

## 12 MOYENS D'ÉCONOMISER EN RÉDUISANT VOS DÉPENSES DE TOUS LES JOURS

Si vous examiniez vos dépenses de plus près, vous pourriez être surpris de trouver un grand nombre d'occasions d'économiser de l'argent sans avoir à apporter de changements majeurs à votre style de vie.

	Montant que je dépense habituellement	
	par semaine	par année
<b>Le matin, ne me parlez pas avant que j'aie pris mon café!</b> Si vous avez l'habitude d'acheter un café crème grand format en vous rendant au bureau le matin, votre dose de caféine vous coûte environ 330 \$ par année. Il serait peut-être mieux de vous en faire à la maison. Mettez une cafetière automatique sur votre liste de souhaits.		
<b>On mangera quelque chose en chemin.</b> Si, à midi, la plupart de vos conversations comprennent les mots «voulez-vous le combo?», songez à préparer votre propre dîner avant de partir travailler une fois de temps en temps. Manger au resto du coin quatre fois par semaine pourrait vous coûter 1 400 \$ par année ou plus.		
<b>Vous pouvez gagner si vous ne jouez pas!</b> Tout le monde parle du gros lot monstre de ce soir? Ne prenez pas de risque, c'est vous qui serez le gagnant en empochant les 416 \$ que vous auriez dépensés sur deux billets de loto par semaine pendant un an.		
<b>Il faut que je trouve un guichet automatique.</b> Utiliser le guichet automatique d'une banque qui n'est pas la vôtre vous coûte 1,50 \$ ou 2,00 \$ de plus. Cela peut sembler minime, mais si cela vous arrive une fois par semaine, ces frais supplémentaires pourraient s'élever à 100 \$ par année.		
<b>Allez-y! Choisissez une carte.</b> Si vous avez assez de cartes de crédit dans votre portefeuille pour jouer une partie de solitaire, il est peut-être temps de songer à consolider vos dettes. Annulez toutes vos cartes sauf une et réglez votre solde tous les mois. Ou, étudiez la possibilité de demander un prêt de consolidation pour réduire encore plus vos paiements d'intérêt.		
<b>300 chaînes et toujours rien d'intéressant à la télé?</b> Est-ce que le forfait thématique de 800 \$ ou plus par année offert par votre câblodistributeur répond vraiment à vos besoins? Revoyez votre forfait et vérifiez s'il existe une option moins dispendieuse comportant les chaînes qui diffusent les programmes que vous regardez vraiment afin d'obtenir une meilleure valeur pour votre argent.		
<b>Prix exorbitants, à l'affiche dans un cinéma près de chez vous.</b> Emmenez la famille au cinéma et, avec les billets, les rafraîchissements et le maïs soufflé, vous pourriez facilement déboursier 60 \$ ou plus. Faites cela une fois par mois toute l'année et vous aurez dépensé 720 \$. Songez à assister à une matinée et prenez un goûter avant de partir, ou encore, louez un film et restez à la maison – vous aurez les meilleurs sièges, garanti!		
<b>Extra! Extra! Lisez les dernières nouvelles!</b> Si vous achetez deux ou trois revues par mois à la pharmacie, cela pourrait vous coûter jusqu'à 200 \$ par année. Songez à vous abonner à celles que vous lisez le plus et vous réaliserez des économies de 50 %, de 60 % ou même de 70 % et plus. Ça, c'est une bonne nouvelle!		

	Montant que je dépense habituellement	
	par semaine	par année
<p><b>Que d'eau, que d'eau! Si vous pensez que l'essence est chère,</b> remerciez le ciel que votre voiture ne fonctionne pas à l'eau en bouteille! Le prix de l'eau dans les distributeurs automatiques est d'environ 2 \$ le litre et même si vous n'achetez qu'une bouteille par jour, vous versez quand même plus de 300 \$ par année. Buvez plutôt l'eau du robinet, achetez en gros ou apportez votre propre eau.</p>		
<p><b>Une facture «musclée». Se mettre en forme est une excellente décision!</b> Mais renouveler son abonnement annuel de 600 \$ au centre de conditionnement physique n'en est pas une, surtout si vous n'y allez que pendant quelques mois après avoir pris vos résolutions du nouvel an. Cherchez des moyens moins dispendieux de vous entraîner. Faire de l'exercice à la maison ou aller marcher avec des amis ou avec votre famille sont de bonnes façons de faire disparaître les kilos – et les dépenses – en trop.</p>		
<p><b>Vous appelez ça un forfait?</b> Les frais d'interurbains, les frais d'utilisation de votre cellulaire, les frais de messagerie textuelle et les frais d'utilisation du système peuvent finir par vous coûter cher. Bien que chaque forfait soit différent, le vôtre pourrait présentement vous coûter des centaines de dollars par année. Et si vous avez des adolescents à la maison, attention! Il vous faudra peut-être demander un prêt pour couvrir votre facture annuelle! Cherchez d'autres options plus abordables : songez aux ententes qui offrent la facturation à l'utilisation, n'appellez pas durant les heures de pointe, obtenez un forfait famille. Faites tout ce que vous pouvez pour réduire les coûts.</p>		
<p><b>Il y a un embouteillage sur l'autoroute et les voies de service sont congestionnées.</b> Laissez votre voiture à la maison juste une fois cette semaine et trouvez une autre façon de vous rendre au travail. Utilisez le système de transport en commun, faites du covoiturage ou marchez si vous demeurez suffisamment près de votre bureau. Et pendant que vous profitez de ce moment de repos, songez aux 1 000 \$ et plus par année que vous dépensez sur l'essence, sur le stationnement et sur l'entretien de votre véhicule.</p>		

### Dépensez vos épargnes prudemment!

Essayez de surveiller vos habitudes en matière de dépenses pendant une semaine pour voir où va votre argent. Vous pourriez être en mesure d'épargner 1 000 \$ de plus par année sans avoir à faire de changements importants à votre style de vie. Maintenant récompensez-vous et dépensez cet argent pour votre avenir :

- Placez-le dans un Régime enregistré d'épargne-études (REEE) pour votre enfant – le gouvernement pourrait verser une cotisation parallèle correspondant à 20 % de votre cotisation.
- Réduisez vos dettes – commencez par vos cartes de crédit. Envisagez la possibilité de verser un paiement hypothécaire de plus – rapprochez-vous du moment où vous serez libre d'hypothèque!
- Placez-le dans votre REER – Investissez ces 1 000 \$ et bénéficiez d'un allègement fiscal.
- Obtenez la tranquillité d'esprit – l'assurance maladies graves vous permet de vous concentrer sur votre rétablissement, non sur les factures!

### PLANIFIEZ VOTRE ÉPARGNE, PROTÉGEZ-LA ET PROFITEZ-EN.

Besoin d'aide pour la prochaine étape? Appelez le 1 877 SUN-LIFE (1 877 786-5433) ou visitez [www.sunlife.ca/monplanfinancier](http://www.sunlife.ca/monplanfinancier).