

Temps de lecture : 14 minutes



Avez-vous complété votre [exercice Faire son inventaire](#)?

Avez-vous fait votre [suivi de dépenses journalières pendant un mois](#) ?

Si oui, bravo! Vous avez sûrement découvert des informations très intéressantes à propos de vos habitudes de consommation et si elles vous plaisent ou non. Continuez à lire ci-dessous pour préparer l'étape suivante.

Ayez votre suivi de dépenses et votre inventaire en main pour cet exercice.

Si vous n'avez pas fait ces exercices, il n'est jamais trop tard pour commencer. Visitez les liens ci-haut.

Si vous n'en ressentez pas le besoin et que vous voulez passer à l'étape de la sélection des catégories de votre plan de paiement, continuez à lire.

Qu'on l'appelle plan de paiement, budget, portrait financier, ou tout autre nouveau nom à la mode, le principe de l'outil que nous utilisons à partir d'ici est de nous permettre de savoir exactement où, quand, et combien on dépense nos revenus si durement gagnés, et pourtant si vite envolés il semble.

Une fois ces informations clairement enregistrées, il nous est possible de les analyser et de déterminer si des économies sont possibles, si des fonds doivent être planifiés avec un ajout

ou moins d'argent par mois, combien on peut attribuer pour payer nos dettes, pour épargner, etc.

Sans ses informations regroupées en un seul document, nous sommes impuissants pour combattre la surconsommation, éliminer nos dettes, et encore moins épargner pour nos projets importants qui répondent à nos valeurs.

Donc, il nous faut un [Gratuite! Grille de budget mensuel \(grille Excel avec calculs automatisé, compatible avec Google Sheets \(gratuit\)\)](#), ou encore, si vous êtes très axés sur la technologie, les applications et autres outils de notre ère interconnectés, les sites et applications qui offrent

un outil de budget déjà programmé et gratuits sont nombreux : Caisse Desjardins, les banques, des applications, Mint (que j'utilise pour tout regrouper en un seul endroit), Protégez-vous, etc. L'important, c'est que l'outil choisi :

- Soit facile à accéder régulièrement et/ou automatisé pour en simplifier la tenue à jour pour vous
 - Petit avertissement à propos des outils automatisés des sites bancaires... lorsqu'ils changent d'outil, les informations déjà saisies peuvent être perdues à tout jamais, ainsi que le temps que vous avez utilisé pour formater l'outil précédent... C'est arrivé à une de mes amies
- Soit facile à comprendre et à maîtriser pour vous
- S'il est en plus plaisant à compléter/valider, c'est un bonus non négligeable

Une fois l'outil choisi, il faut choisir/créer les catégories qui correspondent aux revenus/dépenses habituels de notre famille/maisonnée. La meilleure façon de faire cela est [d'enregistrer toutes ses dépenses pendant au moins un mois](#) (d'où l'exercice proposé auparavant).

À partir d'ici, nous allons discuter de toutes les catégories possibles, mais ajoutez seulement celles qui vous concernent dans votre outil.

Si vous pouvez utiliser les codes de couleurs proposés sur votre outil, faites-le. La référence visuelle vous aidera dans les étapes qui suivront.

- Si vous ne pouvez pas utiliser de codes de couleur, imprimez une version de mon [Gratuite! Grille de budget mensuel \(grille Excel avec calculs automatisé, compatible](#)

[avec Google Sheets \(gratuit\)](#), ajoutez les couleurs dans les catégories, et utilisez-la comme référence visuelle à propos des types de catégories lors de vos analyses vs les dépenses à prioriser.

Parlons-maintenant de nos types de catégories/postes de dépenses. Il y a trois types de postes, que l'on doit traiter avec *des priorités différentes et selon les revenus disponibles* :

- Type : *Les incontournables* : jour après jour, ces catégories, ou certaines dépenses de ces catégories, ne peuvent pas être éliminées, seulement réduites autant que possible. Identifiez ces catégories/dépenses en vert sur votre document papier :
 - Nourriture
 - Logement
 - vêtements
 - Électricité
 - gaz naturel/huile (chauffage et/ou eau chaude)
 - Essence/transport en public
 - assurances (logement, auto, vie)
 - éducation de base
 - remboursement de dette
 - Les paiements de carte(s) de crédit sont inscrites ici, mais toutes les dépenses qui sont facturées sur les cartes sont ajoutées dans chaque catégorie concernée.
 - épargne (coussin de sûreté d'un mois minimum, ou pour travaux d'urgence à la maison ou pour l'auto)
 - télécommunications (au moins un téléphone ou internet de base en général)

(eh oui, on doit idéalement prévoir toutes ces dépenses, incluant l'épargne, avant de penser à toute autre forme de consommation. Pour avoir suffisamment d'argent pour tout payer, il faut **prioriser le remboursement de la dette et l'épargne** (se payer soi-même) ; cette habitude forme la clé de voûte d'un plan de dépenses sain et qui permet de sortir du cercle vicieux du surendettement et de la surconsommation

Quant aux autres postes ci-haut, ils couvrent les **besoins de base pour vivre au Québec**, soient : manger, se loger, se vêtir pour chacune de nos quatre saisons, se chauffer, se déplacer, et les assurances sont obligatoires en logement et si on possède une auto.. Question éducation, tout enfant qui va à l'école génère une facture minimale de frais scolaires.

Pour ce qui est des télécommunications, être rejoignable/pouvoir s'informer facilement est essentiel dans notre société moderne, et peut se faire à très petit prix. Il faut savoir magasiner et négocier pour dénicher l'aubaine qui nous convient.

Concernant l'assurance Vie, lorsqu'on a des enfants, un minimum d'assurance vie les aidera en cas de besoin, donc on la priorise pour eux.

Finalement, si vous payez des factures en retard, identifiez et ajoutez les frais de retard à votre plan pour que le mois prochain, vous fassiez le paiement à temps (*, ou autre symbole, ou écriture rouge, etc.)

Passons aux autres types de catégories et leurs dépenses moins essentielles.

- Type: *Les optionnels* : montants dépensés qui peuvent être plus ou moins élevés, selon nos priorités, notre situation et/ou nos intérêts, mais qui demeurent à planifier.

Identifiez ces catégories/dépenses en jaune sur votre feuille :

- Santé
- Animaux
- épargne autre (REER, CELI)
- vacances
- retraits d'argent comptant (tentez de les dépenser le moins rapidement possible est un jeu facile à inclure dans nos stratégies de réduction des dépenses optionnelles/facultatives)
- cadeaux*

Pour la santé, nous avons la chance d'avoir un système de santé gratuit grâce à nos taxes, mais les médicaments, les traitements de thérapies diverses, les soins dentaires, oculaires et auditifs, et même les produits d'hygiène quotidiennes doivent être considérés dans notre plan de dépenses. On peut parfois en limiter le montant, mais lorsqu'on a mal, ou que la prévention a fait ses preuves pour éviter les dépenses plus tard (ex. : le nettoyage dentaire), il n'est vraiment pas recommandé de couper en premier dans ces dépenses.

Question animaux de compagnie, si on adopte, nous acceptons automatiquement un minimum de responsabilité monétaires envers ces ajouts à notre maisonnée : nourriture saine (la nourriture d'épicerie pour animaux ne l'est pas), stérilisation et vaccination, litière

pour tout sauf les chiens, cage, permanente ou de transport pour tout animal, etc. Par contre, une fois les besoins essentiels couverts, c'est une catégorie où le superflu peut rapidement s'ajouter... ou être facile à éliminer.

Épargner, épargner, épargner. On nous le dit partout, sur tous les tons de voix, et pourtant... trop d'entre nous ont peu ou pas d'épargne, même pas pour la retraite. La meilleure méthode pour s'assurer d'avoir les moyens d'épargner, c'est de le planifier comme toutes les autres dépenses. Une fois que le coussin d'urgence est assemblé, il est possible d'utiliser les sommes de cette catégorie à une autre catégorie d'épargne, dont le REER.

Tout le monde aime les vacances, mais a-t-on vraiment les moyens des vacances que nous choisissons? En prévoyant un montant cible et en l'épargnant tout au cours de l'année, le budget est disponible le moment venu, et on évite les mauvaises surprises en ne dépassant pas ce budget disponible. Ceci dit, il y a les vacances, et il y a les 'staycations'. Je vous en reparlerai.

Les retraits d'argent comptant doivent aussi être planifiés, eh oui, sinon, c'est facile de perdre le contrôle. Un 5\$ par ci, un 10\$ par là, oops, plus d'argent, il faut que je passe au guichet, et ça continue... Savez-vous combien vous dépensez en argent comptant par semaine? Les petits montants peuvent s'accumuler vite, attention!..

Finalement, les cadeaux... c'est un sujet délicat parce qu'on veut pouvoir gâter nos êtres chers, mais devons-nous les gâter au point de se surendetter? Absolument pas. Donnez selon vos moyens, et si votre jubilaire veut un cadeau qui dépasse votre budget, offrez-lui une contribution selon vos moyens et encouragez-le à ramasser le reste de la somme par divers moyens, dont les cadeaux des autres personnes qui l'aiment aussi. Certaines bébelles sont aussi juste trop chères sauf pour certaines personnes qui ont les moyens d'en acheter sans broncher. Est-ce vraiment votre cas?

Terminons avec notre troisième type de catégories :

- Type : *Les facultatifs* : ce sont les premières catégories à éliminer de nos dépenses, que ce soit pour consommer moins que l'on gagne, ou pour épargner davantage. Ce sont d'ailleurs souvent des dépenses de luxe (\$). Identifiez ces catégories/dépenses en rouge sur votre feuille :
 - Électronique autres/communication
 - Divertissement (il y a plusieurs options sans aucun frais)

- système d'alarme
- entretien ménager, autres services résidentiels
- voyages
- chalet
- Autres véhicules/appareil de plaisance (usage autre que pour se rendre au travail)
- loisirs (il y a aussi plusieurs possibilités qui ne coûtent rien)
- beauté et soins professionnels
- éducation privée, REEE
- Assurance invalidité
- Autres maison
 - Renovations/ajouts/travaux de modernisation
 - Réparations non urgentes
 - Peinture
 - Changer de meubles
 - Nouveaux appareils alors que ceux qu'on a fonctionnent encore bien)
 - Jardinage de fleurs/arbres
 - Aménagement extérieur
 - Piscine/spa
 - Traitements esthétiques

Je vous rassure immédiatement, en termes de divertissements et loisirs, les sources gratuites abondent pour remplacer vos sources de dépenses. Nous y reviendrons dans le détail de chaque catégorie.

Je vous rappelle aussi que le but poursuivi par l'analyse proposée avec cet exercice n'est pas de vous rendre la vie misérable, loin de là. Cette procédure vise à vous aider à prendre le contrôle de votre argent pour pouvoir l'utiliser là où il sert le mieux vos vraies valeurs, comme de ne plus avoir de dettes et leurs casses-têtes qui vous empêchent de dormir.

Le processus que je partage ici est un processus progressif, tout en douceur, et qui respecte vos capacités puisque vous êtes le décideur final de vos priorités.

De plus, c'est un processus qui a fait ses preuves avec toutes les personnes qui ont brisé le cycle du surendettement et de la surconsommation. Ainsi, lorsqu'on met en application l'analyse décrite ici, on se libère de ses dettes et on peut même épargner pour la retraite et d'autres projets à plus court terme, sans compter qu'on profite d'une paix d'esprit retrouvée grâce aux outils et trucs mis en place pour conserver le contrôle que nous avons appris à maintenir pour échapper au cercle vicieux de la dette.

Si on ne le suit pas, [c'est aussi prouvé](#), par les autres qui ont du faire faillite ou des propositions du consommateur, qu'on s'enlise toujours un peu plus dans les sables mouvants de la surconsommation et du surendettement.

Également, au niveau des priorités dans les placements, le consensus chez les experts qui ne vendent pas de produits, seulement des conseils, c'est de ne pas prioriser l'épargne étude (REEE) tant que nos fonds de retraite (REER, CELI, FVER, etc.) ne sont pas payés à pleine capacité, et que vous n'avez plus aucune dette, pas même une hypothèque ou un prêt auto. Pourquoi ? Parce qu'il reste moins de temps aux parents pour accumuler un fonds de pension suffisant pour ne pas manquer d'argent à la retraite, qu'il n'en reste pour les enfants pour économiser et rembourser des prêts d'études à faible taux d'intérêts, et surtout pour tirer avantage de leur âge pour maximiser leur propre REER et CELI du moment qu'ils commenceront à gagner un salaire ou à partir de 18 ans.

Avec un horizon de placement de plus de 30 ans, même un petit montant par mois va financer plusieurs de leurs projets à venir grâce à l'intérêt composé. (nous y reviendrons).

- Pour le moment, cela peut, et semble ingrat à première vue, et même à deuxième vue, mais une fois que vous avez pourvu à tous les besoins essentiels et même souvent non-essentiels de vos enfants, le financement de leurs études n'est pas aussi prioritaire que celui de votre retraite. Combien d'années vous restent-ils avant cette autre étape ? Combien aurez-vous besoin pour maintenir un niveau de vie agréable ? Vous êtes en train de le découvrir
- Il n'est pas non plus recommandé d'endosser quelque emprunt que ce soit pour sa progéniture (ex. : auto pour l'école, maison, prêt étudiant, etc.). Tout comme vous, ils doivent apprendre à jouer le jeu de la consommation, et s'ils n'ont pas le moyen de se payer le bien sans votre aide, c'est qu'ils n'en n'ont pas les moyens. Ils vont devoir augmenter leurs revenus, ou diminuer leurs dépenses, pour pouvoir atteindre leurs buts, tout comme vous devez le faire en ce moment. C'est une des dernières leçons que vous leur inculquerez, mais votre exemple de vous débarrasser de vos dettes et de changer vos habitudes de consommation les aideront davantage que n'importe quel endossement/paiement que vous feriez à leur place.

Bon... alors, de retour à notre outil de contrôle monétaire :

- Utilisez votre liste d'inventaire pour identifier vos catégories facultatives, surtout celles où se trouveraient de nouveaux achats des items que vous avez décidé de vendre/donner par manque d'utilité
- Une fois que vous avez ajouté vos catégories dans votre outil, utilisez votre rapport de

dépenses mensuelles et insérez dans les catégories correspondantes les montants recueillis lors de votre mois d'observation. N'oubliez pas d'inclure vos revenus dans l'outil!

- Personnalisez vos catégories autant que nécessaire et possible (ex. : une catégorie vêtement de base vs une autre pour les vêtements facultatifs(pour ces gâteries dont nous parlons souvent), ou un budget maison vs une catégorie projet rénovation (pour bien distinguer l'essentiel du projet en cours/à venir, etc.)
- Pour les couples, il est possible que certaines catégories soient séparées par conjoint, mais faites tout de même un exercice pour la maisonnée et non pas individuel.
- Pour les familles, il est possible que certaines catégories soient séparées entre les adultes et les enfants (il est parfois plus facile de réduire les frais de loisirs d'un adulte que d'un enfant, ou vice-versa...)
- Il est possible que certaines catégories puissent être regroupées pour un célibataire (ex. : logement qui inclus l'électricité et les taxes, ou les dépenses de sorties et de retrait d'argent, etc.)

L'important, c'est que vous ayez, au bout du mois, et de l'année, le portrait le plus fidèle et compréhensible possible de vos activités monétaires afin de pouvoir prendre les décisions nécessaires pour leur faire refléter vos vraies valeurs et votre désir de les optimiser.

Au cours des prochains mois, testez votre nouvel outil de planification de financement en répétant votre exercice d'enregistrement des dépenses et revenus. Au besoin, ajustez l'outil à vos besoins et préférences jusqu'à ce qu'il fonctionne facilement et sans erreur.

Également, lentement mais sûrement, analysez les résultats obtenus et ajustez vos niveaux de dépenses du mois suivant pour ne pas dépenser plus que vous gagnez. Concentrez vos efforts sur les dépenses qui se trouvent dans la catégorie *Faaceutatifs*.

Vous le savez aussi sûrement, mais les dépenses peuvent être aussi régulières qu'elles peuvent être imprévues, donc il est tout à fait normal que vos informations doivent être ajustées de mois en mois.

Établissez une routine que vous pourrez respecter pour compléter vos informations ; respectez-la à tous les jours.

Puis à la fin du mois, validez les informations de vos reçus et relevés d'Opérations vs vos enregistrements, puis vérifiez si vous avez réussi à dépenser moins que vous avez reçu en revenus.

Ça prend environ un an d'enregistrements mensuels avant d'avoir une planification mensuelle plus fiable pour travailler sur une planification annuelle. Alors, pour le moment, pratiquez-vous à enregistrer vos dépenses comme vous l'avez fait pendant votre premier mois d'observation, ajustez votre outil selon vos préférences et besoins, et concentrez-vous sur l'objectif de réduire les dépenses de Type rouge - facultatives pour pouvoir augmenter votre capacité de remboursement de votre dette de crédit.

Vous allez y arriver! Vous aussi, vous êtes capables de ne plus surconsommer. Relevez le défi et trouvez vos trucs pour faire durer l'argent du salaire le plus longtemps possible, surtout en évitant d'avoir des dépenses autres que celles qui sont incontournables ou obligatoires.

N.B. Je vous invite à utiliser ce plan de paiement conjointement avec la technique de la Boule de neige pour maximiser votre capacité de remboursement de vos dettes. (lien boule de neige)

Bon travail de suivi!