

## Faire un budget lorsque vous êtes au chômage

[Agence de la consommation en matière financière du Canada](#)

### Revoir votre budget

Peut-être qu'un membre de votre famille a perdu son emploi, cela pourrait signifier vivre avec moins de revenus pour payer vos dépenses ménagères. Vous pouvez être obligé de réduire vos dépenses.

La première étape pour vivre avec moins de revenus est de comprendre comment vous dépensez votre argent. Revoquez vos dépenses et trouvez où vous pouvez réduire afin d'avoir plus d'argent pour payer les choses dont vous avez vraiment besoin.

[Apprenez-en davantage sur la façon de faire un budget.](#)

### Mettre vos dépenses en ordre de priorité

Chaque budget comprend des besoins et des désirs. Les besoins sont les choses qui sont nécessaires, comme un logement et de la nourriture.

Vous devez commencer par payer pour vos besoins.

Ils comprennent :

- votre loyer ou votre hypothèque
- vos factures de chauffage et d'électricité
- votre épicerie
- le remboursement de vos dettes

Puis, étudiez vos désirs. Les désirs sont les dépenses que vous pouvez vous permettre après avoir payé pour vos besoins.

Ils peuvent comprendre :

- les repas au restaurant
- les loisirs
- les vêtements griffés

Faites une liste de vos désirs selon ceux qui sont les plus importants pour vous. Vous devez arrêter de dépenser de l'argent pour les désirs qui se trouvent au bas de votre liste.

### Rajuster vos dépenses

Lorsque vous revoyez votre budget, vous devez rajuster vos dépenses afin de pouvoir vivre avec moins de revenus.

Évitez d'utiliser votre carte de crédit ou votre marge de crédit afin de couvrir vos dépenses. Cela ne fait qu'augmenter votre dette. Trouvez des façons de réduire les coûts pour vos besoins. Par exemple, baissez la température dans votre maison pour réduire la facture de chauffage.

Réduisez les dépenses pour vos désirs. Par exemple, mangez à la maison plutôt que d'aller au restaurant. Même les petits changements à votre budget peuvent avoir une incidence importante au fil du temps.

[Utilisez la Calculatrice de mes dépenses pour apprendre comment les petits achats peuvent s'accumuler au fil du temps.](#)

### **Préparer vos finances lorsque votre emploi est à risque**

Si vous croyez perdre votre emploi, prenez le temps d'organiser vos finances. Cela peut vous aider à éviter les dettes et le stress financier si vous perdez votre emploi.

### **Créer un fonds d'urgence**

Un fonds d'urgence vous aide à gérer vos dépenses si vous perdez votre emploi. Essayez d'économiser suffisamment d'argent pour couvrir de 3 à 6 mois de vos dépenses habituelles.

Accumulez votre fonds d'urgence dans un compte auquel vous pouvez avoir accès facilement, sans payer de frais. Utilisez un autre compte que votre compte chèques ou d'épargne habituel afin de ne pas être tenté de dépenser vos économies, sauf en cas d'urgence. Pour vous aider à économiser, pensez à déposer régulièrement une partie de votre paye automatiquement dans un fonds d'urgence.

### **Revoir vos avantages sociaux**

Si votre employeur offre une assurance maladie et de soins dentaires, revoyez votre couverture. Profitez de vos avantages sociaux pendant que vous êtes encore un employé. Vous pouvez ne pas y avoir accès si vous perdez votre emploi. Par exemple, vous pouvez ne pas être en mesure de faire une réclamation pour des soins dentaires ou de nouvelles lunettes lorsque vous avez perdu votre emploi.

### **Liens connexes**

- [Faire un plan pour payer vos dettes](#)
- [Régler votre solde de carte de crédit](#)
- [Planificateur budgétaire](#)
- [Faire un budget](#)