

Série de fiches d'éducation financière  
**L'argent et toi**

---



## Idée originale



## Réalisation

Chantale Audet et Amélie Bourret  
Autrement dit – [www.autrementdit.ca](http://www.autrementdit.ca)

## Collaboration

- Lili Plourde, directrice générale d'Autisme Québec
- Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de Québec
- Direction des programmes Déficience intellectuelle et trouble du spectre de l'autisme, et Déficience physique du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale

## Illustrations

Charles-David Laflamme

## Révision linguistique

David Rancourt

## Graphisme

Stéphanie Rivet – Pulsion graphique

Cette fiche fait partie d'une série de fiches d'éducation financière. Les fiches sont gratuites et libres d'utilisation. Merci de les citer quand vous les utilisez.

Elles ont été rédigées en langage clair et simple pour en faciliter la compréhension et l'utilisation.

### Un conseil pratique

Consultez la fiche *Introduction à la série de fiches d'éducation financière*. Elle vous donnera une vue d'ensemble de tous les thèmes abordés.

## Comment citer cette publication

Autisme Québec. *L'argent et toi. Série de fiches d'éducation financière*. Québec, 2020.

### Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2020  
ISBN 978-2-925115-00-7

## Remerciements

Cette série de fiches d'éducation financière a été conçue avec le soutien de nombreuses personnes. Ces personnes ont généreusement accepté de partager leur expérience pour choisir les sujets les plus pertinents, elles ont commenté les nombreuses versions rédigées et elles ont fait part de leurs suggestions tout au long du développement.

Un sincère merci à toutes ces personnes, donc, personnes autistes, parents, intervenants et spécialistes de la gestion des finances personnelles.

Plus spécifiquement :

Mathieu Bérubé-Le May, Christophe Comeau, Brigitte Coutu, Léonie Dancause, Madeleine Gagne, Francine Hamel, Charles-David Laflamme, Marie Lambert, Lucie Latour, Élizabeth Le May, Justin Matte, Andrée Paradis, Jean-François Picard, Laurent Rainville, Alain Rheault, Jacinthe Rochette, Anne Seigneur

Aussi, nous souhaitons remercier d'autres personnes qui ont jeté leur regard sur les fiches de façon ponctuelle. Elles se reconnaîtront sûrement !

Merci à l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ) pour la subvention accordée dans le cadre du Programme de soutien aux organismes de promotion.

Ce projet a été réalisé grâce au soutien de l'Autorité des marchés financiers. Les informations, opinions et avis exprimés n'engagent que la responsabilité d'Autisme Québec. Un merci tout spécial à Camille Beaudoin, Nathalie Depocas et Valérie Sauvé.

# L'argent et toi

Cette fiche abordera des notions essentielles à l'utilisation des autres fiches.

Tu y trouveras de l'information sur les sujets suivants :

- 1. Développer des habiletés pour s'occuper de son argent**
  - 2. Distinguer les besoins des désirs**
  - 3. Connaître son rapport à l'argent**
- 

**1**

## **Développer des habiletés pour s'occuper de son argent**

---

Ce n'est pas parce qu'une personne a de l'argent qu'elle sait automatiquement comment bien s'en occuper. C'est un apprentissage à faire. Ce sont des connaissances qui s'acquièrent et des habiletés qui se développent. Tout le monde doit apprendre à bien gérer son argent.

Il n'est jamais trop tard pour apprendre à gérer son argent.

Au moment où les gens commencent à travailler ou encore à recevoir des prestations d'aide sociale ou de solidarité sociale, il devient souvent plus nécessaire pour eux de développer ces habiletés.

C'est aussi à ce moment que la plupart des gens ont de plus en plus de responsabilités. Ils doivent apprendre à gérer leurs revenus, à payer leurs comptes et à prendre de bonnes décisions.

Pour certaines personnes, peu importe leur âge, c'est au moment de quitter la maison de leurs parents qu'il devient encore plus nécessaire de développer ces habiletés.



On ne naît pas avec la capacité de s'occuper de son argent!  
Tout le monde doit apprendre à le faire.

Connaître son rapport à l'argent, connaître ses habitudes et apprendre à distinguer ses besoins de ses désirs sont des étapes essentielles pour apprendre à gérer ses finances personnelles.

## **Les avantages de développer tes habiletés**

Les connaissances et les habiletés que tu développeras pour gérer ton argent te permettront d'avoir un plus grand contrôle sur ta vie.

Qu'est-ce que ça t'apportera concrètement ? Tu pourras, par exemple, bien gérer ton compte, choisir le moyen qui te convient le mieux pour payer tes achats, être en contrôle de tes dépenses ou encore réaliser des projets qui te tiennent à cœur !

## 2

# Distinguer les besoins des désirs

---

Une première habileté à développer est celle de savoir distinguer les besoins des désirs.

## Qu'est-ce qu'un besoin ?

Un besoin, c'est quelque chose qui est nécessaire à ta survie et à ton bien-être. Par exemple, avoir un logement, de la nourriture ou un manteau d'hiver. Sans nourriture ou sans un endroit pour vivre, ta vie est en danger. Tu n'as pas le choix de combler ces besoins, car ils sont essentiels.

## Qu'est-ce qu'un désir ?

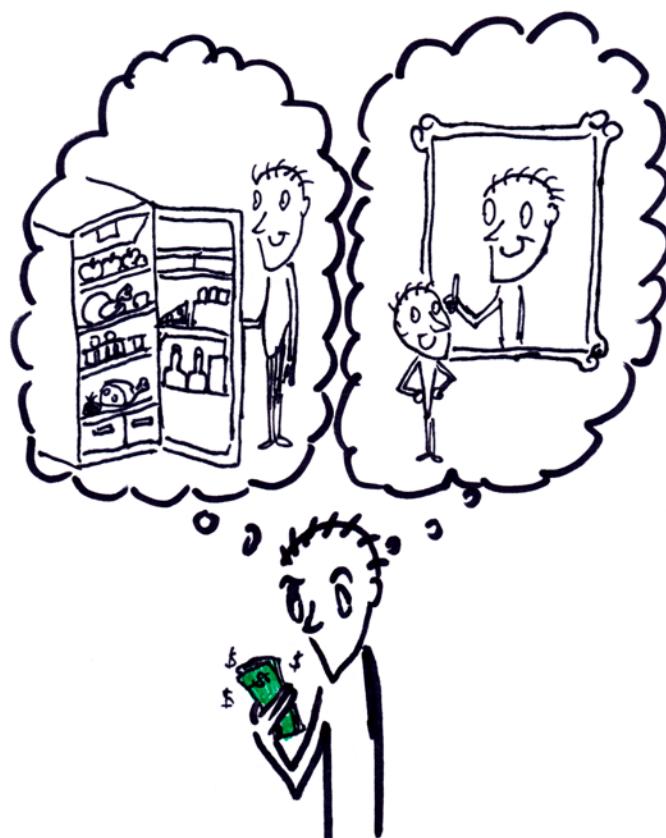
Un désir, c'est vouloir avoir quelque chose d'agréable à posséder, quelque chose qui peut te faire plaisir, mais qui n'est pas nécessaire pour vivre.

Des exemples de désirs sont d'avoir un jeu vidéo, des bonbons ou un chandail à l'effigie de ton équipe de sport préférée. Si tu ne les as pas, tu peux être triste ou déçu, mais ils ne sont pas essentiels pour ta survie.

Parfois, c'est difficile de séparer les besoins des désirs.

Voici un bon truc pour savoir si un objet ou un service répond à un besoin ou à un désir : essaie de ne pas l'acheter pendant quelques jours ou même quelques semaines. Si ce n'est pas possible de vivre sans cet objet ou ce service, c'est peut-être un besoin.

Une chose est certaine, il est important de faire passer tes besoins en premier.



Répondre à un besoin est essentiel à ta survie. Combler un désir n'est pas nécessaire.

Voici un exemple de listes de besoins et de désirs d'une personne :

### Besoins

La nourriture

Le logement

Le transport

L'électricité

### Désirs

Une barre de chocolat

Un jeu vidéo

Un repas au restaurant

Une deuxième paire d'écouteurs

Es-tu capable d'identifier quelques-uns de tes besoins et de tes désirs ?

**Besoins**

**Désirs**

## Des choix à faire parmi les besoins

Parmi les besoins, il peut y avoir des choix à faire ou des décisions à prendre.

Par exemple, si tu vis au Québec, tu as absolument besoin de vêtements d'hiver. Toutefois, au moment d'acheter une paire de bottes d'hiver, tu auras peut-être des décisions à prendre concernant le prix, la marque et la qualité des bottes.

Ce sera certainement la même chose si tu as à acheter une voiture. De quel type de voiture as-tu besoin ? Quel modèle répond le mieux à tes besoins ? Une petite voiture, ou encore un plus gros véhicule qui te permet de déplacer de gros objets ? Pour prendre ta décision, tu devras identifier tes besoins. Quel usage feras-tu de ta voiture ?

Ces décisions auront des répercussions sur le prix que tu paieras et sur ton budget.

## Des choix à faire parmi les désirs

Il est normal d'avoir des désirs. Tout le monde en a, ça fait partie de la vie. Satisfaire un désir, c'est comme un petit plus. Le défi, c'est de savoir évaluer jusqu'où on peut se permettre de répondre à nos désirs.

Avant de faire un achat pour combler un désir, il est bon de prendre un moment pour réfléchir, de la même façon qu'on le fait quand vient le temps de répondre à un besoin.

## Un conseil pratique

Dans d'autres fiches, tu apprendras à connaître tes revenus et tes dépenses, et à faire ton budget.

Les exercices que tu feras dans ces fiches t'aideront à évaluer combien d'argent tu peux te permettre de dépenser pour combler tes besoins et tes désirs.



## 3

### Connaître son rapport à l'argent

Chaque personne a ses habitudes de consommation. Par exemple, certaines personnes dépensent facilement l'argent qu'elles ont. Elles achètent rapidement, sans nécessairement planifier. D'autres personnes sont plutôt économies et préfèrent épargner leur argent.

#### Ce qui influence nos choix

Plusieurs facteurs influencent les choix que nous faisons avec notre argent. Les émotions que nous ressentons entrent souvent en jeu, mais il peut aussi y avoir d'autres facteurs.

Parfois, on ressent de la pression ou on se laisse influencer par nos amis ou notre famille.

#### Pour en savoir plus...

Si tu as le goût d'en savoir plus sur la consommation, tu peux lire la fiche *Être un consommateur averti*.

La publicité ou d'autres incitatifs du genre « Achetez-en deux pour le prix d'un ! » peuvent aussi influencer nos choix. Il en est de même pour la mode ou les dernières tendances : tu connais sûrement quelqu'un qui ne peut pas s'empêcher d'acheter le plus récent gadget technologique.

On peut aussi avoir certaines habitudes qui font qu'on ne se questionne même plus quand vient le temps d'acheter : on achète une chose parce qu'on l'a toujours achetée !

C'est la même chose pour nos valeurs. Elles peuvent nous conduire à faire des choix qui ne sont pas toujours économiques, mais qui sont importants pour nous.

En résumé, quand on a de l'argent, on a très souvent des choix à faire concernant la façon dont on va conserver ou dépenser cet argent. Connaître son rapport à l'argent permet de prendre les meilleures décisions en fonction de qui on est et de sa situation financière.

Connais-tu ton rapport à l'argent ? Comment agis-tu quand tu as de l'argent ? Si tu repenses à tes dernières dépenses, te rappelles-tu comment tu as pris la décision de faire tel achat plutôt qu'un autre ? Te rappelles-tu aussi ce qui a motivé tes choix ?

Voici un lien vers un court exercice pour t'aider à mieux comprendre ce qui influence tes décisions quand vient le temps de dépenser :

**Jeu-questionnaire : Comment prenez-vous des décisions quand vous dépensez ?**

<https://itools-ioutils.fcac-acfc.gc.ca/yft-vof/fra/rdb-1-4.aspx>

### Un bon truc

Quand tu fais un achat, prends un temps d'arrêt pour réfléchir à ce qui motive ta décision.

Parfois, quelques minutes te suffiront pour peser le pour et le contre. Mais d'autres fois, tu pourras trouver pratique de prendre des notes et d'y penser plus longtemps. L'aide de quelqu'un peut aussi t'être utile.



## À retenir

---

- S'occuper de ses finances personnelles, ça s'apprend !
- Tout le monde doit développer des connaissances et des habiletés.
- Un bon début, c'est de :
  - Distinguer ses besoins de ses désirs
  - Connaître son rapport à l'argent