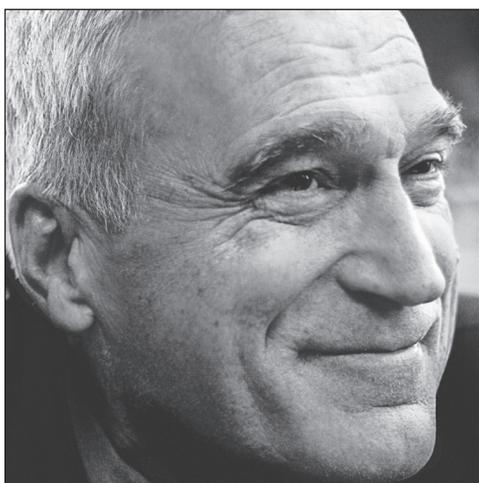


mes **FINANCES** ma **RETRAITE** et **MOI**

Guide à l'intention des aînés



mes FINANCES ma RETRAITE et MOI

Guide à l'intention des aînés

L'histoire de la vie se passe sur un pont long et étroit. Pour le franchir, l'essentiel est de ne pas avoir peur.
Rabbi Nahman de Bratslav

Le passage à la retraite est souvent symbole de repos bien mérité. C'est le moment de savourer la vie avec un brin de légèreté. Par contre, pour la majorité des travailleurs, cela signifie une baisse des revenus, ce qui a nombreux impacts sur la situation financière. Cette étape de la vie peut alors provoquer un sentiment de restriction et du stress.

Au-delà des questions financières, la retraite apporte également son lot de questionnements dans les domaines de l'habitation, de la succession ou des décisions à prendre concernant nos volontés en cas d'inaptitude.

Ce guide est une main tendue pour offrir aux aînés toute l'information de base concernant les enjeux qui ont un impact financier lors de la retraite.

Le Centre d'intervention budgétaire et sociale de la Mauricie est un organisme à but non lucratif qui aide les gens vivant des difficultés budgétaires et d'endettement. Nos services sont gratuits et confidentiels. Nous sommes une équipe chaleureuse, discrète, prônant le respect des choix et la dignité des gens. Nous pouvons répondre à vos questions concernant l'endettement, vos recours et ceux des créanciers. Lors d'une première rencontre, nous évaluons avec vous votre situation financière et nous explorons des pistes de solutions. Au besoin, nous vous accompagnons dans certaines démarches et nous vous offrons des références complémentaires vers d'autres ressources qui pourraient vous être utiles.

CIBES



Centre d'intervention
budgétaire et sociale
de la Mauricie/BNY

mes **FINANCES** ma **RETRAITE** et **MOI**

Guide à l'intention des aînés

La réalisation de ce guide a été rendue possible grâce à la contribution financière du **Fonds de développement social de la Ville de Trois-Rivières**.

Nous tenons à remercier nos partenaires qui ont généreusement apporté leur expertise auprès des aînés afin de cibler les sujets importants à aborder.

- > **Josée Vincent et Doris Fournier**
Office municipal d'habitation de Trois-Rivières (attachées au CIUSSS MCQ)
- > **Marine Perrin**
Table de concertation des aînés et des retraités de la Mauricie
- > **Diane Boisselle**
Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR)
- > **Sylvie Bélanger**
Table Action Abus Aînés Mauricie
- > **Pascal Huot**, coordonnateur psychosocial SAPA
CIUSSS MCQ
- > **Éliane Barry-Chartrand**, notaire
- > **Sylvie Ménard**, conseillère en redressement financier
Roy Métivier Roberge

Un merci spécial à **Pascal Huot**, **Sylvie Ménard** et **Éliane Barry-Chartrand** qui ont pris le temps de réviser les sections qui les concernaient et d'apporter corrections et commentaires. Votre appui a été très précieux.

Un merci spécial à l'**AQDR** d'avoir organisé une rencontre pour présenter le fruit de notre travail à leurs membres. Merci aux aînés présents lors de cette rencontre, votre expérience a contribué à bonifier le présent guide.

Éditeur: **Centre d'intervention budgétaire et sociale de la Mauricie (CIBES)**

274, rue Bureau, Trois-Rivières (Québec) G9A 2M7

Téléphone: 819-378-7888

Télécopieur: 819-376-6351

cibes-mauricie.ca

facebook.com/cibesmauricie

Chargée de projet: **Virginie Rainville**

Révision linguistique: **Ginette Demeule**

Infographie: **Silvi Bouchard**

Impression: **Deschamps Impression**

Les photographies et illustrations utilisées dans cette brochure, sont libres de droits.

Date de parution: **avril 2019**

Distribution libre

TABLE DES MATIÈRES

FICHES D'INFORMATIONS

- > Fiche d'informations personnelles 5
- > Fiche d'informations administratives 6

HABITATION

- > Résidences privées pour aînés 7
- > Être locataire 8
- > Être propriétaire 9
- > Services de soutien à domicile 9
- > Réseau public d'hébergement 10
 - > Ressources de type familial 10
 - > Ressources intermédiaires 10
 - > CHSLD 10

OUTILS DE PROTECTION

- > Procurations 12
- > Préarrangements funéraires 12
- > Testament, mandat de protection (inaptitude) et directives médicales anticipées 13

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE

- > Crédits d'impôt et montants accordés 14
- > Outils budgétaires 16
 - > Modèle de budget 16
 - > Méthode à trois comptes 18
 - > Méthode des enveloppes 19
- > Différents trucs pour économiser 20
- > Autoévaluation de ma situation financière 21

DETTES

- > Retards dans les comptes et dettes bancaires 22
 - > Retards dans les comptes du mois 22
 - > Dettes bancaires (prêts, cartes de crédit, hypothèque) 22
- > Vente itinérante, endossement et agences de recouvrement 23
- > Recours des créanciers 24

SOLUTIONS AUX DETTES

- > Budget personnel 25
- > Faillite et proposition de consommateur 25
- > Dépôt volontaire 26
- > Consolidation de dettes 26
- > CIBES de la Mauricie 26

GUIDE DE RESSOURCES 27

FICHES D'INFORMATIONS



Ces fiches peuvent être utiles à vos proches pour faciliter les démarches s'il vous arrivait quelque chose. Les garder dans un endroit sécuritaire mais accessible, et aviser quelqu'un de confiance de l'existence de ces fiches.

FICHE D'INFORMATIONS PERSONNELLES

Nom complet:

Nom de jeune fille de la mère:

Adresse:

Téléphone:

Date de naissance (JJ/MM/AAAA):

Numéro d'assurance maladie:

Numéro d'assurance sociale:

Numéro de dossier à l'hôpital:

Nom et numéro du médecin de famille:

Les cartes d'assurance maladie et d'hôpital sont rangées à cet endroit:

INFORMATIONS SUR LA PERSONNE AIDANTE

Nom complet:

Lien avec la personne aidée:
(ex.: fille, frère, etc.)

Téléphone:

Cellulaire:

Autre numéro:

Courriel:

Autres personnes à contacter en cas d'urgence (nom et téléphone):

À détacher et à conserver avec vos documents importants.





FICHES D'INFORMATIONS

Voici un outil pour consigner vos informations administratives.

FICHE D'INFORMATIONS ADMINISTRATIVES

Endroit où se trouvent les clés du classeur de la maison, s'il y en a un :

Endroit où se trouvent les documents importants, s'il n'y a pas de classeur :

Nom de l'institution financière :

Nom et coordonnées du notaire :

Testament (emplacement et date de la dernière version) :

Procuration existante: OUI _____ NON _____

Au nom de :

ASSURANCES

TYPE D'ASSURANCE	NOM DE LA COMPAGNIE	NUMÉRO DE POLICE
Assurance habitation		
Assurance vie		
Assurance invalidité		

HABITATION



La période de la retraite peut apporter beaucoup de questionnements et de changements sur le plan de l'habitation. L'important est de bien évaluer nos capacités de même que nos besoins actuels et futurs. Voici plusieurs informations et pistes de réflexion sur les différents types d'habitation.

RÉSIDENCES PRIVÉES POUR ÂÎNÉS

- > Milieux avec un contrat de location et un bail, mais où l'on offre aussi des services sur mesure.
- > Deux types: pour personnes autonomes ou semi-autonomes (certaines résidences ont des îlots fermés pour les personnes en perte d'autonomie).
- > Il y a une annexe au bail pour les services particuliers offerts aux personnes âgées ou handicapées. Elle doit être bien remplie et doit inclure les services que l'on veut recevoir et le coût de ceux-ci.
- > Prévoir une clause en cas d'hospitalisation: les services ne doivent pas être chargés si plus d'une semaine d'hospitalisation.
- > Bien connaître son budget et ses besoins (on peut parler à notre médecin pour qu'il nous guide en fonction de notre état physique) pour éviter de devoir déménager à nouveau par la suite!
- > Vérifier si la résidence est certifiée (voir la section Guide de ressources, page 27).
- > Visiter au moins 4 à 5 résidences.
- > Les personnes âgées de plus de 70 ans peuvent bénéficier du **crédit d'impôt pour maintien à domicile**, remboursable pour les dépenses liées aux services. Il sera ajusté en fonction du coût de ceux-ci.
- > Consulter le guide *Comment choisir une résidence pour personnes âgées* de la Table Action Abus Aînés Mauricie (voir la section Guide de ressources, page 27).
- > Lorsque l'on vit des difficultés financières, une partie des services peut être compensée par le CLSC (voir la section Guide de ressources, page 27).

ATTENTION AUX CLAUSES EN PETITS CARACTÈRES!





HABITATION

ÊTRE LOCATAIRE

SI JE SUIS DÉJÀ LOCATAIRE

- > Il est très important de maintenir une bonne communication et d'instaurer un respect mutuel avec le propriétaire.
- > Nous avons le droit de refuser une augmentation de loyer. On peut seulement écrire sur l'avis de renouvellement: «Je désire renouveler mon bail mais je refuse l'augmentation». Ce sera au propriétaire de faire les démarches à la Régie du logement pour l'augmentation, à ses frais.
Vous pouvez téléphoner au Comité logement de Trois-Rivières pour vous aider à calculer l'augmentation raisonnable (voir la section Guide de ressources, page 27).
- > Vous pouvez bénéficier de plusieurs services de soutien à domicile pour vous permettre de rester dans votre logement le plus longtemps possible (voir l'encadré, page 9).

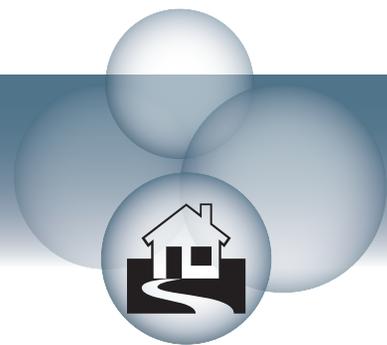
JE SOUHAITE ALLER EN LOGEMENT OU DÉMÉNAGER

- > Le Comité logement de Trois-Rivières a créé un guide complet pour nous aider dans la visite de logements (voir la section Guide de ressources, page 27).
- > Vous assurer que l'Annexe 6 au bail soit dûment remplie et signée. C'est l'entente de services offerts au locataire par le locateur. C'est obligatoire de le faire.
- > Vous pouvez contacter le CIBES pour évaluer les coûts de votre projet (voir la section Guide de ressources, page 28).
- > Vous pouvez faire une demande de loyer à prix modique auprès de l'Office municipal d'habitation (voir la section Guide de ressources, page 27).

À RETENIR !

Lorsque l'on veut changer d'habitation, il est important de prendre le temps de magasiner et surtout **DE NE PAS LE FAIRE SEUL !**

HABITATION



Vous vous demandez si vous devez garder ou vendre la maison, plusieurs aspects sont à considérer pour prendre une décision éclairée.

ÊTRE PROPRIÉTAIRE

- > Évaluer la maison: on peut le faire faire par un évaluateur, cela engendre des coûts mais l'évaluation sera complète et précise. Par contre, si vous êtes certain de vouloir vendre, l'agent immobilier le fera sommairement pour évaluer à combien afficher la maison, et ce, gratuitement (voir la section Guide de ressources, page 27).
- > Évaluer le coût des services et des obligations financières liés à la maison (ex.: taxes, déneigement, pelouse, réparations, coût d'électricité plus élevé dans une maison, etc.).
- > Évaluer votre capacité physique d'entretenir une maison et d'y habiter.
- > Mettre en perspective la perte de jouissance d'être chez soi versus le soulagement d'être dégagé de la responsabilité d'une maison.

SI ON DÉCIDE DE VENDRE LA MAISON

- > Se préparer en élaborant un échéancier en fonction de son état de santé, des travaux à venir, etc.
- > Vous aurez des décisions financières à prendre. Tout d'abord, il faut évaluer combien vous aurez besoin par mois/année en plus de la pension de la Sécurité de la vieillesse et du Régime de rentes du Québec. Par la suite, il est préférable de rencontrer votre institution financière pour évaluer la meilleure stratégie à adopter pour éviter de payer trop d'impôt et pour avoir de l'argent le plus longtemps possible. Par exemple, placer les sommes dans des REER (avant 71 ans), un CELI (épargne libre d'impôt), des placements, etc.

SERVICES DE SOUTIEN À DOMICILE*

Les services de soutien à domicile s'adressent aux personnes présentant une ou des incapacités temporaires ou permanentes ainsi qu'une perte d'autonomie et qui ont besoin de services pour rester dans leur domicile. Certains de ces services s'adressent également aux proches aidants.

- > Aide à domicile
- > Inhalothérapie
- > Nutrition
- > Soins infirmiers
- > Services de réadaptation: physiothérapie, ergothérapie
- > Services psychosociaux
- > Réduction de tarif pour une aide-ménagère
- > Transport, etc.

Contactez le CLSC de votre secteur pour de plus amples informations (voir la section Guide de ressources, page 27).

* Source: ciussmcq.ca



HABITATION

LE RÉSEAU PUBLIC D'HÉBERGEMENT

RESSOURCES DE TYPE FAMILIAL

- > C'est un milieu d'hébergement privé (non-institutionnel) subventionné et certifié par le réseau public de la santé.
- > Propriétaires qui accueillent un maximum de neuf personnes, dans leur propre maison.
- > Suivi professionnel assuré par le CIUSSS selon les besoins de l'utilisateur (nutrition, soins infirmiers et psychosociaux, etc.).
- > En général, pour les personnes en perte d'autonomie faible à modérée.

RESSOURCES INTERMÉDIAIRES

- > C'est un milieu d'hébergement privé (non-institutionnel) subventionné et certifié par le réseau public de la santé.
- > Lorsqu'il n'est plus possible de vivre à la maison mais que la vie en institution n'est pas la solution.
- > Adaptées aux besoins des personnes présentant une perte d'autonomie physique ou cognitive modérée à sévère.
- > Garde éveillée la nuit (vigilance active).
- > Offre du soutien à la vie quotidienne. Le suivi professionnel est assuré par le CIUSSS selon les besoins de l'utilisateur (nutrition, soins infirmiers et psychosociaux, etc.).
- > Trois types: appartements supervisés, maison de chambres ou résidence de groupe.

CHSLD (CENTRES D'HÉBERGEMENT DE SOINS DE LONGUE DURÉE)

- > Centres qui hébergent les personnes en grande perte d'autonomie due à une grande limitation physique ou cognitive, une maladie évolutive et/ou une perte d'autonomie permanente.

SERVICES OFFERTS:

- | | |
|---|--|
| > Services d'hébergement | > Services d'adaptation et de réadaptation |
| > Services médicaux | > Services psychosociaux |
| > Services de soins infirmiers | > Services de pastorale |
| > Services d'assistance à la personne | > Services de buanderie |
| > Services de pharmacie | > Services d'animation |
| > Services alimentaires et de nutrition | > Services d'hygiène et salubrité |
| > Soins palliatifs | > Services de maintenance |

HABITATION



LE RÉSEAU PUBLIC D'HÉBERGEMENT (SUITE)

COMMENT AVOIR ACCÈS À UN ÉTABLISSEMENT DU RÉSEAU PUBLIC D'HÉBERGEMENT ?

- > Si vous bénéficiez de services de soutien à domicile, parlez-en avec votre intervenant(e) du CLSC.
- > Si vous ne bénéficiez pas de services de soutien à domicile, contactez le CLSC près de chez vous. Une personne-ressource pourra évaluer votre situation (voir la section Guide de ressources, page 27).

COMBIEN ÇA COÛTE ?

- > La personne hébergée doit payer une contribution à la hauteur de ses capacités, le reste est assumé par le gouvernement du Québec.
- > Il y a un **prix maximum** pour l'hébergement. Le montant que la personne devra assumer est calculé en fonction :
 - > du type de chambre (individuelle, à deux lits, à trois lits ou plus);
 - > de la capacité de payer (revenus, biens possédés, épargne et situation familiale).





OUTILS DE PROTECTION

Voici des outils de protection en prévision du décès ou d'une incapacité à prendre des décisions vous-même. Ils permettent que nos volontés soient respectées et d'épargner à nos proches ce difficile processus de décision.

PROCURATIONS

Il y a deux sortes de procurations :

PROCURATIONS SPÉCIFIQUES

- > **Fournie par les compagnies ou institutions** (ex. : procuration à la banque ou chez les fournisseurs de services). Elles permettent d'intervenir au nom de la personne dans ces compagnies seulement.
- > **Pour un mandat spécifique** : permet de nommer une ou plusieurs personnes pour agir à sa place pour un acte spécifique (ex. : la vente d'une voiture). Le mandat doit être clair et écrit, pour éviter les abus et protéger le mandant. Idéalement, le mandat pourrait être signé par deux témoins. Il peut aussi être fait avec l'aide d'un notaire ou d'un avocat.

PROCURATION GÉNÉRALE

Cette procuration est émise par le notaire. C'est une carte blanche pour agir au nom d'une personne et obtenir les renseignements la concernant partout (pharmacie, médecin, vente d'actifs, etc.). Le notaire s'assure que la personne est apte à signer et qu'elle comprend toutes les conséquences possibles.

ATTENTION!

Il faut avoir une **CONFIANCE ABSOLUE** envers la personne à qui l'on accorde la procuration !

PRÉARRANGEMENTS FUNÉRAIRES

- > Vous permettent de nommer ce que vous souhaitez pour vos funérailles et d'en assumer les coûts vous-même. Les dispositions choisies concernent seulement les services offerts par le salon funéraire (salle, disposition du corps, rituel funéraire, etc.).
- > Vous payez d'avance, au prix d'aujourd'hui, ce qui vous protège d'une augmentation de coûts. Il est d'ailleurs interdit par la loi d'intégrer toute clause au contrat qui viserait une augmentation des coûts.
- > Il est possible d'étaler les paiements sur plusieurs mois sans intérêt.

OUTILS DE PROTECTION



TESTAMENT, MANDAT DE PROTECTION (INAPTITUDE) ET DIRECTIVES MÉDICALES ANTICIPÉES

TESTAMENT

- > Même si nous ne possédons pas beaucoup de biens, il est préférable de faire un testament pour éviter les complications lors de la succession.
- > Si ce document est notarié, il y a aura moins de coûts, de procédures judiciaires et les délais seront plus courts pour procéder à la liquidation de la succession.

MANDAT DE PROTECTION (EN CAS D'INAPTITUDE)

- > Il y a des frais pour faire notre mandat de protection avec un notaire. Le prix varie en fonction de la complexité de vos avoirs et de votre situation. Vous pouvez également le faire vous-même, gratuitement, en remplissant le formulaire du curateur public devant deux témoins (voir la section Guide de ressources, page 27).
- > Cela permet de tout prévoir dans l'éventualité d'une inaptitude temporaire ou permanente.
- > Si vous n'avez pas de mandat, c'est le tribunal qui nommera un mandataire pour gérer vos avoirs et votre personne. Cela peut rapidement engendrer des conflits familiaux.
- > Lorsqu'une personne devient inapte, la loi prévoit qu'un tribunal doit rendre un jugement sur son mandat de protection, qu'il soit ou non notarié.

DIRECTIVES MÉDICALES ANTICIPÉES (DIRECTIVES DE FIN DE VIE)

- > C'est un écrit par lequel une personne majeure et apte à consentir à des soins indique à l'avance les soins médicaux qu'elle accepte ou qu'elle refuse de recevoir dans le cas où elle deviendrait inapte à consentir à des soins dans des situations cliniques précises.
- > Vous pouvez les rédiger avec un notaire ou remplir vous-même le formulaire de la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) gratuitement (voir la section Guide des ressources, 27).

À RETENIR !

Il est toujours préférable de consulter un notaire pour rédiger ou faire valider les papiers légaux. Il pourra s'assurer que tout est conforme et que tout soit fait dans VOTRE MEILLEUR INTÉRÊT. Souvent, ce n'est pas aussi cher que l'on peut le penser et ça favorise la tranquillité d'esprit.

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE



Le passage à la retraite apporte généralement beaucoup de changement sur le plan financier. Il est important de s'y attarder. Cette section propose des informations et des outils pour aborder cette étape de la vie de façon plus sereine.

CRÉDITS D'IMPÔT ET MONTANTS ACCORDÉS



AU PROVINCIAL

- > Soutien aux aînés:
 - > avoir 70 ans ou plus;
 - > **crédit remboursable** (vous pouvez y avoir accès même si vous ne payez pas d'impôt);
- > Frais engagés par un aîné pour maintenir son autonomie:
 - > avoir 70 ans ou plus;
 - > **crédit remboursable** (vous pouvez y avoir accès même si vous ne payez pas d'impôt);
 - > avoir payé pour acheter, louer ou faire installer des biens en vue de maintenir votre autonomie dans votre lieu de résidence;
 - > avoir payé un séjour dans une unité transitoire de récupération fonctionnelle;
 - > ces frais doivent avoir été payés par vous ou votre conjoint(e).
- > Maintien à domicile des aînés:
 - > avoir 70 ans ou plus;
 - > **crédit remboursable** (vous pouvez y avoir accès même si vous ne payez pas d'impôt);
 - > aide financière pour des dépenses liées à des services de maintien à domicile.
- > Travailleurs d'expérience (61 ans ou plus):
 - > **crédit d'impôt non remboursable** (il faut payer de l'impôt pour y avoir accès).
- > Montant accordé en raison de l'âge ou pour personne vivant seule ou pour revenus de retraite:
 - > avoir 65 ans ou plus;
 - > **crédit d'impôt non remboursable** (il faut payer de l'impôt pour y avoir accès).
- > Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques:
 - > la déficience doit être attestée par un professionnel de la santé;
 - > elle doit limiter de façon marquée la capacité d'accomplir une activité courante de la vie quotidienne;
 - > elle a duré ou il est prévu qu'elle dure au moins 12 mois consécutifs.
- > Subvention pour aînés relative à une hausse de taxes municipales (pour compenser l'augmentation des taxes municipales de votre résidence à la suite d'une hausse significative de sa valeur):
 - > avoir 65 ans ou plus;
 - > votre revenu familial ne dépasse pas 51 700 \$;
 - > vous êtes propriétaire d'une maison unifamiliale depuis au moins 15 ans et y habitez.



CRÉDITS D'IMPÔT ET MONTANTS ACCORDÉS (SUITE)



AU FÉDÉRAL

- > Montant en raison de l'âge:
 - > avoir 65 ans et plus;
 - > avoir un revenu annuel de moins de 85 863 \$.
- > Déduction pour cotisations au Régime de pension du Canada (RPC) ou au Régime de rentes du Québec (RRQ) pour le revenu d'un travail indépendant et pour d'autres revenus:
 - > avoir de 60 à 70 ans;
 - > vous bénéficiez du RPC ou du RRQ et vous travaillez (donc, vous cotisez encore à ces deux programmes).
- > Montant pour revenus de pension:
 - > au moment de votre déclaration de revenus vous aviez des revenus de pension, de pension de retraite ou de rentes admissibles;
 - > montant maximal de 2 000 \$.
- > Frais médicaux admissibles que vous pouvez demander dans votre déclaration de revenus:
 - > vous avez payé des frais médicaux dans la dernière année (appareils, équipements, médication, soins). La liste des frais médicaux admissibles est longue! Vous pouvez tenter de vous les faire rembourser.
- > Dépenses pour l'accessibilité domiciliaire (rénovations visant à adapter le domicile):
 - > être admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées ou avoir eu 65 ans avant la fin de l'année.

NOTEZ BIEN!

Les crédits et montants (tant au niveau provincial que fédéral), sont à titre indicatif puisqu'ils changent à chaque année. Il est conseillé de soumettre ces listes à la personne qui fait votre déclaration de revenus pour qu'elle s'assure de vérifier votre admissibilité.

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE



Le budget est le PREMIER OUTIL à utiliser lorsque l'on commence à organiser ses finances personnelles.

OUTILS BUDGÉTAIRES > MODÈLE DE BUDGET

Voici une **MÉTHODE SIMPLE ET EFFICACE** qui permettra de vous donner une analyse de votre situation !

ÉTAPE 1 : IDENTIFIER LES REVENUS DISPONIBLES POUR LE PROCHAIN MOIS

- > prestations gouvernementales (pension de la Sécurité de la vieillesse, Régime de rentes du Québec, Supplément de revenu garanti, TPS, crédit d'impôt pour solidarité, Allocation-logement, etc.)
- > autre pension de retraite
- > salaire, etc.

ÉTAPE 2 : IDENTIFIER LES DÉPENSES PERSONNELLES POUR LE MOIS À VENIR

- > épicerie
- > essence ou transport
- > sorties
- > pharmacie/médicaments
- > dépanneur
- > cigarettes, etc.

ÉTAPE 3 : IDENTIFIER LES DÉPENSES FIXES DU MOIS

- > loyer, hypothèque
- > électricité
- > téléphone, cellulaire
- > câble/internet
- > système d'alarme
- > frais bancaires
- > permis de conduire et/ou immatriculations (si payés chaque mois)
- > assurances (vie, invalidité, habitation, auto), etc.

ÉTAPE 4 : IDENTIFIER LES MONTANTS DU MOIS POUR LE PAIEMENT DES DETTES

- > carte de crédit
- > marge de crédit
- > prêt personnel
- > prêt auto
- > emprunt à des proches
- > dettes commerces (pharmacie, déneigement, garage, etc.)
- > retard dans les comptes, etc.

ÉTAPE 5 : BILAN = TOTAL DES REVENUS MOINS TOTAL DES DÉPENSES

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE



OUTILS BUDGÉTAIRES > MODÈLE DE BUDGET (SUITE)

Pour chaque étape, inscrire chacune de vos dépenses ainsi que le montant par mois.

ÉTAPE 1 : REVENUS	MONTANT/mois	ÉTAPES 2-3-4 : DÉPENSES	MONTANT/mois
		2- PERSONNELLES/mois	
		- épicerie	
		- médicaments, etc.	
		3- FIXES/mois	
		- loyer/hypothèque	
		- électricité, etc.	
		4- PAIEMENTS DETTES/mois	
		- carte de crédit	
		- prêt personnel, etc.	
TOTAL REVENUS		TOTAL DÉPENSES	
ÉTAPE 5 : BILAN = TOTAL DES REVENUS MOINS TOTAL DES DÉPENSES			

S'IL Y A UN SURPLUS...

- > C'est ce montant qui devrait être réparti pour payer les dettes et les retards, mettre de côté pour les dépenses annuelles, ou pour épargner.

S'IL N'Y A PAS DE SURPLUS OU MÊME UN DÉFICIT...

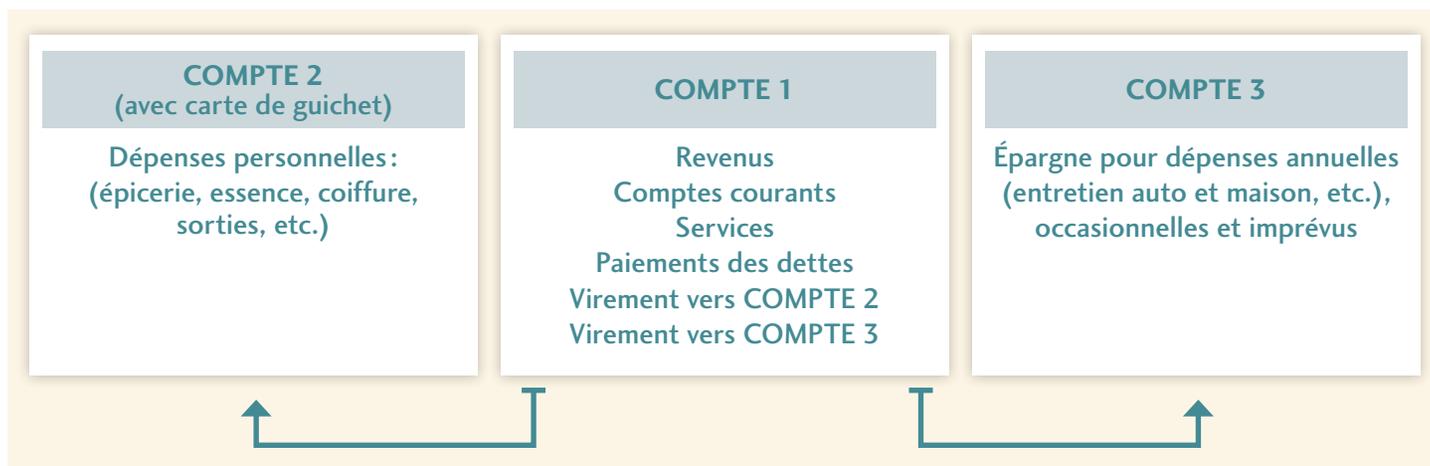
- > Il serait alors préférable de contacter le CIBES de la Mauricie (voir la section Guide de ressources, page 28) qui pourra :
 - > faire le portrait de la situation;
 - > évaluer si vous avez tous les revenus auxquels vous avez droit;
 - > dégager les perspectives de solutions et/ou donner toute l'information sur les recours des créanciers et les solutions légales (voir la section Solutions aux dettes, page 25);
 - > assurer un accompagnement sur un plus ou moins long terme, selon les besoins.

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE



OUTILS BUDGÉTAIRES > MÉTHODE À TROIS COMPTES

OBJECTIF : Simplifier et réduire la gestion budgétaire mensuelle.



COMPTE 1

- > Compte principal, là où les revenus se déposent et où toutes les factures se payent (comptes courants, services et paiements) et d'où les virements sont effectués automatiquement vers les deux autres comptes.

COMPTE 2 (AVEC CARTE DE GUICHET)

- > Compte pour les dépenses personnelles. On peut effectuer des virements hebdomadaires ou bimensuels si c'est trop difficile de gérer un gros montant pour un mois. On peut également instaurer l'organisation par enveloppes si on est moins ou pas mobile, c'est-à-dire préparer une enveloppe par poste de dépenses (voir la section Méthode des enveloppes, page 19). Si c'est une autre personne qui fait notre épicerie ou nos commissions avec la carte de guichet, cela protège aussi le reste des revenus.

COMPTE 3

- > Compte pour l'épargne, les dépenses annuelles, occasionnelles et les imprévus. Un virement à partir du premier compte est effectué automatiquement lors des rentrées d'argent.

ATTENTION!

Pour en arriver à cette organisation, il faut que l'ensemble des dépenses et des revenus soient assez stables afin d'être sûr de ne pas avoir à aller piger dans les autres comptes. Cette méthode peut aussi être efficace dans le cas où le budget est serré et que l'on ne doit pas dépasser tel montant pour ses dépenses personnelles.

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE



OUTILS BUDGÉTAIRES > MÉTHODE DES ENVELOPPES

Idéal pour les personnes qui reçoivent des services à domicile.

Chaque début de mois, ou à chaque entrée d'argent, on retire les montants pour chacun des postes de dépenses personnelles que l'on place dans des enveloppes identifiées. Cette méthode a l'avantage d'éviter de faire des chèques, mais assurez-vous de demander des reçus lorsque vous payez en argent pour prouver que vous avez payé.

PAR EXEMPLE :

- > une enveloppe contenant 25 \$ pour la coiffure,
- > une enveloppe de 40 \$ pour l'aide-ménagère,
- > une enveloppe de 65 \$ pour la pharmacie qui livre les médicaments,
- > une enveloppe de 100 \$ pour la personne qui fait notre épicerie, etc.



ASTUCE!

On peut trouver des pochettes contenant des séparateurs dans les magasins à rabais. Elles permettent une plus grande discrétion et une meilleure organisation.

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE



Voici quelques suggestions pour économiser au quotidien.

DIFFÉRENTS TRUCS POUR ÉCONOMISER

LOISIRS ET SPORTS



- > Fréquenter les bibliothèques municipales
- > Beaucoup d'activités gratuites ou à faible coût offertes par la Ville et par les centres communautaires
- > Le premier dimanche de chaque mois, les musées de Trois-Rivières offrent l'entrée gratuite

TÉLÉCOMMUNICATIONS



- > Revoir son forfait pour s'assurer qu'il correspond à nos besoins (est-ce que je paye trop cher ou, au contraire, je paye des frais additionnels parce que mon forfait n'est pas suffisant?)
- > Négociez! Les compagnies vont généralement accepter de prolonger le rabais si elles pensent que nous allons choisir une compagnie concurrente

VÊTEMENTS



- > Acheter hors saison, attendre les soldes et visiter les friperies

ALIMENTATION



- > Faire une liste d'épicerie et s'y tenir
- > Déterminer le montant que l'on désire dépenser et s'y tenir
- > Avoir mangé avant d'aller à l'épicerie
- > Utiliser les coupons-rabais et profiter des soldes
- > Cuisiner plutôt qu'opter pour des repas préparés
- > Cuisiner plus et congeler des portions
- > Privilégier les grandes surfaces plutôt que les dépanneurs et petits marchés

SOINS DE SANTÉ



- > Choisir les médicaments génériques
- > Utiliser les services d'un opticien ambulant comme le Marchand de lunettes
- > Utiliser les services des écoles de formation (coiffure, soins dentaires, service de psychologie de l'UQTR)

ÉNERGIE



- > Laver et rincer les vêtements à l'eau froide
- > S'assurer que les fenêtres sont bien calfeutrées l'hiver
- > Programmer vos thermostats pour une température plus basse quand vous êtes absents

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE



Cet outil peut aider à mesurer votre santé financière.

AUTOÉVALUATION DE MA SITUATION FINANCIÈRE

1. Mes comptes de services courants (téléphone, câble, internet, loyer, etc.) sont payés en retard, c'est-à-dire, après la date d'échéance.		Souvent / Toujours Parfois Jamais
2. Je coupe mes dépenses dans mes besoins de base (épicerie, médicaments, etc.) pour honorer le paiement de mes dettes.		Souvent / Toujours Parfois Jamais
3. Depuis mon passage à la retraite, j'utilise le crédit plus régulièrement.		Souvent / Toujours Parfois Jamais
4. Chaque mois, je paye seulement le montant minimum exigé sur mon relevé de carte de crédit.		Souvent / Toujours Parfois Jamais
5. La limite de crédit accordée sur ma carte est atteinte et/ou dépassée.		Souvent / Toujours Parfois Jamais
6. Lorsque je pense à ma situation financière, je me sens angoissé(e).		Souvent / Toujours Parfois Jamais

 Si vous avez une majorité de feux VERTS

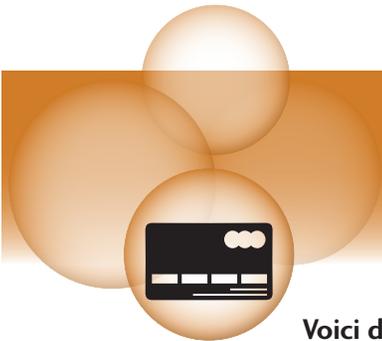
> Bravo! Vos finances semblent sous contrôle. Le budget est probablement un de vos fidèles amis!

 Si vous avez une majorité de feux JAUNES

> Attention! Il est important de porter une attention particulière à votre situation financière. Ne restez pas muet sur ce que vous vivez, c'est le moment d'en parler avant que la situation ne s'aggrave. N'hésitez pas à contacter le CIBES, nous pouvons vous aider.

 Si vous avez une majorité de feux ROUGES

> La situation vous pèse probablement très lourd, il y a des solutions, vous n'êtes pas seul. La clé, c'est d'en parler. Les conseillers du CIBES peuvent vous aider à envisager des pistes de solutions.



DETTES

Voici des informations de base sur les différentes formes de dettes qui pourront vous aider à prioriser et prendre des décisions de façon plus éclairée.

RETARDS DANS LES COMPTES ET DETTES BANCAIRES

RETARDS DANS LES COMPTES DU MOIS

Laisser passer le temps n'arrange pas les choses!

Règles de base :

- > Les compagnies doivent envoyer des avis de retard avant de suspendre le service, **on voit donc venir l'interruption du service.**
- > Leur tolérance varie en fonction de l'historique du client donc : **s'occuper du problème dès qu'il survient.**
- > Si plusieurs comptes sont en retard, il est préférable de payer le montant de la mensualité et d'ajouter un petit montant pour le retard. **Il faut stabiliser la situation.**
- > Prendre des **ententes réalistes** en fonction de sa capacité réelle de paiement.
- > Retard de loyer :
 - > Si on a un bail, le propriétaire doit passer par la Régie du logement afin d'obtenir un jugement, il ne peut pas expulser la personne de son propre chef. Il est possible d'éviter la résiliation et l'expulsion si le locataire paie, **avant jugement**, le loyer dû de même que les frais et les intérêts.
- > Retard avec Hydro-Québec :
 - > Puisque ce service est considéré comme essentiel, Hydro-Québec n'interrompt pas l'électricité entre le 1^{er} décembre et le 31 mars. Attention : ce sont les mois qui coûtent le plus cher et la dette risque d'augmenter beaucoup. **Le CIBES peut vous aider à obtenir des ententes particulières, n'hésitez pas à nous contacter!** (voir la section Guide de ressources, p. 28)

DETTES BANCAIRES (PRÊTS PERSONNELS ET AUTO, CARTES ET MARGES DE CRÉDIT, HYPOTHÈQUE)

- > Il arrive parfois qu'un créancier nous propose une assurance invalidité lorsque l'on contracte une dette, mais lorsque l'on ne travaille plus, ce n'est pas utile. De plus, il vaut mieux vérifier si le montant d'indemnisation des assurances vie que l'on possède déjà couvriront les dettes à notre décès avant de prendre une assurance supplémentaire qui peut coûter cher chaque mois.
- > Si vous vivez des difficultés ou si avez des questionnements sur vos dettes bancaires, il est préférable de consulter le CIBES de la Mauricie pour en discuter (voir la section Guide de ressources, page 28). Il pourra vous informer et/ou vous conseiller sur la meilleure solution à appliquer (voir la section Solutions aux dettes, page 25).

DETTES



VENTE ITINÉRANTE, ENDOSSEMENT ET AGENCES DE RECOUVREMENT

VENTE ITINÉRANTE

On a le droit de dire non ou de prendre le temps d'y penser!

- > Certains vendeurs font de la vente au moyen du porte-à-porte.
- > Avant d'adhérer:
 - > vérifier si le vendeur a un permis de l'Office de la protection du consommateur;
 - > se méfier des tactiques de vente et des promesses d'économie;
 - > vérifier le contrat avant de le signer;
 - > s'informer des conditions de paiements.
- > Si vous avez signé un contrat et que vous vous sentez lésé, contactez le Service d'aide au consommateur ou l'Office de la protection du consommateur (voir la section Guide de ressources, page 28).

ENDOSSER UNE PERSONNE

Bien y réfléchir avant d'accepter d'endosser quelqu'un!

- > Attention! L'endosseur est responsable de la dette jusqu'à son extinction, si la personne endossée ne paye pas, il subira les mêmes poursuites que celle-ci.
- > L'endosseur qui aurait à assumer la dette de quelqu'un pourrait à son tour poursuivre la personne qu'il a endossée.

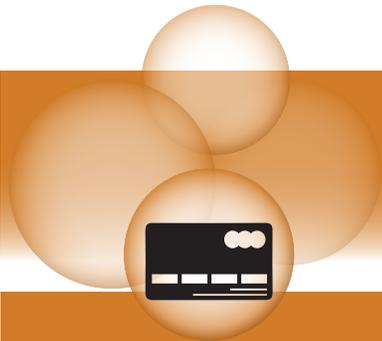
AGENCES DE RECOUVREMENT

Elles n'ont aucun recours légal. Elles ne peuvent pas saisir le revenu ou les biens.

- > Une agence de recouvrement est un intermédiaire. Une entreprise à qui un créancier a donné le mandat de récupérer une somme d'argent qu'il prétend lui être due. Ce créancier peut être, entre autres, une institution financière ou un commerce.
- > Ces agences sont encadrées par la Loi de la protection du consommateur; elles ont certaines restrictions dans leurs communications avec le débiteur (heures pour appeler, menaces, harcèlement, etc.).
- > Vous pouvez envoyer une lettre par courrier recommandé pour faire cesser les appels et porter plainte à l'Office de la protection du consommateur.



N'hésitez pas à consulter le CIBES de la Mauricie si vous avez des questions ou des préoccupations!



DETTES

LES RECOURS DES CRÉANCIERS

BIENS SAISSISSABLES

- > **Maison** : la maison est saisissable par le créancier hypothécaire. Les autres créanciers, pour une dette de plus de 20 000 \$, peuvent aussi se prévaloir de la saisie. Généralement, ils prendront une hypothèque légale (équivalent d'une 2^e hypothèque). Lors de la vente de la maison, la première hypothèque sera d'abord remboursée et le reste des profits servira à payer l'hypothèque légale.
- > **Voiture** : il peut y avoir exemptions selon certains critères du Code de procédure civile : si le véhicule est nécessaire au maintien du revenu de travail ou d'une démarche active en vue d'occuper un emploi ou s'il est nécessaire pour assurer votre subsistance, les soins requis par votre état de santé ou votre éducation ou bien celle des personnes à votre charge. Par contre, il peut y avoir tout de même saisie si l'huissier estime que la personne a accès au transport en commun, à un autre véhicule ou à un véhicule de remplacement de moindre valeur.
- > **Véhicule récréatif, antiquités ou autres biens de valeur.**
- > Pour les petites dettes, les créanciers vont le plus souvent utiliser les services des agences de recouvrement (voir la section Vente itinérante, endossement et agences de recouvrement, page 23)

BIENS INSAISSISSABLES

- > 7 000 \$ de biens nécessaires à la vie courante. C'est donc dire qu'un ameublement de base qui n'a pas une grande valeur n'est pas saisissable (électroménagers, ensembles de chambre, de salon, de cuisine, etc.)

REVENUS SAISSISSABLES

- > Revenus de travail*
 - > L'argent ou les placements déposés dans un compte bancaire
 - > Les sommes qu'une autre personne vous doit
 - > Les valeurs que vous détenez, par exemple des actions dans une compagnie
- * Concernant les revenus de travail, la portion saisissable est calculée d'après des exemptions auxquelles vous avez droit. Consultez le site Web de Justice Québec pour connaître les exemptions applicables.

REVENUS INSAISSISSABLES

- > Aucune somme ne peut être saisie par un créancier sur la plupart des prestations gouvernementales : pension de la Sécurité de la vieillesse, Supplément de revenu garanti, Régime de rentes du Québec, aide sociale, assurance-emploi, CSST, etc.
- Exception** : Le gouvernement fédéral ou provincial peut percevoir à même les prestations diverses un trop-perçu ou un dû. Ils peuvent aussi se rembourser par le biais de la saisie du retour d'impôt.

SOLUTIONS AUX DETTES



BUDGET PERSONNEL

PREMIÈRE ACTION AVANT TOUTE SOLUTION!

Quand l'endettement n'est pas trop problématique, utiliser une méthode de budget peut s'avérer suffisant pour régler un problème d'endettement.

- > Le premier objectif devrait être de ne plus accumuler de retard avant d'essayer de payer les dettes.
- > On doit disposer d'une marge de manœuvre pour planifier des remboursements de dettes.
- > Établir des priorités dans la liste des dettes en fonction de nos priorités et des recours possibles de chacun des créanciers (contacter le CIBES pour obtenir les informations pertinentes, voir la section Guide de ressources, page 28).
- > Planifier des paiements pour les retards avec des versements mensuels réalistes. Ne pas attendre de pouvoir acquitter le compte au complet.

FAILLITE ET PROPOSITION DE CONSOMMATEUR

L'administration d'une faillite et d'une proposition de consommateur se fait par un syndic (spécialiste en matière de faillite). C'est une entreprise privée donc il y a des coûts à rencontrer.

FAILLITE Restera dans le dossier de crédit durant les six années suivant la libération.

- > Coût minimal de 1 800 \$ payable en 9 mois ou 21 mois pour une 1^{re} faillite (le montant et la durée sont calculés en fonction des revenus) suite à quoi la personne est libérée de ses dettes.

PROPOSITION DE CONSOMMATEUR Restera dans le dossier de crédit durant les trois années suivant la fin de la proposition.

- > Négociation avec les créanciers par le syndic afin de rembourser un pourcentage des dettes sur une période allant généralement jusqu'à 60 mois (5 ans). C'est le syndic qui se chargera de remettre les sommes perçues à chaque créancier.
- > L'entente avec les créanciers inclut les frais d'administration du syndic qui seront toutefois plus élevés que dans le cas d'une faillite.

PRENEZ LE TEMPS!

Il vaut mieux rencontrer un syndic pour connaître toutes les conditions en fonction de sa situation. C'EST GRATUIT TANT QUE RIEN N'EST SIGNÉ. On peut donc prendre le temps d'y réfléchir!



SOLUTIONS AUX DETTES

DÉPÔT VOLONTAIRE

- > Administré par un service au palais de justice. Le personnel explique les procédures et détermine le montant mensuel à verser.
- > Mesure permettant d'éviter une faillite ou une saisie sur le salaire (mais c'est le même calcul pour déterminer le montant mensuel à verser que pour la saisie même si notre revenu n'est pas saisissable).
- > La personne déclare uniquement les dettes qu'elle souhaite mettre en dépôt.
- > Le dépôt volontaire ne protège pas contre la saisie de biens (maison, véhicule, etc.).
- > Le taux d'intérêt appliqué est de 5 %.
- > Peut être avantageux si on vit du harcèlement de la part de créanciers.
- > A un impact négatif sur le dossier de crédit.

CONSOLIDATION DE DETTES

Cette solution consiste à regrouper toutes ses dettes ou une portion de celles-ci au moyen d'un prêt dans une institution financière afin d'avoir un seul paiement.

LES CONDITIONS D'ACCÈS

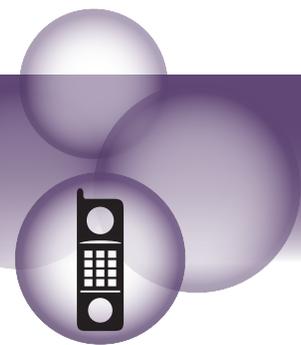
- > Avoir un revenu stable (ou de travail) ou offrir une garantie, par exemple un endosseur.
- > Avoir un bon dossier de crédit.
- > Il arrive que le paiement mensuel de la consolidation soit plus élevé que si une entente était prise avec chaque créancier.

Le Centre d'intervention budgétaire et sociale de la Mauricie est un organisme à but non lucratif qui aide les gens vivant des difficultés budgétaires et d'endettement. **NOS SERVICES SONT GRATUITS ET CONFIDENTIELS.**



- > Nous sommes une équipe chaleureuse, discrète, prônant le respect des choix et la dignité des gens.
- > L'équipe est présente pour répondre à vos questions concernant l'endettement, vos recours et ceux des créanciers.
- > Lors d'une première rencontre, nous évaluons avec vous votre situation financière et nous explorons des pistes de solutions.
- > Au besoin, nous vous accompagnons dans certaines démarches et nous vous offrons des références complémentaires vers d'autres ressources.

GUIDE DE RESSOURCES



HABITATION

- > Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées – Trois-Rivières (AQDR) (819-697-3711)
Pour de l'information sur vos droits
aqdr.org/section/trois-rivieres
- > CLSC de Trois-Rivières (CIUSSS MCQ) (819-370-2100)
Pour du soutien à domicile
ciusssmcq.ca/soins-et-services/soins-et-services-offerts/soutien-a-l-autonomie/services-a-domicile
- > Comité logement de Trois-Rivières (819-694-6976)
Pour la défense des droits des locataires et demander le guide pour la visite des logements
logement04.org
- > Ministère de la Santé et des Services sociaux (1-877-644-4545, sans frais)
Pour vérifier si une résidence privée est certifiée
k10.pub.msss.rtss.qc.ca/K10accueil.asp
- > Office municipal d'habitation de Trois-Rivières (819-378-5438)
Pour faire une demande de loyer à prix modique
omhtr.ca
- > Ordre des évaluateurs agréés du Québec (1-800-982-5387, sans frais)
Pour trouver un évaluateur pour la maison
oeaq.qc.ca
- > Table Action Abus Aînés Mauricie (819-697-3146)
Pour obtenir la brochure *Comment choisir une résidence pour personnes âgées*
abusainesmauricie.org

OUTILS DE PROTECTION

- > Barreau du Québec (1-844-954-3411, sans frais)
Pour trouver un avocat (bottin des avocats) et des informations
barreau.qc.ca/fr
- > Chambre des notaires (1-800-notaire ou 1-800-668-2473, sans frais)
Pour trouver un notaire ou discuter avec un notaire gratuitement
cnq.org
- > Curateur public du Québec (1-800-363-9020, sans frais)
Pour faire votre mandat de protection gratuitement
curateur.gouv.qc.ca/cura/fr/outils/publications/mon_mandat.html
- > Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) (1-800-561-9749, sans frais)
Pour accéder au formulaire gratuit sur les directives médicales anticipées (de fin de vie)
ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/volontes/Pages/directives-medicales-anticipees.aspx



GUIDE DE RESSOURCES

ORGANISATION BUDGÉTAIRE ET FINANCIÈRE

- > CIBES de la Mauricie (819-378-7888)
Pour de l'accompagnement sur le budget personnel et l'organisation financière
cibes-mauricie.ca
- > Gouvernement du Canada (1-800-622-6232, sans frais)
Pour des renseignements sur les programmes et services (TPS, Supplément de revenu garanti, pension de la Sécurité de la vieillesse, programmes et crédits d'impôt pour aînés)
canada.ca/fr.html
- > Gouvernement du Québec (1-877-644-4545, sans frais)
Pour des renseignements sur les programmes et services (crédit d'impôt pour solidarité, Régime de rentes du Québec (RRQ), Allocation-logement, programmes et crédits d'impôt pour aînés)
quebec.ca

DETTES

- > CIBES de la Mauricie (819-378-7888)
Pour des renseignements sur les retards dans les comptes, les dettes, les agences de recouvrement, etc.
cibes-mauricie.ca
- > Office de la protection du consommateur (819-371-6400)
Pour un litige avec un commerçant ou une compagnie de services, vente itinérante, etc.
opc.gouv.qc.ca
- > Service d'aide au consommateur (819-537-1414)
Organisme sans but lucratif, renseignements et accompagnement défense des droits des consommateurs
facebook.com/pg/sacmauricie

SOLUTIONS AUX DETTES

- > CIBES de la Mauricie (819-378-7888)
Pour une évaluation avant solution légale ou bancaire
cibes-mauricie.ca
- > Palais de justice de Trois-Rivières (819-372-4152, sur rendez-vous)
Pour un dépôt volontaire
justice.gouv.qc.ca/nous-joindre/trouver-un-palais-de-justice/palais-de-justice-de-trois-rivieres
- > Surintendant des faillites (1-877-376-9902, sans frais)
Pour trouver un syndic de faillite
canada.ca/fr/services/finance/faillite.html

