

« Besoins » et « désirs »

Le suivi des dépenses peut vous aider à voir où votre argent s'en va vraiment. Vous vous demandez peut-être par où commencer pour économiser de l'argent.

Une première étape simple consiste à penser à vos besoins et à vos désirs. Un « besoin » est quelque chose sans lequel vous ne pouvez vivre – l'alimentation, un endroit où vivre, le transport par exemple. Les besoins peuvent également comprendre des dettes que vous devez payer chaque mois. Un « désir » est quelque chose que vous aimeriez avoir, mais sans lequel vous pouvez vivre. Parfois les désirs peuvent être ressentis comme des besoins, d'où la difficulté d'y renoncer.

Les besoins et les désirs peuvent être différents pour chacun, même parmi les membres de la même famille.

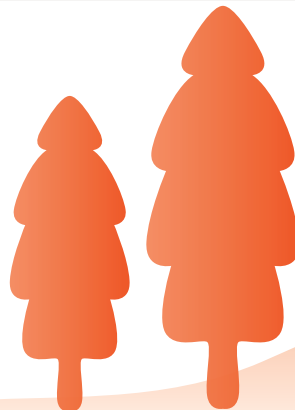
Déterminer quelles dépenses sont des besoins ou des désirs peut vous aider à trouver de l'argent à épargner pour votre objectif.

Utilisez ce tableau pour inscrire les dépenses de votre quotidien qui à votre avis sont des « besoins » et celles qui ne sont peut-être que des « désirs » :

Besoins	Désirs



Regardez votre liste. Quelles sont certaines des raisons qui vous poussent à acheter des « désirs »? Est-ce qu'il y a des désirs que vous aimeriez changer?



03 Suivi de vos dépenses



Garder la trace des endroits où votre argent s'en va pendant le mois est une autre étape utile vers l'établissement d'un budget. Ensuite, vous pourrez comparer vos dépenses à vos revenus.

Pour cette activité, il serait utile d'avoir sous la main :

- Vos états de compte (par exemple le téléphone, Internet, les services publics comme le chauffage et l'eau)
- Les relevés bancaires
- Les reçus d'achats
- Une appli d'ordinateur ou de téléphone qui vous aide à prendre des notes

Pendant un mois, prenez en note chaque article pour lequel vous dépensez de l'argent. Certains jours vous dépenserez très peu. D'autres jours vous pourriez dépenser beaucoup sans même vous en rendre compte. C'est pourquoi en prendre note peut vous aider. Une fois que vous aurez essayé le tableau sur papier, vous pourriez passer à une appli sur ordinateur ou téléphone, si c'est plus facile pour vous.

L'original enseigne l'importance de s'adapter aux changements de l'environnement. Malgré sa taille, il est aussi à l'aise dans la forêt que dans l'eau.

Suivre vos dépenses : Combien dépensez-vous chaque mois

Utilisez ce tableau pour garder des traces de vos dépenses pendant un mois ou plus.

Si vous voulez garder des traces de vos dépenses pendant plusieurs mois, faites des photocopies de cette page. Suivre vos dépenses peut sembler pénible, et plusieurs parmi nous ont de la difficulté avec leurs dépenses. Mais les répertoire nous aide aussi à nous adapter aux changements et à les planifier quand ils arrivent.

Catégorie de dépenses	Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5	Total du mois
Logement (loyer ou hypothèque)						
Transport (essence, autobus)						
Services publics (chauffage, électricité, eau)						
Téléphone, TV, Internet						
Épicerie						
Restaurants (commandes à emporter, cafés, grignotines)						
Articles personnels (vêtements, coiffeur, savon)						
Articles pour la maison						
Divertissement, loisirs, passe-temps						
Paiements de dettes						
Épargne (argent que vous mettez de côté)						
Dépenses saisonnières (bois de chauffage, dépenses hivernales)						
Voyages (visite de la famille, déplacement vers l'école, pow-wow)						
Garde d'enfants						
Cadeaux/vacances						
Dons de bienfaisance						
Autres :						
Autres :						