

100 FAÇONS D'ÉCONOMISER SIMPLEMENT

**Pascal Grenier, resp.
Groupe de simplicité volontaire de Québec**

Inspiré du livre " Votre vie ou votre argent" de Joe Dominguez et Vicki Robin

Intérêts et frais financiers

1. Remboursez mensuellement la totalité de vos dus de cartes de crédit.
2. Ne conservez qu'une seule carte de crédit pour les réservations d'hôtel, les paiements par Internet, et les cas d'urgence.
3. Prévoyez un % d'économie à chaque rentrée d'argent importante.
4. Payez le plus possible vos achats comptant, même les grosses acquisitions tels les électroménagers, le téléviseur et même la voiture. Ne voyagez pas à crédit.
5. Planifiez de rembourser votre emprunt hypothécaire sur une période maximale de 15 ans.
6. Si votre banque ne réclame aucuns frais de gestion à condition d'avoir toujours un montant minimum dans votre compte, veiller à ne pas aller en deçà de ce minimum.
7. Ne faites pas de chèque sans provision.

Les frais de transport

8. Optez pour une semaine de travail de quatre jours et vous réduirez ainsi vos frais de transports, tout en bénéficiant de plusieurs autres avantages.
9. Songez au télétravail grâce auquel vous pouvez travailler à domicile, tout en restant relié à votre bureau par ordinateur, modem, télécopieur, téléphone et, évidemment, par le chèque de paie.
10. Enfourchez votre bicyclette aussi souvent que possible et pas seulement pour faire des balades de fin de semaine. Vous pouvez aussi envisager vous rendre au travail et faire des courses à vélo.
11. Faites vos courses à pied, aussi souvent que possible, ça peut devenir votre exercice journalier.
12. Utilisez les transports en commun, ça fait marcher, économiser, relaxer et sociabiliser.
13. Cherchez à savoir si vous avez vraiment besoin d'une (ou d'une deuxième) voiture. Songez aux économies d'achat, d'essence, d'huile, d'entretien, de réparations, de stationnement, d'assurance, de permis et de contraventions que vous pourriez faire si vous vous en passiez (entre 5 000\$ et 8 000\$/an et par voiture).
14. Tenez un carnet de bord dans lequel vous consignez les dépenses d'essence (litres/100 km) et les autres frais de votre auto.
15. Familiarisez-vous avec les rudiments de la mécanique afin de faire vos réparations vous-même où éventuellement mieux comprendre les explications de votre garagiste.
16. Trouvez un mécanicien fiable et honnête, avant d'en avoir vraiment besoin, afin de ne pas être pris au dépourvu et confier votre auto au premier venu.
17. Explorez la disponibilité de pièces pour votre auto afin d'allier qualité et coût optimal. Il existe un très bon réseau de marchands de pièces d'autos : a) neuves mais rendues disponibles par des entreprises autres que les concessionnaires b) reconditionnées c) de seconde main.
18. Entretenez votre voiture pour prévenir la détérioration hâtive et les pannes parfois coûteuses. Appliquez régulièrement une couche de cire pour sauvegarder le lustre de la peinture et prévenir la rouille. Faites faire à chaque automne un traitement anti-rouille sous votre voiture.
19. Si vous envisagez acheter une nouvelle voiture, vérifiez quelles sont les marques et les modèles les mieux cotés. Le véhicule choisi devra être dimensionné selon vos besoins habituels (nombre

d'enfants, transport de marchandise, etc.) N'oubliez pas que la location à la journée, d'un véhicule plus gros est toujours là pour répondre aux besoins exceptionnels. D'autre part, la location d'un véhicule au mois chez un concessionnaire est une autre forme de crédit qui contribue significativement à l'endettement.

20. Réparez et conservez votre vieille voiture plutôt que d'en acheter une neuve. C'est une façon d'économiser. Plusieurs marques de voitures peuvent être conservées plus de 10 ans sans rouille extérieure et parcourir facilement 250 000 km.
21. Pratiquez le covoiturage c'est bon pour l'environnement mais ça permet aussi de sociabiliser et d'économiser tout en réduisant le trafic.
22. Utilisez le système de location d'autos « Communauto » si vous parcourez moins de 8 000 km/an.

Les frais médicaux

23. Vérifiez les dépenses de médicaments de votre famille pendant quelques mois, puis étudiez les avantages de participer au régime d'assurance médicaments de votre employeur.
24. Comparez les prix des médicaments avec celui des génériques équivalents. Vous pourrez parfois faire des économies substantielles.
26. Surveillez votre alimentation sur le plan de la qualité et de la quantité puis tentez de réduire les parties carnées, sucrées et grasses.
27. Faites un minimum de 30 minutes d'exercice physique chaque jour.
28. Adoptez une attitude positive même dans les moments difficiles.
29. Évitez de laisser le stress vous envahir de façon excessive.
30. Cessez de fumer et réduisez ou éliminez l'alcool. Il existe différentes façon d'obtenir de l'aide (CLSC, OBNL comme « Les Alcooliques anonymes » et « Les Maisons de la famille », les timbres antitabagiques, etc.)
31. Prenez suffisamment de repos. Une nuit de sommeil normale est de 8h00. Pour aider : la tisane à la valériane.
32. Si vous dépassez le « poids santé », mangez moins et faites plus d'exercice.

Les dépenses de logement

33. Si vous avez une résidence secondaire, ou des chambres libres dans votre maison ou votre appartement, louez ces espaces quand vous ne vous en servez pas.
34. Louez des maisons qui ne sont pas à louer en vous informant dans l'entourage.
35. Faire du gardiennage de maison pour des gens qui partent en voyage prolongé.
36. Envisagez la possibilité de vivre en communauté (avec colocataire, partager une maison avec des connaissances ou des membres de sa famille, habiter un écovillage, etc.
37. Déménagez dans un quartier moins cher et/ou moins récent. Souvent dans les quartiers huppés et/ou neufs, il y a beaucoup d'émulation pour les possessions matérielles. Dans les vieux quartiers, les maisons sont moins dispendieuses et la compétition pour le paraître n'est pas aussi forte.
38. Faites vous-même vos réparations dans la maison. En plus d'être créatif cela permet d'acheter des matériaux et pièces usagées, donc moins dispendieuses.

Partager

39. Échangez vos vêtements ou ceux de vos enfants avec des parents, amis ou voisins, etc.
40. Participez à un réseau de garderies entre voisin(e)s. Ça vous donnera des répit sans rien coûter.
41. Réduisez les achats de livres et de magazines en les empruntant à la bibliothèque ou auprès d'amis.

42. Partagez vos abonnements de journaux et de revues avec des voisins, des amis, etc.
43. Empruntez des objets à vos voisins comme : une échelle, un chaudron, une tasse de sucre, etc. En plus d'économiser, vous entretenez des relations. Ne faut-il pas que quelqu'un fasse les premiers pas pour que des échanges s'établissent?
44. Faites parti d'un groupe JEU (Jardin d'Échanges Universels) ou d'un SEL (Service d'Échanges Locaux), qui sont des systèmes organisés d'échanges de biens et de services sans argent.
45. Montez votre propre réseau de partage. Informez parents, amis, voisins, etc. de vos besoins et de vos offres.
46. Donnez vos surplus à un organisme de charité ou mettez-les au bord de la rue avec une petite affiche « à donner ». Vous serez surpris de constater que presque tout disparaît rapidement.

Le magasinage

47. Achetez des produits usagés dans les marchés aux puces, les ventes de garage, les ressourceries, les friperies, etc. Surveillez les babillards dans les lieux publics, les petites annonces dans les journaux et sur Internet, etc. Un bon truc de départ est de se procurer des catalogues dans certains magasins et de les consulter pour connaître le prix des objets équivalents neufs.
48. Entreposez des vêtements à l'écart pour les ressortir quelques mois ou quelques années plus tard. Ils auront alors pris l'allure de nouveautés.
49. Faire une liste d'achats et s'y tenir plutôt que se laisser guider par l'impulsivité. Ne faites pas l'épicerie lorsque vous et/ou vos enfants ont faim.
50. Découpez les coupons de réduction et présentez-les à la caisse.
51. Regroupez vos courses et planifiez vos déplacements pour minimiser le kilométrage. Si vous avez des doutes qu'un commerce ou une autre destination soit ouverte, téléphonez avant de partir.
52. Familiarisez-vous avec les magasins locaux et les produits d'appels qu'ils proposent, c'est-à-dire les produits exceptionnellement réduits.
53. Préparez vos menus à l'avance pour une période de sept à dix jours et établissez-les en partie en fonction des produits en réduction.
54. Si vous désirez acheter un produit neuf, comparez avant d'acheter. Consultez les catalogues, les annonces publicitaires dans les journaux et les circulaires, puis téléphonez aux commerçants pour discuter des prix et des caractéristiques du produit désiré.
55. Achetez en gros formats les articles que vous utilisez fréquemment comme la farine, les papiers-mouchoirs, le papier de toilette, le savon à vaisselle, etc.
56. Achetez des fruits et légumes de saison ; ils sont moins chers et fréquemment de provenance locale.
57. Profitez des rabais pour acheter en plus grande quantité, non seulement les boîtes de conserve et les produits secs, mais aussi certains produits frais, comme de boulangerie, que vous pouvez congeler.
58. Examinez, dans les épiceries, les articles en réduction pour vente rapide. Vous pourriez économiser avec quelques produits encore en bon état et que vous mangerez dans les jours suivants.
59. Si vous avez un jardin potager, faites pousser des légumes que vous aimez mais aussi qui, pour un minimum d'espace et d'efforts, vous permettront de faire le plus d'économies.
60. Faites preuve d'imagination. Si un article vient à manquer avant votre prochaine tournée à l'épicerie, improvisez avec ce que vous avez sous la main.
61. Constituez une coopérative ou un groupe d'achats en gros avec vos amis et vos voisins.
62. Supprimez un repas de viande (ou plus) par semaine et le remplacez par un plat de pâtes ou de légumineuses.
63. Approvisionnez-vous en fruits et légumes dans les marchés en plein air ou directement chez les producteurs.
64. Procurez-vous un nombre suffisant de sacs réutilisables et pensez à les apporter aux magasins.

65. Évitez les produits artificiels et ceux contenant plusieurs éléments chimiques dont les plats cuisinés. Vous n'en aurez pas pour votre argent.

Les vacances

66. Voyagez en choisissant une destination près de chez vous. Il y a sûrement de très beaux coins de pays que vous n'avez pas vu dans votre ville ou votre province de résidence.
67. Profitez des meilleurs tarifs qui sont offerts, en basse saison, en semaine ou si un week-end est inclus dans le séjour.
68. Comme moyen de transport évitez le plus possible l'avion et les gros véhicules motorisés pour des raisons écologiques et financières. Préférez-leur le bateau, le train, l'autobus ou la voiture familiale.
69. Soyez votre propre agent de voyage.
70. Choisissez le camping, les auberges de jeunesse, les gîtes du passant plutôt que les hôtels.
71. Voyagez tout en faisant du bénévolat. C'est à la fois une formule humaniste et économique.
72. Faites un échange de maisons et éventuellement de voitures, avec des propriétaires demeurant près de l'endroit visité.

Les rencontres et les divertissements

73. Organisez des repas-partage (chacun apporte un plat).
74. Lorsque vous invitez des amis à souper, vous pouvez ne rien faire d'extravagant, mais offrir ce que vous mangez habituellement.
75. Invitez des amis à venir prendre le dessert avec vous en regardant un film ou un documentaire et discutez de ce visionnement ensemble.
76. Allez voir les films en matinée ou lors de certaines journées particulières qui coûtent moins cher.
77. Si vous êtes un mordru de spectacles, offrez vos services à titre de bénévole.
78. Empruntez disques compacts, cassettes audio et DVD à la bibliothèque.
79. Privez-vous d'aller au restaurant jusqu'à ce que cela redevienne un réel plaisir.
80. Reprenez les bonnes vieilles habitudes : écrivez au lieu de faire des interurbains ou, si vous voulez être plus moderne, utilisez le courriel, le système audio Skype ou la Webcaméra.
81. N'oubliez jamais que l'amitié et l'amour ne s'achètent pas.

Les passe-temps

82. Adonnez-vous à des passe-temps qui vous plaisent mais qui contribuent aussi à la réduction de vos dépenses (bricolage-cadeau, confection de vêtements, jardinage, réparations diverses à la maison, etc.).
83. Choisissez des passe-temps qui ne vous obligent pas à faire de longs déplacements ou des dépenses folles pour un équipement sophistiqué.
84. Mettez votre passe-temps au service d'une bonne cause ou faites d'une bonne cause votre passe-temps.

Les assurances

85. Combinez vos diverses assurances (vie, maison et auto) avec la même compagnie et obtenez un meilleur tarif.
86. L'appartenance à une association professionnelle, à un regroupement de travailleurs, etc. peuvent vous permettre d'avoir accès à des tarifs d'assurances plus bas.

87. La valeur de rachat ou l'état de votre voiture justifient-elles votre assurance tous risques?
88. Êtes-vous en train d'assurer des objets que vous ne pourriez jamais remplacer s'ils étaient volés?
89. Si votre conjointE travaille, avez-vous vraiment besoin d'une assurance-vie aussi importante que celle que payaient vos parents?
90. Est-il vraiment important de prendre une assurance-vie élevée afin de laisser un gros héritage à vos enfants?

Les enfants

91. Plutôt que de faire appel à l'argent, vous pouvez faire preuve de créativité en ce qui concerne les cadeaux d'anniversaire et les costumes d'Halloween ou de Mardi Gras.
92. Donnez de l'argent de poche à vos enfants en bas âge et laissez-leur la possibilité d'apprendre à gérer ces petites sommes seuls. Plus tard, quand ils feront des petits boulots leur éducation financière se poursuivra. Quand ils auront une première carte de crédit, il y a moins de chance qu'ils en fassent un usage abusif.
93. Réduisez vos propres dépenses et vos enfants vous imiteront.
94. Si votre enfant vous réclame l'achat d'un objet avec lequel vous êtes plus ou moins d'accord, vous pouvez lui proposer d'en rediscuter dans quelques jours. Souvent, il aura oublié. Sinon, vous pouvez lui proposer d'en payer une partie.
95. Est-ce vraiment nécessaire et y a-t-il que des avantages à envoyer votre enfant dans une école privée?

Les cadeaux

96. Convenez avec vos amis et parents adultes de ne pas échanger de cadeaux à Noël ou pour les anniversaires.
97. Mettez-vous d'accord avec vos enfants pour ne leur offrir qu'un seul cadeau à Noël et pour leur anniversaire.
98. Choisissez un cadeau vraiment significatif pour eux et qui respecte aussi vos valeurs. Rappelez-vous que "plus" n'est pas forcément "mieux".
99. Consultez la liste de cadeaux écologiques (de temps, faits à la main, budget zéro et d'expérience) produite par le Groupe de simplicité volontaire de Québec www.gsvq.org.
100. Faites votre liste de cadeaux plusieurs mois à l'avance et profitez au maximum des ventes et des bonnes occasions dans l'usager. Mettez les cadeaux de côté jusqu'au moment de les offrir.

