

Budget pour l'avenir

Cet exercice budgétaire vous permettra de choisir un nouveau domicile en fonction de vos besoins et de vos moyens financiers. Si vous avez fait l'exercice budgétaire pour votre situation actuelle, certaines données ne seront qu'à retranscrire ici. Plusieurs guides et ressources web offrent d'excellentes grilles à utiliser. Celle que nous proposons s'inspire de la plupart d'entre elles. Les références sont inscrites à la fin de ce document.

1 Revenus mensuels estimés

À l'aide de la grille ci-dessous, comptabilisez le total de votre revenu net. **Informez-vous à propos des crédits d'impôt auxquels vous auriez ou non accès, selon votre situation domiciliaire.** Inscrivez toujours les montants mensuels. La liste est exhaustive : il est normal que certaines lignes ne s'appliquent pas à votre situation. Si vous recevez des sommes une seule fois par année, calculez la moyenne pour connaître le montant mensuel.

REVENUS DU MÉNAGE	\$ PAR MOIS
Pension de la Sécurité de la vieillesse	
Supplément de revenu garanti (SRG)	
Régie des rentes du Québec (RRQ)	
Autres rentes	
Régime privé de retraite et fonds de pension	
Placements (REER, CELI, etc.)	
Allocation-logement	
Crédit d'impôt pour le maintien à domicile*	
Crédit d'impôt pour solidarité*	
Crédit pour la TPS	
Autres crédits d'impôt*	
Revenus de travail net	
Autre revenu:	
Autre revenu:	
TOTAL DE VOS REVENUS	

*Consultez la section « crédits d'impôt » de l'outil EMiliA pour obtenir plus d'informations.

2 Dépenses mensuelles courantes, qui ne sont pas reliées directement à votre habitation

À l'aide de la grille ci-dessous, comptabilisez le total de vos dépenses mensuelles pour chaque rubrique. Bien que les **dépenses en transport** aient un lien avec l'endroit où vous habitez, vous les retrouverez ci-dessous. Toutefois, les **dépenses en alimentation** se retrouvent dans les dépenses mensuelles pour l'habitation, qui vous permettra de bien évaluer les coûts si vous choisissez une résidence privée pour personnes âgées (RPA).

Pour les frais annuels, divisez le total par 12 pour connaître le montant mensuel. Évaluez d'abord vos frais fixes, puis les dépenses variables. La liste est exhaustive: il est normal que certaines lignes ne s'appliquent pas à votre situation.

DÉPENSES FIXES	\$ PAR MOIS
Cellulaire	
Assurances (autres que pour l'habitation et automobile)	
Remboursement des dettes (prêt, marge ou carte de crédit)	
Automobile: immatriculation et permis de conduire	
Automobile: assurance + autres services annuels (ex: CAA)	
Autre dépenses fixes (sans lien avec l'habitation)	
TOTAL DES DÉPENSES FIXES - AUTRES	

DÉPENSES VARIABLES - TRANSPORT	\$ PAR MOIS
Automobile - Remboursement de prêt et location	
Automobile - Entretien, réparation et pneus	
Automobile - Essence	
Automobile - Stationnement	
Transport en commun, taxi et accompagnement-transport	
Autres dépenses de transport	
TOTAL DES DÉPENSES - TRANSPORT	

DÉPENSES VARIABLES - SOINS PERSONNELS	\$ PAR MOIS
Hygiène et pharmacie	
Soins corporels (ex : soins des pieds)	
Coiffure et esthétique	
Autres dépenses de soins personnels	
TOTAL DES DÉPENSES - SOINS PERSONNELS	

DÉPENSES VARIABLES - SOINS DE SANTÉ Les soins de santé augmenteront peut-être avec les années. Des personnes âgées ont souligné l'importance de prévoir des sommes supplémentaires pour cette catégorie.	\$ PAR MOIS
Prescriptions, autres médicaments et suppléments	
Dentiste	
Optométriste et audioprothésiste	
Autres professionnels (chiropratique, ostéopathie, massothérapie, nutrition, psychologie, podiatrie, etc.)	
Soins à domicile et soins infirmiers	
Équipements: aide à la marche et aide au bain	
Autres soins de santé	
TOTAL DES DÉPENSES - SOINS DE SANTÉ	

Note: plusieurs personnes âgées qui ont contribué au développement de cet outil ont recommandé de prévoir un budget relativement important pour la santé dentaire, visuelle et auditive.

DÉPENSES VARIABLES - VÊTEMENTS	\$ PAR MOIS
Vêtements, chaussures et accessoires	
Buanderie et nettoyage	
Couturier et altérations	
TOTAL DES DÉPENSES - VÊTEMENTS	

DÉPENSES VARIABLES - ACTIVITÉS/LOISIRS	\$ PAR MOIS
Journaux, magazines, livres, musique, jeux, application de diffusion en continu, etc.	
Sorties et activités (théâtre, cinéma, bingo, etc.)	
Cours et activités sportives	
Voyages et escapades	
Loterie et jeux de hasard	
Autres dépenses de loisirs	
TOTAL DES DÉPENSES - ACTIVITÉS/LOISIRS	

DÉPENSES VARIABLES - AUTRES DÉPENSES	\$ PAR MOIS
Animaux	
Cadeaux	
Dons, contributions et dîmes	
Épargne	
Frais bancaires	
Honoraires professionnels (comptable, notaire, etc.)	
Bières, vins, spiritueux et tabac	
Autres	
TOTAL DES DÉPENSES VARIABLES - AUTRES	

TOTAL DES DÉPENSES COURANTES	
-------------------------------------	--

3 Dépenses mensuelles reliées directement à votre habitation

À l'aide de la grille ci-dessous, comptabilisez le total de vos dépenses mensuelles potentielles pour chaque rubrique. Vous pouvez également vous référer à la grille d'évaluation pour les visites pour capturer tous les coûts, entre autres si vous prévoyez déménager en RPA. Vous noterez également que plusieurs lignes ne s'appliqueront pas si vous déménagez en RPA (ex : les dépenses d'entretien).

Pour les frais annuels, divisez le total par 12 pour connaître le montant mensuel. Évaluez d'abord vos frais fixes, puis les dépenses variables. La liste est exhaustive: il est normal que certaines lignes ne s'appliquent pas à votre situation.

DÉPENSES FIXES - HABITATION	\$ PAR MOIS
Loyer et hypothèque (incluant les frais de condo et de stationnement)	
Électricité et chauffage (mazout, propane, bois, etc.)	
Téléphone fixe (incluant le forfait interurbain)	
Télévision (câble, satellite, etc.)	
Internet	
Taxes (municipales, scolaires et autres)	
Assurance habitation	
Autres dépenses fixes reliées à l'habitation	
TOTAL DES DÉPENSES FIXES - HABITATION	

DÉPENSES VARIABLES - HABITATION	\$ PAR MOIS
Entretien intérieur et ménage	
Entretien extérieur et aménagement paysager	
Entretien du bâtiment et réparations	
Déneigement	
Système d'alarme et système d'urgence	
Articles de maison (meubles, décoration, etc.)	
Autres dépenses	
TOTAL DES DÉPENSES - HABITATION	

DÉPENSES VARIABLES - ALIMENTATION	\$ PAR MOIS
Épicerie	
Restaurant	
Repas en RPA	
Repas préparés (popote roulante, traiteur, boîtes repas, etc.)	
TOTAL DES DÉPENSES - ALIMENTATION	

TOTAL DES DÉPENSES EN HABITATION	
---	--

D'après la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL), un ménage devrait normalement consacrer 30 % ou moins de ses revenus annuels bruts (avant impôt) pour se loger. Pour un **ménage locataire**, les coûts d'habitation de base sont composés du loyer et des coûts de chauffage et d'électricité. Pour un **ménage propriétaire**, il s'agit des versements hypothécaires réguliers, des charges de copropriété (le cas échéant), des coûts des services publics (eau, chauffage et électricité) et des impôts fonciers¹. En contexte de surchauffe immobilière, de pénurie de logements ou de taux hypothécaire plus élevé, de nombreux ménages dépassent ce seuil d'abordabilité. Cela dit, un ménage qui consacre plus de 50% de son revenu au logement se voit dans une position de vulnérabilité; il est à risque d'endettement ou pourrait devoir déménager à court terme².

4

Bilan des revenus et des dépenses

Inscrivez le total de vos revenus mensuels ainsi que le total de vos dépenses mensuelles courantes, qui ne sont pas reliées directement à votre domicile ainsi que vos dépenses mensuelles directement reliées à votre habitation.

La différence entre votre revenu net et vos dépenses vous indiquera la marge dont vous disposez pour prendre une décision éclairée.

BILAN	\$ PAR MOIS
Total de vos revenus	
Soustrayez le total de vos dépenses courantes	
Soustrayez le total de vos dépenses en habitation	
TOTAL DE LA MARGE BUDGÉTAIRE	

Vous aimeriez profiter d'un accompagnement dans ce processus budgétaire? Communiquez avec votre institution bancaire ou encore consulter l'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de votre région. Elles pourront vous soutenir et répondre à vos questions concernant votre budget, votre ratio d'endettement et les différentes solutions qui s'offrent à vous.

Sources:

1. Luffman, J. (2006). *Mesurer l'abordabilité du logement*. Statistique Canada. Repéré à l'adresse suivante : <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-001-x/11106/9519-fra.pdf>
2. Labesse, M E., St-Louis, A., Ades, J., Robitaille, E. & Bergeron, P. (2021). *Logement et inégalités sociales de santé en temps de COVID-19 : des stratégies pour des logements abordables et de qualité*. Institut national de santé publique du Québec. Repéré à l'adresse suivante : <https://www.inspq.qc.ca/publications/3152-logement-inegalites-sociales-strategies-covid-19>
3. Association de coopérative d'économie familiale de Lanaudière (2014). *Choisir sa résidence: concilier finances, besoins et préférences*. Repéré à l'adresse suivante : <https://aceflanaudiere.ca/information-etapes/aines/>
4. Association de coopérative d'économie familiale de Rimouski-Neigette et Mitis et Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes du Bas-Saint-Laurent (2021). *Signer un bail en résidence privée pour aînés : un pensez-y bien !* Repéré à l'adresse suivante : https://caapbsl.org/wp-content/uploads/2023/02/21.-CaapBSL_ACEF_ChoixResidenceAines_v6.pdf
5. Table de concertation pour les personnes âgées de la MRC de Drummond (2021). *Guide: choix d'un milieu de vie* (3e Éd.). Repéré à l'adresse suivante : <https://www.cabdrummond.ca/Fichiers/Guidechoixmilieuvie.pdf>
6. Ville de Granby (2017). *Choisir mon chez moi*. Repéré à l'adresse suivante : https://granby.ca/documents/44311/177936/Choisir_mon_chez_moi_MADA-2017.pdf/3973220b-e63d-70f4-6d64-9c36bf47640c
7. Ville de Rivière-du-Loup (2017). *Bien choisir son milieu de vie : guide à l'intention des personnes âgées en recherche d'une résidence*. Repéré à l'adresse suivante : https://ameqenligne.com/news_pdf/pdf_docs_20170907040945_1_12.pdf