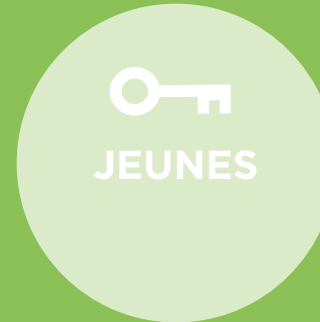


OCTOBRE 2019



LES  
MINI-GUIDES  
BANCAIRES

[www.lesclesdelabanque.com](http://www.lesclesdelabanque.com)

Le site pédagogique sur la banque et l'argent

Mon argent ?  
Je gère...

Le guide du budget



Ce guide a été réalisé en partenariat avec Familles Rurales.

**Ce mini-guide vous est offert par :**

---

---

**Pour toute information complémentaire,  
nous contacter :  
[info@lesclesdelabanque.com](mailto:info@lesclesdelabanque.com)**

Le présent guide est exclusivement diffusé à des fins d'information du public. Il ne saurait en aucun cas constituer une quelconque interprétation de nature juridique de la part des auteurs et/ou de l'éditeur. Tous droits réservés. La reproduction totale ou partielle des textes de ce guide est soumise à l'autorisation préalable de la Fédération Bancaire Française.

Éditeur : FBF - 18 rue La Fayette 75009 Paris - Association Loi 1901  
Directeur de publication : Marie-Anne Barbat-Layani  
Imprimeur : Concept graphique, ZI Delaunay Belleville - 9 rue de la Poterie - 93207 Saint-Denis  
Dépôt légal : Octobre 2019

## SOMMAIRE

---

### **3 UN BUDGET, C'EST QUOI ?**

- 3 Les différents éléments
- 7 Comment on s'y prend ?

### **9 BIEN ME CONNAÎTRE... POUR GARDER LE CONTRÔLE**

- 10 Quiz : « l'argent et moi... »
- 11 « Contrôler » mes dépenses

### **13 TON COMPTE BANCAIRE, UN OUTIL TRÈS UTILE**

- 13 Garde toujours un œil sur ton compte
- 14 « Les bons comptes font les bons budgets » et inversement...
- 15 Quiz « Connais-tu le moyen de paiement adapté à la situation ? »

### **17 FICHES PRATIQUES**

- 18 FICHE N°1 - [Mon logement \(habitation / énergie...\)](#)
- 20 FICHE N°2 - [Mes études](#)
- 22 FICHE N°3 - [Mes déplacements](#)
- 24 FICHE N°4 - [Ma santé](#)
- 26 FICHE N°5 - [Mon alimentation, mon habillement...](#)
- 28 FICHE N°6 - [Mes loisirs](#)
- 30 FICHE N°7 - [Mon téléphone et Internet](#)
- 32 FICHE N°8 - [Mes impôts](#)
- 34 FICHE N°9 - [Mon épargne, mes placements](#)

### **36 GLOSSAIRE**

### **37 LES POINTS CLÉS**

# AVANT-PROPOS

---

Que ce soit à 16, 20 ou 25 ans, l'autonomie financière s'acquiert progressivement.

Gérer son budget est une nécessité surtout quand on n'a pas beaucoup d'argent. Quoi de plus frustrant que de ne pas avoir assez d'argent pour se payer ce qu'on veut et surtout ce dont on a besoin ?

Un budget permet ainsi de planifier des projets et de s'organiser pour faire face aux imprévus. Tu trouveras dans ce guide des repères pour mieux gérer ton argent au quotidien, des idées pour développer tes ressources, maîtriser tes dépenses et gagner ainsi en liberté.

Mieux informé et mieux organisé, tu pourras prendre des décisions éclairées et gérer ton argent de manière responsable.

# UN BUDGET, C'EST QUOI ?

Le budget est un tableau sur lequel tu reportes, chaque mois, toutes les **ressources** (argent qui rentre) et toutes les **dépenses** (argent qui sort) et qui fait donc apparaître **ce qui reste à la fin du mois**. Un budget bien posé permet de :

- gérer efficacement son argent disponible,
- réfléchir à ce qu'on veut faire de l'argent non dépensé,
- prendre conscience que ce qu'on prévoit ne se réalise pas forcément,
- trouver des pistes pour améliorer la situation.

---

## Les différents éléments

---

### LES RESSOURCES

C'est l'argent sur lequel tu peux compter chaque mois pour payer tes dépenses : salaire, bourse, allocation, pension, argent de poche... En général, les revenus sont réguliers, de même montant et versés à la même date, ce qui permet de programmer les dépenses.



## 1<sup>ER</sup> SALAIRE - MODE D'EMPLOI

### Combien vas-tu être payé ?

Combien vas-tu effectivement percevoir ? Le **salaire** dépend de la qualification et de l'emploi occupé, et aussi du temps de travail effectif, du rendement, etc. Il faut distinguer le salaire brut qui est en général indiqué sur ton contrat de travail et en haut de la fiche de paie, du salaire net qui est le montant brut diminué des charges sociales et autres cotisations, que ton employeur paie pour toi. La déduction des charges te permet d'obtenir le salaire net, c'est-à-dire celui que tu toucheras réellement. Le salaire peut aussi être complété par des **primes** ou gratifications et aussi par des **avantages** en nature (repas, logement, voiture de fonction...) ou des pourboires... Enfin, le salaire que tu reçois est déjà diminué du montant de l'impôt sur le revenu que tu dois, puisque depuis début 2019, l'impôt est payé le plus souvent par « prélèvement à la source », c'est-à-dire directement prélevé auprès de ton employeur.

### Quand vas-tu être payé ?

Le jour de paie est toujours très attendu, notamment avec un budget serré et des fins de mois difficiles. Ton employeur t'indiquera la date à laquelle, régulièrement tu percevras ton salaire : c'est **important** notamment **si tu souhaites** mettre en place **des autorisations de prélèvements** pour payer tes factures régulières (par exemple téléphone, électricité...).

### Comment vas-tu être payé ?

Si à l'embauche, ton employeur t'a demandé un **Relevé d'Identité Bancaire (RIB)**, c'est vraisemblablement qu'il compte te verser le salaire par **virement** sur ton compte bancaire. Il peut également te payer par chèque, tu devras alors l'encaisser au plus vite pour ne pas risquer de le perdre. Le paiement du salaire en espèces est plus rare car interdit au-delà de 1500 €.



*Avant ta première déclaration de revenus, l'administration fiscale applique un taux de prélèvement en fonction des revenus que te verse ton employeur. Ce taux sera personnalisé à ta situation l'année suivante (cf fiche n°8 "Impôts").*



## ATTENTION

Les primes et versements exceptionnels ne doivent pas être considérés comme revenus réguliers.



### à noter

**LE DÉCOUVERT AUTORISÉ EN COMPTE EST UN CRÉDIT FORMALISÉ AVEC TA BANQUE, IL S'AGIT DONC D'UNE DETTE QUE TU DEVRAS REMBOURSER. IL PERMET DE BÉNÉFICIER D'UNE SOUPLESSE TEMPORAIRE EN CAS DE PROBLÈME OU DE DÉCALAGE DE TRÉSORERIE ENTRE UNE RESSOURCE ET UN PAIEMENT.**

## LES DÉPENSES

C'est l'ensemble de ce que tu paies dans le mois. On distingue généralement 3 types de dépenses :

Dépenses fixes / contraintes ou charges	Dépenses courantes / variables	Dépenses occasionnelles / facultatives
Habitation, assurances, électricité, gaz, eau, abonnement internet, téléphone, impôts, mensualités de crédit, etc.	Alimentation (courses, cantine...), habillement, transport (carburant, abonnement...), soins et hygiène (médecin, coiffeur...) etc.	Equipement, cadeaux, culture (musées, livres...), loisirs (bowling, cours de musique...), réparation, restaurant, voyage, vacances, etc.
Ce sont les dépenses qui correspondent à un contrat (bail et abonnement...). Le montant de ces dépenses peut être variable mais il est difficilement compressible. Beaucoup de ces charges peuvent être mensualisées pour éviter les à-coups	Ces dépenses sont également essentielles mais elles peuvent être plus facilement optimisées que les dépenses fixes et c'est généralement sur ces postes qu'on peut faire le plus d'économies	Pour ces dépenses qui peuvent être prévisibles (noël) ou non (panne), il est indispensable d'épargner au préalable

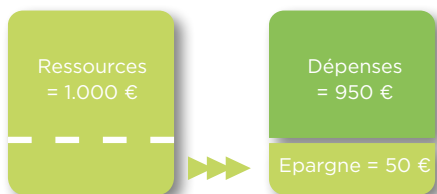
## LE SOLDE

Le solde est la différence entre tes ressources et tes dépenses : c'est ce qu'il te reste en fin de mois.

- S'il te reste de l'argent en fin de mois, **tu peux le mettre de côté** : pour financer plus tard des projets ou faire face aux imprévus.
- **Si tu as eu plus de dépenses que de ressources : tu dois prendre d'urgence des mesures** pour rétablir la situation.



**Ne pas dépenser toutes ses ressources permet d'épargner**



**Plus de dépenses que de ressources entraîne des dettes**



## COMMENT ON S'Y PREND ?

**Tenir un budget, c'est anticiper. Tu dois prévoir de quelle façon tu vas dépenser / ne pas dépenser ton argent.**

**Inscris dans un tableau tes ressources et tes dépenses du mois.** Tes prévisions doivent être raisonnables : ni trop optimistes, ni trop pessimistes. Notamment, les ressources prises en compte doivent être certaines à la fois dans leur montant et dans la date de leur perception.

Prévois 3 colonnes : Prévu / réel / Différence. Pour t'y aider, tu peux utiliser ton relevé de compte (colonne crédit pour les ressources, colonne débit pour les dépenses) ou l'application de banque à distance proposée par ta banque.

- 1 Identifie toutes tes ressources / **rentrées d'argent prévues** pour le mois. C'est l'argent sur lequel tu peux compter. **Note-les** dans les différentes rubriques « ressources » à la colonne « prévu » **et fais le total.**



*Toutes les opérations créditrices (colonne +) sur ton compte ne sont pas des ressources. Ex : l'argent viré de ton livret d'épargne (livret A ou livret Jeune) vers ton compte courant t'appartient déjà. Ex : un remboursement de soins maladie ou de médicament n'est pas une ressource.*

- 2 Liste tes dépenses fixes / **charges** (habitation, assurances, remboursements de crédit ...) **puis les dépenses courantes** que tu prévois pour le mois en les regroupant par thème (alimentation, transports, santé, loisirs...). **Note ces prévisions** dans chacune des rubriques « Dépenses » **puis fais le total.**
- 3 Si besoin, corrige la répartition et le volume de tes dépenses afin de parvenir à une situation qui te semble réalisable.
- 4 **A mesure des dépenses que tu fais, note** en face de chaque prévision, le montant réel de l'opération, c'est-à-dire ce que tu as réellement perçu et dépensé. Analyse les différences éventuelles entre « prévu » et « réel » aussi bien dans les « ressources » (plus ou moins de ressources que prévu) que dans les « dépenses » (plus ou moins de dépenses que prévu). Prépare de la même façon tes prévisions pour le mois d'après et ainsi de suite chaque mois.



*Tu peux utiliser l'application PiloteBudget disponible sur Android et IOS. Déconnectée des sites bancaires, anonyme, confidentielle et gratuite, elle te permettra de voir très vite l'argent qu'il te reste (reste pour vivre) chaque mois ou chaque semaine.*

## MON BUDGET MENSUEL

Mois de \_\_\_\_\_



Mes ressources	prévues	réelles	différence
Revenu principal	€	€	€
Autres ressources	€	€	€

<b>Total de mes ressources</b>	<b>€</b>	<b>€</b>	<b>€</b>
--------------------------------	----------	----------	----------

Mes dépenses		prévues	réelles	différence
Logement	<i>FICHE 1</i>	€	€	€
Etudes	<i>FICHE 2</i>	€	€	€
Déplacements	<i>FICHE 3</i>	€	€	€
Santé	<i>FICHE 4</i>	€	€	€
Alimentation et habillement	<i>FICHE 5</i>	€	€	€
Loisirs	<i>FICHE 6</i>	€	€	€
Téléphone et Internet	<i>FICHE 7</i>	€	€	€
Impôts	<i>FICHE 8</i>	€	€	€
Epargne et placements	<i>FICHE 9</i>	€	€	€

<b>Total</b>		<b>€</b>	<b>€</b>	<b>€</b>
--------------	--	----------	----------	----------

# BIEN ME CONNAÎTRE... POUR GARDER LE CONTRÔLE



## ATTENTION

Il est important de te connaître pour bien maîtriser ton budget. Impatient, rêveur, généreux, prudent... Tes comportements et ton rapport avec l'argent seront différents.



## L'ARGENT ET MOI...

Un petit test pour mieux cerner tes comportements et ton rapport à l'argent.

### Tu te déplaces principalement...

- ▲ en transport en commun
- à pied ou en vélo
- en scooter ou en voiture

### Tes amis t'emmènent au café...

- tu attends qu'on t'invite
- ▲ chacun paie sa part
- tu invites tout le monde

### Une amie te propose de faire du shopping...

- tu l'accompagnes... mais tu préfères attendre les soldes
- tu repars avec 3 gros sacs
- ▲ tu compares les prix sur plusieurs boutiques

### L'argent ...

- tu as toujours tout ton argent sur toi
- tu le mets de côté dès que tu le reçois pour ne pas y toucher
- ▲ tu sais que tu ne peux pas satisfaire toutes tes envies, alors tu vas réfléchir

### Tu veux partir en Espagne cet été...

- ▲ tu as déjà réfléchi à un job pour financer ton voyage
- tu te demandes si c'est bien raisonnable
- tu as déjà acheté tes billets

### Tu n'as plus d'argent ...

- tu demandes à un copain ou à tes parents de t'en prêter
- ▲ tu vas proposer tes services de jardinage à ton voisin
- pas grave, tu vas attendre le jour de l'argent de poche

**Une majorité de ■ :** tu es *très prudent* en ce qui concerne l'argent ; tu fais attention à ne pas le dépenser inutilement et tu préfères en mettre de côté pour tes projets ou tes plus grandes envies. Tu n'es pas radin pour autant mais tu n'es tout simplement pas du style à craquer.

**Une majorité de ▲ :** tu es du genre *réfléchi et prévoyant*. Tu sais que tu ne peux pas tout te payer alors tu n'hésites pas à comparer, à réfléchir avant

d'acheter, à différer un achat. Si besoin, tu t'organises pour augmenter tes ressources pour satisfaire tes besoins et envies. Tu gères, quoi !

**Une majorité de ● :** tu es de caractère *dépensier* et l'argent a tendance à te filer entre les doigts. Tu dépenses sans compter au risque d'éventuellement te retrouver dans une situation délicate. Ton style, c'est plutôt « panier percé » ! Peut-être devrais-tu être un peu plus vigilant...

Résultats

## « Contrôler » mes dépenses

Maintenant que tu te connais, tu peux faire attention pour « mieux » dépenser.

### COMMENT DÉPENSER MIEUX ?

#### 1. Dépenses incontournables...

Certaines dépenses sont inévitables comme le loyer et parfois on ne peut en maîtriser ni le montant ni la date comme les frais de santé, etc. On peut parfois essayer de les diminuer : en choisissant un logement moins cher, le vélo plutôt que le bus, etc.



D'autres dépenses, alimentaires par exemple, sont bien évidemment obligatoires. En appliquant quelques règles simples, il est possible là aussi de dépenser moins : repère les promotions, fais les fins de marché, etc.

On peut aussi différer ou réduire certaines dépenses sans trop de conséquences sur le quotidien.

#### 2. Dépenses facultatives...

La publicité, les promotions, les amis, les envies, ... tout incite à consommer toujours plus... les « bonnes raisons » de dépenser ne manquent pas mais elles ne tiennent pas compte de tes moyens financiers : tu dois donc rester vigilant. Résister à la tentation ne signifie pas se priver de tout, au contraire : une consommation raisonnée permet de faire des économies là où c'est possible, pour mieux satisfaire tes besoins prioritaires puis tes envies.

## ET EN CAS DE DIFFICULTÉS ?

Réagir vite te donne plus de chance de trouver une solution à temps. Eviter les rejets d'opérations de paiement permet de faire l'économie des frais d'incidents et de ne pas avoir de problèmes avec ceux à qui tu dois de l'argent :

- **Contacte ton conseiller bancaire** pour faire le point : solde débiteur, rejets de prélèvements ou de chèques... le compte bancaire est le 1er révélateur des difficultés financières.
- **Vérifie auprès d'un service social ou d'une association d'aide** (par exemple à la Mairie, à la CAF, à la fac...) que tu perçois bien toutes les prestations auxquelles tu as droit. Et dans certains cas, il pourra t'aider à trouver des appuis financiers pour sortir de cette situation. Tu peux aussi faire une simulation de tes droits sur le site [www.mes-aides.gouv.fr](http://www.mes-aides.gouv.fr).
- **Préviens les personnes à qui tu dois de l'argent** (tes créanciers) que tu ne pourras pas les payer à temps et essaie de négocier des délais de paiement (paiement partiel ou différé...).



# TON COMPTE BANCAIRE, UN OUTIL TRÈS UTILE

Un problème de budget se révèle très vite sur le compte en banque et une mauvaise gestion de ton compte peut avoir des effets négatifs sur ton budget.

Suivre son compte est un bon réflexe à adopter. Régulièrement et le plus souvent possible, consulte les dernières opérations effectuées (au crédit ou au débit).

## Garde toujours un œil sur ton compte

Les banques proposent des **applications mobiles** qui permettent de **suivre ses dépenses et son budget**. Tu peux avoir la position exacte de ton solde à tout moment. Elle peut même présenter le solde prévisionnel qui tient compte des opérations en cours de traitement. Les dépenses sont souvent présentées par catégories parfois même avec un graphique coloré ce qui te permet de suivre ton budget aisément : transport, restos, etc.

Tu peux ainsi suivre toutes tes opérations, quel que soit le mode de paiement, même sans contact.

Enfin, tu peux choisir de recevoir des notifications en temps réel : alerte sur le niveau du solde, montant encore disponible... pour une gestion au jour le jour.



## « Les bons comptes font les bons budgets » et inversement...

- 1. Maintiens crédeur le solde de ton compte bancaire :** lis bien tes relevés de compte quand tu les reçois. Tiens compte des dépenses que tu as faites mais qui n'apparaissent pas encore sur ton relevé (chèque émis mais pas encore débité par exemple). Tu éviteras ainsi des frais d'incident.
- 2. Choisis le moyen de paiement adapté :** la carte de paiement à autorisation systématique est particulièrement adaptée à un budget serré grâce au contrôle du solde disponible à chaque opération (retrait ou paiement par carte) et au débit immédiat. Le prélèvement par mensualités égales (abonnement, chauffage, assurances, etc.) permet de répartir les grosses dépenses sur l'année.
- 3. Alimente régulièrement un compte d'épargne :** mettre de côté tous les mois, même de petites sommes, te permettra de faire face à un imprévu et de concrétiser tes projets. Un compte d'épargne te rapportera des intérêts et même si c'est peu, c'est toujours ça de gagné. Si tu peux, épargne chaque début de mois la même somme, sinon mets de côté ce qui te reste en fin de mois.
- 4. Maîtrise ton endettement :** évite de prendre des crédits ou une autorisation de découvert trop important car tu devras les rembourser et tes charges fixes augmenteront en conséquence. Tu dois pouvoir payer tout ce que tu dois : il est important de regarder ce qu'il te reste pour vivre chaque mois après paiement de tes charges (loyer, crédit).

## QUEL MOYEN DE PAIEMENT ?

### Quiz

**1. Pour acheter des timbres, tu paies :**

- a. avec des espèces
- b. par chèque

**2. Pour un achat sur Internet, tu utilises :**

- a. Le chèque
- b. La carte

**3. Pour acheter une paire de chaussures, tu paies de préférence par :**

- a. carte
- b. chèque

**4. Pour payer ton loyer à un propriétaire particulier, tu privilégies :**

- a. le virement
- b. le prélèvement

**5. A l'étranger, tu utilises de préférence :**

- a. le chèque
- b. la carte

*Réponses en page 16*

- 1. a :** pour des petits montants, le plus simple est d'utiliser des espèces.
- 2. b :** La carte bancaire est le paiement le plus adapté pour payer en ligne. Tu peux également utiliser une solution de paiement en ligne (exemple : Paylib) si le site le propose.
- 3. a :** La carte bancaire est le paiement le plus simple et le plus rapide. Il est possible de payer en espèces. Tu peux aussi payer en magasin avec ton smartphone (ex Paylib).
- 4. a :** Le virement est le plus adapté si ton propriétaire est un particulier. Tu peux le payer par prélèvement s'il a un identifiant créancier SEPA (ICS).
- 5. b :** La carte bancaire internationale est parfaitement adaptée tandis que le chèque sera probablement refusé.



**POUR PLUS D'INFOS SUR LES PAIEMENTS EN LIGNE, CONSULTE LE GUIDE « ACHATS EN LIGNE : 10 RÉFLEXES SÉCURITÉ »**

# FICHES PRATIQUES

## BONNE IDÉE

Tu trouveras dans les fiches suivantes, une liste de bonnes idées pour mieux maîtriser ton budget.

La liste n'est pas limitative. Tu peux trouver toi-même de bonnes idées à ajouter. Aussi, un espace t'est réservé pour les noter.

Les fiches sont numérotées de 1 à 9. Chaque numéro correspond à un repère dans le tableau de suivi budgétaire (voir page 8).



# Mon logement (habitation / énergie...)



**LE PAIEMENT DU LOGEMENT (LOYER) EST GÉNÉRALEMENT LA CHARGE LA PLUS LOURDE À PAYER (300 À 500 EUROS EN PROVINCE CONTRE 800 EUROS À PARIS): AVANT DE SIGNER UN BAIL, VÉRIFIE QUE TU POURRAS Y FAIRE FACE TOUTE L'ANNÉE. TU PEUX AUSSI PENSER À LA COLOCATION QUI TE PERMETTRA DE PROFITER D'UN LOGEMENT PLUS GRAND, EN PAYANT TA PART DU LOYER, PART QUI SERA ÉQUIVALENTE À UNE LOCATION SEULE VOIRE MOINDRE.**

Vérifie auprès de la **Caisse d'Allocations Familiales** (CAF) ou de la **Mutualité Sociale Agricole** (MSA) si tu peux bénéficier de **l'Allocation Logement Social** (ALS) ou de **l'Aide Personnalisée au Logement** (APL) sous condition de ressources. Ils peuvent parfois t'aider pour les frais d'installa-

tion, d'équipement et de travaux. Consulte le site [www.mes-aides.gouv.fr](http://www.mes-aides.gouv.fr)

S'y prendre tôt permet aussi d'avoir le choix et de trouver des logements moins chers. Les sites des Crous et [www.locaviz.fr](http://www.locaviz.fr) proposent de nombreux logements.

## astuce

### Côté banque :

- Pour payer le loyer et les factures (électricité, gaz, etc.) choisis le prélèvement ou le virement à date fixe, dès que ton salaire (ou autres ressources) est crédité sur ton compte.
- Si tu es en colocation, ouvrir un compte joint entre colocataires permet de payer facilement les dépenses communes (loyer, charges, etc.). Alimenté à parts égales, le compte fonctionnera de préférence sans chéquier ni découvert pour éviter les mauvaises surprises.

● **Le Fonds de Solidarité pour le Logement (FSL)** peut aussi t'aider, sous certaines conditions, à accéder à un logement (dépôt de garantie, 1<sup>er</sup> loyer, déménagement...) ou à y rester, à payer tes factures d'eau, d'énergie (électricité, gaz, fuel) et de téléphone. Renseigne-toi auprès de la CAF ou du département.

● **La garantie VISALE**, facilite l'accès à un logement pour les étudiants dépourvus de garants personnels. VISALE est une caution accordée par Action Logement au locataire qui prend en charge le paiement du loyer et des charges locatives de la résidence principale, en cas de défaillance de paiement.

## témoignages

« Pour mon logement, j'ai postulé au CROUS. J'avais le choix entre une chambre à la « Cité U » en structure collective à 200 € ou un studio conventionné à 400 € / mois. Vues mes petites ressources, j'ai opté pour la Cité U, comme ça c'est rapide pour aller en cours et ça m'économise des frais de transport. »

Manon, étudiante

« Avec ma paie d'apprenti, j'ai pu choisir la colocation. J'ai pu me faire de nouveaux amis. J'avais pensé au foyer de jeunes travailleurs, mais je m'y suis pris trop tard, il n'y avait plus de place. »

Hugo, apprenti

## Autres pistes personnelles

---



---



---



---

# Mes études



**DROITS UNIVERSITAIRES OU FRAIS DE SCOLARITÉ, CONTRIBUTION VIE ÉTUDIANTE ET DE CAMPUS, ÉVENTUELLEMENT MUTUELLE, INSCRIPTION À LA BIBLIOTHÈQUE, FOURNITURES, LIVRES, ORDINATEUR, ETC. LA LISTE DES DÉPENSES EST LONGUE. LES AIDES ÉTUDIANTES, LES BOURSES ET LE CRÉDIT ÉTUDIANT, PEUVENT T'AJDER À LES FINANCER.**

Les études sont, d'une manière générale, assez coûteuses :

- Il existe différentes **aides, bourses, allocations...** N'hésite pas à te renseigner auprès de ton établissement.
- Tu peux obtenir un **crédit étudiant**. Il permet de payer tes frais de scolarité, tes dépenses annexes (achat d'ordinateur ou de scooter) ou encore tes dépenses courantes (loyer, nourriture, etc.). L'utilisation des fonds est libre. Attention à bien évaluer tes besoins. Dans beaucoup de grandes écoles, un accord a été négocié avec une ou plusieurs banques pour bénéficier d'un taux privilégié.

**“ témoignages**

*« J'ai demandé une bourse d'études : bourse sur critères sociaux, bourse de mérite, bourse de mobilité internationale ou encore bourse sur critères universitaires ... ma fac m'a bien renseignée sur toutes ces aides et vérifié avec moi si je pouvais en bénéficier. »*

Eva, étudiante à la Fac

**☀ astuce**

**Côté banque : Il existe un prêt étudiant garanti par l'Etat (liste des banques sur [etudiant.gouv.fr](http://etudiant.gouv.fr)) avec lequel tu es dispensé d'apporter le cautionnement de tes parents par exemple. Son montant est limité à 15 000 euros par étudiant pour toute la durée des études ; sa durée de remboursement est de 10 ans maximum.**

**“ témoignages**

*« Les études de commerce sont chères et mes parents ne pouvaient pas m'aider financièrement alors j'ai demandé un crédit étudiant. »*

Karl, étudiant en école de commerce

**➔ Focus**

**Le crédit étudiant**

Les sommes peuvent être mises à disposition au fur et à mesure des besoins. Tu les rembourses une fois tes études finies, cela suppose de vite trouver un emploi. Pendant la durée de tes études, tu as le choix entre :

- une franchise totale, c'est-à-dire que tu ne paies que les primes d'assurance,
- une franchise partielle, tu rembourses au moins en partie les intérêts, en plus des primes d'assurance. Cela évite que ton endettement augmente chaque année.

## Autres pistes personnelles

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Mes déplacements

**LE TRANSPORT PEUT VITE REPRÉSENTER UN GROS POSTE DANS LE BUDGET. AVANT DE CHOISIR UN MODE DE TRANSPORT, IL FAUT BIEN MESURER LES DIFFÉRENTES DÉPENSES.**



## Les transports en commun

restent plus économiques sur les petites distances si ton domicile est bien desservi. Renseigne-toi sur les tarifs jeunes / étudiants et les forfaits adaptés à tes besoins (abonnement mensuel, annuel...). En cas de problèmes d'horaire par exemple, pense au covoiturage et à l'auto-partage. L'employeur (quel que soit l'effectif) doit prendre en charge la moitié des frais de transport public ou de service public de location de vélo pour les trajets domicile-lieu de travail.

Si tu veux avoir ton **propre véhicule**, pour les petits trajets, ton **vélo** est un mode de transport très économique et pratique. Sinon tu peux choisir un véhicule à assistance électrique (vélos ou trottinettes électriques par exemple) qui permet de couvrir des distances plus importantes ou un véhicule motorisé (scooter, moto, voiture) à condition d'avoir le permis correspondant. Pense également au **co-voiturage**.

Acheter un véhicule d'occasion, même récent et en très bon état, te coûtera moins cher qu'un véhicule neuf. Choisis bien en fonction

## “ témoignages

*J'habite une grande ville alors je n'ai pas vraiment besoin d'avoir mon propre véhicule. J'ai choisi un abonnement mensuel pour les transports en commun. J'aime bien bouquiner dans le bus.*

Célia, apprentie pâtissière

*N'ayant pas de transport en commun dans ma commune, j'aurais bien voulu une voiture mais le carburant, l'assurance, etc. ça revenait trop cher. J'ai choisi le scooter.*

William, étudiant

de tes besoins (type de déplacements, etc.), de sa consommation (diesel ou essence, etc.) et du coût de l'entretien. N'oublie pas le coût de l'assurance.

**L'employeur peut prendre en charge les frais de carburant** ou d'alimentation de véhicules électriques pour les salariés contraints d'utiliser leur véhicule personnel.

Pense aussi à avoir toujours un peu d'argent de côté pour pouvoir assurer l'entretien et les réparations sans déséquilibrer ton budget.

Alternative à l'achat, tu peux aussi préférer la **location avec option d'achat**. Elle permet d'avoir un budget quasi stable qui comprend l'entretien.

**Pour financer les cours du permis** de conduire (souvent supérieur à 1000 euros pour le forfait de base de 20 h pour permis B), il existe **plusieurs aides possibles** (Pôle emploi, Agefiph - Association de gestion du fonds pour l'insertion professionnelle des personnes handicapées, Centre de formation des apprentis). Renseigne-toi pour privilégier les

offres les moins chères (simulateur, boîte automatique, gratuité du code sous certaines conditions...)

Certaines communes, ou encore départements et régions, proposent de prendre en charge une partie de la facture d'auto-école si tu acceptes d'effectuer des heures de bénévolat pour la collectivité (prévention au collège, capitaine de soirée, etc.).

Si tu es salarié, tu peux **utiliser** les heures de formations accumulées sur **ton compte personnel de formation (CPF)** à condition que le permis contribue à la réalisation d'un projet professionnel ou favorise la sécurisation de ton parcours professionnel.

## 🌟 astuce

### Côté banque :

- **Le permis à 1 euro par jour (30 euros par mois) est une formule de financement avantageuse disponible dans la plupart des banques et disponible pour les jeunes de 15 à 25 ans. Vérifies bien que l'auto-école que tu choisis est partenaire du dispositif.**
- **Tu peux aussi demander directement à l'auto-école la mensualisation ou un arrangement (paiement carte en trois fois, par exemple).**

## Autres pistes personnelles

---



---



---



FICHE N°4

# Ma santé

**MÊME JEUNE, ON PEUT AVOIR DES DÉPENSES DE SANTÉ, QUI PEUVENT VITE ÊTRE TRÈS CHÈRES. TU DOIS T'ASSURER D'ÊTRE BIEN COUVERT PAR LES ORGANISMES DE SANTÉ.**

Si tu travailles ou résides en France de manière stable et durable, tu bénéficies au moins de la **protection universelle maladie (PUMa)** et/ou de la CMU-C (Couverture Maladie Universelle Complémentaire) ou de l'Aide pour une Complémentaire Santé (ACS). Tes frais de santé sont pris en charge avec un minimum de démarches.

A tes 18 ans, tu restes rattaché à ton régime actuel de protection sociale et ce jusqu'à tes 24 ans. Il s'agit généralement du régime de tes parents. Cependant, tu n'es plus considéré comme leur ayant-droit, tu deviens assuré à titre personnel. Il peut être conseillé de souscrire une mutuelle ou complémentaire santé .

Si tu es salarié, tu es rattaché au régime général de la Sécurité sociale et tu es affilié à la caisse d'assurance maladie de ton lieu de résidence. L'employeur te proposera une mutuelle qu'il prendra partiellement en charge pour couvrir les dépenses de santé qui ne sont pas prises en charge par l'assurance maladie. Si cette

**“ témoignages**

Témoignages :

*Je suis en bonne santé mais j'ai besoin de lentilles de contact pour pouvoir continuer le sport en toute sécurité. Ma Mutuelle m'aide un peu pour les rembourser.*

Valentin, étudiant en STAPS

*Ma santé, j'y fais attention. Je me fais suivre régulièrement par mon dentiste, mon gynécologue, etc. Mieux vaut prévenir que guérir.*

Syrine, apprentie

mutuelle ne te convient pas (prix trop important ou garanties insuffisantes par exemple), tu peux la refuser et en souscrire une auprès de l'organisme de ton choix. Plus d'infos sur [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) et [www.secu-jeunes.fr](http://www.secu-jeunes.fr).

Pratiquer un sport et adopter une alimentation équilibrée t'aideront à rester en bonne santé. Pense à profiter des consultations de prévention gratuite (ex : dentiste)

ou dépistages gratuits organisés près de chez toi (ex : cancer de la peau, VIH, etc.).



## astuce

- **A la pharmacie ou chez le médecin, présente ta Carte Vitale. Les dépassements d'honoraires n'étant pas toujours pris en charge, n'hésite pas à interroger le praticien sur ses tarifs avant la consultation. L'ensemble des tarifs doit d'ailleurs être affiché dans la salle d'attente. Demande des devis notamment au dentiste et à l'opticien.**
- **Si tu as déjà fait des dépenses de santé (soins ou médicaments) remboursables au moins en partie par la sécurité sociale ou une assurance complémentaire santé (par exemple une mutuelle), il est important d'envoyer les feuilles de soins à ta caisse primaire d'assurance maladie (CPAM) pour te faire rembourser rapidement.**

## Autres pistes personnelles

---



---



---



---



---



---

# Mon alimentation, mon habillement...

L'ALIMENTATION ET L'HABILLEMENT SONT DES DÉPENSES VARIABLES ET COMPRESSIBLES. QUELQUES ASTUCES ET RÉFLEXES PERMETTENT D'EN LIMITER LE MONTANT.



Pour tes courses, **prépare une liste** que tu respecteras. Fais attention au rapport qualité prix et **compare** soigneusement les prix au kilo, au litre, etc. Attention aux lots de produits. Vérifie qu'ils correspondent à tes besoins. La présentation est parfois trompeuse et le produit le plus économique n'est pas toujours celui qu'on croit. **Repère les promotions**, méfie-toi par exemple des « têtes de gondoles » et **pense à utiliser les bons de réductions**, des cartes de fidélité...

Evite les plats préparés car ils sont souvent mal équilibrés et très chers. En cuisinant toi-même tu feras des économies. Accommode les restes et essaie d'optimiser la gestion de ton frigo.

Pour s'habiller, il y a très souvent des **soldes** et des **promotions**. Il existe aussi des **magasins d'usine** qui proposent toute l'année des articles de marque, moins chers.

## “ témoignages

*Souvent je fais les fins de marché, les prix chutent car les commerçants préfèrent ne pas remballer. J'ai ainsi de bons produits frais et de saison chaque semaine.*

Sarah, secrétaire en intérim

Pense aussi aux **vide-greniers**, **brocantes**, **échanges** solidaires...

De nombreuses promotions sont également disponibles sur **Internet** et il est assez facile d'y comparer les prix, tiens compte alors des frais de port (ou pense à choisir une livraison en point relais près de chez toi). Prends garde toutefois aux sollicitations quotidiennes ainsi qu'aux contrefaçons.

## Autres pistes personnelles

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



FICHE N°6

## Mes loisirs

**C'EST SUR CETTE CATÉGORIE DE DÉPENSES QUE TU PEUX FAIRE LE PLUS D'EFFORTS EN CAS DE BUDGET TROP SERRÉ. IL S'AGIT DE DÉPENSES OCCASIONNELLES ET FACULTATIVES.**

**Sport :** Renseigne-toi auprès de la mairie. De nombreuses associations sportives proposent des activités dans divers domaines et pour une cotisation annuelle abordable comparée aux salles de sport. Les places sont souvent limitées : plus tu t'y prends tôt, plus tu auras le choix ! Si tu es étudiant, les services universitaires d'activités physiques et sportives proposent également de nombreux sports.

**Ciné :** Pense à demander les tarifs jeunes et à aller aux premières séances de la journée qui sont à prix réduit. Tu peux aussi acheter des cartes de 5 à 7 places prépayées pour gagner une place, etc. Et pour les cinéphiles, il existe

dans certains réseaux des cartes d'abonnement valables pour autant de séances que tu veux. Attention, il s'agit d'un engagement pour 12 mois réglé par prélèvement automatique. Vérifie que cette dépense est compatible avec ton budget.

**Théâtre et concert :** Certains sites Internet proposent des places de spectacle gratuites ou à prix réduits. De nombreux théâtres et salles de concert proposent des places à tarif préférentiel pour les jeunes. Par ailleurs, il est souvent possible d'acheter des places à des prix avantageux, soit en réservant à l'avance pour plusieurs spectacles, soit en s'abonnant pour

toute une saison. Il est également possible dans certains cas de profiter de tarifs réduits le soir même au guichet de certains spectacles sous réserve de disponibilités.

**Livres, cd :** Inscris-toi à la bibliothèque municipale. Demande si tu peux bénéficier de tarifs réduits (ou même de la gratuité dans certains cas). Si tu as un ordinateur ou une tablette, tu peux télécharger gratuitement, en toute légalité, de très nombreux livres de la littérature classique et documents. Pense aux livres d'occasion, aux foires aux livres et aux magasins proposant des prix bradés.

**Restaurants et cafés :** Le choix est vaste et chacun pourra en dénicher un qui correspond à son budget du moment. C'est la dépense la plus simple à réduire dans son budget car il y a l'alternative : le repas entre amis à la maison...

**Vacances :** Côté hébergement pense au camping. Profite de tarifs à prix cassés en réservant sur Internet des séjours ou des vols de dernières minutes. Tu auras moins de choix sur la destination, mais parfois d'excellents prix. Si tu es fixé sur la destination, prépare au contraire tes vacances à l'avance, en mettant de l'argent de côté.



### astuce

**Côté banque :**

- **Demande à ta banque une carte de paiement à autorisation systématique. Elle t'évitera tout dépassement ou tout découvert en cas de solde insuffisant.**
- **Il existe des applications qui facilitent les comptes et les remboursements entre amis pour toutes les dépenses partagées. Finie la devinette « qui doit combien, et à qui ? ». Vous pouvez y adapter la répartition des dépenses selon la participation ou capacité de chacun. Si un ami souhaite payer 60 % de la note, c'est possible.**

### Autres pistes personnelles

---



---



---



---

### “ témoignages

*« Le sport et les sorties entre copains, c'est important pour moi. A 18 ans, j'ai réussi mon BPJEPS Brevet professionnel de la Jeunesse, de l'Education populaire et du Sport... Du coup, j'entraîne les jeunes dans mon club de basket et ça me rapporte un peu d'argent. J'en mets un peu de côté tous les mois et le reste je peux le dépenser pour sortir avec mes potes. »*

Medhi, apprenti maçon



# Mon téléphone et Internet



COMME TOUS LES JEUNES, TU ES SÛREMENT « CONNÉCTÉ » AVEC TES AMIS QUE CE SOIT PAR TÉLÉPHONE OU PAR INTERNET ET LES RÉSEAUX SOCIAUX. CES DÉPENSES RÉGULIÈRES ET MENSUELLES NE SONT PAS EN PRINCIPE INDISPENSABLES ET DOIVENT ÊTRE ANTICIPÉES. ASSURE-TOI DE POUVOIR LES PAYER AVANT DE T'ENGAGER.

**Compare** toutes les **offres** du marché, non seulement le **prix**, mais aussi le **contenu** exact de chaque offre, avant de signer un engagement.

Regarde bien les forfaits, bloqués ou non, si les SMS sont inclus / illimités, la quantité de données (le nombre de gigaoctets Go), le débit (4 G/ 5 G...). Choisis en fonction de ton besoin et de tes usages et prends garde à la durée d'engagement prévue par l'opérateur. Pense aussi aux cartes prépayées.

Quant au téléphone lui-même, es-tu sûr de vouloir le tout dernier modèle ? Ne faut-il pas plutôt choisir un modèle récent d'occasion ou un modèle neuf de génération précédente ?

A noter : les opérateurs proposent souvent un téléphone à prix réduit avec un abonnement avec engagement. Vérifie bien toutefois qu'il n'est pas plus avantageux d'acheter ton téléphone et de choisir sans contrainte ton abonnement.

## “ témoignages

« Mon téléphone, je ne peux pas m'en passer, heureusement que les opérateurs ont des offres étudiant intéressantes. »

Noémie, étudiante

« Ce n'est pas parce que maintenant j'ai une paie que je ne fais pas attention. J'ai pris le temps de bien comparer les offres commerciales sur Internet et j'ai choisi en fonction de mes besoins. »

Antoine, jeune salarié

Si tu souhaites avoir **Internet** chez toi en plus de l'accès par ton téléphone, regarde si tu peux bénéficier de la **fibre optique**, profite des **offres groupées** « téléphone + internet + TV (parfois + téléphone portable ».

Cette formule est souvent plus avantageuse que les mêmes services pris séparément et tu peux généralement téléphoner de façon illimitée. **Attention aux consommations “hors forfait”**

(par exemple vidéo à la demande sur la TV ou numéros spéciaux surtaxés sur le téléphone, appel de ou vers l'étranger) et vérifie que tu as bien besoin de tous les services proposés.

## astuce

**Côté banque : Pour payer ta facture, choisis le prélèvement ou le virement à date fixe, dès que ton salaire (ou autres ressources) est crédité sur ton compte.**

## Autres pistes personnelles

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Mes impôts

SI TU ES MAJEUR ET SI TU REÇOIS UN SALAIRE, UNE PENSION... TU DOIS FAIRE UNE DÉCLARATION DE REVENUS AU CENTRE DES IMPÔTS. LE PAIEMENT DES IMPÔTS CONSTITUE UNE CHARGE INÉVITABLE.



Tes parents te versent peut-être une **pension** : s'ils la déclarent en tant que pension versée, tu dois la déclarer en tant que pension reçue.

Le **salaire** constitue un revenu imposable. A partir de 18 ans, tu dois en principe déclarer seul tes revenus. Toutefois, même en tant que salarié, tu peux demander le rattachement au foyer fiscal de tes parents si tu es âgé de moins de 21 ans. Il est conseillé de calculer s'il vaut mieux faire une déclaration individuelle ou te rattacher au foyer fiscal de tes parents. Adresse-toi au Centre des Impôts

**“ témoignages**

*« J'ai travaillé 7 mois l'année dernière. Je n'avais pas pensé aux impôts, même s'ils sont prélevés à la source, je vais devoir faire une déclaration de revenus. »*

Yacine, jeune vendeuse

de ton domicile pour obtenir des précisions et des conseils et consulte le site :

[www.impôts.gouv.fr](http://www.impôts.gouv.fr)

**→ Focus**

**La déclaration d'impôts**

Le revenu à déclarer sera le revenu net imposable de l'année passée. Dans la plupart des cas, il figurera sur ta fiche de paie de décembre.

Pour déclarer tes revenus la première fois par Internet, il te faut des identifiants. Soit tu reçois un courrier de l'administration fiscale te les indiquant soit tu les demandes par Internet. La déclaration en ligne est obligatoire si tu as Internet chez toi. A défaut, tu peux faire une déclaration papier.

Si tu as de trop faibles revenus, tu seras non imposable. Dans le cas contraire, tu recevras un avis d'imposition t'indiquant le montant des impôts à payer.

Le paiement des impôts se fait désormais à la source, autrement dit c'est l'employeur qui verse l'impôt aux finances publiques en prélevant son montant sur le salaire net. Le salaire que tu perçois est le montant après impôt sur le revenu.

## Autres pistes personnelles

---

---

---

---

---

---

---

---

# Mon épargne, mes placements



METTRE DE L'ARGENT DE CÔTÉ EST UN BON PRINCIPE DE PRÉCAUTION, MÊME EN CAS DE FAIBLES REVENUS.

Même si tu commences tout juste à travailler, tu peux vouloir parer à toute éventualité et prévoir sereinement le futur. Il est toujours préférable de **faire des réserves au cas où...** par exemple pour l'entretien de ton scooter, pour des vacances à l'étranger l'été prochain, etc.

Les **produits réglementés** sont accessibles aux jeunes : livret jeune jusqu'à 25 ans, livret A, Livret de Développement Durable et Solidaire (LDDS), Livret d'Épargne Populaire (LEP) en cas de faible ou de non-imposition... Les fonds sont disponibles à tout moment.

Tu peux aussi choisir **les comptes et plans d'épargne logement (CEL PEL)** pour un futur achat

**“ témoignages**

« Je fais des petits boulots de temps en temps le soir ou le weekend. J'ai un livret jeune mais je dépense souvent tout mon argent ou je le garde de côté à la maison. C'est bête car ça pourrait me rapporter un petit peu d'intérêt si j'en déposais sur mon livret. »

Brice, lycéen

immobilier, voire les placements en valeurs mobilières (assurance vie ou Plan Epargne en Actions - PEA) sur du plus long terme.

## astuce

Côté banque :

- **Essaie de mettre toujours le même montant de côté en début de mois. Tu sauras ainsi à l'avance combien tu auras économisé à une date donnée. Inscris ce montant dans ton budget.**
- **Les intérêts sont calculés par quinzaine. Pour obtenir le maximum d'intérêts, verse l'argent sur ton livret de préférence dans les derniers jours avant le 15 ou la fin du mois. Retire l'argent dans les premiers jours qui suivent le 15 ou le début de mois.**

## Autres pistes personnelles

---



---



---



---



---



---



---

# GLOSSAIRE

**CRÉDIT** - c'est l'avance d'une somme d'argent. Il permet de réaliser maintenant une dépense que tu rembourseras plus tard (souvent progressivement) et moyennant le paiement d'intérêts.

**DÉCOUVERT** - position d'un compte bancaire lorsque son solde est négatif. Ce service permet de bénéficier d'une souplesse temporaire en cas de problèmes ou de décalages de trésorerie entre une ressource et un paiement. Cette situation peut avoir été contractualisée préalablement ou non avec le banquier. Il vaut mieux l'anticiper et demander une autorisation à sa banque.

**FRAIS D'INCIDENT** - frais que prend la banque pour le paiement d'un incident (rejet de prélèvement, chèque sans provision, etc.)

**CARTE DE PAIEMENT À AUTORISATION SYSTÉMATIQUE** - elle te permet de régler des achats et également d'effectuer des retraits après vérification automatique et systématique du solde (ou provision) disponible sur ton compte.

**SOLDE DU COMPTE (CRÉDITEUR / DÉBITEUR)** - différence entre la somme des opérations au débit et au crédit d'un compte depuis son ouverture. Le solde est dit créditeur (positif) lorsque le total de ses crédits excède celui de ses débits, et débiteur (négatif) dans le cas contraire.

**VIREMENT** - ordre donné par le client à sa banque de débiter son compte pour créditer celui de son créancier d'une somme déterminée. Il peut être occasionnel ou permanent. Son exécution

peut- être immédiate ou intervenir à une date programmée et nécessite la fourniture des coordonnées bancaires du créancier bénéficiaire (Relevé d'Identité Bancaire).

**PRÉLÈVEMENT** - opération par laquelle le paiement est réalisé à l'initiative du créancier. Le débiteur doit avoir préalablement donné son accord au créancier. Le prélèvement est généralement utilisé pour les paiements fréquents et réguliers.

**RELEVÉ DE COMPTE** - proposé sous forme papier ou électronique, le relevé est un document récapitulant les opérations enregistrées sur le compte d'un client pendant une période déterminée, généralement mensuelle.

**REVENU NET IMPOSABLE** - le revenu net imposable (souvent en bas de la feuille de paie) correspond à l'ensemble des rémunérations ayant fait l'objet d'un paiement effectif au cours de l'année d'imposition, ainsi qu'à l'ensemble des avantages en nature dont tu as bénéficié pendant cette même période, après déduction des cotisations sociales obligatoires (Sécurité sociale, vieillesse et retraite complémentaire).

**PAR QUINZAINE** - sur les livrets et comptes d'épargne, les intérêts sont calculés par quinzaine (du 1 au 15 inclus du 16 au 30 (ou 31) inclus) : les dépôts commencent à produire des intérêts le 1er jour de la quinzaine qui suit ; les retraits cessent de produire des intérêts le dernier jour de la quinzaine qui précède. *Exemple : Un dépôt le 10 mars ne produira des intérêts que le 16 mars. L'argent retiré le 10 avril aura cessé de produire des intérêts dès le 1er avril.*

## LES POINTS CLÉS



# GÉRER SON ARGENT



C'est justement quand j'ai peu de ressources que je dois surveiller mon budget.



Je ne dois pas seulement noter mes dépenses réalisées, je dois surtout les prévoir.



J'essaie de prioriser mes dépenses.



Tenir mon budget me permet de savoir combien je peux épargner.



En épargnant régulièrement, je peux financer des projets ou faire face à un imprévu.



Je pense à épargner en début de mois.



Je réagis au plus tôt en cas de difficultés financières et n'hésite pas à en parler avec mon entourage, mon conseiller bancaire, etc.