

02 Faire le suivi de vos revenus et de vos dépenses



Avant de prendre toute décision importante au sujet de l'investissement, vous devez savoir ce qui entre (vos revenus) et ce qui sort (vos dépenses).

C'est ce qu'on appelle faire un budget. Ça vous aide à planifier combien d'argent vous pouvez épargner et investir.

Pour cette activité de budget, recueillez le plus d'informations que vous le pouvez au sujet de vos revenus et de vos dépenses pour un mois. Voici certains endroits où recueillir l'information dont vous avez besoin :

- Relevés de paie
- Relevés de prestations gouvernementales
- Factures de travail autonome
- Relevés de revenu de pension

- Factures
- Relevés bancaires
- Reçus d'achats
- Relevés de carte de crédit

Les blaireaux sont patients. Après la fécondation, l'embryon ne s'implante pas tout de suite dans l'utérus de la mère. En fait, le corps de la mère attend le meilleur moment pour avoir une grossesse en santé. Investir exige aussi de la patience et de la planification.

Ces feuilles de travail ont été inspirées par l'artiste et expert en bien-être financier autochtone Simon Brascoupé, co-créateur de notre livret *Gérer son argent*.

[En savoir plus sur la création de ces ressources et sur notre engagement en matière de réconciliation](#) (en anglais).

Tableau de budget pour un mois

Dans ce tableau, inscrivez le montant de votre revenu mensuel à gauche.
(Si vous n'avez pas de revenu dans une catégorie, n'inscrivez rien.)

À droite, inscrivez le montant de vos dépenses mensuelles dans chaque catégorie.



Revenu	Montant	Dépense	Montant
Revenu d'emploi	\$	Dépenses pour la maison (ex. : loyer, hypothèque, services publics, réparations de la maison)	\$
Revenu de travail autonome	\$	Frais de subsistance (ex. : épicerie, vêtements, nettoyage à sec, frais médicaux, service de garde, pension alimentaire)	\$
Revenu de pension alimentaire	\$	Frais de transport (ex. : transport en commun, paiements de voiture, essence, assurance automobile)	\$
Prestations gouvernementales (ex. : assurance-emploi, aide sociale)	\$	Frais personnels (ex. : téléphone, télévision, Internet, sorties au restaurant, cadeaux, soins personnels)	\$
Prêt étudiant (argent reçu)	\$	Épargne (fonds d'urgence, autres)	\$
Avantages gouvernementaux (ex. : allocation canadienne pour enfants, crédit de TPS/TVQ)	\$	Remboursement de dettes (ex. : cartes de crédit, prêt étudiant ou prêt personnel)	\$
Rente d'invalidité	\$	Autre dépense	\$
Autre revenu	\$	Autre dépense	\$
Revenu mensuel total	\$	Dépenses mensuelles totales	\$

Solde (revenu mensuel total moins les dépenses mensuelles totales) _____ \$

Que devriez-vous faire avec votre solde?

Si votre revenu est plus élevé que vos dépenses, comment utiliserez-vous cet argent en surplus?

Avez-vous remboursé vos dettes?

Si la réponse est non, épargner et investir n'est peut-être pas la meilleure option pour vous présentement. Visitez plutôt le site Internet de Prospérité Canada : <https://learninghub.prospercanada.org/knowledge/dealing-with-debt/> et choisissez l'option "Français".

Si vous n'avez pas de dettes, vous pouvez mettre de côté cet argent afin d'atteindre l'objectif que vous avez fixé dans le tableau 1.

Si vos dépenses sont plus élevées que votre revenu, vous voudrez peut-être chercher des façons d'accroître votre revenu. Par exemple, il est possible que vous puissiez faire une demande pour des avantages gouvernementaux que vous ne recevez pas présentement. Visitez le www.benefitswayfinder.org/fr pour en savoir plus. Vous pourriez aussi vouloir trouver des façons de réduire vos dépenses.

Comment je vais accroître mon revenu ou réduire mes dépenses :

Il arrive parfois que de l'argent sorte ou n'entre que quelques fois par année, et non sur une base mensuelle. Les remboursements d'impôts, par exemple, pourraient vous fournir un revenu inattendu. De même, des choses comme les réparations de maison ou le coût des cadeaux saisonniers pourraient s'ajouter à vos dépenses. En révisant périodiquement votre budget, vous pourrez mieux planifier les pics dans vos revenus et vos dépenses.

Mettez périodiquement à jour votre budget. Cela vous aide à être prêt en cas de changements dans les revenus et les dépenses.

