

Au vu du coût des produits d'entretien dans un budget, des économies sont possibles en réalisant soi-même ses produits d'entretien pour un montant tout à fait raisonnable, et surtout hors frais de publicité !

Des trucs et astuces y sont proposés et réalisés ensemble durant la séance.

Les participants emporteront les produits réalisés.

### 7. Les économies d'énergie et le compteur à budget.



Comment choisir son fournisseur ? Quels sont les conditions d'octroi du tarif social ?

Comment réduire sa consommation d'énergie ?

Comment lire sa facture ? Qu'est-ce qu'un compteur à budget ? Comment ça fonctionne ?....



Toutes ces questions sont abordées de manière à sensibiliser à une diminution des consommations énergétiques, celles-ci ayant un impact de plus en plus conséquent sur le budget.



**Mieux vaut prévenir que guérir.**

Pour tout renseignement complémentaire :

**CPAS**

**Boulevard de l'Hôpital 71  
7800 Ath**

**068/26 97 29**

# Atelier Gestion du Quotidien



**Comment gérer son  
budget au  
quotidien ?**

Il n'est pas toujours évident de joindre les deux bouts. Aussi, le CPAS a souhaité élargir son offre de service en matière de guidance et gestion budgétaire afin d'aider **toute personne qui en fait la demande** dans la gestion de son budget.

Un atelier reprenant différentes thématiques liées à la gestion d'un budget a été mis sur pied et **constitue la première étape du suivi**.

Durant 7 séances, à raison d'une fois par semaine, hors congés scolaires, des assistantes sociales guident, conseillent et informent sur les diverses thématiques.

Ce travail collectif vise à mieux informer le public sur les priorités budgétaires, les économies réalisables, les aides existantes,...

Le but étant un retour à une autonomie financière tout en permettant de vivre conformément à la dignité humaine.

Nous sommes là pour vous aider.

## Descriptif des séances :

### 1. Diffusion d'un reportage sur la précarité, suivi d'un débat

Le partage des expériences permet d'identifier la situation de chacun, les attentes, les besoins et ce, en vue de mieux y répondre dans les séances suivantes.



### 2. Le Budget

Définition des principaux termes liés au budget, explications et cas pratique.

L'objectif de cette séance est de comprendre la différence entre charge prioritaire et non prioritaire et les conséquences du non paiement de certaines d'entre elles.



### 3. Jeu sur le Budget

Mise en pratique ludique sur la gestion d'un budget tout en devant faire face aux événements imprévus et tentations que l'on rencontre quotidiennement.

### 4. La prise de conscience de la notion de Bien-être

Le bien-être pour vous, c'est... ?



L'occasion d'exprimer sa propre définition du bien-être sur base de photos mises à disposition.

Le thème des loisirs sympas et pas chers est également abordé afin de permettre à tout un chacun de maintenir une vie sociale.

### 5. Comment manger moins cher mais sainement ?



Comment faire ses courses, quelles sont les astuces en cuisine qui permette de faire des économies... en bref comment consommer pour payer moins et manger mieux !

### 6. Trucs et astuces afin de réaliser des économies sur les produits d'entretien domestiques



Réaliser ses propres produits d'entretien et d'hygiène.