



PARCE QUE  
LA VIE EST PLUS  
QU'UNE QUESTION  
D'ARGENT...



## Votre santé financière... au test !

Mettez-vous au test pour connaître votre état de santé financière. Identifiez les affirmations qui s'appliquent le mieux à vous.

### CRÉDIT ET ENDETTEMENT

- Je paie généralement la balance de mes cartes de crédit chaque mois
- Je n'ai pas de dette (crédit, prêt, marge de crédit, impôt, etc.) mis à part l'hypothèque
- J'arrive à réduire mon niveau d'endettement graduellement et de façon marquée

### FACTURES COURANTES

- Je suis à jour avec le loyer, l'électricité, le chauffage et le téléphone
- Une fois les factures payées, je peux couvrir mes autres dépenses de base
- J'arrive à payer toutes mes factures chaque mois

### EN GÉNÉRAL

- Je planifie un budget équilibré et je le mets à jour si ma situation change
- Je gère mon budget en notant et calculant mes dépenses régulièrement
- J'ai réussi à accumuler des économies pour faire face aux imprévus

« Entraide budgétaire croit qu'investir dans sa santé financière peut rapporter gros... et immédiatement ! »

Dans l'ensemble, si vous avez une bonne santé financière, bravo ! Par contre, si...

### CRÉDIT ET ENDETTEMENT

- J'ai besoin de mes cartes de crédit pour me rendre jusqu'au prochain chèque
- Mes dettes augmentent depuis un certain temps maintenant
- J'ai d'autres dettes (marge de crédit, impôt, prêts étudiants, etc.)

### FACTURES COURANTES

- Je suis en retard sur certaines factures (loyer, électricité, chauffage, téléphone, câble, etc.)
- Je pige souvent dans « l'enveloppe » d'épicerie pour payer mes autres factures courantes
- Je fais face à des coupures de services (loyer, électricité, chauffage, téléphone, câble, etc.)

### EN GÉNÉRAL

- Je vis de "paye en paye" et les fins de mois sont généralement difficiles
- Ce n'est pas clair où va mon argent
- Je ne vois pas la situation s'améliorer
- Je dois régulièrement emprunter pour arriver



## COMMENT MIEUX BUDGÉTER SON ARGENT ?

On sait que chaque dollar compte ! On peut vous aider :

- À préparer un budget pour vous aider à maximiser votre argent
- À suivre votre budget et à l'ajuster face aux imprévus de la vie... aussi longtemps que vous en avez besoin
- À trouver les meilleures solutions pour faire face à votre endettement

## VOS IMPÔTS NE SONT PAS ENCORE FAITS ?

À Entraide budgétaire, on peut :

- Faire les déclarations de revenu pour ceux et celles qui ne les ont pas faites depuis plusieurs années. Et c'est gratuit.
- Faire des demandes d'ajustement si vous avez omis certaines déductions
- Négocier pour vous des arrangements de paiement avec l'agence de revenu du Canada si vous avez une dette envers eux

Au service de la population à faible revenu d'Ottawa et présents dans la communauté depuis 1979. N'hésitez pas à nous contacter pour voir comment on peut vous aider face à votre situation financière.



300, rue Olmstead, 2e étage  
Ottawa, Ontario K1L 7K1  
Téléphone : (613) 746-0400  
Télécopieur : (613) 746-9284  
Courriel : [entraidebudgetaire@bellnet.ca](mailto:entraidebudgetaire@bellnet.ca)

## VOTRE BILAN DE SANTÉ

Une fois que vous avez un portrait réaliste de votre santé financière, mettez en place un programme de remise en forme ; ça ne coûte rien... mais ça rapporte gros !

Dans la vie, conserver une bonne santé est, pour plusieurs, gage d'une longue vie productive. La même chose s'applique à l'argent : conserver une bonne santé financière est gage d'une plus grande qualité de vie !

Il est donc important de prendre le pouls de votre santé financière et, si nécessaire, de mettre en place un programme de remise en forme. Il ne vous restera ensuite qu'à passer à l'action... et en récolter les bénéfices !

« Le meilleur moment pour se remettre en bonne forme financière, c'est maintenant ! »



## ENTRAIDE BUDGÉTAIRE : UNIQUE À OTTAWA !

Besoin d'un « coach »  
pour vos finances personnelles ?

*Entraide budgétaire* est un organisme à but non lucratif financé par Centraide / United Way Ottawa et la Ville d'Ottawa. Nous offrons un service de consultation et de suivi individuel à la population à faible revenu d'Ottawa. Nous avons plus de 30 ans d'expérience et nos services sont gratuits et confidentiels. À Entraide budgétaire, la personne passe en premier... « Parce que la vie est plus qu'une question d'argent... »

« À Entraide budgétaire, nous croyons qu'un budget réaliste, bien respecté, est gage d'une longue santé financière. »

