



# Je le veux bien

## Plans de leçons

Le temps est venu de vous réunir avec d'autres, de parler d'argent, d'examiner vos finances et de vous prendre en main. Les cinq plans de leçons sont conçus pour vous aider à réfléchir à vos valeurs, à vos habitudes de dépenses, à vos placements et à l'incidence de l'argent sur vos relations.

Les leçons peuvent être utilisées dans un contexte éducatif traditionnel par une facilitatrice, ou vous pouvez les faire par vous-même. Mieux encore, réunissez un groupe de femmes pour réaliser les leçons et répondre aux questions de discussion en groupe.

Chaque plan de leçon est accompagné d'une courte vidéo mettant en vedette les femmes de la ressource *Je le veux bien* en pleine conversation.

### Pour les femmes

Il n'est pas nécessaire que vous soyez une experte pour utiliser les plans de leçons. Essayez de réunir des amies, des collègues de travail en qui vous avez confiance ou des membres de la famille pendant cinq semaines (ou plus au besoin) pour passer à travers ces leçons. Vous pourriez être surprise du plaisir que vous aurez à apprendre quelque chose de nouveau sur vous-même et vos finances.

### Pour les facilitatrices

Les plans de leçons sont conçus pour être utilisés dans tout contexte éducatif. Ils comprennent des objectifs et des résultats d'apprentissage pour les participantes (savoir-faire et compétences), des questions de discussion et des documents externes. Vous pouvez utiliser ces leçons dans le cadre d'une série de cinq semaines sur la formation en finances.

### Sections des plans de leçons

**Pensez-y :** Cette section donne le ton à la leçon et elle devrait vous amener à réfléchir au sujet à l'étude sous un éclairage particulier.

**Savoir-faire et compétences :** Il s'agit des objectifs de la leçon, des documents externes et des compétences que vous devriez acquérir à la suite des activités et des questions de discussion.

**Questions de discussion :** Chaque plan de leçon commence par des questions de discussion pour vous amener à réfléchir au sujet à partir de différents points de vue. Ces questions de discussion devraient être faites avant les activités.

### Activités



**Réflexion et discussion :** Ces activités sont de nature conversationnelle. Elles sont utiles si elles sont réalisées en groupe. Souvent, le fait de connaître le point de vue des autres peut faire en sorte que vous jetiez un regard différent sur votre propre situation financière.



**Lecture et recherche :** Ces activités peuvent exiger que vous fassiez des devoirs. Elles couvrent des sujets essentiels en matière de placement et de finances qui ne viennent pas nécessairement tout de suite à l'esprit. Elles vous aideront à connaître les termes et d'autres données importantes pour vous aider à prendre des décisions de placement judicieuses.



**Suivi et dossier :** Ces activités exigent que vous fassiez le suivi de vos comportements, de vos dépenses et de votre épargne et que vous apportiez certains rajustements à la manière dont vous gérez votre argent.

**Le guide *Je le veux bien* vous aidera dans toutes ces leçons. Commandez ou téléchargez votre exemplaire gratuit à [jelevauxbien.ca](http://jelevauxbien.ca).**



COMMISSION DES  
VALEURS  
MOBILIÈRES  
DU MANITOBA



## LEÇON 2 : L'épargne et les dépenses

### Pensez-y

Êtes-vous « dépensière » ou « épargnante »? La plupart des gens sont un peu des deux.

Le problème, c'est qu'il arrive souvent que l'on stresse si on n'épargne pas assez. Le mieux, c'est d'essayer de trouver un équilibre entre ce que vous épargnez et ce que vous dépensez. Et peut-être est-il plus important encore que vous reconnaissiez, quels que soient votre situation financière, votre niveau d'endettement ou vos dépenses, que le fait d'épargner chaque mois est essentiel pour que vous vous preniez main.

**Savoir-faire et compétences :** Dans cette leçon, vous examinerez les différents types de comptes d'épargne. Vous comprendrez mieux l'importance d'épargner et de faire des placements le plus tôt possible. Vous cernerez également certaines de vos habitudes de dépenses et les moyens de les rajuster.

Pour commencer, regardez la vidéo *L'épargne et les dépenses* à [jelevauxbien.ca](http://jelevauxbien.ca) et répondez aux questions qui suivent par vous-même ou discutez-en en groupe avec des amis ou des membres de la famille. Mettez vos réponses par écrit.

### Questions de discussion :

- Comme femme, est-il important que vous épargniez? Pourquoi?
- Quelles sont quelques-unes de vos forces en matière d'épargne?
- Avez-vous des trucs ou des conseils d'épargne qui, selon vous, pourraient être utiles aux autres?
- Quel est votre processus mental quand vous vous apprêtez à dépenser de l'argent ou à faire un achat?
- Qu'est-ce que la règle des 10 %?
- Quelles sont vos faiblesses en matière de dépenses?
- Pourquoi pensez-vous vraiment que vous dépensez de l'argent?

### Activités :



#### Réduction des dépenses

Suivez le lien [Des conseils simples pour vous aider à économiser<sup>1</sup>](#) (en anglais) du *Canadian Living Magazine* pour connaître les incidences que peuvent avoir de petits changements sur votre situation financière. Essayez de voir comment vous pourriez réduire vos dépenses. Mettez vos idées par écrit, de même que les techniques d'épargne que vous utilisez présentement. N'hésitez pas à en faire part à vos amis et à votre famille et à en discuter autour de vous.



#### Essai

Pendant une semaine, faites le suivi de tout ce que vous dépensez, du moindre achat. À la fin de la semaine, examinez vos habitudes pour voir où vous dépensez le plus et le plus souvent. Essayez de réduire les dépenses

que vous avez déterminées comme étant problématiques. Pendant une autre semaine, notez si vous avez été capable ou non d'opérer le changement. Si vous avez réussi à réduire vos dépenses, comment vous êtes-vous sentie? Si vous n'avez pas été capable de vous rajuster, comment vous êtes-vous sentie? Combien avez-vous économisé? Écrivez vos conclusions et n'hésitez pas à partager ce que vous avez appris avec vos amis ou votre famille.



#### Types de comptes d'épargne

Il y a beaucoup de moyens d'épargner. Vous pouvez mettre de l'argent de côté une fois et le laisser croître ou en ajouter tous les mois. Prenez une heure ou deux pour effectuer des recherches sur les différents types de comptes d'épargne. Si vous êtes en groupe, vous pouvez diviser le travail pour que chaque membre fasse des recherches sur un type de compte particulier. Dressez une liste des pour et des contre de chaque compte et relevez l'option qui est la plus attrayante pour vous. Il pourrait être utile de trouver un calculateur d'intérêts en ligne pour connaître le rendement ou les intérêts auxquels vous pouvez vous attendre de chaque compte.

### Liens et articles utiles :

- L'histoire de Zack et Zoe, [Devenir une famille à un seul revenu<sup>2</sup>](#) (en anglais) sur [getsmarteraboutmoney.com](http://getsmarteraboutmoney.com).
- [200 façons d'économiser sur presque tout<sup>3</sup>](#) (en anglais), de Cassie Howard sur [MrsJanuary.com](http://MrsJanuary.com)
- Jeu-questionnaire : [Êtes-vous boutiquomane<sup>4</sup>](#) (en anglais), de Gail Vaz-Oxlade.

Liens de cette leçon :

1. <http://www.canadianliving.com/life-and-relationships/money-and-career/article/simple-tips-to-help-you-save-money-everyday>
2. <http://www.getsmarteraboutmoney.ca/en/managing-your-money/planning/investing-basics/Pages/becoming-a-one-income-family-zack-and-zoes-story.aspx>
3. <http://www.mrsjanuary.com/frugal-living/over-200-ways-to-save-money-on-just-about-everything/>
4. [http://www.gailvazoxlade.com/resources/shopaholic\\_test.html](http://www.gailvazoxlade.com/resources/shopaholic_test.html)