

Faites un budget et voyez vos finances avec confiance



Votre budget sera votre guide dans l'utilisation de votre argent. Le budget est un bon moyen de suivre vos dépenses et vos objectifs financiers à court et à long terme.

Gagnez en confiance

Selon le **Baromètre Sun Life 2019**, 77 % des Canadiens qui travaillent disent vivre un niveau inconfortable de stress. Deux des principales causes de ce stress sont les finances personnelles ou celles du ménage (40 %) et la crainte de ne pas épargner assez pour la retraite (25 %).

Quand vous faites un budget que vous respectez, vous vivez moins de stress dû à vos finances personnelles. Savoir où va votre argent et planifier vos besoins et vos objectifs financiers vous permet de mieux préparer votre avenir. Vous pouvez aussi vous servir de votre budget pour voir comment vous pourriez mettre plus d'argent de côté.

Faites travailler votre argent!

Incluez dans votre budget toutes vos factures à payer, le coût de vos activités de loisirs, et vos objectifs – la retraite, par exemple.

- **Définissez vos objectifs**

Le budget est l'outil idéal pour décider quoi faire de votre argent. Rembourser des dépenses de carte de crédit ou une dette étudiante, créer un fonds d'urgence, épargner pour des vacances ou pour la retraite, voilà autant d'objectifs qui ont leur place dans un budget.

- **Respectez votre budget**

Prenez l'engagement avec vous-même de revoir votre budget régulièrement. Comparez-le avec vos dépenses réelles pour vous assurer d'être sur la bonne voie. Si vos dépenses dépassent votre budget, faites ce qu'il faut pour pouvoir quand même respecter vos objectifs.

Des outils pour faire un budget, il y en a pour tous les goûts

- ➔ Des applis mobiles ou des outils en ligne, comme le **Calculateur de budget** de la Sun Life (accessible à [masunlife.ca](https://www.masunlife.ca) > **Outils et ressources** > **Outils et calculateurs** > **Calculateur de budget**)
- ➔ Des feuilles de calcul accessibles en ligne
- ➔ Les bons vieux papier et crayon font aussi l'affaire!



La vie est plus radieuse sous le soleil

