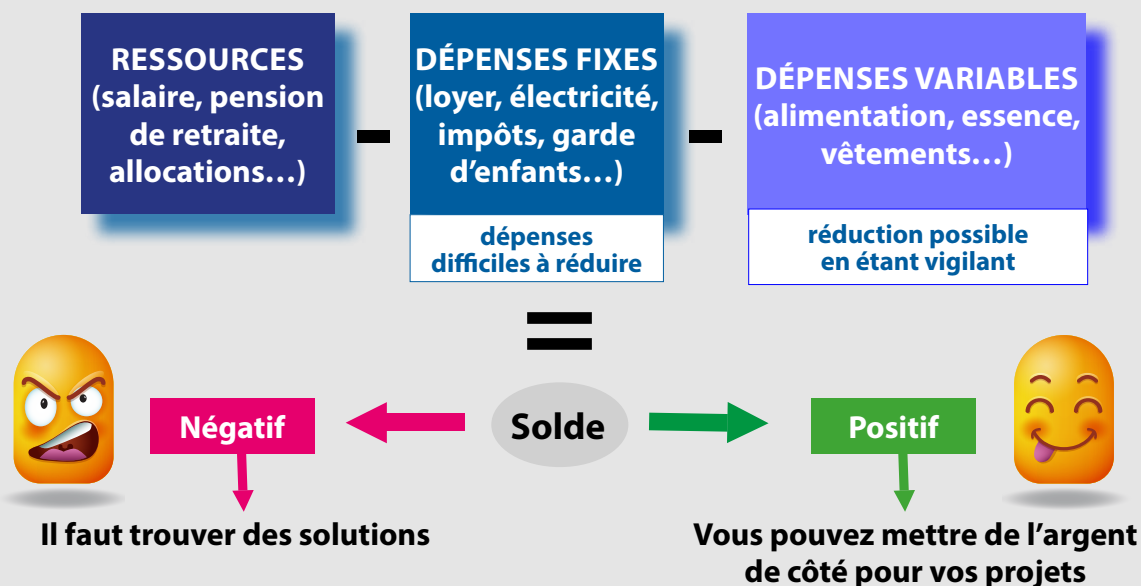


SUIVRE SON BUDGET AU QUOTIDIEN

Établir un budget et suivre ses comptes, c'est la clé pour savoir combien vous pouvez dépenser
Une contrainte, mais un atout : éviter les mauvaises surprises.

Comment se décompose un budget ?



3 bonnes raisons de faire un budget

1 - Prendre conscience :

vous visualisez la somme qui vous reste pour vivre tous les mois une fois vos charges fixes payées.

2 - Réagir :

- Vos dépenses fixes sont supérieures ou égales à vos ressources ? Il faut modifier en profondeur votre organisation : changer de logement, déposer un dossier de surendettement, demander des aides...
- Vous êtes régulièrement à découvert ? Pointez les postes de dépenses à optimiser : abonnement de téléphone portable, d'énergie, contrats d'assurances...

3 - Se faire plaisir :

Pour cela :

- maîtrisez les dépenses courantes qui ne sont pas prioritaires pour dégager une petite réserve d'argent.
- Placez cet argent sur un compte d'épargne même si vous n'avez que 10 €. Pour ne pas avoir à y penser, programmez un virement automatique tous les mois sur un compte d'épargne comme le livret A.

Comment établir un budget ?

- 1- Partez de vos relevés bancaires sur un an pour identifier les dépenses fixes et variables qui reviennent tous les mois.
- 2- Mettez de côté l'argent pour vos dépenses fixes.
- 3- Préférez les prélèvements mensuels (énergie, impôts locaux, assurances), plus indolores qu'un paiement annuel.
- 4- Planifiez autant que possible vos dépenses courantes et occasionnelles.
- 5- Suivez vos comptes toutes les semaines, voire tous les mois et réajustez en fonction de vos prévisions.

Faites-vous aider

Vous avez du mal à établir ou suivre votre budget ? Vos comptes dérapent malgré tout ? Demandez de l'aide à des antennes spécialisées : Point Conseil Budget (PCB), Point Information Médiation MultiService (PIMMS), Maisons de Services au Public (MSAP), Association du réseau Cresus...

GRILLE DE BUDGET

Ressources/Dépenses		Mois 1	Mois 2	Mois 3	
Solde du mois précédent					
RESSOURCES	Salaire				
	Allocations chômage / RSA				
	Bourse étudiante				
	Pensions (retraite, handicap, alimentaires...)				
	Aide de la famille				
	Aide au logement				
	Autres				
	Total ressources				
DÉPENSES FIXES	Logement	Loyer et charges			
		Eau			
		Électricité			
		Gaz			
		Téléphone fixe, internet			
		Téléphone mobile			
		Assurance habitation			
		Taxe d'habitation et redevance TV			
		Taxe foncière et taxe d'ordures ménagères			
	Santé	Complémentaire santé			
	Transport	Assurance véhicule			
		Abonnement/billets bus, train, métro, tram			
	Études et formation				
	Crédit en cours				
	Autres				
	Total dépenses fixes				
RESTE A VIVRE (ressources - dépenses fixes)					
DÉPENSES VARIABLE	Alimentation, entretien, hygiène				
	Frais médicaux (médicaments ou soins non remboursés)				
	Essence/ Péages / Entretien / Réparation véhicule				
	Habillement / esthétique				
	Sorties / loisirs / Vacances				
	Entretien et équipement du logement (meublier, bricolage, jardinage...)				
	Autres				
	Total dépenses variables				
SOLDE (argent qui reste en fin de mois)					
RÉSERVE PROJETS (épargne pour les vacances, travaux, coups de cœur, coups durs ...)					