

Tresser la première mèche : préparer l'esprit

Activité 4 : Plan de dépenses mensuel

Cette activité vous aidera à créer un plan de dépenses et à réfléchir à la manière dont vos fonds de règlement peut couvrir vos dépenses quotidiennes.

Créer un plan de dépenses mensuel vous permet de dépenser votre argent en fonction de vos objectifs. Voici comment commencer à créer votre plan :

Identifiez les mois dans les colonnes.

1. Additionnez vos revenus mensuels.
2. Énumérez vos achats, comme les courses et les articles ménagers, et leur coût.
3. Soustrayez le montant total de ces dépenses de votre revenu total pour obtenir votre solde. S'il vous reste de l'argent, vous pouvez en économiser pour des achats plus importants ou des dépenses urgentes.

Lors de l'élaboration de votre plan de dépenses, vous pourriez envisager d'analyser votre budget de règlement et d'investir une partie de l'argent dans des projets qui peuvent contribuer à soutenir votre famille et à atteindre vos objectifs. Par exemple, l'argent que vous recevrez pourrait vous aider à rembourser votre prêt automobile ou à financer une fête de famille.

Plan de dépenses mensuelles

Vos revenus	Mois 1 :	Mois 2 :	Mois 3 :
Revenus d'emploi			
Revenus d'un travail indépendant			
Aide financière gouvernementale (par exemple, assurance-emploi, aide sociale)			
Prestations gouvernementales (p. ex., allocation pour enfants, crédit pour la TPS/TVH)			
Prestations d'invalidité			
Païements communautaires			
Autres revenus			
Revenu total (additionnez tous vos revenus)			

Tresser la première mèche : préparer l'esprit

Activité 4 : Plan de dépenses mensuel

Plan de dépenses mensuelles

Vos dépenses	Mois 1 :	Mois 2 :	Mois 3 :
Logement (loyer ou prêt immobilier)			
Assurance habitation			
Transport (essence, ticket de bus, paiement et assurance du véhicule)			
Charges (chauffage, électricité, eau)			
Téléphone, télévision, internet			
Courses d'épicerie			
Repas au restaurant (plats à emporter, café, collations)			
Articles personnels (vêtements, coupe de cheveux, savon)			
Articles et fournitures ménagers			
Divertissements, loisirs, passe-temps, abonnements			
Sports (équipement, frais de scolarité, camps)			
Remboursement de dettes			
Épargne (argent que vous mettez de côté)			
Dépenses saisonnières (bois de chauffage, dépenses hivernales)			
Déplacements (visites familiales, déplacements scolaires, pow wow)			
Garde d'enfants			
Cadeaux/vacances			
Épargne			
Autres dépenses :			
Dépenses totales (additionnez toutes les dépenses)			
Votre solde (Total des revenus moins total des dépenses)			

- Établir un plan de dépenses vous aidera à utiliser votre argent de manière judicieuse, afin qu'il perdure et soutienne vos objectifs, votre famille et votre communauté.
- Pour créer un plan annuel, vous pouvez imprimer cette page et y ajouter d'autres mois. Pensez à quelques dépenses ou revenus saisonniers, comme le bois de chauffage supplémentaire nécessaire pour chauffer votre maison ou les revenus supplémentaires que vous pourriez gagner pendant les mois d'été.
- Vous pourriez également recevoir des prestations gouvernementales supplémentaires, comme un remboursement d'impôt.

Tresser la première mèche : préparer l'esprit

Activité 4 : Plan de dépenses mensuel

Pour créer un plan annuel, vous pouvez imprimer cette page et ajouter d'autres mois.

Plan de dépenses annuel

Vos revenus	Par mois
Revenus d'emploi	
Revenus d'un travail indépendant	
Aide financière gouvernementale	
Prestations d'invalidité	
Paielements communautaires	
Autres revenus	
Revenu total (additionnez tous vos revenus)	
Vos dépenses	
Logement (loyer ou prêt immobilier)	
Assurance habitation	
Transport (essence, ticket de bus, paiement et assurance du véhicule)	
Charges (chauffage, électricité, eau)	
Téléphone, télévision, internet	
Courses d'épicerie	
Repas au restaurant (plats à emporter, café, collations)	
Articles personnels (vêtements, coupe de cheveux, savon)	
Articles et fournitures ménagers	
Divertissements, loisirs, passe-temps, abonnements	
Sports (équipement, frais de scolarité, camps)	
Remboursement de dettes	
Épargne (argent que vous mettez de côté)	
Dépenses saisonnières (bois de chauffage, dépenses hivernales)	
Déplacements (visites familiales, déplacements scolaires, pow wow)	
Garde d'enfants	
Cadeaux/vacances	
Épargne	
Autres dépenses :	
Dépenses totales (additionnez toutes les dépenses)	
Mon solde (revenus moins dépenses)	

Tresser la première mèche : préparer l'esprit

Activité 4 : Plan de dépenses mensuel

Revenus et dépenses saisonniers

Nos ancêtres planifiaient leur vie en fonction des saisons et se préparaient à ce que chaque période de l'année apporterait. Vous pouvez faire de même avec vos finances en anticipant les besoins et les célébrations saisonnières. Cette activité vous aidera à réfléchir à l'année à venir et à mettre de l'argent de côté pour les événements culturels et les responsabilités importantes.

Voici quelques exemples :

- Déplacements et offrandes pour la cérémonie
- Fournitures ou frais de scolarité pour la rentrée scolaire

- Préparatifs pour la saison des récoltes
- Vêtements d'hiver ou frais de chauffage
- Nourriture de fête pour les rassemblements et événements communautaires
- Déplacements ou réparations d'insignes pour la saison des pow wow
- Revenus saisonniers comme les ventes d'artisanat ou les récoltes de pêche/chasse

Prenez un moment pour réfléchir à vos besoins saisonniers et utilisez le tableau ci-dessous pour commencer à planifier. Vous pouvez ajouter ces informations à votre budget mensuel ou annuel.

Autres revenus au cours de l'année

Quoi	Quand	Combien
Exemple : remboursement de l'impôt	Avril	1 000 \$

Autres dépenses au cours de l'année

Quoi	Quand	Combien
Exemple : Offrir des cadeaux	Décembre	500 \$

Tresser la première mèche : préparer l'esprit

Activité 4 : Plan de dépenses mensuel

Plan de dépenses annuel

Autres revenus au cours de l'année		
Quoi	Quand	Combien

Autres dépenses au cours de l'année		
Quoi	Quand	Combien