

# Question d'argent

## Cahier 1 Calendriers des dépenses



Droit d'auteur : ABC Alpha pour la vie Canada, 2019. Tous droits réservés.

ABC Alpha pour la vie Canada remercie son partenaire fondateur, le Groupe Banque TD, pour son soutien quant au programme *Question d'argent*.

Imprimé au Canada.

*Question d'argent* est remis à divers centres d'apprentissage à travers le pays grâce au soutien d'ABC Alpha pour la vie Canada.

Partenaire dans l'élaboration du programme *Question d'argent*.





## Bienvenue à *Question d'argent*!

*Question d'argent* a été conçu pour vous aider à bien prendre soin de vous, en vous permettant de bien prendre soin de votre argent. Cela s'appelle la **littératie financière**. Lorsque vous vous sentez bien par rapport à votre gestion financière, vous êtes moins stressés et vous avez plus de temps et d'énergie à consacrer aux personnes et aux choses qui vous tiennent à cœur.

Chez ABC Alpha pour la vie Canada, nous aidons les Canadiens à obtenir les outils nécessaires pour améliorer leur littératie afin de leur permettre de vivre pleinement. *Question d'argent* vous fournit des informations de base et pratiques sur l'argent. Cela vous aidera à bien comprendre les dépenses, les emprunts et les épargnes. Vous apprendrez comment votre argent peut travailler pour vous dans votre vie de tous les jours.

*Question d'argent* vous fera aussi connaître comment vous pouvez atteindre des objectifs d'avenir à long terme. Vous apprendrez comment les régimes enregistrés d'épargne vous aident à avoir plus d'argent, plus rapidement. Vous avez des enfants? Vous apprendrez également les différents moyens disponibles pour vous aider à épargner pour leur avenir.

À la fin du programme, vous aurez la tête remplie de nouvelles connaissances, et vous aurez sûrement de nouvelles questions. Nous vous offrons une liste de ressources supplémentaires pour vous permettre de trouver des réponses et de continuer à améliorer votre littératie financière.

Nous espérons que vous aimerez *Question d'argent*.

Sincèrement,

Mack Rogers, Gestionnaire des programmes communautaires  
ABC Alpha pour la vie Canada

# Cahier 1

## Calendriers des dépenses

« Combien d'argent ai-je dans mon compte, où est-ce que je le dépense et comment puis-je atteindre mes objectifs? »

### Objectif d'apprentissage :

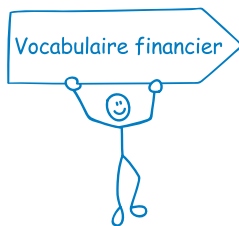
Apprendre comment tirer le plus de son argent.



### Qu'allez-vous apprendre?

Ce module traite des calendriers des dépenses. Un calendrier **des dépenses** est un plan indiquant comment vous allez dépenser votre argent pour répondre au mieux à vos besoins et à vos objectifs.

Un calendrier des dépenses vous aide aussi à trouver des moyens d'épargner pour l'avenir. Épargner pour l'avenir peut inclure épargner pour l'éducation de votre enfant.



Un **calendrier des dépenses** est un plan qui vous indique comment vous allez dépenser votre argent pour que vous puissiez répondre le mieux possible à vos besoins.

Un endroit pour prendre des notes :

---

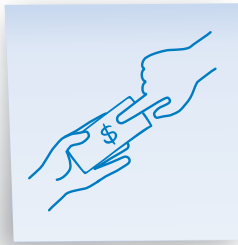
---

---

---

---

Activité 1



## Comprendre votre argent

### Un questionnaire d'autoévaluation

Consignes :

- Cochez l'affirmation qui vous correspond le mieux.
  - Pensez à votre argent, à votre vie et à votre famille.
  - Avez-vous assez d'argent pour répondre à vos besoins actuels et futurs?
- 
- Mon argent s'en va plus vite qu'il ne rentre. Je n'arrive pas à joindre les deux bouts.
  - Je paie mes factures, mais quand j'ai tout payé, il ne me reste plus d'argent. Comment pourrais-je penser à épargner pour l'avenir?
  - J'arrive à épargner un peu, mais je ne pense pas que j'épargne assez pour mes besoins et mes objectifs futurs.
  - Ces affirmations ne décrivent pas bien ma situation. Voici ma situation :

---

---

---



Un **Bon d'études canadien** est un montant d'argent que le Gouvernement du Canada vous donne pour vous aider à épargner pour l'éducation postsecondaire de votre enfant. Vous pourriez être admissible à recevoir un montant fixe de 500 \$ dès aujourd'hui, puis 100 \$ de plus chaque année, jusqu'à ce que votre enfant ait 15 ans.

Vous en apprendrez davantage sur ce programme et sur d'autres programmes dans *Questions d'argent*.

## Activité 2



## Nous vous présentons Serge et Monique

### Serge

Serge travaille dur pour son argent, mais il le dépense avant sa prochaine paie. Il ne sait pas très bien où va son argent. Il doit payer son téléphone cellulaire, le loyer, le câble, l'Internet et ses cartes de crédit. Et évidemment, il doit manger. Il mange souvent à la sandwicherie près de son travail ou il commande des mets à emporter. Il utilise le guichet automatique bancaire du dépanneur près de chez lui. Il a toujours besoin de quelque chose... et le dépanneur est ouvert jour et nuit.



### Monique

Monique parvient à faire durer son argent. Elle sait exactement combien d'argent est déposé dans son compte (son revenu) et sait exactement où l'argent est dépensé (ses dépenses). Elle utilise des coupons, compare avant d'acheter et cuisine à la maison. Elle épargne un peu chaque mois, « au cas où », mais aimerait bien pouvoir épargner plus. Elle aimerait bien avoir assez d'argent pour aider ses enfants à payer leurs études quand ils seront grands, mais elle ne sait pas très bien comment s'y prendre. Elle voudrait en savoir plus sur le Régime enregistré d'épargne-études, et voudrait savoir si le Gouvernement du Canada peut l'aider à augmenter ses épargnes.

### Quelle est votre situation?

---

---

---



Un Régime enregistré d'épargne-études est un compte d'épargne spécial qui vous aide à épargner pour les études postsecondaires de votre enfant.

Vous en apprendrez davantage sur ce programme et sur d'autres programmes dans *Questions d'argent*.

### Activité 3 **Ressemblez-vous davantage à Serge ou à Monique?**

Qu'est-ce que Monique fait pour économiser?

Qu'est-ce que Serge devrait changer pour dépenser moins?

- Pensez à vos propres habitudes de dépense et d'épargne.
- Si on donne une note de 1 à Serge et une note de 5 à Monique, quelle note vous donneriez-vous?
- Pourquoi?



Dépense beaucoup.  
N'épargne pas d'argent.



Dépense avec soin.  
Épargne pour son avenir.

\_\_\_\_\_

1

2

3

4

5

Exemples de mes dépenses et de mes épargnes :

---

---

---

---

---

Activité 4



## Discussion de groupe

L'argent fait-il le bonheur?

Cela vous rendrait-il plus heureux d'avoir plus d'argent?

Que feriez-vous si vous aviez un peu plus d'argent chaque semaine? Que feriez-vous si vous aviez beaucoup plus d'argent dans un an ou deux?



Qu'est-ce qui est important pour vous? Pensez-y et décidez où vous voulez mettre votre argent.

Si j'avais un peu plus d'argent :

---

---

Si j'avais beaucoup plus d'argent :

---

---

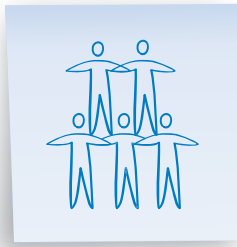
La réponse à la question « Qu'est-ce que je ferais si j'avais un peu plus d'argent? » pourrait être votre **objectif financier à court terme**.

La réponse à la question « Qu'est-ce que je ferais si j'avais beaucoup plus d'argent? » pourrait être votre **objectif financier à long terme**.

Un **calendrier des dépenses** peut vous aider à atteindre ces objectifs.



### Activité 5



## Essayez cette activité de groupe

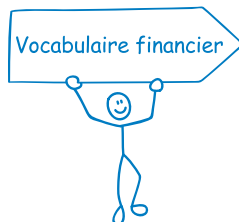
Examinons maintenant comment faire un **calendrier des dépenses**.

Un calendrier des dépenses vous aidera avec vos dépenses quotidiennes. Il vous aidera également à épargner pour votre avenir, quel que soit votre objectif.

Pour créer un calendrier des dépenses, vous devez d'abord savoir où va l'argent que vous avez aujourd'hui. Comment le dépensez-vous?

Commencez par les grosses dépenses. C'est parfois plus facile de les cibler.

- Pensez d'abord à toutes vos dépenses mensuelles, c'est-à-dire les choses que vous payez chaque mois.
- Ensuite, réfléchissez ensemble aux choses qui sont des dépenses mensuelles pour tous les membres du groupe.
- Puis, choisissez les articles de la liste qui s'appliquent à vous personnellement.



Le **revenu**, c'est l'argent que vous gagnez.

Les **dépenses**, c'est l'argent que vous dépensez.

### Mes dépenses mensuelles...

1. Hébergement \_\_\_\_\_
2. Nourriture \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Activité 6

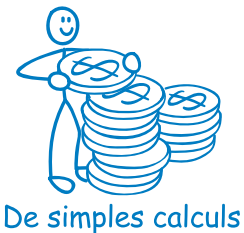


## Dépenses quotidiennes

La plupart des gens ont une petite idée de ce qu'ils achètent chaque jour, mais ils ne savent pas exactement combien ils dépensent. Plus précisément, ils ne savent pas le total de leurs dépenses quotidiennes.

Pour faire un calendrier personnel des dépenses, vous devrez savoir exactement ce que vous dépensez.

- À la page suivante, écrivez toutes les choses que vous avez achetées ou payées au cours des deux derniers jours.
- Combien avez-vous dépensé?



De simples calculs

Commencez un journal financier dans lequel vous noterez toutes vos dépenses pendant un mois. Chaque jour, inscrivez tout ce que vous achetez, de l'épicerie à votre tasse de café et les friandises. À la fin du mois, utiliser le journal pour créer ou modifier votre calendrier des dépenses.

Un endroit pour prendre des notes :

---

---

---

---

---

---

---

Comment je dépense mon argent...

Combien je dépense...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

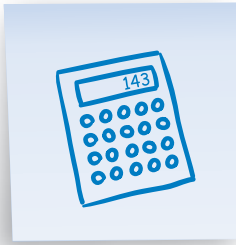
---

---

Total:

---

### Activité 7



## Faites le calcul de votre argent

Souvent, ce sont les petites dépenses qui font que l'on n'a pas assez d'argent pour des épargnes. En éliminant ou diminuant ces petites dépenses, vous pourrez économiser de l'argent.

### Voici un exemple :

Disons que vous achetez un grand café par jour, à 1,75 \$. Cela correspond à 12,25 \$ par semaine, et à 637 \$ par année.

Supposons maintenant que vous ajoutez un muffin à 1 \$ tous les jours. C'est 7 \$ de plus par semaine, donc 364 \$ par an.

Au total, vous dépensez 1 001 \$ par an.

### En une semaine...

Le coût d'un café 1,75 \$

Nombre de jours  
dans la semaine X 7

**Le résultat : 12,25 \$**

Le coût d'un muffin 1,00 \$

Nombre de jours  
dans la semaine X 7

**Le résultat : 7,00 \$**

### Dépenses de la semaine...

Le coût des cafés 12,25 \$

Le coût des muffins + 7,00 \$

**Le résultat : 19,25 \$**



De simples calculs

Travaillez avec un partenaire. Calculez ensemble le coût d'un muffin et d'un café pendant :

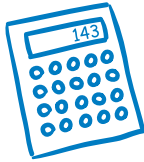
- Un mois
- Un an
- Dix ans

Un endroit pour prendre des notes :

---

---

---



## D'autres calculs financiers

On peut trouver des façons d'économiser dans tous les choix qu'on fait. Seul ou avec un partenaire, calculez les dépenses suivantes.

### 1. Dépenses de diner

Coût d'une bouteille d'eau ou d'une boisson gazeuse : 1,50 \$

Coût d'un sandwich : + 4,00 \$

Coût par jour : = , \$

---

Nombre de jours par semaine où vous achetez  
votre diner : 5

Coût par jour (d'après les calculs précédents) : x , \$

Coût total par semaine : = , \$

---

Nombre de semaines par mois : 4

Coût par semaine (d'après les calculs précédents) : x , \$

Coût total par mois : = , \$

2. Maintenant, calculez une dépense que vous faites chaque semaine. Est-ce que vous fumez, prenez le taxi ou allez au cinéma chaque semaine? Si oui, choisissez une dépense et faites les calculs pour voir combien d'argent vous pourriez économiser.

Coût par jour : 4

Nombre de jours par semaine : x

Coût total par semaine : = , \$

---

Nombre de semaines par mois : 4

Coût par semaine (d'après les calculs précédents) : x , \$

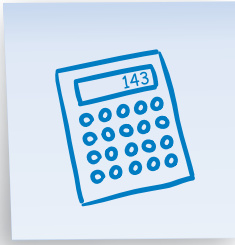
Coût total par mois : = , \$



De simples calculs

Calculez combien vous économiserez par année si vous réduisiez ou éliminez la dépense qui précède.

Activité 8



## Faites le calcul de votre argent

Y a-t-il quelque chose que vous achetez régulièrement?  
Un café? Des cigarettes? Des repas rapides? Des films?  
Des billets d'autobus? Des vêtements? Quelque chose d'autre?

Je dépense régulièrement de  
l'argent en achetant :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ce que cela me coûte  
à chaque fois :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Faites des calculs. Calculez combien vous dépensez par  
semaine, par mois, par an.



Combien j'économiserais :

- si j'achetais un paquet de cigarettes par semaine au lieu d'un par jour?
- en achetant une caisse de bouteilles, plutôt que des canettes de boissons gazeuses ou des bouteilles d'eau individuelles?
- en utilisant une bouteille à remplissages multiples et en la remplissant, plutôt que d'acheter de l'eau en bouteille?
- en apportant un sandwich au travail ou à l'école, plutôt qu'en l'achetant?
- si je faisais un café à la maison plutôt que de l'acheter au magasin?

Activité 9



## Discussion de groupe

Comparez le montant que vous dépensez régulièrement au montant dont vous avez besoin pour atteindre votre objectif financier à court terme. Quel est le résultat?

Comparez ce montant avec votre objectif financier à long terme. Quel est le résultat?



Un calendrier des dépenses permet de suivre vos dépenses ainsi que vos objectifs. Il vous aide à vous assurer de dépenser votre argent du mieux possible pour vous.

## Quel genre d'acheteur êtes-vous?

En général, dépensez-vous de l'argent parce que vous avez besoin de quelque chose ou parce que vous aimez magasiner?

Dépensez-vous impulsivement ou planifiez-vous chaque achat?

Quand vous magasinez, comment vous sentez-vous?

Un endroit pour prendre des notes :

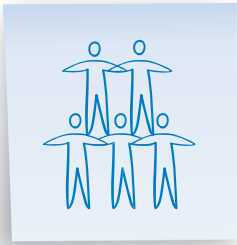
---

---

---

---

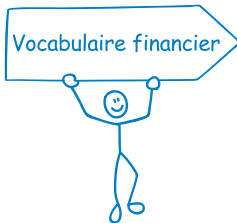
Activité 10



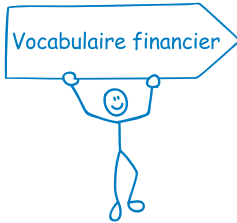
### Essayez cette activité de groupe

Quand vous faites votre calendrier des dépenses, séparez vos dépenses entre vos **besoins** et vos **désirs**.

- Étudiez la liste des dépenses mensuelles que vous avez créée en groupe.
- Ensemble, déterminez ce qui est un besoin et ce qui est un désir.



Les **besoins** sont les dépenses de base, les choses qu'il nous faut pour vivre. Nous avons besoin d'un toit, d'eau et de nourriture. C'est ce qui nous garde en vie!



Les **désirs** sont des choses que nous voulons, mais dont nous n'avons pas besoin pour survivre. Ce sont nos dépenses supplémentaires, les choses non essentielles. Peu importe à quel point nous les voulons, nos désirs ne sont pas une question de vie ou de mort, alors ce ne sont pas des besoins.

Un endroit pour prendre des notes :

---

---

---

---

---

---

---



Activité 11



### Qu'est-ce qui est important pour vous?

Examinez maintenant vos dépenses personnelles.

Que devez-vous payer en priorité?

Ce sont les **dépenses essentielles**.



La bonne gestion financière porte à la fois sur les besoins et les désirs. Elle s'assure que nous faisons passer nos besoins en premier. Ensuite, nous pouvons penser aux choses que nous désirons avoir.

À la page suivante, indiquez tous vos besoins dans une colonne, et tous vos désirs dans l'autre.



Jetez un coup d'œil à vos **désirs** (les dépenses supplémentaires) pour voir où vous pouvez économiser de l'argent et réduire vos dépenses. Jetez maintenant un coup d'œil à vos **besoins** (dépenses essentielles) pour voir s'il y en a certains qui pourraient être placés dans la colonne des **désirs**. Par exemple, payez-vous pour votre téléphone cellulaire? Payez-vous pour des services dont vous n'avez pas réellement besoin?

Un endroit pour prendre des notes :

---

---

---

---

---

---

---



### Activité 12



## Mettre de l'ordre dans votre argent...

Les gens s'endettent quand leurs **revenus** (l'argent qu'ils gagnent chaque mois) sont inférieurs à leurs **dépenses** (l'argent qu'ils dépensent chaque mois). Souvent, ils empruntent pour couvrir la différence.

Vos dépenses sont-elles plus grandes que vos revenus?

Utilisez la feuille de travail à la page qui suit pour vous aider à le déterminer.

- Additionnez l'argent que vous gagnez chaque mois. C'est votre revenu.
- Additionnez toutes vos dépenses mensuelles.
- Comparez les deux chiffres. Que voyez-vous?

## Réfléchissez-y

Jetez maintenant un coup d'œil à la liste des dépenses supplémentaires.

- De quoi pourriez-vous vous passer le plus facilement?
- De quoi pourriez-vous vous passer le moins facilement?



À chaque paie, mettez de côté l'argent dont vous avez besoin pour couvrir vos dépenses essentielles. Faites-le dès maintenant!

Prenez une « boîte à sous » pour couvrir vos dépenses supplémentaires, comme le coût d'un café par jour ou d'un nouveau pantalon.

Mettez dans la boîte l'argent que vous avez prévu de dépenser, et suivez votre calendrier des dépenses. Payez en espèces, pas avec votre carte de crédit.

## Calendrier des dépenses – Feuille de travail

Mon revenu mensuel : \_\_\_\_\_

### Mes dépenses essentielles (besoins)

Article	Montant que je dépense chaque mois
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

### Mes dépenses supplémentaires (désirs)

Article	Montant que je dépense chaque mois
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

**Total de mes dépenses mensuelles :** \_\_\_\_\_

**Comment je m'en tire? Revenu - Dépenses =** \_\_\_\_\_

### Activité 13



## Ajoutez des détails

Travaillez pour obtenir une image claire de vos dépenses mensuelles.



C'est facile de faire un budget qui couvre les grandes choses, mais qui omet toutes les petites dépenses. Prenez le temps de trouver tous les endroits où vous voulez mettre votre argent.

### Essayez ceci :

- Tenez un journal financier pendant un mois. Indiquez tous les achats et tous les paiements que vous faites.
- Gardez tous vos reçus. Additionnez-les tous, pour savoir exactement ce que vous dépensez.
- Lisez vos relevés de compte si vous avez un compte bancaire. Vérifiez tous les retraits.

## Modifiez

Modifiez votre calendrier des dépenses en considérant ce que vous avez appris en vérifiant vos dépenses.

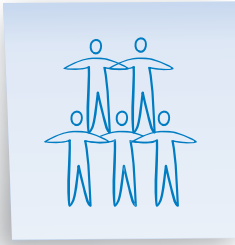
Réfléchissez aux façons que vous pouvez modifier vos dépenses pour couvrir vos besoins essentiels, équilibrer vos revenus et vos dépenses, ou épargner de l'argent. Indiquez ces modifications sur le calendrier des dépenses.

Prévoyez aussi de vous amuser un peu!



Bien sûr, les divertissements resteront toujours un désir, et non pas un besoin. Mais il est important de garder un peu de place pour le plaisir dans son calendrier des dépenses.

### Activité 14



## Essayez cette activité de groupe

Partagez vos succès et vos idées. Avez-vous des astuces financières qui pourraient aider le groupe? Qu'est-ce qui fonctionne pour vous? Comment faites-vous pour joindre les deux bouts?

Épargnez-vous pour une urgence? Avez-vous déjà eu à dépenser un gros montant d'argent pour quelque chose d'inattendu? Quelque chose que vous n'aviez pas prévu?

Avez-vous des conseils pour les autres qui pourraient les aider s'ils se trouvent dans une situation similaire?

Épargnez-vous pour les études postsecondaires de votre enfant? Comment vous y prenez-vous? Avez des idées à partager? Avez-vous déjà un régime enregistré d'épargne-études (REEE) ou aimeriez-vous en avoir un?



De simples calculs

Choisissez une idée ou une astuce suggérée par un membre du groupe et essayez-la pendant une semaine environ. Est-ce que cette idée ou astuce vous convient?

## En savoir plus

Pour obtenir plus de renseignements sur le Régime enregistré d'épargne-études, le Bon d'études canadien et la Subvention canadienne pour l'épargne-études, veuillez visiter [www.cibletudes.ca](http://www.cibletudes.ca).

Martine Gingras, *17 trucs pour épargner 7000 \$ en un an*, Coup de pouce, février 2011

« Comment faire un budget et le respecter » Agence de la consommation en matière financière du Canada, [www.acfc-fcac.gc.ca](http://www.acfc-fcac.gc.ca).

Un endroit pour prendre des notes :

---

---

---

Un endroit pour faire vos calculs :

### Activité 7 – Réponses

#### 1. Dépenses de dîner

Coût d'une bouteille d'eau ou d'une boisson gazeuse :	1,50 \$
Coût d'un sandwich :	+ 4,00 \$
Coût par jour :	<u>5,50 \$</u>

---

Nombre de jours par semaine où vous achetez votre dîner :	5
Coût par jour (d'après les calculs précédents) :	× 5,50 \$
Coût total par semaine :	<u>= 27,50 \$</u>

---

Nombre de semaines par mois :	4
Coût par semaine (d'après les calculs précédents) :	× 27,50 \$
Coût total par mois :	<u>= 110,00 \$</u>

2. Vérifiez avec votre tuteur ou votre formateur, car les réponses dépendront de la dépense que vous avez choisie.

Un endroit pour prendre des notes :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Un endroit pour faire vos calculs :

--	--





**Besoins**

Les choses qu'il vous faut absolument pour vivre

**Calendrier de dépenses**

Un calendrier expliquant comment vous allez dépenser votre argent pour que vous puissiez le mieux répondre à vos besoins

**Dépenses**

Les choses que vous achetez et l'argent que vous dépensez

**Désires**

Les choses qu'il serait bien d'avoir mais dont vous pouvez vous passer

**REEE**

Abréviation de régime enregistré d'épargne-étude, un moyen d'épargner pour les études postsecondaires de vos enfants

**Revenu**

L'argent que vous gagnez



## Félicitations!

Vous avez terminé *Question d'argent*, un programme conçu pour vous aider à mieux gérer votre argent.

Vous avez fait un pas énorme pour vous aider à bien prendre bien soin de vous, en vous permettant de bien prendre soin de votre argent. Cela s'appelle la **littératie financière**.

Nous espérons que vous avez appris certaines choses que vous pourrez mettre en pratique dans votre vie de tous les jours. Nous espérons que vous vous sentirez plus à l'aise dans une banque ou un établissement financier et que vous n'hésitez pas à poser des questions, à obtenir des conseils et à choisir les options financières les mieux adaptées pour vous.

### **Petit rappel!**

Maintenant, prenez le temps de remplir l'évaluation du cours. Vos réponses nous aideront à améliorer le programme et à apporter les changements dont vous avez besoin.







# Question d'argent

Merci d'avoir participé au  
programme *Question d'argent*.

