



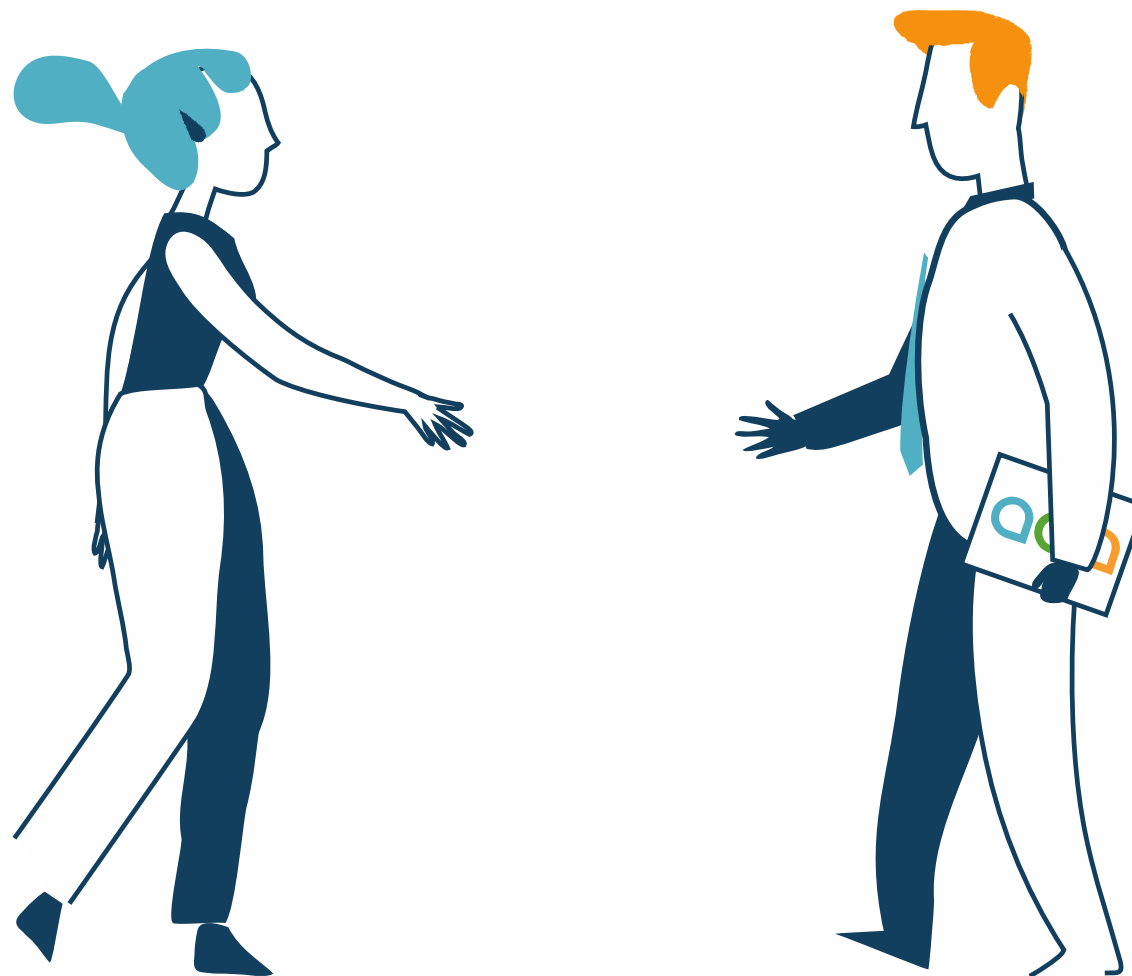
**Budgets serrés,
comment se
débrouiller ?**

CONFERENCE BUDGET 1

BIENVENUE
La conférence
débutera dans
quelques
minutes...



Budgets serrés, comment se débrouiller ?



Introduction

1. Pour qui, comment et pourquoi?

2. Comment commencer?

3. Hiérarchiser vos dépenses



Introduction

Prendre la décision d'arrêter la spirale

- Anticiper pour ne pas aggraver
- Soutenir pour prévenir

Objectif : prendre ou reprendre la main sur son argent



1 Pour qui, comment et pourquoi?

Tous concernés :

- étudiants
- jeunes professionnels
- salariés
- retraités...

Les changement(s) par choix ou par obligation :

- déménagement

Les aléas de la vie :

- naissance
- perte d'emploi
- séparation
- accident
- maladie...

L'augmentation du coût de la vie :

- l'inflation sur les dépenses courantes
- les charges fixes

QQQ 1 Pour qui, **comment** et pourquoi?

En anticipant :

- Prendre connaissance de la situation (seul ou accompagné)
- Faire face aux obligations de règlement
- Compter et échelonner



1 Pour qui, comment et **pourquoi**?

Reprendre la main :

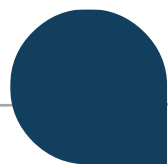
- L'argent c'est quoi ?
- Comprendre les coûts cachés des impayés
- Soulager les inquiétudes et la charge mentale
- Éviter des frais onéreux et l'escalade des faux frais :
 - frais de rejet bancaire
 - frais de découvert (« agios »)
 - frais de refacturation et recouvrement
 - pénalités de retard



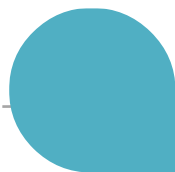
2

Comment commencer?

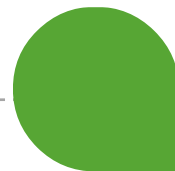
Les 4 étapes :



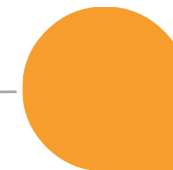
Compter
vos dépenses
à partir de
3 relevés
bancaires



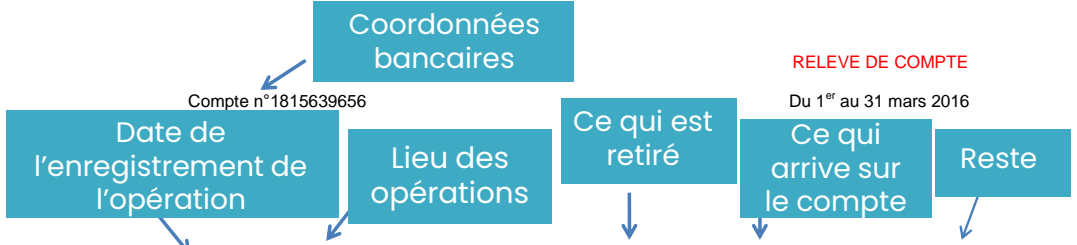
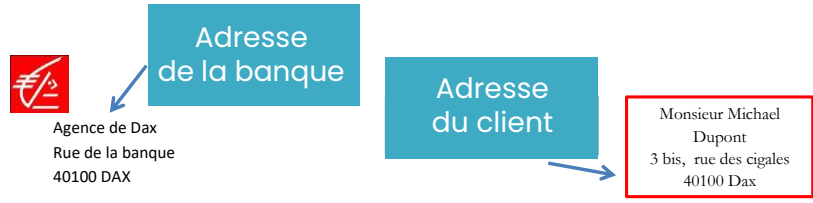
Distinguer :
- les charges
- les loisirs
- l'épargne



Organiser
vos
dépenses
sur l'année



Créer votre
routine de suivi
de vos
dépenses
sur l'année



Date	Opérations	Débit	Crédit	Solde
	Report solde février 2016		12.63	12.63
01/03	Virement salaire		850.00	862.63
01/03	Virement loyer	300.00		562.63
01/03	Carrefour Dax	59.95		502.68
02/03	Allocations logement		150.00	652.68
02/03	Virement mutuelle	22.00		630.68
02/03	EDF virement électricité	43.00		587.68
03/03	SFR abonnement	19.90		567.78
04/03	Facture eau	24.00		543.78
05/03	Retrait carte bancaire Bayonne	50.00		493.78
06/03	Carrefour Dax	44.32		449.46
06/03	Cotisation carte bleue	6.90		442.56
10/03	Chèque bus	30.00		412.56
12/03	Chèque cantine	44.00		366.56
15/03	Auto-école	60.00		306.56
17/03	Virement compte livret A épargne	40.00		266.56
18/03	Chèque docteur Maboule	23.00		243.56
18/03	Pharmacie des arènes	10.90		232.66
19/03	Leclerc Dax	66.50		166.16
20/03	Remboursement frais de santé		33.90	200.06
22/03	Retrait Dax centre	40.00		160.06
22/03	Assurance MAAF	45.00		115.06
23/03	Mac donald	8.90		106.16
23/03	Cinéma CGR Dax	5.90		100.26
25/03	LIDL	33.99		66.27
27/03	SNCF	11.96		54.31
27/03	Chèque EVOLUTIF	25.00		29.31
30/03	Chèque JULES	37.90		- 8.59
31/03	LIDL	25.25		- 33.84
31/03	Frais bancaires découvert autorisé	6.38		- 40.22
	Total des opérations	1086.75	1046.53	

Décrypter son relevé de compte bancaire

Charges fixes

Charges modulables

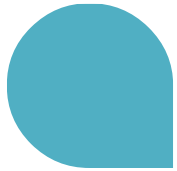
Charges à revoir

Solde débiteur au 31/03/2016 : - 40.22 euros

Ce qui reste



2 Comment commencer?



Distinguer :
- les charges
- les loisirs
- l'épargne

Objectif : établir le budget « idéal » mais **réaliste & réalisable**

- Payer ses dettes avant l'épargne
- Payer l'alimentation en cash
- Attention aux tentations des grandes enseignes et des sites de e-commerce (promotions, soldes, bons de réduction, « deux pour le prix d'un »...)



2 Comment commencer?



Organiser vos dépenses sur l'année

REVENUS	Montant	Fréquence A - T - B - M - H*	Montant Annuel	Montant Mensuel
Salaire et autres revenus				
Pensions (retraite, alimentaires, invalidité)				
Allocations sociales				
Revenus du capital (Loyers, intérêts...)				
Autres				
TOTAL REVENUS				

DÉPENSES	Montant	Fréquence A - T - B - M - H*	Montant Annuel	Montant Mensuel
Dépenses fixes				
Loyer et charges				
Remboursement prêt immobilier				
Alimentation				
Electricité/Gaz				
Téléphone / Internet / TV				
Eau				
Assurance habitation				
Habillement				
Vêtements / Chaussures				
Crédit - Épargne				
Frais bancaire				



2 Comment commencer?



**Créer votre
routine de suivi
vos dépenses sur
l'année**

- Programmer un temps chaque semaine
- Commencer à partir de votre compte bancaire en ligne
- Mettre à jour le tableau (écrit ou Excel)
- Adapter les dépenses à venir la semaine suivante
- Répartir les charges modulables (alimentation, ...)



3 Hiérarchiser ses dépenses

CHARGES FIXES	CHARGES MODULABLES	LOISIRS	AUTRES
Impôts et taxes	Transports	Activités des enfants	Épargne
Loyer ou prêt immo	Alimentation	Anniversaires, fêtes familiales	Frais réparations
Eau, électricité/gaz chauffage	Abonnements téléphone et internet		Achats plaisirs
Frais bancaires	Scolarité		
Assurances diverses et entretien régulier			



Conclusion

- Tous concernés un jour
- Une première étape
- Reprendre en main, avec un objectif minimum à moyen terme (personnel et individuel)
- Comprendre pour mieux anticiper



01

Une équipe à votre écoute :

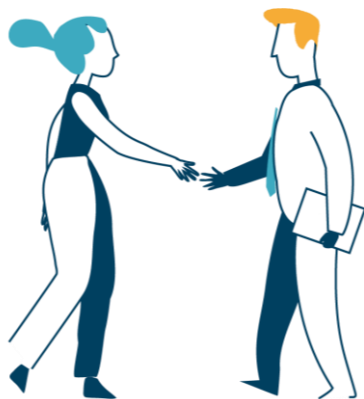




Questions Réponses



Soutien Cotisations



En cas de difficultés financières ponctuelles à cause d'un changement de situation
(chômage, maladie, passage à la retraite, décès du conjoint)

- pour éviter la radiation
- sur constitution d'un dossier
- sous conditions de ressources



Si le contrat est radié

De 3 à 6 mois de cotisations



Restons en contact



Le Site de l'Association

www.association-des-assures-april.fr

L'Email des Soutiens

soutien@associationdesassuresapril.fr

Le n° de contact APRIL

04 87 94 04 04