Observatoire du Crédit et de l'Endettement

ÉCONOMISER, C'EST POSSIBLE

www.enmieux.be

Cofinancé par l'Union européenne

Wallonie

TABLE DES MATIÈRES

Introduction 3-4
Le logement 5-7
L'énergie 8
L'eau 9
Le chauffage 9-10
L'électricité 11-12
Les télécommunications 12
La mobilité 13-15
Les assurances 15-16
L'alimentation et les courses ménagères 17-18
L'habillement et les chaussures 19
Les soins de santé 20-21
Les frais bancaires 21
Les loisirs 22
Pour aller plus loin... 23

Cette publication est l'œuvre et la propriété de l'ASBL Observatoire du Crédit et de l'Endettement.
Date de création : Juin 2021
Aucune partie de cette publication ne peut être dupliquée ou publiée au moyen d'impression, photocopie ou de quelque autre manière que ce soit sans autorisation écrite préalable de l'éditeur

INTRODUCTION

Pourquoi faire des économies ?

Faire des économies permet de mettre « de l'argent de côté » afin de pouvoir réaliser une épargne.

4 bonnes raisons d'économiser !

1. Pouvoir réagir face aux imprévus. Par exemple : un accident de voiture, un électroménager tombé en panne et devant être réparé ou remplacé, un hiver plus rude...
2. Réaliser des projets, faire des achats importants (comme acheter une maison ou réserver des vacances) ou plus simplement se faire plaisir en réalisant des achats coups de cœur. L'épargne permet qu'un rêve puisse devenir réalité !
3. Anticiper les besoins. Par exemple, en sachant qu'il faudra remplir la cuve à mazout dans 6 mois, une certaine somme sera mise de côté chaque mois pour pouvoir payer la facture au moment venu.
4. Assurer la tranquillité d'esprit, le présent et l'avenir de la famille. Par exemple, en mettant de l'argent de côté pour les futures études des enfants ou pour anticiper la pension.

Comment faire des économies ?

1. **Faire son budget.** A l'aide d'une grille budgétaire (disponible dans la brochure « Mon budget une question d'équilibre »), faire un inventaire de tous les postes (rentrées et dépenses).
2. **Définir des objectifs d'épargne** réalistes et définis dans le temps. Attention, ces objectifs doivent prendre en compte le montant du budget disponible. Prévoir par exemple d'épargner un montant de 10€ par mois représentera 120€ après une année et 1.200€ plus intérêts après 10 ans.
3. **Déterminer une périodicité** de l'épargne (toutes les semaines, tous les mois...) en fonction des moyens et des dépenses prévues. Evaluer le montant en fonction du projet grâce au calculateur d'épargne de Wikifin (sur *http://www.wikifin.be/fr/outils-pratiques/calculateurs/calculateur-depargne*).

4. Suivre sa progression. Garder le cap ! S'auto-féliciter dès qu'un objectif est atteint et se fixer de nouveaux objectifs afin que l'épargne devienne une habitude.

Une autre possibilité pour réaliser une épargne est d'augmenter les revenus. Augmenter son temps de travail, exercer une activité complémentaire comme la vente à domicile, participer à des groupes de consommateurs ou des brocantes, devenir client mystère, ...

Quand faire des économies ?

2 possibilités :

- Créer un ordre permanent pour que le montant soit versé automatiquement sur le compte épargne.
- Mettre systématiquement de côté de l'argent lorsqu'il est disponible.

Cette brochure rassemble de nombreux conseils pour réaliser des économies et permettre, même avec un faible budget, de créer une petite épargne qui pourrait grandir !

Ces conseils permettront de réaliser des économies sur les différents postes du budget comme le logement, l'énergie, les assurances, la mobilité, les soins de santé, les loisirs, les frais bancaires ou encore l'alimentation.

LE LOGEMENT

Le logement représente généralement un poste très important dans le budget. Voici quelques astuces pour économiser sur ce poste que l'on soit propriétaire ou locataire.

Pour les locataires

	Pour qui ?	Plus d'informations
Comparer les loyers et évaluer si le loyer de son logement est élevé, dans la moyenne ou plus bas par rapport à « ses voisins ».	**Locataires d'un logement (hors logement social).**	• Sur le site internet *https://loyerswallonie.be* • En consultant les sites de mise en location ou les petites annonces comme *http://www.immoweb.be* ou *http://www.immovlan.be*.
Demander une Allocation de Déménagement et de Loyer (ADEL).	Personnes quittant un logement considéré comme : • insalubre • surpeuplé • inhabitable • inadapté à son handicap ou à celui d'un membre du ménage. Personnes quittant une situation de sans-abrisme pour un logement salubre et adapté.	Sur le site du logement en Wallonie : *http://lampspw.wallonie.be/dgo4/site_logement* (rubrique aides)
Faire une demande de logement social.	Personnes à revenus modestes ou précaires.	Sur le site de la Société Wallonne du logement : *https://www.swl.be*

Pour les futurs propriétaires

	Pour qui ?	Plus d'informations
Comparer les offres de crédit hypothécaire.	**Toute personne souhaitant contracter un crédit hypothécaire.**	• Sur le site internet *http://www.guide-epargne.be* • S'adresser à différentes institutions bancaires.
Penser au crédit social.	Personnes à revenus modestes	• Sur le site de la Société Wallonne du Crédit Social *http://www.swcs.be* • Sur le site du Fonds du logement des familles nombreuses *http://www.flw.be*

Pour les propriétaires

	C'est quoi ?	Pour qui ?	Plus d'informations
Assurance contre la perte de revenus.	Assurance qui permet le remboursement d'une partie du prêt hypothécaire en cas de perte d'emploi (perte totale et involontaire) ou en cas d'incapacité totale de travail.	Toute personne devenue propriétaire d'un logement en Wallonie depuis moins d'1 an.	Sur le site du logement en Wallonie : *http://lampspw.wallonie.be/dgo4/site_logement* (rubrique aides)
Réduction du précompte immobilier	Réduction accordée sur le paiement du précompte immobilier (cadastre).	• Propriétaires d'une habitation dite modeste • Personnes ayant une charge de famille • Personnes souffrant d'un handicap • Invalides de guerre	Sur le site du SPF Finances : *https://finances.belgium.be/fr/particuliers/habitation/precompte_immobilier/reduction*
Chèque Habitat de la Wallonie	Avantage fiscal prenant la forme d'une réduction d'impôt accordé sous certaines conditions.	Propriétaires d'un logement en Wallonie	Sur le site du logement en Wallonie : *http://lampspw.wallonie.be/dgo4/site_logement* (rubrique aides)
Rachat de son crédit hypothécaire	Racheter le crédit hypothécaire afin de pouvoir bénéficier d'un taux d'intérêt inférieur.	Propriétaires d'un logement en Belgique.	• Sur le site *http://www.guide-epargne.be* • S'adresser à différentes institutions bancaires

Envie de rénover son habitation ou de faire des travaux ?

	C'est quoi ?	Pour qui ?	Plus d'informations
Avantage fiscal	Réduction d'impôt	• Personnes réalisant des travaux d'isolation du toit de leur logement • Personnes réalisant des travaux destinés à améliorer la performance énergétique d'un logement (rénovation d'un logement, installation de panneaux photovoltaïques)	Sur le site du SPF Finances : *https://finances.belgium.be/fr/particuliers/avantages_fiscaux/fiscalite_verte*
Primes « habitation »	Primes visant à améliorer le confort, limiter les impacts environnementaux et réduire la dépendance énergétique en Wallonie.	Propriétaires d'un logement en Wallonie.	Sur le site du logement en Wallonie : *http://lampspw.wallonie.be/dgo4/site_logement* (rubrique aides)
MEBAR II	Subvention accordée pour la réalisation de travaux permettant d'utiliser plus rationnellement l'énergie (exemples : remplacement de châssis ou de portes extérieures, travaux d'isolation, l'installation d'un poêle, le gainage d'une cheminée, le placement d'une chaudière ou d'un chauffe-eau, ...)	Ménages à revenu modeste.	• Via le CPAS de sa commune • Sur le site Energie Wallonie *https://energie.wallonie.be* (rubrique aides aux ménages à bas revenus)

Attention : Avant de procéder au rachat de son crédit hypothécaire, il est important de comparer tous les frais liés au refinancement : l'indemnité de remploi, les frais de mainlevée, les frais de dossiers, les frais d'expertise et les nouveaux frais d'enregistrement de l'hypothèque.

L'ÉNERGIE

- **Faire des achats groupés** organisés par exemple par Wikipower (*http://wikipower.be*) ou Test-Achats (*https://www.test-achats.be/maison-energie/energie*).
- **Comparer les fournisseurs** via 4 comparateurs de fournisseurs d'électricité et/ou de gaz disponibles :
  - ***www.compacwape.be*** (comparateur de la Commission Wallonne pour l'Energie - CWAPe)
  - ***www.monenergie.be***
  - ***https://www.comparateur-energie.be***

Comment utiliser les comparateurs ?

1. Encoder sa consommation annuelle et préciser s'il s'agit de l'électricité et/ou du gaz
2. Lancer la demande de comparaison.
3. Comparer les fournisseurs selon plusieurs données : le prix, le type de contrat et la durée de celui-ci et l'éventuel caractère « vert » de l'énergie fournie.

Attention à être bien attentif aux conditions supplémentaires que peuvent imposer certains fournisseurs, comme par exemple l'envoi de factures et/ou le service clientèle uniquement par mail.

L'EAU

Du point de vue de l'installation

- Utiliser des réducteurs de débit ou des mitigeurs thermostatiques pour réguler la température de l'eau.
- Installer un pommeau de douche économique afin de réduire le débit et diminuer sa consommation d'eau de 40 à 50 %.
- Faire la chasse aux fuites. Comparer l'index du compteur au coucher et au lever (sans utilisation d'eau entre les deux). Si l'index a changé, c'est qu'il y a une fuite.
- Équiper les toilettes **d'une chasse d'eau à double commande** pour réduire de moitié la quantité d'eau consommée.

Au quotidien

- Privilégier les douches aux bains pour économiser de 50 à 100 € par an.
- Réduire le temps des douches grâce à un minuteur. Par exemple : si une famille de 4 personnes prend 1 douche par jour et réduit de 2 minutes le temps qu'elle y passe, l'économie sera d'environ 15.000 litres/an.

D'autres conseils pour réduire sa facture d'eau sur le site internet de la SWDE *https://www.swde.be/fr/infos-conseils/simulateur-de-consommation*

LE CHAUFFAGE

- **Réduire son thermostat de 1°C** permet de réduire sa consommation de chauffage de 7%. **Chauffer les pièces de la maison de manière optimale**. Les températures généralement recommandées sont :
  - **23°C** dans la salle de bain (lorsqu'elle est occupée)
  - **19-20°C** dans le salon, la salle à manger, le bureau
  - **18°C** dans la cuisine
  - **16** à **17°C** dans les chambres.
- **Programmer son chauffage** pour réaliser une économie de 5 à 8 % de combustible. Régler par exemple le thermostat sur 14°C-16°C environ 1h avant de se coucher ou avant de quitter son habitation.

- **Ne pas couvrir les appareils de chauffage** ni les radiateurs pour ne pas gaspiller de l'énergie. Le contact empêche une bonne répartition de la chaleur dans la pièce
- **Dépoussiérer les radiateurs** pour un meilleur rendement.
- **Faire l'entretien annuel** de son installation. Une chaudière mal entretenue peut consommer 10 % d'énergie supplémentaire.
- En cas **d'achat d'une nouvelle chaudière**, **comparer** les différents modèles selon leur coût, leur rendement et leur consommation. Le site *informazout.be* propose de calculer les éventuelles économies à réaliser en remplaçant sa chaudière : *https://informazout.be/fr/outils/simulateur-economies*.
- **Aérer son logement** afin d'évacuer l'humidité excédentaire et renouveler l'air de l'habitat. Une maison sèche nécessite moins d'énergie pour être chauffée.
- **Comparer** les prix du mazout et du pellet sur le site : *http://www.carbu.be*.

D'autres conseils pour réduire sa facture de chauffage sur le site *https://informazout.be*.

L'ÉLECTRICITÉ

Côté éclairage

- **Remplacer les ampoules** classiques par des ampoules économiques. Plus chères à l'achat, les ampoules économiques consomment 5 à 6 fois moins et ont une durée de vie jusqu'à 12 fois plus longue.
- **Éteindre les lumières** avant de quitter une pièce et profiter au maximum de la lumière naturelle.
- **Nettoyer les ampoules.** Enlever la poussière qui a tendance à absorber la lumière et rendre l'éclairage moins performant.

Côté appareils électriques

- **Placer un compteur bi-horaire.** Un compteur bi-horaire est un compteur d'électricité qui permet de calculer séparément les consommations en heures pleines (la journée, en semaine) et en heures creuses (la nuit et le week-end). Avec ce type de compteur, faire fonctionner de préférence ses appareils électriques pendant les **heures creuses** (de 22h à 7h) car l'électricité y est environ 40 % moins chère.
- **Faire sécher son linge** au lieu d'utiliser le séchoir électrique, très énergivore.
- **Privilégier le programme « éco »** des électroménagers. Par exemple, la fonction cycle « éco » d'un lave-linge permet de réaliser une économie de 25 % d'électricité et 18 % d'eau.
- Vérifier la **classe énergétique des appareils électriques**. Les modèles les plus écologiques (A, A+, A++, A+++) consomment moins d'énergie que les appareils plus anciens et d'une classe énergétique plus élevée.
- **Débrancher tous les appareils** (téléviseurs, magnétoscopes, décodeurs, chaînes hi-fi) au lieu de les laisser en **mode de veille**. Pour plus de facilité, relier les appareils à des multiprises avec interrupteurs et les éteindre lorsque les appareils ne sont pas utilisés.
- **Enlever les chargeurs** du téléphone et du PC portable de la prise de courant lorsqu'ils ne sont pas en charge.

Exemples d'économies réalisées en débranchant les appareils au lieu de les laisser en veille	
Télévision	Entre 5 et 15€ par an
Lecteur DVD ou BlueRay	Entre 3 et 13€ par an
Console de jeu	Entre 2 et 10€ par an
Ordinateur	Entre 6 et 30€ par an
Cafetière	Entre 2 et 4€ par an

Côté cuisine

- **Couvrir les casseroles** lorsqu'elles chauffent pour économiser 30 % d'énergie.
- **Laisser les plats refroidir** à l'air libre avant de les ranger au frigo.
- **Couper les plaques électriques** avant la fin de la cuisson des aliments. Elles restent chaudes encore un moment et permettent d'économiser de l'énergie.
- **Utiliser davantage le micro-ondes** que le four traditionnel, 10 fois plus gourmand en énergie.
- **Dégivrer le frigo ou le congélateur** dès que 3 cm de givre apparaissent ; cette couche de givre doublant la consommation d'énergie.

D'autres conseils pour réduire sa facture d'électricité sur le site *https://www.comparateur-energie.be*.

LES TÉLÉCOMMUNICATIONS

- **Analyser sa consommation** et vérifier régulièrement qu'elle correspond bien au plan tarifaire
- **Comparer régulièrement les fournisseurs** sur les sites *http://www.meilleurtarif.be* ou *http://www.mesfournisseurs.be*.
- **Se méfier des offres couplées** proposant des abonnements avec un achat de téléphone à prix réduit. Idéalement, le coût de l'abonnement doit correspondre à sa consommation actuelle. Ne pas oublier que ce type d'abonnement engage à rester chez le fournisseur pour une durée déterminée (en général 2 ans) et qu'il faudra rembourser une partie du téléphone en cas de résiliation anticipée.

LA MOBILITÉ

En transports en commun

- Vérifier si **l'employeur intervient financièrement dans le coût des déplacements domicile-lieu de travail réalisés en transport en commun.**
- **Analyser et comparer** les cartes d'abonnement et billets classiques pour les voyages en bus, en métro, en tram et en train pour utiliser la solution la plus avantageuse financièrement.
- Se renseigner sur les **tickets combinés** des réseaux TEC et SNCB qui peuvent être moins chers que les tickets achetés séparément.

En bus

- S'informer sur les différents tarifs et avantages du réseau du TEC en fonction de l'âge ou du statut :

Avantages en fonction de l'âge	
0-11 ans	Gratuité
12-24 ans	Réduction
+ de 65 ans	Tarif préférentiel
Avantages en fonction du statut	
Bénéficiaires de l'intervention majorée (BIM)	Tarif préférentiel
Familles nombreuses	
Militaires	
Mouvements de jeunesse	Gratuité
Anciens combattants	
Malvoyants et leur accompagnateur	

Bénéficier de 3 ans d'abonnement sur l'ensemble du réseau TEC en vendant son véhicule et en remettant sa plaque d'immatriculation à la DIV.

Plus d'informations sur le site *http://www.infotec.be* (rubrique titre et tarifs>avantages).

En train

- **Comparer** les offres proposées par la SNCB (billets, pass/cartes et abonnements) et choisir la formule la plus avantageuse en fonction de son profil.

- Acheter son billet de transport avant d'embarquer pour éviter un supplément de 7€ et risquer une amende administrative de 75€.
- Profiter des actions proposées régulièrement par la SNCB sur des billets aller-retour et les billets week-end.
- Se renseigner sur les tarifs en cas de déplacement avec son vélo ou un animal de compagnie.
- S'informer sur **les différents tarifs et avantages** du réseau SNCB en fonction de l'âge ou du statut :

Avantages en fonction de l'âge	
0-12 ans	Gratuité
+ de 65 ans	Tarif préférentiel
Avantages en fonction du statut	
Bénéficiaires de l'intervention majorée (BIM)	Tarif préférentiel
Familles nombreuses	
Militaires	
Demandeurs d'emploi qui se rendent à un entretien d'embauche	
Mouvements de jeunesse	Gratuité
Anciens combattants	
Malvoyants et leur accompagnateur	

À vélo

- Louer un vélo à l'heure ou à la journée dans différentes villes de Wallonie (Liège, Mons et Namur) via les services de locations urbaines.
- Se renseigner sur une éventuelle indemnité de l'employeur pour les déplacements domicile-lieu de travail à vélo. Plus d'information sur le site *https://finances.belgium.be/fr/particuliers/transport/deduction_frais_de_transport*.

En véhicule personnel

- **Comparer les prix des carburants des stations-services** de sa région sur *http://www.carbu.be*.
- **Épargner et anticiper les besoins.** La taxe de circulation, l'assurance, les entretiens, le contrôle technique et les mises en conformité sont des frais périodiques. Mensualiser ces charges et mettre une somme de côté au fil des mois pour épargner l'argent nécessaire.
- **Partager un véhicule** via l'autopartage : *http://www.cambio.be*.

- Pratiquer **l'éco-conduite :**
  - Rouler à vitesse modérée (110 ou 120km/h sur autoroute par exemple)
  - Anticiper les freinages
  - Accélérer doucement et changer de vitesse dès que possible
  - Rouler vitres fermées
  - Enlever les galeries de toit lorsqu'elles ne sont pas utilisées
  - Éviter de laisser le moteur tourner inutilement

D'autres conseils d'éco-conduite sur le site internet *http://www.ecoconso.be* (rubrique mobilité et transport).

LES ASSURANCES

Les assurances protègent en cas d'accident et sont des garanties pour les personnes de l'entourage. Néanmoins, elles ne doivent pas forcément induire un prix exorbitant !

Différentes catégories d'assurances	
Assurances « logement-immeuble »	• L'assurance-vie • l'assurance incendie et périls divers • l'assurance perte d'emploi • les assurances en responsabilité • les assurances défense en justice.
Assurances « voiture et véhicule »	• l'assurance RC automobile obligatoire • l'Omnium • les autres assurances complémentaires
Assurances « famille »	• l'assurance RC familiale • l'assurance « hospitalisation et/ou soins de santé • l'assurance «défense en justice» ou «protection juridique» • l'assurance «épargne pension» • l'assurance relative aux réservations et voyages (annulation, assistance et bagages) • l'assurance accidents individuelle et accidents du travail

- **Comparer le prix** des différentes assurances entre elles sur le site *http://www.assurances.be*.

- **Renégocier régulièrement** ses prêts et assurances. **Contacter son courtier** et le réinterpeller chaque année pour l'inciter à rechercher les meilleurs prix.
- Regrouper ses contrats d'assurance au sein d'une même compagnie pour bénéficier de **tarifs plus avantageux**.
- **Comparer les conditions de paiement** proposées par les compagnies d'assurance. Le montant global des paiements mensuels plutôt qu'annuels de la prime d'assurance peuvent être plus élevés.
- Faire attention à la **déclaration des petits sinistres**. Ceux-ci peuvent impacter le montant de la prime d'assurance de la voiture en faisant augmenter pour longtemps le bonus-malus. Une prise en charge personnelle peut parfois être plus économique.
- **Vérifier la couverture de ses assurances :** Est-ce que l'assurance couvre « trop » ou est-elle au contraire insuffisante pour couvrir tous les besoins ? N'y a-t-il pas des risques qui pourraient être couverts par une assurance à un prix raisonnable (une assurance dite familiale par exemple, pour rembourser les éventuels dommages causés par les enfants et les animaux domestiques) ?

L'assurance voiture

- **Comparer** le prix des différentes assurances voiture sur *http://www.mon-assurance-auto.be*.
- Analyser sa consommation kilométrique et se renseigner auprès de son assureur s'il n'est pas plus intéressant de souscrire à une **assurance au kilomètre.**
- Réduire le coût de sa prime d'assurance Omnium. Plus d'informations sur le site *https://www.mon-assurance-auto.be/omnium*.
- **Vérifier la couverture de son assurance !** Par exemple, conserver une assurance omnium pour un véhicule de plus de huit ans est sans intérêt.
- Pour les conducteurs refusés par leur compagnie d'assurance ou se voyant proposer des tarifs trop élevés, **contacter le bureau de tarification RC**. Plus d'informations sur le site *http://www.bt-tb.be/auto*.

L'assurance soins de santé

- Se renseigner sur l'assurance de la **Caisse Auxiliaire d'Assurance Maladie-Invalidité** (CAAMI) proposant gratuitement l'assurance obligatoire soins de santé et les indemnités en cas de perte de rémunération. Plus d'informations sur le site *https://www.caami-hziv.fgov.be*.
- Comparer les remboursements proposés par les différentes mutuelles et choisir celle qui correspond davantage à ses besoins.

L'ALIMENTATION ET LES COURSES MÉNAGÈRES

Faire soi-même

- **Cuisiner ses plats** plutôt qu'acheter des plats préparés. C'est moins cher et meilleur pour la santé. Plus d'informations via de nombreux canaux : blogs de cuisine, livres de cuisine, ateliers culinaires organisés dans les communes.
- **Faire son potager** ou participer à un jardin partagé, jardin conçu, construit et cultivé collectivement par les habitants d'un quartier par exemple. Plus d'informations auprès de sa commune.
- **Fabriquer ses produits d'hygiène** (savon, lessive, détartrant pour toilettes...). Par exemple, le coût de fabrication de 5 litres de lessive «maison» revient à 1,5€. Plus d'informations sur des sites internet consacrés au zéro internet, des ateliers zéro déchet organisés dans les communes.

Lors des courses ménagères

- **Manger avant de faire ses courses** pour réduire les tentations.
- **Faire ses courses en fin de journée** permet parfois de profiter de réductions supplémentaires sur les articles arrivant à date limite de vente.
- **Comparer le prix de vente** à l'unité, au litre ou au kilo.
- **Être vigilant** face aux appellations «pack familial», «giga pack», «mega pack» et autres. Les ventes en quantité ne sont pas nécessairement moins chères.
- **Tester et comparer** le goût ou l'efficacité des produits des marques et des marques de distributeur. Les produits de marque ne sont pas nécessairement toujours les meilleurs.
- **Éviter le gaspillage** alimentaire.
- Profiter de **bons de réduction** présents dans les magasins ou trouvés sur *http://www.myshopi.com* et *http://www.enviedeplus.be*.
- **Cibler les magasins** les moins chers de sa région. Test-Achats réalise chaque année une étude et publie la liste des magasins les moins chers selon 3 catégories de produits (produits de marque, produits de marque de distributeur et tous produits confondus). Test-Achats propose également sur son site un outil permettant de trouver le supermarché le moins cher de son quartier. Plus d'informations sur le site : *https://www.test-achats.be/famille-prive/supermarches*.
- **Se méfier des promotions.** Faire la promotion d'un article n'inclut pas systématiquement une baisse de prix, mais plutôt la mise en avant du produit.
- **Établir ses menus** à l'avance avant d'aller au magasin et faire une liste de courses.
- **Acheter des fruits et légumes de saison** et privilégier les produits locaux.
- **Vérifier son ticket de caisse** après ses achats.
- Profiter des offres «satisfait ou remboursé».
- Utiliser **l'application « Too Good to Go »** pour acheter à prix réduits des «paniers» d'invendus de magasin.
- Aller sur les marchés avant leur fermeture afin d'obtenir des caisses de fruits et légumes à bas prix.

L'HABILLEMENT ET LES CHAUSSURES

- Acheter ses vêtements en 2ème main via les sites internet de petites annonces, dépôts, vide-dressing, brocantes, ...
- Fréquenter **les magasins d'usine**. Ils proposent des vêtements de marque neufs des collections précédentes jusqu'à 30 à 50% moins chers que le prix habituel.
- **S'inscrire** sur des sites de ventes privées en ligne pour être informé des actions de déstockage. Attention toutefois à l'incitation des publicités.
- Être attentifs aux offres de certaines enseignes. Par exemple, à certains moments de l'année, des magasins proposent de récolter d'anciens vêtements ou d'anciennes chaussures en échange de **bons de réduction**.
- Chercher des **codes promos** à utiliser sur les sites d'achats en ligne.
- Faire réparer ses chaussures ou vêtements abimés.
- Profiter des **soldes** mais se méfier des fausses réductions. Ne pas hésiter à se rendre dans les magasins peu de temps avant la période des soldes pour vérifier les prix indiqués précédemment.
- **Évaluer le rapport qualité/prix** des futurs achats. Un achat peu cher est intéressant à court terme, mais peut s'avérer coûteux par la suite s'il est de mauvaise qualité.
- **Donner une deuxième vie à ses vêtements** en les déposant dans des donneries ou des conteneurs à vêtements ou en les revendant à petits prix dans des vide-dressings, sur internet ou des brocantes.

LES SOINS DE SANTÉ

- Ouvrir **un dossier médical global** auprès de son médecin traitant. Ce dossier centralise l'entièreté des données médicales et permet d'obtenir davantage de remboursements sur les visites effectuées. Les frais d'ouverture sont entièrement remboursés par la mutualité. Plus d'informations auprès de son médecin traitant ou sur le site *http://www.belgium.be* (rubrique santé > coûts des soins)
- Avant de consulter, vérifier **si le prestataire de soins est conventionné.** Un prestataire de soins conventionné s'engage à respecter les tarifs officiels fixés par l'INAMI tandis qu'un prestataire non conventionné peut demander librement des suppléments d'honoraires.
- Demander à son médecin s'il peut prescrire de préférence des **médicaments génériques** qui sont minimum 30% moins chers que les autres tout en étant aussi efficaces. Pour les médicaments achetés sans ordonnance, demander au pharmacien le médicament le moins cher.
- **Comparer les tarifs** des différents hôpitaux, par exemple via le site *https://www.mc.be/services-en-ligne/frais-sejour/app* qui offre une simulation des tarifs, selon l'hôpital et le service concernés.
- **Comparer les offres de remboursement des mutuelles** : remboursement de la contraception, intervention pour la pratique d'un sport, intervention dans le coût de stages pour les enfants, dans les frais d'achat de lunettes, ...
- Bénéficier de **dépistage gratuit** pour différents types de cancer : intestin, sein, col de l'utérus, colon, ... Plus d'informations auprès de son médecin généraliste.
- Se renseigner auprès de sa mutuelle sur la possibilité d'obtenir le statut de bénéficiaire de l'intervention majorée en cas de faibles revenus. Le statut BIM permet de bénéficier de remboursements plus importants : médecin, kiné, dentiste, médicament, hospitalisation, ... Il permet également de **bénéficier du système tiers-payant** qui évite d'avancer des frais médicaux remboursables. Autres avantages du statut BIM :
  - Réduction sur les transports en commun
  - Réduction de la redevance de télédistribution
  - Accès à l'intervention du fonds social chauffage
  - Tarif social téléphoniques
  - Réduction sur la taxe immondice dans certaines communes
- Adopter un mode de vie le plus sain possible : alimentation équilibrée, activité physique régulière, limitation de la consommation d'alcool, abstinence tabagique, ...

LES FRAIS BANCAIRES

Comparer les frais bancaires, le coût des comptes à vue, le rapport des comptes épargne, le coût des crédits, ...

Différentes catégories d'assurances	
Comparateurs de compte à vue	• Sur le site de Test-Achats *http://www.test-achats.be* (rubrique comparer et choisir/argent). • Sur le site Bancompare : *https://fr.bancompare.be*
Comparateurs de compte épargne	• Sur le site de Wikifin : *http://www.wikifin.be/fr simulateur-de-comptes-depargne* • Sur le site *http://mesfournisseurs.be*
Comparateurs de crédit	• Sur le site *https://comparateur-credit.be* • Sur le site Bancompare : *https://fr.bancompare.be*

LES LOISIRS

Profiter de loisirs gratuits

- Découvrir une foule d'activités à pratiquer en famille sur le site *http://www.quefaire.be*.
- Visiter des musées ouvrant leurs portes gratuitement tous les 1ers dimanches du mois ou tous les 1ers mercredis du mois. La liste de ces musées est disponible sur le site *http://artsetpublics.be*.

Bénéficier de réductions

- Utiliser les cartes de fidélité pour des **réductions** régulières ou des bons d'achat.
- Profiter des **offres groupées** proposées par de nombreux sites internet.
- Profiter de **billets** regroupant voyage en train/entrée aux événements culturels.

Bénéficier d'interventions financières

- Se renseigner auprès de sa mutuelle sur les **interventions** liées aux stages pour enfants, aux vacances en mouvement de jeunesse, à la pratique d'un sport, ...
- Se renseigner auprès de sa province ou commune sur les **interventions** liées à la pratique d'un sport pour un enfant. Par exemple la Province de Luxembourg ou la commune de Charleroi viennent en aide aux jeunes (de 5 à 18 ans) de leur territoire qui rencontrent des difficultés sociales et financières lors de l'affiliation à un club sportif.
- Se renseigner auprès du CPAS sur la possibilité de bénéficier **d'articles 27** permettant d'acheter des billets de cinéma ou de théâtre et des entrées à des expositions à très bas prix (*http://article27. be*).

Partir en vacances

- **Comparer** les prix de location par agence de voyage, sur internet et dans les catalogues.
- Repérer le moment le plus avantageux financièrement pour partir en vacances.
- Réserver ses vacances très tôt («early booking») ou à la dernière minute («last minute») pour bénéficier de prix intéressants.

AUTRES BROCHURES ET ADRESSES UTILES

D'autres brochures sont disponibles sur le site internet de l'Observatoire ***http://www.observatoire-credit.be*** (rubrique actions de prévention):

- ***«Mon budget, une question d'équilibre»*** explique comment réaliser son budget
- **«Prévenir le surendettement»** explique comment ne pas tomber dans la problématique du surendettement.

Pour recevoir gratuitement ces brochures : **info@observatoire-credit.be** ou **071.33.12.59**

Adresses utiles

L'Observatoire du Crédit et de l'Endettement propose des consultations juridiques gratuites :

- Par téléphone au **071/33.12.59** les mercredis et vendredis de 9h à 12h
- Par email à l'adresse **consultations@observatoire-credit.be**

D'autres conseils sur le Portail Surendettement de la Wallonie ***http://socialsante.wallonie.be/surendettement/citoyen***.

Observatoire du Crédit et de l'Endettement

Prévention et lutte contre le surendettement
Un coup de pouce à l'insertion socio-économique

L'Observatoire du Crédit et de l'Endettement

Château de Cartier,
Place du Perron n°38
6030 Marchienne-au-pont

Téléphone : 071/33.12.59
Télécopie: 071/32.25.00
Email : info@observatoire-credit.be
Site internet : http://www.observatoire-credit.be

Éditeur responsable : Vincent MAGNEE
N°entr. : 0452.320.403 – RPM Hainaut (div.Charleroi)
IBAN : BE91 0682 4452 2576

www.enmieux.be

Cofinancé par l'Union européenne

Wallonie