



Un outil de prévention du surendettement ...

à l'usage des particuliers et des professionnels !

Une réalisation du Secteur prévention du surendettement
au sein de l'asbl Centre d'appui aux services de médiation de dettes
Bd du Jubilé, 155 à 1080 Bruxelles
002/217.88.05
www.mediationdedettes.be



Objectifs recherchés =

- ✓ **aider à faire le point sur sa situation financière**
- ✓ **Encourager à mieux repérer, organiser, anticiper et suivre au jour le jour ses rentrées d'argent et ses dépenses**

Un mode d'emploi facilite l'usage individuel de l'outil.

Mais celui-ci s'appropriera plus facilement s'il fait l'objet d'une découverte dans le cadre d'une activité en groupe.

C'est un outil pratique, interactif et facile d'utilisation, constitué :

- d'un **classeur à anneaux**
- et d'une **valisette de classement** pour documents.

Outre « **la grille du budget** » classique, on y trouve des infos et adresses d'ordre social, juridique ou alternatif

et contient **deux éléments mobiles sous forme d'enveloppes** où stocker des documents, des factures, ... utiles lors des rendez-vous et pour vérifier ses paiements.

On y trouve aussi **des grilles pour analyser son budget** et faire évoluer ses choix et décisions

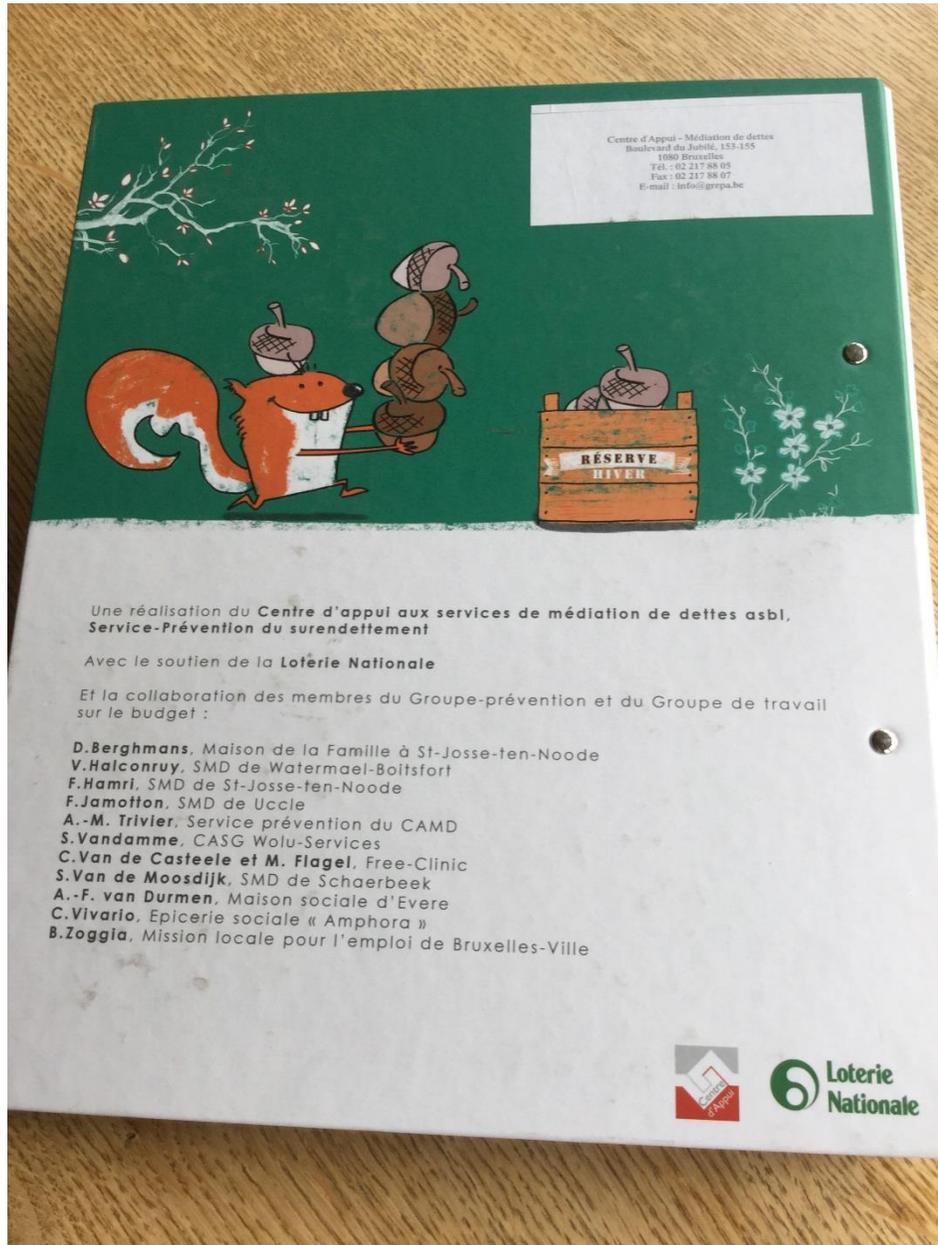
Objectifs visés : voir plus clair et avoir plus d'influence sur sa manière de vivre et de dépenser





Un outil simple et pratique :

- ✓ un classeur à 2 anneaux
- ✓ format A4
- ✓ Léger
- ✓ Imprimé recto-verso
- ✓ Beau à regarder ...
- ✓ Facile à transporter
- ✓ Facile à ranger
- ✓ Facile à utiliser
- ✓ Bon pour toute la famille : parents et enfants !
- ✓ Illustré par la symbolique des outils et des animaux (écureuil, tortue, lièvre)



Centre d'Appui - Médiation de dettes
Boulevard du Jubilé, 153-155
1080 Bruxelles
Tel : 02 217 88 05
Fax : 02 217 88 07
E-mail : info@gepa.be

Une réalisation du Centre d'appui aux services de médiation de dettes asbl,
Service-Prévention du surendettement

Avec le soutien de la Loterie Nationale

Et la collaboration des membres du Groupe-prévention et du Groupe de travail
sur le budget :

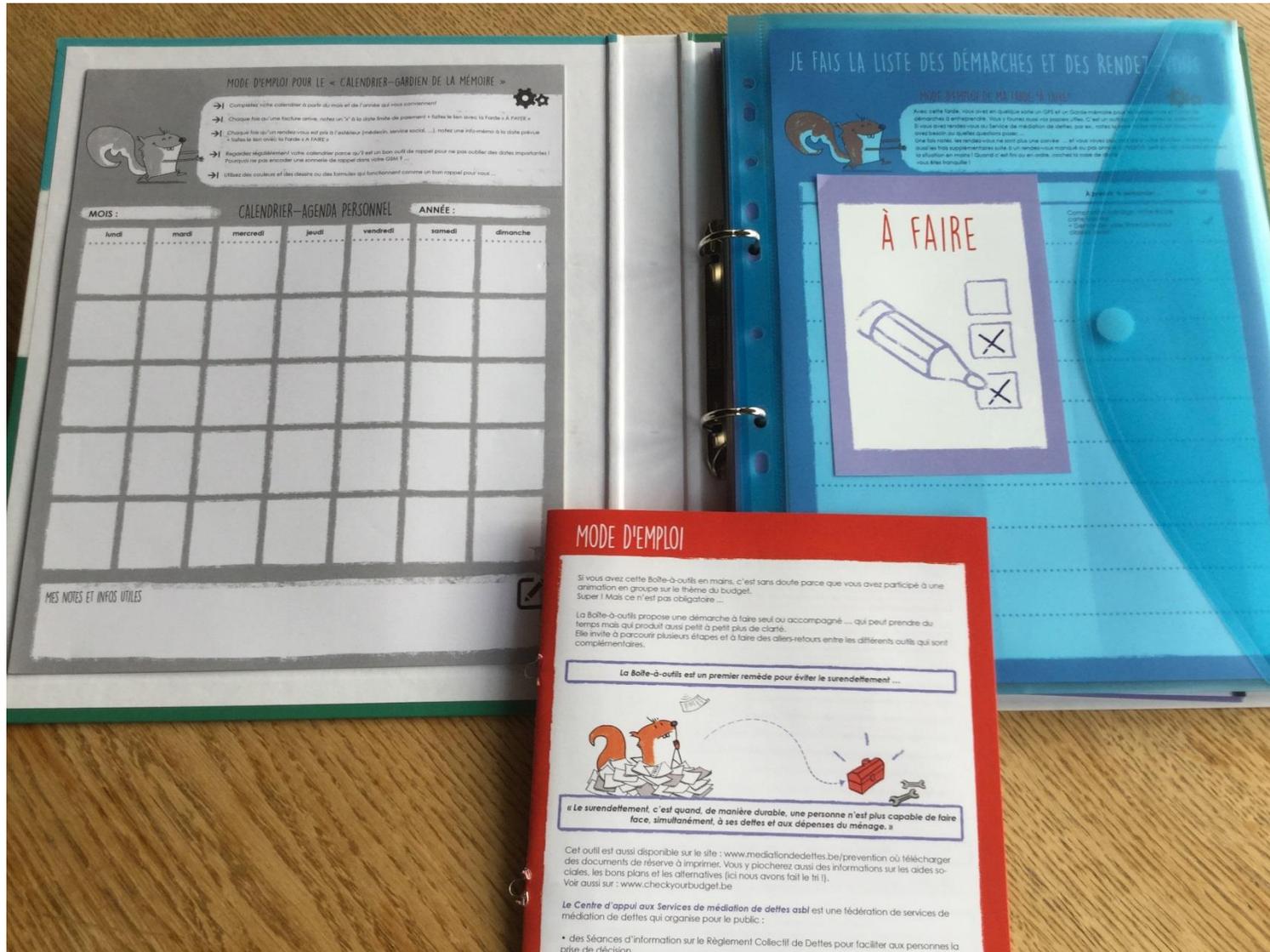
D. Berghmans, Maison de la Famille à St-Josse-ten-Noode
V. Halconruy, SMD de Watermael-Boitsfort
F. Hamri, SMD de St-Josse-ten-Noode
F. Jamotton, SMD de Uccle
A.-M. Trivier, Service prévention du CAMD
S. Vandamme, CASG Wolu-Services
C. Van de Castele et M. Flagel, Free-Clinic
S. Van de Moosdijk, SMD de Schaerbeek
A.-F. van Durmen, Maison sociale d'Evere
C. Vivario, Epicerie sociale « Amphora »
B. Zoggia, Mission locale pour l'emploi de Bruxelles-Ville



Un outil conçu avec
des professionnels
de la médiation de dettes
et
de l'aide sociale

Grâce à l'apport financier
de la Loterie Nationale

Un contenu personnalisable :



✓ Des supports vierges à compléter :

- Un calendrier
- Une liste des démarches
- Une liste des factures à payer
- 3 gardiens « eco-conso »
- 2 grilles d'analyse
- 1 planning annuel
- 13 fiches du budget

✓ Un mode d'emploi

✓ 2 pochettes transportables

✓ Des infos pratiques

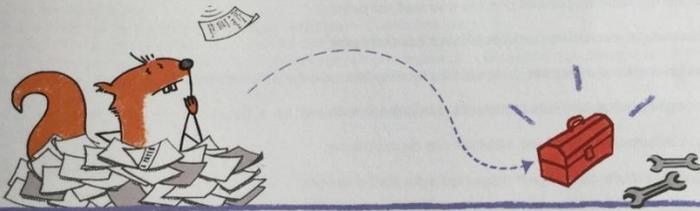
✓ Des conseils pour prévoir et anticiper

MODE D'EMPLOI

Si vous avez cette Boîte-à-outils en mains, c'est sans doute parce que vous avez participé à une animation en groupe sur le thème du budget. Super ! Mais ce n'est pas obligatoire ...

La Boîte-à-outils propose une démarche à faire seul ou accompagné ... qui peut prendre du temps mais qui produit aussi petit à petit plus de clarté. Elle invite à parcourir plusieurs étapes et à faire des allers-retours entre les différents outils qui sont complémentaires.

La Boîte-à-outils est un premier remède pour éviter le surendettement ...



Le surendettement, c'est quand, de manière durable, une personne n'est plus capable de faire face, simultanément, à ses dettes et aux dépenses du ménage. »

Cet outil est aussi disponible sur le site : www.mediationdedettes.be/prevention où télécharger des documents de réserve à imprimer. Vous y piocherez aussi des informations sur les aides sociales, les bons plans et les alternatives (ici nous avons fait le tri !).
Voir aussi sur : www.checkyourbudget.be

Le Centre d'appui aux Services de médiation de dettes asbl est une fédération de services de médiation de dettes qui organise pour le public :

des Séances d'information sur le Règlement Collectif de Dettes pour faciliter aux personnes la prise de décision,

des Ateliers consommateurs en groupe pour découvrir l'usage d'un budget et questionner la société de consommation,

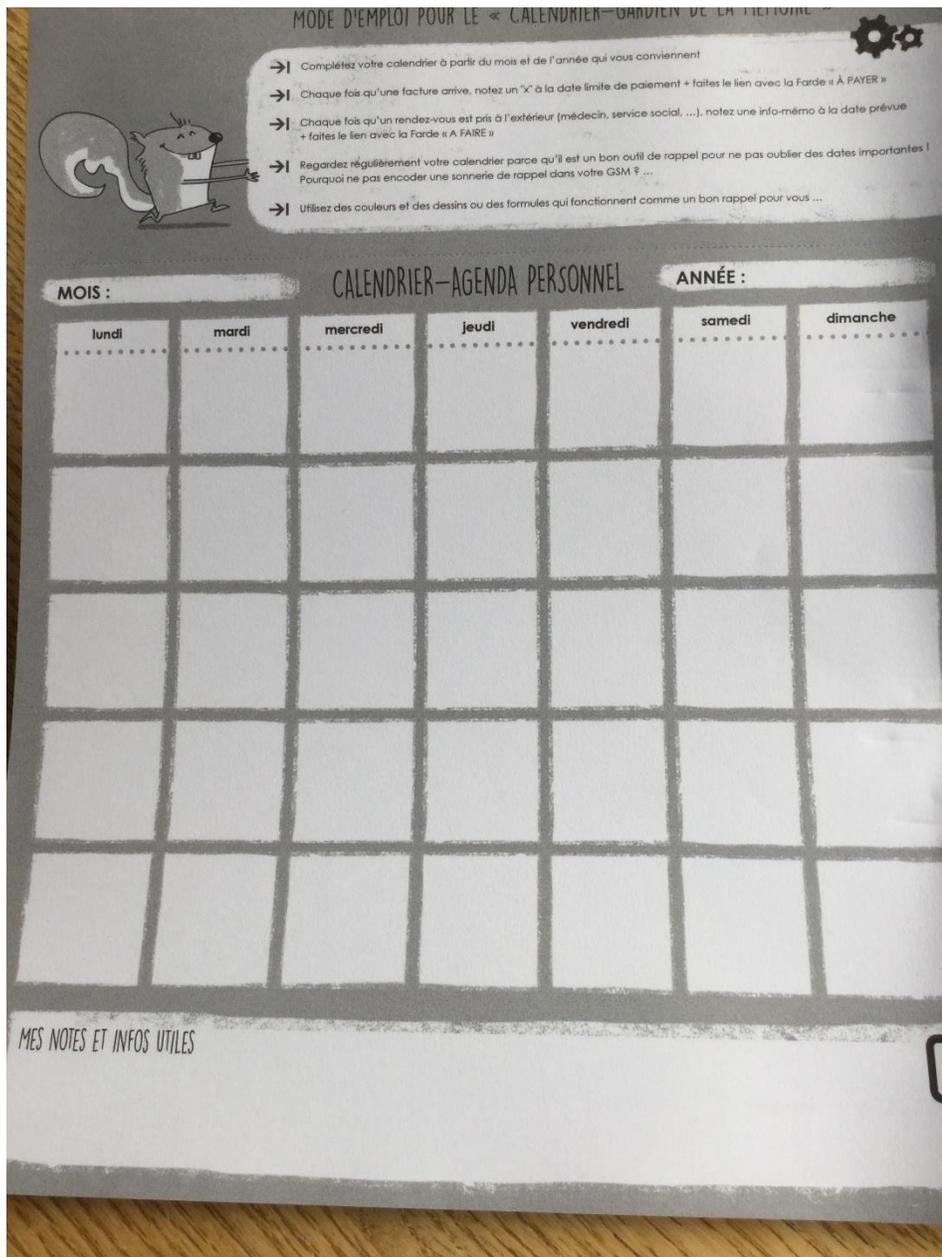
des Groupes de soutien pour faire face aux difficultés morales, psychologiques, sociales et financières du surendettement.

Infos : www.mediationdedettes.be - Tél. : 02/217.88.05

Un mode d'emploi :

Au cas où l'utilisateur n'aurait pas pu participer à une animation préparatoire ...

- ✓ Des explications sur la manière de circuler dans l'outil
- ✓ Des informations sur la médiation de dettes



Un aide-mémoire personnel :

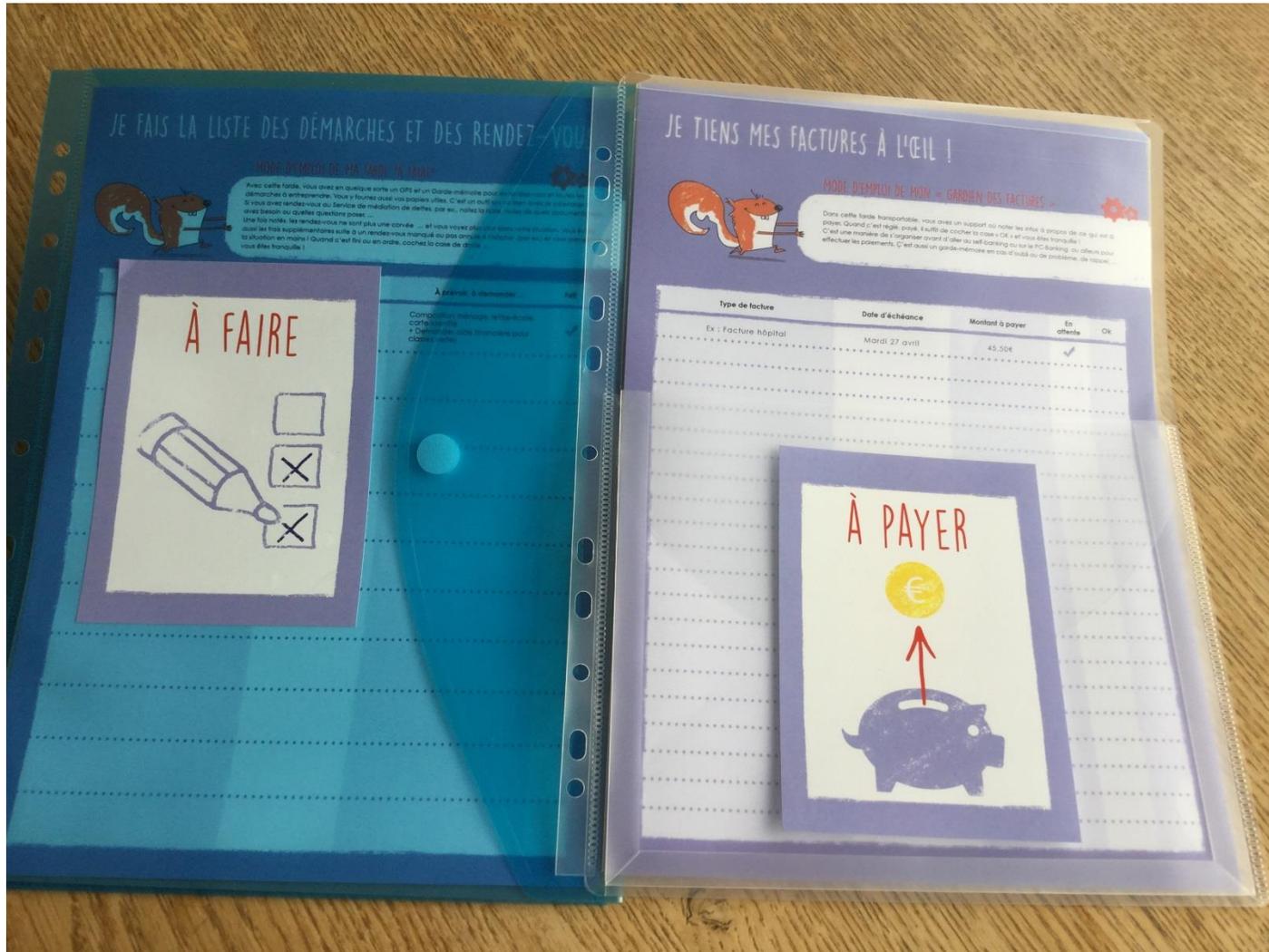
Le calendrier vierge

Qui commence quand je veux

Où je note ce que je veux, comme je veux

Qui me sert de rappel, de pense-bête, ...

2 pochettes transportables :



- ✓ Je peux y glisser des documents
- ✓ 1 pour les rendez-vous et les documents à préparer
- ✓ 1 pour suivre les paiements déjà faits et surveiller ceux en attente

En lien avec le calendrier et l'ensemble de l'outil

FICHES – INFOS – CONSEILS

1 OÙ S'INFORMER ET DEMANDER DE L'AIDE DANS MON ENVIRONNEMENT PLUS OU MOINS PROCHE ?

Restons prudents ! Les lois changent, les associations disparaissent, les services au citoyen varient, les initiatives se transforment, ... bref, tout se transforme et les infos que nous avons rassemblées ci-dessous peuvent se périmérer ! C'est pourquoi nous avons prévu sur www.mediationdettes.be/prevention (rubrique « Boîte-à-outils ») des infos mises à jour. Cependant, les grands services de base dans les différents domaines de la vie, sur lesquels compter, ont été listés ci-dessous.



La Région de Bruxelles-Capitale (ou la Région wallonne ou flamande)
(www.be.brussels)

La commune et son éventuel service d'écrivain public

La maison de quartier

Le CPAS et son Service de médiation de dettes + la cellule-énergie

Le Centre d'action sociale Globale (CASG)

Le service d'entraide, le restaurant social

La mutuelle (ou la CAAMI)

La maison médicale

Le planning familial

Le centre de santé mentale

L'ONP (Office National des Pensions)

Le SECAL (quand la pension alimentaire pose problème)

L'ONAFIS (pour les allocations familiales)

L'ONE (Office National de l'Enfance)

Le Centre Psycho-Médico-Social (PMS) à l'école

Le Service d'Aide à la Jeunesse (SAJ) et le Service de Protection Judiciaire (SPJ)

Le Tribunal de la famille et sa chambre de la Jeunesse

La Mission Locale pour l'emploi et ACTIRIS

Le syndicat

Le BAJ (Bureau d'Aide Juridique) et les permanences juridiques dans les communes

Le Juge de paix

Le notaire

Votre banquier (càd celui que vous connaissez et qui peut vous conseiller personnellement)

Votre courtier en assurances

www.federaalombudsman.be : pour les problèmes avec l'administration

www.mediationconsommateur.be : pour les litiges avec un fournisseur, commerçant, entreprise, ...

Les médiateurs fédéraux (avec la plateforme Belmed qui les regroupe : www.economie.fgov.be - puis "protection des consommateurs" - puis "Belmed médiation en ligne")

Le Service fédéral des Finances : www.finances.belgium.be - pour les impôts et taxes

Le Bureau de taxation régional (voir sur votre déclaration d'impôt et/ou sur votre avertissement-extrait de rôle)

Le Service fédéral Economie : www.economie.fgov.be - pour tout ce qui concerne les droits et obligations des consom-

Un site web regroupe beaucoup d'informations utiles en matière de gestion d'un budget et d'aides sociales, juridiques et oriente vers les organismes officiels : www.checkyourbudget.be

Des Fiches – Infos – Conseils :

Du plus proche au plus lointain ...

De quoi se repérer dans le dédale des services,
des démarches,
des interlocuteurs

1. La démarche analytique : sous la loupe et en fines tranches ...

1 MES REVENUS – RENTRÉES D'ARGENT

BON À SAVOIR
Quel que soit son statut (salarié, chômeur, étudiant indépendant, bénévole, ...), mieux vaut se renseigner auprès de l'organisme officiel pour bien connaître ses droits et obligations – voir les infos ci-dessous.

Mes n° de tél. utiles :

	Je reçois/mois	Je reçois/année
SALAIRE / REVENU PROFESSIONNEL		
Salaires ou revenus d'indépendant		
Prime de fin d'année		
Pécule de vacances		
Chèques-repas		
REVENUS DE REMPLACEMENT OU ALLOCATIONS SOCIALES		
Allocation de chômage		
Revenu Intégration sociale (RIS via le CPAS)		
Allocation d'handicapé (via le SPF Intérieur)		
Allocation de la mutuelle		
RENTRÉES D'€ LIÉES AUX ENFANTS		
Allocations familiales		
Pension alimentaire (je la reçois – voir Infos sur SECAL)		
Bourse d'études		
Revenus de job étudiant		
PENSIONS		
Pension (retraite/survie)		
GRAPA		
AUTRES ...		
Indemnités de formation		
Aide financière du CPAS (ADIL, ...)		
Remboursement des impôts		
Prime syndicale		
Activité volontaire ou bénévole avec défraitements		
Divers :		
TOTAL = €	Total/mois = Tm	Total/année = Ta

Opération de mensualisation : Je divise le Ta par 12 > $Ta/12 =$

Si je n'ai pas de Rentrée annuelle : Tm = Si je compte sur une grosse rentrée annuelle, je prévois dans une enveloppe séparée cette Rentrée annuelle : Ta =

Si j'arrive à épargner petit à petit : Réserve à prévoir chaque mois : TOTAL 1 = $Ta/12 =$

* Si je connais déjà les montants, je vais directement à la case Total avec le levrier, sinon, j'avance avec la tortue. Attention aux dates.

La grille du budget : enfin !

Ou chaque « panier » du budget en détails

Démarche analytique qui permet :

- de lister
- de calculer un total
- de repérer les factures annuelles
- de mensualiser les grosses dépenses à venir
- de calculer une provision à faire

Une feuille de brouillon pour chaque support à utiliser !

C'est là que l'utilisateur écrit, calcule, rature, ...
(des exemplaires sont téléchargeables sur notre site www.mediationdedettes.be)

Les symboles :

- **La tortue** montre un chemin pas à pas, à son aise, jour après jour
- **Le lièvre** connaît déjà les chiffres et va directement au total, au bilan
- **L'écureuil** est habitué à faire des provisions et invite à mensualiser ou à épargner

MES REVENUS — RENTRÉES D'ARGENT

BON À SAVOIR : Quel que soit son statut (salarié, chômeur, étudiant, indépendant, bénévole ...), mieux vaut se renseigner auprès de l'organisme officiel pour bien connaître ses droits et obligations — voir les infos ci-dessous.

Mes n° de tél. utiles :

	Je reçois/mois	Je reçois/année
SALAIRE / REVENU PROFESSIONNEL		
Salaire ou revenu d'indépendant		
Prime de fin d'année		
Pécule de vacances		
Chèques-repas		
REVENUS DE REMPLACEMENT OU ALLOCATIONS SOCIALES		
Allocation de chômage		
Revenu Intégration sociale (RIS via le CPAS)		
Allocation d'handicapé (via le SPF Intérieur)		
Allocation de la mutuelle		
RENTRÉES D'€ LIÉES AUX ENFANTS		
Allocations familiales		
Pension alimentaire (je la reçois — voir infos sur SECAL)		
Bourse d'études		
Revenus de job étudiant		
PENSIONS		
Pension (retraite/survie)		
GRAPA		
AUTRES ...		
Indemnités de formation		
Aide financière du CPAS (ADIL ...)		
Remboursement des impôts		
Prime syndicale		
Activité volontaire ou bénévole avec défraiements		
Divers :		
TOTAL = €	Total/mois = Tm	Total/année = Ta

Opération de mensualisation : Je divise le Ta par 12 > Ta/12 =

Si je n'ai pas de Rentrée annuelle : Tm = Si je compte sur une grosse rentrée annuelle, je prévois dans une enveloppe séparée cette Rentrée annuelle :
Ta =

Si j'arrive à épargner petit à petit :
Réserve à prévoir chaque mois : TOTAL = Ta/12 =

* Si je connais déjà les montants, je vais directement à la case Total avec le lièvre, sinon, j'avance avec la tortue, étape par étape

FICHES – INFOS – CONSEILS

REVENUS – RENTRÉES D'ARGENT

Les rentrées financières habituelles sont liées :

- soit à un **travail salarié** - www.onprvp.fgov.be
- soit à un **travail indépendant** - www.socialsecurity.be (rubrique / entreprise)
- soit à un **travail intérimaire** - www.emploi.belgique.be (rubrique / contrat de travail/ travail intérimaire)
- soit à la perception d'un **revenu de remplacement** :

> **Allocation de demandeur d'emploi** - www.socialsecurity.be (rubrique / professionnel/ chômage)
ACTIRIS (en Région bruxelloise) et l'ONEM (en Région wallonne) assurent le versement des indemnités de chômage et proposent des plans de recherche d'emploi, notamment sous forme de formations gratuites

> **Revenu d'intégration sociale** - www.socialsecurity.be par tél. : 02/545.50.77 ou sur leur site (rubrique / vie privée/précarité/aide sociale) - les CPAS assurent l'aide sociale sous ses différentes formes (revenu d'intégration, aide médicale, remise à l'emploi, aide en nature ou aide financière (bons alimentaires, vêtements, mobilier, intervention dans les frais de logement, de déménagement,.....) - à propos du CPAS, voir :

www.ocmw-info-cpas.be

> **Allocation liée à incapacité de travail** - www.socialsecurity.be
(rubrique / professionnel/incapacité de travail)

> **Allocation liée à un handicap** - www.socialsecurity.be (rubrique / vie privée - handicap/ allocations pour adultes handicapés / avez-vous droit à l'allocation de remplacement de revenus ?) ou sur www.handicap.fgov.be

• soit à la perception d'une **pension** (de retraite, de survie, GRAPA, ...) www.belgium.be/fr/emploi/pensions_et_fin_de_carriere

• soit à une **activité bénévole/volontaire** - www.belgium.be (rubrique/Emploi et contrats de travail/types de contrat/ bénévole)

INFOS JURIDIQUES

L'Atelier des droits sociaux asbl (service gratuit) - Rue de la Porte Rouge 4 - 1000 Bruxelles
Tél. : 02/512.71.57 - Tél. : 02/512.02.90 - www.atelierdroits sociaux.be - emploi@atelierdroits sociaux.be

Les syndicats disposent d'un service juridique pour leurs affiliés.

POURQUOI PAS ?

Une autre manière d'augmenter ses ressources financières consiste à diminuer ses dépenses habituelles en les transformant en services échangés via les SEL (**Service d'échanges local**) : leurs membres s'échangent des heures de services rendus sans aucune transaction d'argent - www.brusel.be
Tél. : 0475/375.009

Comme les donneries où les biens s'échangent et se donnent

Pour chaque panier du budget : des infos, adresses, références

- ✓ Des infos d'ordre social (ex: exonération, tarif social, ...)
- ✓ Des infos juridiques : où poser des questions juridiques ?
- ✓ Des « Pourquoi pas ? » : càd des idées alternatives pour consommer différemment

La clé de voûte : « la ligne du temps de la dette » ...



Ou ce qui doit faire peur,
faire réfléchir
encourager à faire attention
susciter une meilleure planification
de ses dépenses ...

Outil en lien direct :
avec le calendrier
avec la pochette « à payer »
avec la pochette « à faire »
Et tous les autres supports ...

2. Le retour en arrière : la vue d'ensemble ou la démarche synthétique

PLANNING ANNUEL – BUDGET RAPIDE

	janvier	février	mars	avril	mai	juin	juillet	août	septembre	octobre	novembre	décembre
REVENUS ET RENTRÉES												
Salaires et revenus professionnels												
Allocations sociales (RIS), chômage, ...												
Allocations familiales/pension alimentaire												
Pension												
Total revenus (T1)	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+
DÉPENSES												
Logement + entretien et réparations												
Assurance incendie												
Nourriture												
Électricité/Gaz												
Eau												
Vêtements, chaussures												
Téléphone/Internet/câble												
GSM												
Mutuelle												
Soins de santé (médecins, médic, ...)												
Hygiène et soins du corps												
Enfants (École, crèche, loisirs, pension, ...)												
Assurance RC Familiale												
Impôts												
Taxe Régionale												
Déplacements (STIB, auto, vélo, ...)												
Assurance auto												
Taxe circulation voiture, frais entretien, ...												
Mobilier et petit matériel												
Crédit[s]												
Épargne												
Autre												
Autre												
Autre												
dépenses (T2)	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+	← €+
Total Revenus (T1) - Total dépenses (T2) = Mon Disponible = €												

Le planning annuel :

- ✓ Où faire une synthèse de son budget mensuel
- ✓ Où noter les factures annuelles
- ✓ Où faire apparaître les mois les plus difficiles
- ✓ Pour se préparer à anticiper les grosses dépenses à venir

Je continue à mettre de l'ordre pour choisir des stratégies en cas de problème

LE GPS DE MES DÉPENSES ▶ Je mets de l'ordre...

MODE D'EMPLOI

Le « GPS de mes dépenses » vous permet de faire la différence entre ce qui est important à payer et ce qui est urgent. L'urgence, c'est ce qui a des conséquences graves si ce n'est pas fait à temps. L'importance, c'est ce qui a des conséquences difficiles si on est en retard. Il est encore possible de négocier un délai de paiement pour quelque chose d'important. Mais plus pour quelque chose d'urgent !

Si vous constatez qu'il y a beaucoup de dépenses urgentes dans votre liste, mieux vaut revoir votre budget en entier et vérifier s'il n'y a pas déjà des dettes à traiter, vérifier si une réserve/une épargne est disponible pour faire face à ces urgences. Les professionnels de l'aide sociale et de la médiation de dettes proposent aussi de la « guidance budgétaire » pour mettre de l'ordre et mieux planifier les dépenses urgentes. En attendant cette aide, le calendrier et les autres outils aident à organiser la planification des paiements (voir les explications dans le Mode d'emploi « 3. Les stratégies à développer »).

Quelle Dépense ?	Importante	Urgente	À mettre de côté	Montant à prévoir / mois
Ex : Cotisation mutuelle	X			6€
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

TOTAL de 1 à 10 =

Mes commentaires/mes décisions :

Le GPS de mes dépenses =

Être capable de faire la différence entre

l'urgence

et

l'importance

d'une facture/dépense

Et si je pouvais faire des économies ?

JE TIENS À L'ŒIL MA CONSOMMATION D'EAU !

MODE D'EMPLOI DE VOTRE "GARDIEN CONSO-ÉNERGIE"

Chaque année, mon fournisseur m'envoie une facture de régularisation qui fait le bilan de ma consommation réelle pour toute l'année. Un calcul est effectué pour comparer le coût total de ma consommation annuelle avec ce que j'ai déjà payé chaque mois, à l'avance. Cette facture annuelle reprend également un tableau statistique de consommation des années précédentes. Je peux, ainsi, comparer et vérifier si j'arrive à modifier le nombre de M3 d'eau utilisés.

Pour mieux prévoir ce bilan annuel et vérifier l'exactitude des calculs de mon fournisseur, je peux surveiller mon compteur au fur et à mesure. Je fais ainsi le lien avec mes factures et je contrôle mieux la situation.

Chaque mois, environ le même jour, je vais lire les chiffres sur mon compteur et noter sur ma feuille ci-dessous le « relevé d'index ». En comparant avec le mois précédent, avec les années passées, j'ai petit à petit une meilleure prise sur ma consommation d'énergie ! Il devient possible de prévoir la somme nécessaire pour faire face à une facture « mauvaise surprise » ...

matricule =

à compléter chaque fois à jour fixe en notant la date

Relevé d'index :
Notez ici les chiffres

Consommation mensuelle :
Calculez la différence avec le relevé du mois précédent

..... / /

□ □ □ □ □ , □ □ □

Idem pour l'eau ...

Même si c'est plus difficile quand le coût est inclus dans les charges communes ou dans le loyer !

L'objectif, c'est de donner à la personne les moyens d'augmenter ses capacités à contrôler sa situation et à avoir prise sur ses dépenses

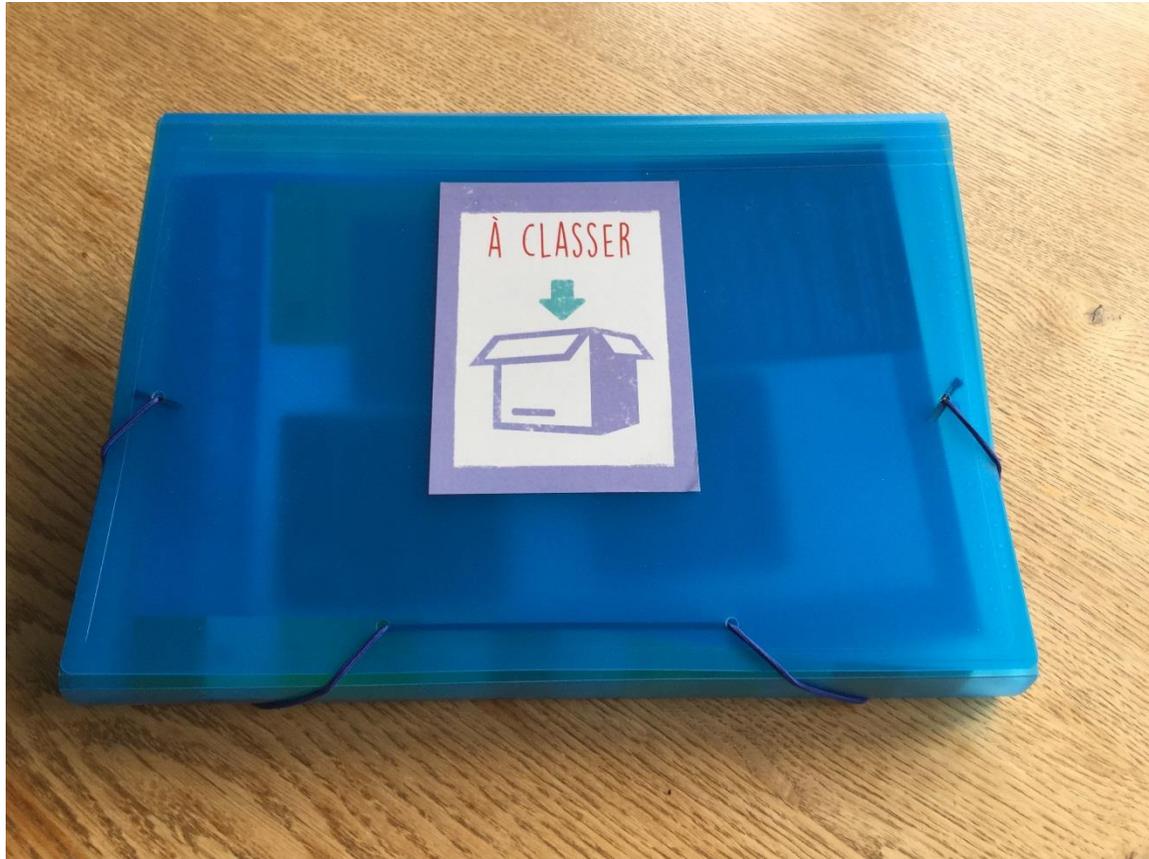
Puis à modifier ses habitudes si possible

Il n'est jamais trop tard pour s'adresser à un Service de médiation de dettes ... ou à un travailleur social de 1^{ère} ligne !

LES SERVICES DE MEDIATION DE DETTES = LES PROFESSIONNELS QUI PEUVENT NOUS AIDER FACE AUX DETTES ▶ Leurs missions ? voir détails dans le Mode d'emploi

Nom du service	Adresse			Téléphone	Public concerné
ARMEE DU SALUT ASBL	Rue de l'Eglise Saint Anne, 102	1081	Koekelberg	02 414 19 16	Uniquement les habitants de Koekelberg et de Jette
CAFA ASBL - CPAS DE SAINT GILLES	Rue du Tir 14	1060	Saint-Gilles	02 600 57 30	Personnes domiciliées à Saint-Gilles et de Jette pas du RIS - ERIS
CENTRE D'ACCUEIL SOCIAL ABBÉ FROIDURE (CASAF) ASBL	Rue de la Victoire 96	1060	Saint-Gilles	02 533 04 60	Les habitants de la Région bruxelloise
CENTRE SOCIAL PROTESTANT ASBL	Rue Cans, 12	1050	Ixelles	02 512 80 80	Les habitants de la Région bruxelloise
CPAS ANDERLECHT	Av. Raymond Vander Bruggenlaan 62 - 64	1070	Anderlecht	02 529 96 10	Les habitants de la commune d'Anderlecht
CPAS AUDERGHEN	Avenue de Paepedelle, 87 - 4 ^e étage	1160	Auderghem	02 679 94 10	Les habitants de la commune d'Auderghem
CPAS BERCHEM SAINTE-AGATHE	Avenue du Roi Albert, 88	1082	Berchem Sainte-Agathe	02 482 13 55	Les habitants de la commune de Berchem Sainte-Agathe
CPAS BRUXELLES	Rue de la Sablonnière, 2	1000	Bruxelles	02 563.53.11	Les habitants de la Ville de Bruxelles
CPAS FOREST	Rue Van Pé, 60	1190	Forest	02 563 26 14	Les habitants de la commune de Forest
CPAS JETTE	Rue de l'Eglise St Pierre, 47/49	1090	Jette	02 422 46 11	Les habitants de la commune de Jette
CPAS KOEKELBERG	Rue François Delcoigne, 23	1081	Koekelberg	02 412 16 72	Les habitants de la commune de Koekelberg
CPAS MOLENBEEK SAINT-JEAN	Rue des Ateliers, 19	1080	Molenbeek Saint-Jean	02 412 47 86	Soit être envoyé par la commune au RIS et/ou avoir la commune contactée via les listes de problèmes de factures d'énergie.

Ouvrir les enveloppes, lire, décoder,
trier, classer, ranger ...
= + facile de retrouver la preuve !

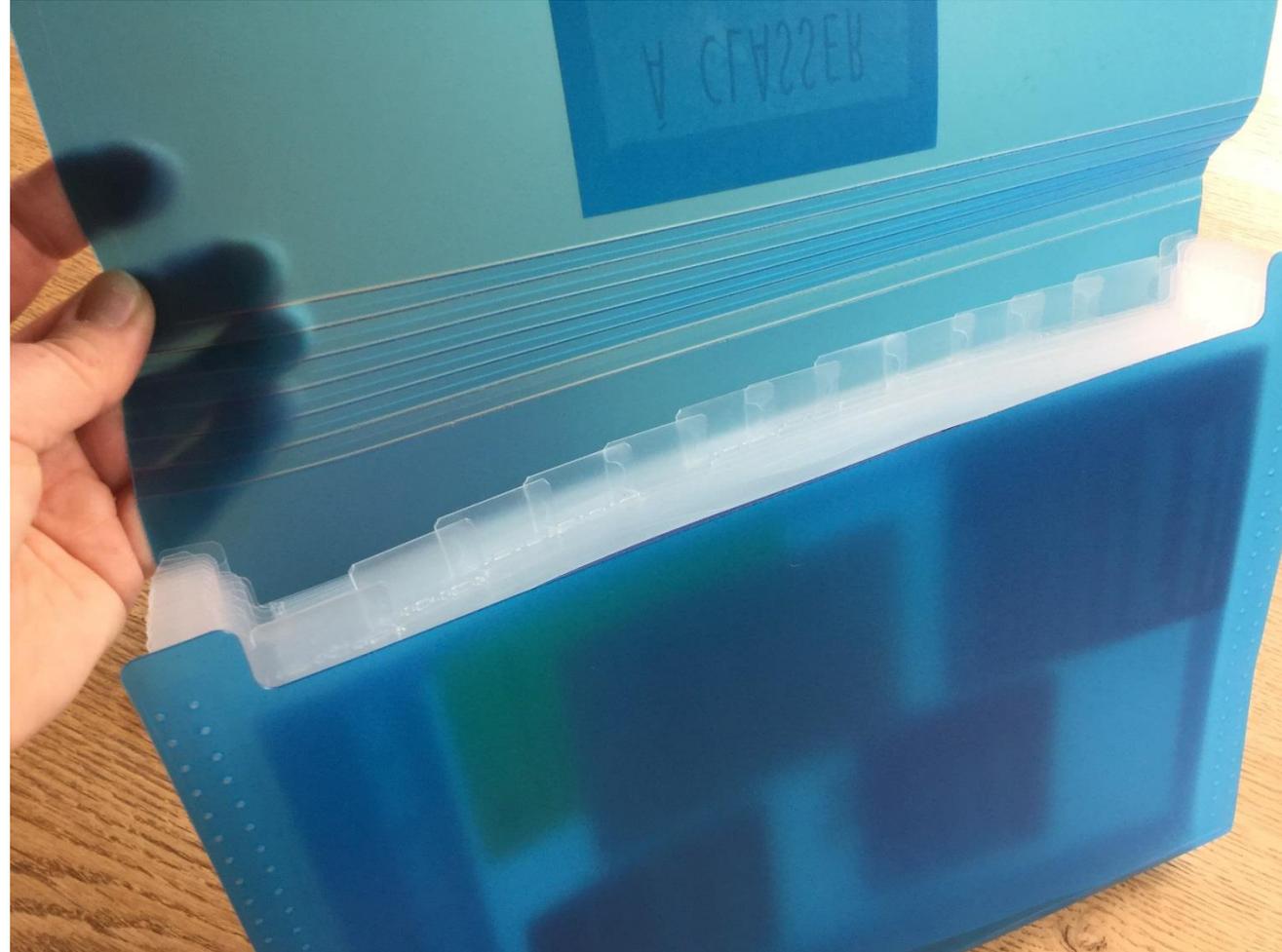


L'accessoire si simple et si indispensable

=

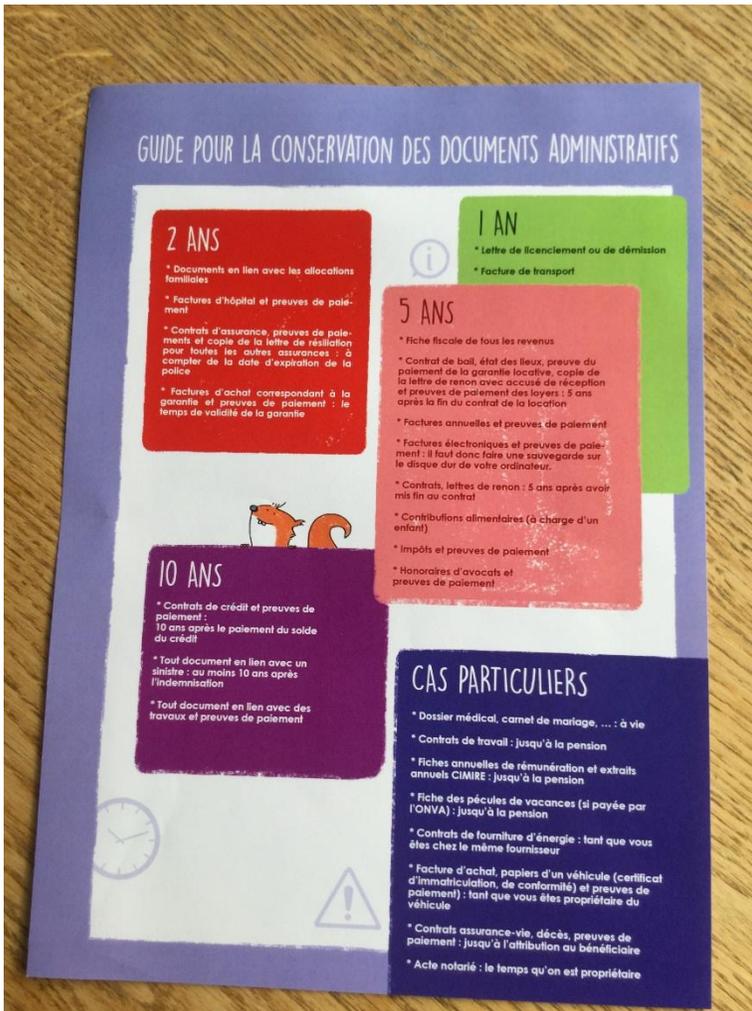
la valisette de classement

- ✓ En lien direct avec la pochette « à faire » et la pochette « à payer » + le planning annuel
- ✓ Le coffre-fort à preuves
- ✓ L'aide-mémoire pour le suivi des factures régulières
- ✓ Le remède aux enveloppes laissées fermées ou fourrées dans le tiroir



Dans la valisette de classement :

Le guide de durée de conservation des documents



En résumé :



un outil sympathique,

facile d'usage,

pas cher !

Environ 29€/unité par
formule d'achats groupés
(300 ex.)

Merci pour votre écoute...

Des questions ?