

Mieux gérer votre argent

Les "ateliers budget" peuvent-ils vous aider ?

EXCLUSIF
Elles témoignent pour **Maxi**

Les problèmes d'argent provoquent beaucoup de stress au sein des foyers. Apprenez à acquérir les bons réflexes pour une saine gestion qui réduira les sources de conflit.

Faire ses comptes n'est pas toujours une partie de plaisir. Pourtant, savoir gérer son budget familial est indispensable pour avoir une vision claire de l'argent que l'on peut consacrer aux dépenses quotidiennes, déterminer les sommes qu'il faut épargner pour réaliser

un projet (achat immobilier, vacances...) ou faire face aux frais imprévus. Face au nombre croissant de personnes en surendettement - il concernait 165 000 ménages il y a dix ans, ils sont désormais 223 000* -, de plus en plus d'associations proposent des ateliers budget, sur Internet ou en groupe, où l'on apprend à

gérer ses finances et où l'on peut acquérir de bonnes habitudes pour limiter ses dépenses au quotidien. Pas besoin d'attendre d'être dans le rouge pour y participer, tout le monde peut tester l'un de ces ateliers. Ils ont d'ailleurs rendu de fiers services à nos témoins !

* Source : Banque de France.

“En quatre mois, nous avons rééquilibré notre situation !”

Julie, chargée de mission, 3 enfants, 35 ans, Orange (84)

Quand mon découvert bancaire a commencé à se creuser, j'ai beaucoup culpabilisé de n'avoir pas su mieux gérer le budget familial. Mais j'ai aussi cherché des solutions : en surfant sur Internet, j'ai découvert un groupe Facebook de personnes qui avaient du mal à gérer leur budget. Je me suis mise à chatter avec eux et ils m'ont conseillé de me rendre sur le site *Accro du Budget* (voir notre encadré). J'ai tout de suite aimé le ton direct, enjoué et déculpabilisant du blog. J'ai testé la formule « 21 jours pour des finances zen ».

Le coaching a duré trois semaines au cours desquelles j'ai reçu des conseils et des exercices par mail. Ainsi, j'ai dû noter quotidiennement chaque dépense sur un carnet. Cela m'a permis de constater que je dépensais beaucoup de petites sommes

qui finissaient par peser : un bijou par-ci, un parfum par-là, un chemisier... Tout cela, je ne le notais pas quand je faisais la liste de mes dépenses. Un autre exercice a consisté à répondre à des questions simples : qui fait les comptes chez vous ? Parlez-vous d'argent avec vos parents ? Je me suis aperçue que, comme ma



mère, je faisais seule les comptes de la famille et passais pour la rabat-joie quand je disais qu'il fallait faire attention. Je me suis alors dit qu'il était temps d'impliquer davantage mon mari dans la gestion du budget familial, afin de prendre ensemble les décisions d'engager des dépenses et le moyen de les réduire.

J'ai pu échanger via Internet avec les autres participantes du programme : j'avais un budget alimentation très important et elles m'ont expliqué comment le réduire (acheter des promos, m'en tenir à une liste précise...). Elles m'ont aussi conseillé d'inscrire ma famille à la médiathèque et à la bibliothèque afin d'emprunter des livres et des jeux au lieu de les acheter. Tous nos échanges visaient à trouver des solutions plutôt qu'à se lamenter. C'était



agréable de chatter avec des gens positifs et déterminés à s'en sortir : cela a représenté pour moi une motivation extraordinaire.

En trois semaines, j'ai réussi à prendre de bonnes habitudes : je fais mes comptes chaque jour, j'ai nettement réduit mon budget alimentation, j'attends les heures creuses pour lancer les machines à laver, le sèche-linge, et dès le début de mois je vire 50 euros sur un compte épargne... De même, mon mari et moi avons revu à la baisse les abonnements téléphoniques. Nous avons aussi décidé de gérer les comptes en commun et avons beaucoup discuté nos priorités : pour nous, le plus important est de passer du temps avec nos enfants, et nous pouvons profiter les uns des autres chez nous, pas forcément en vacances loin de notre maison : nous pouvons facilement remplacer les coûteux jeux vidéo par des jeux de société auxquels nous jouons ensemble... Grâce à toutes ces petites mesures, nous avons réussi à rééquilibrer notre situation financière en quatre mois.



prenez de bonnes habitudes

Noter vos dépenses jour le jour : cela vous permettra d'être parfaitement au courant de l'argent qui sort. Consulter ses comptes ne suffit pas. Chaque semaine, établissez une pause « comptes » avec votre conjoint pour que chacun envisage les économies possibles (moins de sorties, moins d'activités sportives...), mais aussi des projets, par exemple épargner pour s'offrir un voyage l'an prochain. Attendez deux jours avant de craquer pour un achat impétueux : dans 80 % des cas, celui-ci se dégonfle ! Rappelez-vous que l'épargne est indispensable, même quand on gagne peu : cela permet de faire face aux imprévus et de mener à bien des projets, comme l'achat d'un canapé, par exemple. Enfin, cela, faites un virement automatique juste après avoir perçu votre salaire.

Participer à des ateliers budget permet d'acquérir de bons réflexes pour éviter les découverts bancaires.

“ J'ai désormais plus confiance en moi ”

Mireille, Ingénier, 3 enfants, 51 ans, Ville (67)

Une fois par an, l'association locale pour laquelle je travaille* organise des ateliers budget gratuits qui se déroulent sur trois séances. Je m'y suis rendue deux fois pour avoir des conseils sur la façon de gérer son argent. Pour faire mes comptes, j'utilise désormais le tableau montré lors de l'atelier, où les dépenses et les entrées d'argent sont notées de façon visible. De même, je suis le conseil d'épargner un peu : j'ai une assurance vie sur laquelle je dépose 23,90 euros par mois. Deux de mes enfants sont grands et autonomes, mais le troisième, qui a 17 ans, désire reprendre des études : je veux pouvoir l'aider s'il en a besoin.

L'animatrice a parlé des différents types de cartes de crédit et des banques : elle a expliqué comment cela fonctionnait et a précisé qu'il fallait



Marina Rosnarho*

L'avis de l'expert

Qu'apportent ces ateliers budget ?

Ils permettent de réaliser que l'on peut redresser la barre quand on traverse une période de difficultés financières. J'entends souvent des gens dire « C'est la crise, tout est cher, on ne peut rien y faire. » Or, bien gérer son budget repose sur des techniques assez simples : noter ses dépenses au jour le jour, épargner régulièrement de petites sommes... J'ai lancé mon blog car j'ai été frappée de constater que beaucoup de gens ignoraient ces pratiques de base. À quel moment faut-il rejoindre un atelier ? Idéalement, il faut s'y rendre quand tout va bien car cela permet d'acquérir des réflexes de bonne conduite ! Malheureusement, c'est souvent quand plus rien ne va que l'on se décide.

Comment le choisir ? Tout dépend de ses besoins : si l'on veut montrer ses comptes, avoir des explications sur des courriers de sa banque, on choisit un groupe qui se retrouve autour d'une table avec un animateur. Si on a besoin de quelque chose de plus souple par rapport à son emploi du temps ou si on préfère l'anonymat du Web, alors on peut se tourner vers des ateliers sur Internet.

* Comptable et auteur du blog accrodubudget.com.



Où trouver ces ateliers budget ?

- Pour obtenir des conseils gratuits : finances-pedagogie.fr.
- Pour vous lancer dans le challenge « 21 jours pour redresser ses finances » (39 €) : accrodubudget.com
- Nombre d'associations comme la Croix-Rouge, le Secours populaire français, etc. proposent des ateliers budget : ils peuvent être gratuits ou coûter environ 20 € la séance. Renseignez-vous auprès de votre mairie.

Par Sophie Pasque

Partagez votre expérience, posez vos questions sur maximag.fr



* Association Tremplin, qui vient en aide aux personnes en difficulté.