



# Défi : Créez votre budget mensuel

## DESCRIPTION DU DÉFI :

L'établissement d'un budget mensuel est une étape fondamentale pour parvenir à la stabilité financière et atteindre vos objectifs financiers. Un budget bien structuré vous aide à suivre vos revenus et vos dépenses, à prioriser vos dépenses et à épargner pour vos besoins futurs. Ce défi comprend un modèle de budget et vous guidera dans le processus d'établissement d'un budget pratique et personnalisé, vous permettant ainsi de prendre le contrôle de vos finances.

## QU'EST-CE QU'UN BUDGET ?

Un **budget** est un plan financier qui permet de suivre vos revenus et vos dépenses et vous aide à gérer votre argent plus efficacement. Il vous permet d'allouer des fonds aux nécessités, aux dépenses discrétionnaires et à l'épargne, en veillant à ce que vous viviez selon vos moyens et à ce que vous vous efforciez d'atteindre vos objectifs financiers. Ce défi contribue à la réalisation de divers objectifs financiers, tels que :

- **Gestion des dépenses** : Identifier et contrôler ses habitudes de consommation.
- **Croissance de l'épargne** : Affecter des fonds à l'épargne et aux investissements.
- **Réduction de la dette** : Gérer efficacement le remboursement des dettes.
- **Planification financière** : Préparer les dépenses futures et les coûts inattendus

## LE DÉFI

Prendre le contrôle de vos finances commence par l'élaboration d'un budget détaillé et réaliste. Ce défi vous guidera à travers les étapes essentielles de l'élaboration d'un budget qui vous convient. À la fin de ce défi, vous aurez une meilleure compréhension de vos revenus, de vos dépenses et de vos objectifs financiers, ce qui vous permettra de prendre des décisions éclairées et de planifier un avenir financier sûr.

Utilisez le modèle de budget: Tout au long du défi « Créez votre budget mensuel », vous utiliserez le modèle de budget fourni pour organiser vos informations financières et suivre vos progrès. Ce modèle est conçu pour vous aider à décrire clairement vos revenus, vos dépenses et votre épargne, en vous fournissant une approche structurée de la gestion de vos finances. C'est parti !

# CRÉEZ VOTRE BUDGET MENSUEL

## Modèle de budget mensuel

| Catégorie                 | Description                              | Montant prévu | Montant réel | Différence |
|---------------------------|--|---------------|--------------|------------|
| Revenu                    | Salaire                                  |               |              |            |
| Revenu                    | Autres revenus (travail d'appoint, etc.) |               |              |            |
| Frais fixes dépenses      | Loyer/hypothèque                         |               |              |            |
| Frais fixes dépenses      | Utilitaires                              |               |              |            |
| Dépenses variables        | Épicerie                                 |               |              |            |
| Dépenses variables        | Transport                                |               |              |            |
| Dépenses discrétionnaires | Restauration                             |               |              |            |
| Dépenses discrétionnaires | Divertissement                           |               |              |            |
| Épargne et Placements     | Fonds d'urgence                          |               |              |            |
| Épargne et Placements     | Investissements (CELLI, etc.)            |               |              |            |
| Total                     | -  | \$            | \$           | \$         |

# CRÉEZ VOTRE BUDGET MENSUEL

## ÉTAPES DE LA CRÉATION DE VOTRE BUDGET

### 1. Dressez la liste de vos sources de revenus

Identifiez toutes vos sources de revenus, y compris votre salaire, votre travail à la pique, vos revenus locatifs et vos prestations gouvernementales. Veillez à prendre en compte tout revenu irrégulier ou saisonnier afin d'obtenir une image complète de vos revenus mensuels.

- **Exemple :** Si vous recevez un salaire de 4 000 \$ par mois, 500 \$ provenant d'un travail indépendant et 200 \$ de revenus locatifs, votre revenu mensuel total s'élèvera à 4 700 \$. Veillez à prendre en compte les revenus irréguliers ou saisonniers, tels que les primes ou les contrats en free-lance, afin d'obtenir une image complète de vos revenus mensuels.

### 2. Dressez la liste de vos dépenses et identifiez-les

**Dépenses fixes :** Il s'agit des dépenses mensuelles constantes telles que le loyer, les versements hypothécaires, les primes d'assurance et les remboursements de prêts. Les dépenses fixes sont essentielles et souvent inévitables. Elles constituent la base de votre budget.

- **Exemple :** Si votre loyer s'élève à 1 500 \$ et que le remboursement de votre prêt automobile est de 400 \$, il s'agit de dépenses fixes qui reviennent chaque mois.

**Dépenses variable :** Elles fluctuent chaque mois et comprennent des éléments tels que les achats d'épicerie, les services publics, les transports et les divertissements. Suivez attentivement ces dépenses afin d'identifier les tendances et les domaines dans lesquels vous pourriez réaliser des économies.

- **Exemple :** Selon la saison, votre facture d'épicerie peut varier entre 300 et 400 dollars, et vos factures de services publics entre 100 et 150 dollars.

**Dépenses discrétionnaires :** Il s'agit de dépenses non essentielles telles que les sorties au restaurant, les loisirs et le shopping. Bien que ces dépenses améliorent votre style de vie, elles doivent être surveillées de près afin d'éviter les dépenses excessives.

- **Exemple :** Vous pouvez dépenser 100 dollars au restaurant et 50 dollars en billets de cinéma chaque mois. Bien que ces dépenses améliorent votre style de vie, elles doivent être surveillées de près afin d'éviter les dépenses excessives.

### 3. Fixer des objectifs financiers

Définissez vos objectifs financiers à court et à long terme. Les objectifs à court terme peuvent inclure l'épargne pour des vacances ou un fonds d'urgence, tandis que les objectifs à long terme peuvent inclure l'épargne pour un acompte sur une maison, la retraite ou l'éducation. Fixer des objectifs spécifiques, mesurables et limités dans le temps vous aidera à rester concentré et motivé.

- **Exemple :** Les objectifs à court terme peuvent inclure l'épargne de 1 000 \$ pour un fonds d'urgence ou la mise de côté de 2 000 \$ pour des vacances. Les objectifs à long terme peuvent inclure l'épargne de 20 000 \$ pour le versement initial sur une maison, des cotisations régulières à un REER pour la retraite ou le financement des études de vos enfants au moyen d'un REEE.

# CRÉEZ VOTRE BUDGET MENSUEL

## 4. Catégorisez et priorisez vos dépenses

**Les dépenses essentielles :** Affectez d'abord des fonds aux dépenses essentielles, telles que le logement, les services publics, l'épicerie et le transport. Ces dépenses sont essentielles à votre vie quotidienne.

- **Exemple :** *Vous pourriez prévoir un budget de 1 200 \$ pour le loyer, 300 \$ pour l'épicerie et 150 \$ pour le transport.*

**Épargne et investissement :** Donnez la priorité à l'épargne d'une partie de vos revenus. Envisagez de placer de l'argent dans un fonds d'urgence, un REER (régime enregistré d'épargne-retraite), un CELI (compte d'épargne libre d'impôt) ou d'autres instruments de placement.

- **Exemple :** *Vous pourriez mettre de côté 500 \$ par mois pour un fonds d'urgence dans un compte d'épargne à intérêt élevé ou cotiser 200 \$ par mois à un CELI pour l'épargne à long terme.*

**Dépenses discrétionnaires :** Après avoir couvert les besoins essentiels et l'épargne, consacrez une partie de votre budget aux dépenses discrétionnaires. Soyez attentif à vos dépenses dans cette catégorie pour éviter qu'elles ne vous empêchent d'atteindre vos objectifs financiers.

- **Exemple :** *Vous pourriez prévoir 100 \$ pour les sorties au restaurant, 50 \$ pour les divertissements et 75 \$ pour les loisirs personnels.*

## 5. Suivez vos dépenses et examinez-les régulièrement

Suivez régulièrement toutes vos dépenses pour vous assurer qu'elles sont conformes à votre budget. Utilisez des outils ou des applications de budgétisation pour faciliter ce processus. L'examen régulier de votre budget vous permet d'identifier les écarts et d'ajuster vos habitudes de dépenses si nécessaire.

- **Exemple :** *Si vous remarquez que vous avez dépensé 150 \$ au restaurant au cours d'un mois au lieu des 100 \$ prévus dans votre budget, envisagez de réduire ces dépenses le mois suivant.*

## 6. Ajustez votre budget au besoin

La vie est dynamique, tout comme votre budget. Soyez prêt à ajuster votre budget en fonction de l'évolution de vos revenus, de vos dépenses ou de vos objectifs financiers. La flexibilité est essentielle pour maintenir la stabilité financière et continuer à progresser vers vos objectifs.

- **Exemple :** *Si vous recevez une augmentation de salaire, affectez le revenu supplémentaire à l'épargne ou au remboursement de vos dettes. De même, si des dépenses imprévues surviennent, telles que des réparations de voiture, ajustez votre budget pour faire face à ces coûts financiers.*

# CRÉEZ VOTRE BUDGET MENSUEL

## 7. Prévoir les dépenses irrégulières et saisonnières

Prévoyez les dépenses irrégulières telles que les primes d'assurance annuelles, les cadeaux de Noël ou l'entretien de la voiture. Réservez une partie de votre budget mensuel à ces dépenses afin d'éviter les difficultés financières lorsqu'elles surviennent.

- **Exemple :** Si votre assurance automobile s'élève à 1 200 \$ par an, mettez de côté 100 \$ par mois pour couvrir ce coût. Vous disposerez ainsi des fonds nécessaires à l'échéance du paiement, ce qui vous évitera des difficultés

## 8. Utilisez les outils et les ressources financières

Utilisez les outils et les ressources de budgétisation offerts par les institutions financières, comme les calculateurs de budget en ligne et les services de planification financière de votre banque. Ces outils peuvent fournir des informations précieuses et vous aider à rester sur la bonne voie.

- **Exemple :** Utilisez un calculateur en ligne pour déterminer le montant que vous devez épargner chaque mois pour atteindre votre objectif d'épargner 10 000 \$ en deux ans.

## 9. Utilisez le modèle de budget pour effectuer un suivi et des comparaisons :

À la fin du mois, remplissez et comparez le « montant prévu » et le « montant réel ». Utilisez la colonne « Différence » pour noter les écarts éventuels et comprendre où des ajustements peuvent être nécessaires.

La colonne « Différence » du tableau budgétaire permet de suivre l'écart entre le montant prévu et le montant réel pour chaque catégorie. Elle vous aide à voir où vos dépenses ou vos revenus diffèrent de vos attentes budgétaires. Voici comment cela fonctionne :

- **Montant prévu :** Il s'agit du montant que vous avez budgétisé pour chaque source de revenu, dépense ou objectif d'épargne au début du mois. Il représente votre plan financier ou vos attentes pour cette période.
- **Montant réel :** Il s'agit du montant réel que vous avez reçu, dépensé ou épargné au cours du mois. Il reflète votre activité financière réelle.
- **Différence :** Cette colonne indique l'écart entre le montant prévu et le montant réel, calculé comme suit :  
$$\text{Différence} = \text{Montant prévu} - \text{Montant réel}$$

# CRÉEZ VOTRE BUDGET MENSUEL

## Exemple :

### 1. Revenu

- *Montant prévu: 4000 \$ (salaire), 500 \$ (emploi secondaire)*
- *Montant réel: 4000 \$ (salaire), 500 \$ (emploi secondaire)*
- *Différence: 0 \$ (pas d'écart, car le revenu réel correspond au revenu prévu)*

### 2. Dépenses

- *Montant prévu: 350 \$ (épicerie)*
- *Montant réel: 400 \$ (épicerie)*
- *Différence: -50 \$ (dépassement de 50 \$)*

### 3. Économies

- *Montant prévu: 500 \$ (Fonds d'urgence)*
- *Montant réel: 450 \$ (Fonds d'urgence)*
- *Différence: +50 \$ (économie de 50 \$ de moins que prévu)*

## Interprétation

- **Une différence positive** indique que le montant réel est inférieur au montant prévu. Pour les revenus, cela signifie que vous avez reçu plus que prévu ; pour les dépenses, que vous avez dépensé moins que prévu ; et pour l'épargne, que vous avez épargné plus que prévu.
- **Une différence négative** indique que le montant réel a été supérieur au montant prévu. Pour les revenus, cela signifie que vous avez reçu moins que prévu ; pour les dépenses, vous avez dépensé plus que prévu ; et pour l'épargne, vous avez épargné moins que prévu.

## DÉFI TERMINÉ !

En relevant le défi : Créez votre budget mensuel, vous avez franchi une étape importante vers l'autonomie financière. Un budget bien structuré vous aide non seulement à gérer vos dépenses quotidiennes, mais aussi à vous préparer à la réussite financière future. Continuez à revoir et à ajuster votre budget régulièrement, et n'hésitez pas à demander des conseils financiers professionnels si nécessaire. Félicitations pour avoir pris en main votre avenir financier!

**Clause de non-responsabilité :** Les renseignements fournis le sont à des fins informatives et éducatives seulement et ne constituent pas des conseils financiers. Les suggestions sont des lignes directrices générales et peuvent ne pas convenir à des situations financières particulières. Avant de prendre toute décision financière, il est recommandé de consulter un conseiller financier. Teladoc Health n'est pas responsable des décisions financières prises à la suite de ces informations.



# Félicitations d'avoir terminé le défi Créez votre budget mensuel

Le voyage vers le bien-être est en cours, et chaque étape, aussi petite soit-elle, est une victoire qu'il convient de célébrer. Continuez à aller de l'avant, en considérant chaque jour comme une occasion de vivre votre meilleure vie.

