épargnez?
  - **Réponse** : Augmenter votre revenu ou réduire vos dépenses pour avoir plus d'argent à épargner; reporter votre objectif pour avoir plus de temps pour épargner; rajuster votre objectif afin de réduire le montant nécessaire.

### Activité 24 Assembler le tout ensemble

En groupes de trois, les étudiants doivent tenter de répondre aux questions de l'un des scénarios suivants et en discuter.

**Groupe A** : Arielle et Fabien viennent de terminer l'université et décident de faire vie commune. Tous deux commencent à rembourser leurs prêts étudiants et occupent des emplois à temps plein rémunérés au salaire minimum. Devraient-ils louer un appartement meublé ou non meublé? Où peuvent-ils trouver des meubles usagés ou d'autres articles? Peuvent-ils négocier le prix des services publics? Aidons-les à établir un budget et à répondre à leurs questions.



**Groupe B :** Marianne et Cédric viennent tout juste de terminer l'université et envisagent de fonder une famille. Cédric doit rembourser des prêts étudiants et occupe un poste junior dans le domaine professionnel qu'il a choisi. Marianne n'a pas de prêts étudiants à rembourser, mais elle est encore à la recherche d'un emploi dans son domaine. Entre-temps, elle occupe quelques emplois à temps partiel. Leurs revenus sont-ils suffisamment élevés pour fonder une famille dès maintenant? Peuvent-ils réduire leurs dépenses pour commencer à épargner? Devraient-ils louer ou acheter du mobilier pour bébé? Aidons-les à établir un budget et à répondre à leurs questions.

**Groupe C :** Samuel vient tout juste d'obtenir un deuxième diplôme universitaire et il occupe un emploi d'enseignant depuis quelques années. Même si Samuel doit rembourser des prêts étudiants élevés et qu'il est père monoparental, cette nouvelle carrière lui permet de jouir d'une bonne sécurité financière et d'épargner. Samuel est en mesure d'acheter une maison, mais il ne sait pas si ce serait un bon choix. Devrait-il acheter une maison ou rembourser ses prêts étudiants? Aidons-le à établir un budget et à répondre à ses questions.

Le formateur doit posséder les réponses ci-dessous :

- Meubles ou articles usagés : Craigslist, Kijiji, boutiques d'articles d'occasion
- Achat de meubles usagés ou location de meubles
- Services publics : électricité – demander des factures antérieures
- Le remboursement des dettes est habituellement la meilleure façon d'utiliser des excédents. Par contre, selon le cas, il peut être plus avantageux d'investir ou de continuer à épargner. Il faut considérer de nombreux facteurs quand on envisage d'effectuer des achats importants : limites du Programme d'aide au remboursement, taux d'intérêt, marché immobilier, sécurité d'emploi, inflation, etc. Il n'y a pas de réponses simples; tentez de prendre la décision qui soit la plus avantageuse pour vous à long terme.

### Diapositive 32 : Résumé des principaux messages

- Établissez des objectifs financiers à court, moyen et long terme
- Établissez des objectifs S.M.A.R.T. :
  - Spécifiques
  - Mesurables
  - Atteignables
  - Réalistes
  - Temporels
- Divisez le total de l'argent nécessaire pour atteindre votre objectif financier en sommes mensuelles
- Rajustez vos finances pour atteindre votre objectif mensuel en matière d'épargne



### Activité 25 Résumé des principaux messages

Invitez les participants à faire le point sur les sujets couverts.

Demandez aux participants de se mettre par deux ou de former de petits groupes pour discuter et prendre note des trois ou quatre choses les plus importantes qu'ils ont apprises pendant la séance.

Demandez à quelques participants de comparer leurs listes au Résumé des principaux messages. Clarifiez tout malentendu et soulignez aux participants que les messages portent sur les sujets traités dans cette section.

## IMPRIMER LE PLAN D'ACTION POUR L'ACTIVITÉ 26 : Plan d'action

### Plan d'action

#### Activité 26 Plan d'action

Invitez les participants à examiner le Plan d'action, en utilisant la diapositive 33 ou **le Plan d'action** en ligne, au besoin : <https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/services/vos-outils-financiers/revenus-depenses-budget/revenus-depenses-budget-6.html>

Demandez aux participants de cocher les mesures qu'ils pourraient devoir prendre.  
Demandez aux participants de décider quand et comment ils prendront les mesures requises.  
Demandez s'il y a des participants qui accepteraient de présenter leurs plans d'action.

Poursuivez la discussion en posant des questions comme celles-ci :

- Quelle est la première mesure que vous devez prendre pour mieux gérer vos revenus, vos dépenses et votre budget?
- Quelles mesures énoncées dans la liste exigent le plus de travail?
- Qu'est-ce qui rend certaines mesures énoncées dans la liste plus difficiles à prendre que d'autres?
- À propos de quels autres types de problèmes concernant la gestion de vos revenus, vos dépenses et votre budget avez-vous besoin d'être plus informé?



### Diapositive 33: Plan d'action

[Cliquer ici pour accéder à la feuille de travail en ligne](#)

#### Revenus, dépenses et budget — Aide-mémoire

Utilisez cet aide-mémoire afin de vous assurer que vous équilibrez vos revenus et vos dépenses, et que vous progressez pour atteindre vos objectifs financiers.

Étape	Tout va bien	À revoir	Où trouver plus de renseignements
J'additionne toutes mes sources de revenu pour calculer mon revenu net.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<a href="#">Feuille de travail : Mes sources de revenu</a>
Je note mes dépenses quotidiennes et je calcule ce que je dépense chaque mois dans les différentes catégories.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<a href="#">Savoir ce que vous dépensez</a> <a href="#">Feuille de travail : Mes dépenses mensuelles</a>
Je vérifie régulièrement mes dépenses discrétionnaires et je les réduis au besoin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<a href="#">Feuille de travail : Réduire mes dépenses discrétionnaires</a>
Je réduis mes dépenses en négociant de meilleurs forfaits pour les services bancaires, les cartes de crédit et les télécommunications.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<a href="#">En faire plus avec votre argent</a>
J'ai un budget mensuel équilibré. Si mon budget n'est pas équilibré, je trouve des	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<a href="#">Feuille de travail :</a>

### Diapositive 34: Questions/Commentaires

QUESTIONS/COMMENTAIRES

\*\*\*

#### Références et liens

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, vous pouvez consulter les ressources suivantes :

- Agence de la consommation en matière financière du Canada - programme [Vos outils financiers](#)
- Agence de la consommation en matière financière du Canada - Pages Web sur [l'établissement d'un budget et la gestion de l'argent](#)
- Page Web de la Commission des valeurs mobilières de l'Ontario sur [le budget](#)
- Autorité des marchés financiers - [Calculateur de budget en ligne](#)



## **ANNEXE – Feuilles de travail et documents connexes**



## Activité 1 et 3 – Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez?

Notre prise de décisions en matière de dépenses s'appuie souvent sur des facteurs rationnels comme le besoin, le prix et le budget. Mais nous sommes également influencés par de nombreux autres facteurs comme la publicité, l'impulsion et les achats de nos amis et de notre famille. Répondez à ces questions pour savoir comment vous prenez des décisions financières.

**1. Dans quelle mesure êtes-vous d'accord avec l'énoncé suivant? « Le fait de dépenser me procure un sentiment de bien-être. Plus je dépense, et plus je me sens bien. Lorsque je dépense, je réduis le stress dans ma vie. »**

- a. D'accord
- b. Ni d'accord ni en désaccord
- c. Pas d'accord

**2. Parmi les énoncés suivants, lequel vous caractérise le mieux?**

- a. « Lorsque je vois quelque chose que je veux, je l'achète. »
- b. « Habituellement, lorsque je magasine je sais ce que je veux, mais il m'arrive aussi d'acheter quelque chose d'autre. »
- c. « Je magasine dans un but précis et je résiste à la tentation d'acheter sous l'impulsion du moment. »

**3. Parmi les énoncés suivants, lequel vous caractérise le mieux?**

- a. « Je veux acheter les choses dont je vois la publicité. »
- b. « Je m'intéresse à la publicité, mais j'essaie de ne pas me laisser influencer. »
- c. « Je pense que la publicité est souvent exagérée et je n'en tiens pas compte. »

**4. Dans quelle mesure êtes-vous d'accord avec l'énoncé suivant? « Si des personnes que je connais ont acheté un nouveau produit populaire, je veux moi aussi me le procurer. »**

- a. D'accord
- b. Ni d'accord ni en désaccord
- c. Pas d'accord

**5. Lorsque vous faites un gros achat, comment fonctionnez-vous habituellement?**

- a. Vous vous fiez à votre instinct.
- b. Vous comparez les prix dans un ou deux magasins.
- c. Vous faites une étude de consommation et vous comparez les prix dans au moins deux magasins.



## Activité 2 – Mes besoins, désirs et priorités

Déterminez si les articles suivants sont des besoins ou des désirs, et accordez-leur la priorité 1, 2 ou 3. Vous pouvez aussi ajouter des articles que vous avez achetés récemment. Indiquez leur coût mensuel (pour les achats que vous ne faites qu'une seule fois, divisez leur coût par 12 pour en estimer le coût mensuel). Ensuite, additionnez le coût des articles auxquels vous avez attribué une priorité 2 ou 3. Que pourriez-vous faire d'autre avec cet argent?

	Besoin	Désir	Priorité	Coût mensuel estimatif
Eau embouteillée/ boissons aromatisées				
Loyer				
Frais de garde d'enfants				
Laissez passer de transport en commun				
Téléphone intelligent avec plan				
Applications de jeux ou musique				
Repas hebdomadaire avec mon/ma meilleur(e) ami(e)				
Vêtements d'hiver				
Abonnement au conditionnement physique/club sportif				
Autre				
<b>Coût total (articles de priorité 2 et 3)</b>				

**Ce que je pourrais faire d'autre avec cet argent :**



## Activité 6 – Mes sources de revenus

Votre emploi n'est peut-être pas votre seule source de revenu. Utilisez ce tableau pour noter toutes vos sources de revenu. Ensuite, calculez votre revenu total mensuel et annuel. Pour obtenir des chiffres exacts, vous pouvez examiner vos talons de chèque de paye et vos relevés d'impôt récents.

Source	Fréquence de paiement	Revenu mensuel net	Revenu annuel net
Épargne/économies			
RÉÉ, CELI			
Revenu d'emploi			
Pourboires ou commissions			
Contributions familiales			
Subventions ou bourses d'études (excluant l'aide gouvernementale)			
Aide financière gouvernementale pour les étudiants			
Prêts (p. ex. banque, privés)			
Cadeaux			
Autre :			
Autre :			
Autre :			
<b>Total annuel</b>			

\* Veuillez noter que ce document a été modifié par rapport à la feuille de travail disponible en ligne afin de refléter les sources de revenus les plus probables pour les étudiants.





## Activité 10 – Feuille de travail MAPOUT

Le remplacement du revenu perdu exige un examen approfondi et immédiat de l'état de vos finances – *avant* d'avoir des ennuis financiers. Élaborez vos options en répondant aux questions ci-dessous, pour vous guider.

### M – Magnitude du problème

Quelle est la gravité de la situation? De combien avez-vous besoin pour combler la perte? Est-ce à court terme ou à long terme?

---

---

---

---

### A – Actifs que vous pouvez utiliser

Combien d'argent liquide et d'épargne possédez-vous? Que pourriez-vous vendre, au besoin? Quelles compétences ou talents personnels pourriez-vous mettre à profit? (Évitez d'emprunter dans la mesure du possible – des prêts pourraient empirer votre cas.) Si vous étudiez à temps plein à l'université ou au collège, vous pouvez communiquer avec votre bureau d'aide financière pour examiner le soutien disponible (exemple: bourses, travail-études, etc.)

---

---

---

---

### P – Priorités

Quelles sont les dépenses essentielles que vous devez maintenir? P. ex. une saine alimentation, les soins de santé, le loyer, l'électricité?

---

---

---

---

### O – Options pour joindre les deux bouts

Où pourriez-vous couper? Pouvez-vous éliminer certaines dépenses? Pouvez-vous en réduire quelques-unes? Quelles dépenses pourriez-vous remettre à plus tard? Comment pourriez-vous augmenter vos revenus ou obtenir plus de financement (à court terme et à long terme)? L'établissement d'enseignement peut-il aider? Existe-t-il une option d'aide gouvernementale selon laquelle une diminution importante du revenu des parents a un impact sur l'évaluation de l'aide gouvernementale? Est-ce que les ressources communautaires seraient utiles



(programmes communautaires ou gouvernementaux, réseaux de soutien, etc.)? D'autres membres de votre famille peuvent-ils vous aider?

---

---

---

### **U – Urgences imprévues**

Quelles urgences imprévues sont susceptibles de surgir? Pouvez-vous mettre de côté ne serait-ce qu'une petite somme, en prévision des urgences? À qui pourriez-vous vous adresser si vous êtes dans une véritable situation d'urgence?

---

---

---

### **T – Temps pour gérer la trésorerie**

Sur quel revenu pouvez-vous compter? Pour quoi devez-vous dépenser le mois prochain? Combien de temps dureront vos actifs si vous réduisez les dépenses à un minimum? Combien de temps durera la situation?

---

---

---

*Adapté de University of Georgia Cooperative Extension*



## Études de cas – Dépenses

Arielle et Fabien ont pris quelques instants pour évaluer leur situation financière maintenant qu'ils ont terminé leurs études et commencent le remboursement de leurs prêts étudiants. Ils viennent d'intégrer le marché du travail, de louer leur propre appartement et ont de la difficulté à composer avec leur nouvelle situation financière. Tous deux réfléchissent à l'achat d'une voiture.

Ils doivent réduire leurs dépenses. Comment y arriver? « Je n'ai aucune marge de manœuvre », soutient Arielle. « Je ne lâcherai pas le morceau si facilement. Nous pouvons y arriver, » mentionne Fabien.

Fabien a trouvé sur l'internet une feuille de calcul pour établir un budget. Il a été facile de remplir la section sur le revenu, car tous deux connaissent leur salaire mensuel net. De plus, chaque année, Arielle touche un petit montant d'intérêt provenant d'un placement que sa grand-mère a fait en leur nom. Par contre, la section sur les dépenses leur a donné un peu plus de fil à retordre. Les dépenses courantes et fixes comme le loyer, les paiements de prêt automobile, les paiements de remboursement de prêts étudiants et le coût des services publics étaient faciles à établir. Toutefois, l'évaluation de la facture mensuelle d'épicerie ou des dépenses consacrées aux vêtements était loin d'être aussi facile.

Ils ont pris des nombres très approximatifs, mais Fabien savait qu'ils devaient être plus précis. Par conséquent, Fabien et Arielle se sont mis à faire la liste de toutes les dépenses faites en un mois. Ils ont examiné leurs factures de cartes de crédit et leurs relevés bancaires pour déterminer la somme et la nature de leurs dépenses. Ensuite, il a été beaucoup plus facile de remplir la partie des dépenses, même s'ils ont dû estimer certaines dépenses occasionnelles comme des réparations pour la voiture.

Ils ont ensuite soustrait le montant total des dépenses du revenu total et examiné le résultat : un peu moins de 200 \$ par mois. « Ce montant ne comprend même pas d'épargne », ajoute Fabien, en montrant du doigt cette ligne de la colonne des dépenses. « On dit que nous devrions essayer de mettre de côté 10 % de notre paye chaque mois. »

Arielle dit alors : « Et si nous nous débarrassions de la voiture? Nous pourrions faire du covoiturage, utiliser notre vélo ou prendre l'autobus. Les frais connexes seraient inférieurs à ceux liés à la possession et à l'utilisation d'une voiture. » Puis, Fabien a vérifié s'ils pouvaient bénéficier d'une aide au remboursement pour leurs prêts étudiants afin de voir s'il serait possible de diminuer le montant de leur remboursement mensuel respectif.

Après avoir passé leurs dépenses au peigne fin, voici en quoi consistait leur plan :

- vendre la voiture;
- regrouper leurs services de téléphone et de câble;



- supprimer un repas au restaurant et un spectacle par mois;
- acheter les produits de première nécessité en grande quantité, cuisiner en grande quantité et congeler les repas;
- présenter une demande d'aide au remboursement pour leurs prêts étudiants fédéraux et provinciaux.

Somme toute, ils ont calculé qu'ils pouvaient épargner 300 \$ par mois.

« Ce n'est pas énorme », indique Arielle. Fabien a réfléchi un instant. « Peut-être que nous devrions aménager un jardin l'an prochain... »

Leçons retenues par Arielle et Fabien :

- Il est important de prendre l'habitude de suivre de près vos dépenses pour savoir où va votre argent.
- On recommande que vous examiniez vos dépenses (p. ex. l'épicerie) sur une période de trois mois à six mois pour obtenir une moyenne et dresser un portrait représentatif de votre budget.
- L'établissement d'un budget fondé sur vos revenus et vos dépenses réelles vous donnera une idée exacte de votre situation financière.

Bien souvent, vous pouvez économiser de l'argent en réduisant les dépenses qui ne sont pas essentielles et en apportant des changements à votre mode de vie. (Des réductions de dépenses à court terme peuvent mener à des économies à long terme.)



## Activité 12 – Épargner pour quoi?

Magalie commence à investir 100 \$ par mois à l'âge de 28 ans. Elle investit régulièrement et obtient un rendement moyen à long terme de 5 %. Au moment où elle prévoit prendre sa retraite, soit à l'âge de 65 ans, son investissement lui rapportera environ 125 000 \$. Si Steve commence à investir 10 ans plus tôt, de combien d'argent disposera-t-il approximativement au moment de prendre sa retraite, soit à 65 ans?

- a. 150 000 \$
- b. 180 000 \$
- c. 220 000 \$
- d. 275 000 \$



## Diapositive 20 – Réduire mes dépenses discrétionnaires

Utilisez ce tableau pour noter les dépenses que vous pourriez réduire. Calculez ce que vous économiseriez par semaine et par mois. Ensuite, indiquez ce que vous pourriez faire d'autre avec cet argent.

	Coût moyen	Fréquence de réduction par semaine	Économies par semaine
Apporter un lunch au travail plutôt que de manger au restaurant			
Utiliser le transport en commun au lieu de prendre ma voiture			
Avoir une bouteille réutilisable au lieu d'acheter de l'eau embouteillée			
Faire mon café au lieu de l'acheter			
Faire du covoiturage avec un collègue au lieu d'être seul dans ma voiture			
Ne pas acheter certains articles ou en acheter moins par semaine : cigarettes, bonbons, collations			
Cesser d'acheter des billets de loterie ou en acheter moins			
Cesser d'acheter du maïs soufflé et des boissons gazeuses au cinéma			
S'abonner à une revue conjointement avec un ami			
Emprunter des DVD à la bibliothèque au lieu d'en acheter ou d'en louer			
Manger moins souvent au restaurant			



Rapporter les livres et les DVD à la bibliothèque à temps pour éviter les amendes et les frais de retard			
Consommer un verre de moins à chaque sortie			
Autre :			
Autre :			
<b>Total</b>			

**Avec cet argent, je pourrais :**



## Activité 15 – Mes dépenses mensuelles

Si vous voulez savoir ce que vous dépensez vraiment, utilisez ce tableau pour y inscrire vos dépenses mensuelles. Les montants que vous inscrirez seront plus exacts si vous avez suivi vos dépenses de près pendant quelques mois.

<b>Dépenses fixes</b>	<b>Coût mensuel</b>
Loyer ou paiement hypothécaire	
Taxes municipales et scolaires et/ou frais de condominium	
Assurance-habitation	
Services publics (électricité, eau, chauffage)	
Communications (téléphone, Internet, câble)	
Laissez-passer de transport en commun	
Remboursement de prêt-automobile	
Assurance-automobile	
Autres remboursements de prêts	
Frais de garde d'enfants	
Autres assurances (vie, invalidité, etc.)	
Épargne	
Autre :	
Autre :	
Autre :	
<b>Total des dépenses fixes</b>	
<b>Dépenses variables</b>	<b>Coût mensuel</b>
Épicerie	
Repas au restaurant	
Dépenses pour la maison (nettoyage, entretien, réparations, meubles)	
Réparations de voiture, essence, etc.	
Matériel informatique et fournitures de bureau	
Animaux domestiques	
Soins de santé (soins dentaires, médicaments, lunettes ou verres de contact)	
Vêtements et chaussures	
Soins personnels (articles de toilette, coiffure, maquillage, lavage)	
Loisirs (films, jeux, vidéos, clubs, concerts, sports, etc.)	
Voyages	
Cadeaux et dons de charité	
Études (frais de scolarité, livres, autres frais, etc.)	
Autre :	
Autre :	
Autre :	
<b>Total des dépenses variables</b>	
<b>Total des dépenses mensuelles</b>	



**Activité 16 et 22 – Feuille de réponses pour la vidéo**

Feuille de réponses pour la vidéo	
Titre de la vidéo : _____	
Avec quels points de la vidéo êtes-vous d'accord?	Avec quels points de la vidéo êtes-vous en désaccord?
Sur quels points abordés dans la vidéo avez-vous besoin de plus de renseignements?	
Si vous deviez résumer vidéo, quels seraient les points les plus importants?	



## Activité 18 – Mon budget mensuel

Inscrivez votre revenu mensuel total et vos dépenses mensuelles totales. Ensuite, soustrayez vos dépenses de votre revenu pour voir si vous avez un surplus ou un déficit. Vous pouvez également utiliser la Calculatrice budgétaire de l'Agence de la consommation en matière financière du Canada. C'est un outil interactif utile et complet qui vous permet de préparer un budget.

Revenus	Montant par mois
Revenu d'emploi (après les retenues)	
Primes	
Pourboires ou commissions	
Prestations du gouvernement (Allocation canadienne pour enfants, Soutien aux enfants du Québec, assurance-emploi, Régime de pensions du Canada/Régime de rentes du Québec, etc.)	
Travail autonome	
Cadeaux	
Subventions ou bourses d'études	
Redevances	
Autre :	
Autre :	
Autre :	
<b>Total du revenu mensuel</b>	

Dépenses fixes	Coût par mois
Loyer ou paiement hypothécaire	
Taxes municipales et scolaires et/ou frais de condominium	
Assurance-habitation	
Services publics (électricité, eau, chauffage)	
Communications (téléphone, Internet, câble)	
Laissez-passer de transport en commun	
Remboursement de prêt-automobile	
Autres remboursements de prêts	
Frais de garde d'enfants	
Autres assurances (vie, invalidité, etc.)	
Frais de services bancaires et de carte de crédit	
Épargne	
Autre :	
Autre :	
Autre :	
<b>Total des dépenses fixes</b>	



Dépenses variables	Montant par mois
Épicerie	
Repas au restaurant	
Dépenses pour la maison (nettoyage, entretien, réparations, meubles)	
Réparations de voiture, essence, etc.	
Matériel informatique et fournitures de bureau	
Animaux domestiques	
Soins de santé (soins dentaires, médicaments, lunettes ou verres de contact)	
Vêtements et chaussures	
Soins personnels (articles de toilette, coiffure, maquillage, lavage)	
Loisirs (films, jeux, vidéos, clubs, concerts, sports, etc.)	
Voyages	
Cadeaux et dons de charité	
Études (frais de scolarité, livres, autres frais, etc.)	
Autre :	
Autre :	
Autre :	
<b>Total des dépenses variables</b>	

<b>Total du revenu mensuel</b>	
<b>Total des dépenses mensuelles</b>	
<b>Différence entre le total du revenu mensuel et le total des dépenses mensuelles</b>	



## Activité 20 – Ton budget tient-il la route?

*Liste d'emplois avec salaires mensuels nets, à titre d'exemple (à imprimer)*

Expert-conseil en gestion ou en technologie : 3 260 \$/mois	Analyste de systèmes de gestion : 3 040 \$/mois
Gérant de commerce de détail : 2 200 \$/mois	Concepteur Web : 3 260 \$/mois
Analyste de chaîne d'approvisionnement : 2 870 \$/mois	Biologiste : 2 380 \$/mois
Commis-vendeur en commerce de détail : 1 720 \$/mois	Agent de service à la clientèle : 2 130 \$/mois
Expert-conseil en environnement : 2 800 \$/mois	Soudeur : 2 570 \$/mois
Ingénieur électricien : 3 200 \$/mois	Agent d'assurance : 2 300 \$/mois
Opérateur d'équipement lourd : 2 400 \$/mois	



## Activité 20 – Ton budget tient-il la route?

### Exemples de dépenses variables (à imprimer)

Catégorie de dépense : Épicerie et restaurant. Types de dépenses :

Repas dans un restaurant décontracté = 38 \$	Repas dans un restaurant décontracté = 38 \$
Repas dans un restaurant haut de gamme = 100 \$	Repas dans un restaurant haut de gamme = 100 \$
Repas à l'aire de restauration = 10 \$	Repas à l'aire de restauration = 10 \$
Repas à l'aire de restauration = 10 \$	Repas à l'aire de restauration = 10 \$
Grand macchiato au caramel chez Starbucks = 6 \$	Grand macchiato au caramel chez Starbucks = 6 \$
Grand macchiato au caramel chez Starbucks = 6 \$	Grand macchiato au caramel chez Starbucks = 6 \$
Grand café chez Tim Hortons = 2 \$	Grand café chez Tim Hortons = 2 \$
Grand café chez Tim Hortons = 2 \$	Grand café chez Tim Hortons = 2 \$
Sac de café moulu (300 g) = 7 \$	Épicerie mensuelle chez Super C (1 personne) = 250 \$
Épicerie mensuelle chez IGA (1 personne) = 500 \$	



## Activité 20 – Ton budget tient-il la route?

### Exemples de dépenses variables (à imprimer)

**Catégorie de dépense : Soins personnels.** Types de dépenses :

Coupe de cheveux pour homme = 23 \$	Coupe de cheveux pour femme = 40 \$
Shampooing et revitalisant courants = 12 \$	Shampooing et revitalisant courants = 12 \$
Papier hygiénique (16 rouleaux) = 9 \$	Gros tube de dentifrice = 7 \$
Médicaments contre le rhume = 10 \$	Rasoir (pour homme ou femme) = 14 \$
Lames pour rasoir (4) = 20 \$	Boîtes de tampons/serviettes hygiéniques = 8 \$
Brosse à dents électrique = 75 \$	6 pains de savon = 5 \$
Gel douche = 10 \$	Nettoyant pour le visage, tonique et lotion hydratante de marque maison = 30 \$
Nettoyant pour le visage, tonique et lotion hydratante de luxe = 150 \$	



## Activité 20 – Ton budget tient-il la route?

### Exemples de dépenses variables (à imprimer)

Catégorie de dépense : Articles ménagers. Types de dépenses :

Articles de nettoyage pour le mois = 30 \$	Embauche d'une femme de ménage pendant 2 heures = 50 \$
Ensemble de poêles et chaudrons (6 morceaux) = 80 \$	Ensemble de couverts de base (18 morceaux), ustensiles et 6 verres = 65 \$
Table de salon usagée = 30 \$	Table de salon neuve = 100 \$
Sofa à 3 places usagé = 200 \$	Sofa à 3 places neuf (IKEA) = 650 \$
Sofa en cuir neuf = 4 000 \$	Table de cuisine usagée avec 2 chaises = 150 \$
Table de cuisine neuve avec 4 chaises = 500 \$	Cadre de grand lit avec matelas (IKEA) = 400 \$
Cadre de grand lit avec matelas de luxe = 1 500 \$	Ensemble couette et draps pour grand lit = 80 \$
Rideaux (1 paire) = 60 \$	Petit tapis = 100 \$
Détergent à lessive (3 l) = 10 \$	



## Activité 20 – Ton budget tient-il la route?

### *Exemples de dépenses variables (à imprimer)*

**Catégorie de dépense : Vêtements.** Types de dépenses :

Manteau d'hiver = 150 \$	Nouveau jean de couturier = 250 \$
Robe d'été = 60 \$	Robe d'été = 60 \$
Nouveau jean (pas de couturier) = 75 \$	Nouveau jean (pas de couturier) = 75 \$
Complet = 200 \$	Complet = 200 \$
Chaussures de ville = 100 \$	Chaussures de ville = 100 \$
Chaussures à talon haut = 90 \$	Chaussures à talon haut = 90 \$
1 paire de chaussures de sport (c.-à-d. Nike, Adidas, etc.) = 120 \$	1 paire de chaussures de sport (c.-à-d. Nike, Adidas, etc.) = 120 \$





## Activité 20 – Ton budget tient-il la route?

### Exemples de dépenses variables (à imprimer)

Catégorie de dépense : Divertissement. Types de dépenses :

2 billets de cinéma = 30 \$	2 billets de cinéma = 30 \$
2 billets de cinéma = 30 \$	2 billets de cinéma = 30 \$
Droit d'entrée et deux consommations dans un bar = 50 \$	Droit d'entrée et deux consommations dans un bar = 50 \$
Droit d'entrée et deux consommations dans un bar = 50 \$	Droit d'entrée et deux consommations dans un bar = 50 \$
Billet pour un concert majeur = 80 \$	Billet pour un concert majeur = 80 \$
Adhésion à un centre de conditionnement physique = 50 \$/mois	Application Next Issue (application mensuelle pour revues/publications en ligne) = 9,99 \$/mois
Caisse de 6 bouteilles de bière = 14 \$	Caisse de 6 bouteilles de bière = 14 \$
Bouteille de vin (750 ml) = 15 \$	Bouteille de vin (750 ml) = 15 \$
Bouteille de whisky, de vodka ou de rhum (750 ml) = 25 \$	Bouteille de whisky, de vodka ou de rhum (750 ml) = 25 \$



## Activité 20 – Ton budget tient-il la route?

### Exemples de dépenses variables (à imprimer)

Catégorie de dépense : Divers. Types de dépenses :

Assurance automobile = 180 \$/mois	Essence pour voiture compacte (Honda Civic) = 100 \$/mois
Honda Civic 2008 d'occasion = 8 500 \$ ou 100 \$/mois (versements mensuels pendant 6 ans)	Honda Civic neuve = 300 \$/mois (versements mensuels pendant 6 ans)
Paiement minimal sur le solde de carte de crédit (si vous ne payez pas votre solde mensuel en entier) = 75 \$	Paiement minimal sur le solde de carte de crédit (si vous ne payez pas votre solde mensuel en entier) = 75 \$
Nourriture pour animal = 50 \$/mois	Téléviseur à écran plat de 40 po = 530 \$
Vacances tout compris au Mexique pendant 1 semaine = 2 000 \$	Escapade d'une fin de semaine aux États- Unis (hôtel, essence, nourriture et divertissement) = 500 \$
Paquet de cigarettes = 12 \$	Paquet de cigarettes = 12 \$



## Activité 23 – Établir un budget pour atteindre mon objectif

Choisissez un de vos objectifs. Inscrivez le coût de celui-ci. (Si vous avez déjà commencé à économiser pour atteindre cet objectif, inscrivez le montant qu'il vous reste à épargner.) Indiquez le nombre de mois dont vous disposez pour économiser ce montant. Divisez le montant à épargner par le nombre de mois pour savoir combien vous devez épargner chaque mois. Vous pouvez aussi inscrire plus d'un objectif et additionner le montant total que vous devrez épargner chaque mois pour les réaliser.

Objectif	Coût	Délai (mois)	Épargne mensuelle
Montant total que je dois épargner par mois :			



## Activité 24 – Assembler le tout ensemble

En groupes de trois, les étudiants doivent tenter de répondre aux questions de l'un des scénarios suivants et en discuter.

**Groupe A :** Arielle et Fabien viennent de terminer l'université et décident de faire vie commune. Tous deux commencent à rembourser leurs prêts étudiants et occupent des emplois à temps plein rémunérés au salaire minimum. Devraient-ils louer un appartement meublé ou non meublé? Où peuvent-ils trouver des meubles usagés ou d'autres articles? Peuvent-ils négocier le prix des services publics? Aidons-les à établir un budget et à répondre à leurs questions.

**Groupe B :** Marianne et Cédric viennent tout juste de terminer l'université et envisagent de fonder une famille. Cédric doit rembourser des prêts étudiants et occupe un poste junior dans le domaine professionnel qu'il a choisi. Marianne n'a pas de prêts étudiants à rembourser, mais elle est encore à la recherche d'un emploi dans son domaine. Entre-temps, elle occupe quelques emplois à temps partiel. Leurs revenus sont-ils suffisamment élevés pour fonder une famille dès maintenant? Peuvent-ils réduire leurs dépenses pour commencer à épargner? Devraient-ils louer ou acheter du mobilier pour bébé? Aidons-les à établir un budget et à répondre à leurs questions.

**Groupe C :** Samuel vient tout juste d'obtenir un deuxième diplôme universitaire et il occupe un emploi d'enseignant depuis quelques années. Même si Samuel doit rembourser des prêts étudiants élevés et qu'il est père monoparental, cette nouvelle carrière lui permet de jouir d'une bonne sécurité financière et d'épargner. Samuel est en mesure d'acheter une maison, mais il ne sait pas si ce serait un bon choix. Devrait-il acheter une maison ou rembourser ses prêts étudiants? Aidons-le à établir un budget et à répondre à ses questions.

Le formateur doit posséder les réponses ci-dessous :

- Meubles ou articles usagés : Craigslist, Kijiji, boutiques d'articles d'occasion
- Achat de meubles usagés ou location de meubles
- Services publics : électricité – demander des factures antérieures
- Le remboursement des dettes est habituellement la meilleure façon d'utiliser des excédents. Par contre, selon le cas, il peut être plus avantageux d'investir ou de continuer à épargner. Il faut considérer de nombreux facteurs quand on envisage d'effectuer des achats importants : limites du Programme d'aide au remboursement, taux d'intérêt, marché immobilier, sécurité d'emploi, inflation, etc. Il n'y a pas de réponses simples; tentez de prendre la décision qui soit la plus avantageuse pour vous à long terme.



## Activité 26 – Plan d'action

Revenus, dépenses et budget — Aide-mémoire			
Étape	Tout va bien	À revoir	Où trouver plus de renseignements
J'additionne toutes mes sources de revenu pour calculer mon revenu net.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuille de travail : Mes sources de revenu</li> </ul>
Je note mes dépenses quotidiennes et je calcule ce que je dépense chaque mois dans les différentes catégories			<ul style="list-style-type: none"> <li>Savoir ce que vous dépensez</li> <li>Feuille de travail : Mes dépenses mensuelles</li> </ul>
Je vérifie régulièrement mes dépenses discrétionnaires et je les réduis au besoin.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuille de travail : Réduire mes dépenses discrétionnaires</li> </ul>
Je réduis mes dépenses en négociant de meilleurs forfaits pour les services bancaires, les cartes de crédit et les télécommunications.			<ul style="list-style-type: none"> <li>En faire plus avec votre argent</li> </ul>
J'ai un budget mensuel équilibré. Si mon budget n'est pas équilibré, je trouve des moyens de réduire mes dépenses ou d'augmenter mes revenus.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuille de travail : Mon budget mensuel</li> </ul>
Je gère mes dépenses mensuelles en utilisant un système d'enveloppes ou en respectant les montants fixés pour les dépenses dans mon budget.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Le système d'enveloppes</li> </ul>
Je me fixe des objectifs financiers à court, moyen et long terme. Je connais les coûts qui s'y rattachent et combien de temps il me faudra pour les atteindre. J'ai tenu compte de ces objectifs dans mon système budgétaire.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuille de travail : Établir un budget pour atteindre mes objectifs</li> </ul>
Je revois mon système budgétaire au moins une fois par mois afin de m'assurer que mes estimations sont réalistes, déceler les dépenses en trop et rester sur la bonne voie pour atteindre mes objectifs.			<ul style="list-style-type: none"> <li>Tenir votre système budgétaire à jour</li> </ul>