



**Reprendre son
budget en main :
nos conseils
pratiques**

CONFERENCE BUDGET XX

BIENVENUE

**La conférence
débutera dans
quelques minutes...**





Reprendre son budget en main:

Nos conseils pratiques

/09/2026

Introduction

- 1. Les signaux d'alerte**
- 2. Nos 4 conseils pratiques**
- 3. L'accompagnement budget**



Introduction



CRÉSUS®

Présentation de CRÉSUS

- Association d'utilité publique depuis 1992
- Composée d'une fédération qui accompagne 30 associations locales
- Et d'une plateforme d'entraide et d'accompagnement budgétaire portée par la Fondation depuis 2008

Les missions principales de CRÉSUS

- Prévenir le surendettement et l'exclusion financière via un accompagnement budgétaire
- Aider les personnes à faire face aux difficultés financières



Un accompagnement en plusieurs étapes

- Le suivi personnalisé des personnes en situation de difficultés financières
- L'éducation financière via des ateliers de formation budgétaire (Dilemme)
- L'utilisation d'outils innovants comme l'application Budget à Grande Vitesse

L'Association des Assurés April et CRESUS ont développé un partenariat depuis 2020.



Les signaux d'alerte

Partie 01



Les signes qui doivent vous alerter



Vous êtes inquiet et vous n'osez plus ouvrir vos mails et votre courrier



- **Vous avez des frais incompréhensibles et des rejets de prélèvements importants**
- **Votre découvert bancaire autorisé est dépassé**
- **Un service de recouvrement vous envoie des mails menaçants**



Vous avez des factures à payer en attente



Nos 4 conseils pratiques

Partie 02



Nos 4 conseils pratiques

1

Faire un état
des lieux de vos
revenus et de
vos dépenses

2

Payer vos
charges fixes
en priorité

3

Gérer votre
découvert
bancaire

4

Contacter
vos créanciers



L'état des lieux

1

**Faire un état
des lieux de vos
revenus et de
vos dépenses**



Ressources

- Salaires et Revenus d'activité
- Retraite et pensions
- Prestations sociales
- Revenus du patrimoine



Charges fixes

- Loyer et énergie
- Assurances et impôts
- Transports et télécoms
- Crédits

Charges variables

- Courses alimentaires
- Dépenses courantes

Ressources – charges fixes = reste à vivre



Les factures prioritaires

2

**Payer vos
charges fixes
en priorité**



- Loyer et charges locatives
- Impôts
- Assurances (mutuelle santé, habitation, auto)

Comprendre le découvert bancaire

3

**Gérer votre
découvert
bancaire**



- Maximum 1/3 des revenus fixes
- Vérifier le montant du découvert autorisé et les conditions prévues par votre convention de compte
- L'offre « client fragile » des banques

Faire le point avec les créanciers

4

**Contacter
vos créanciers**



- Distinguer les différents types de dettes
- Distinguer les crédits amortissables et renouvelables
- Demander une « pause paiement »
- Ne pas ignorer un courrier de recouvrement: vérifier la date, demander les justificatifs et rechercher rapidement une solution
- Comprendre la différence entre les services de recouvrement et les commissaires de justice (ex-huissiers) et discerner les risques



L'accompagnement budget

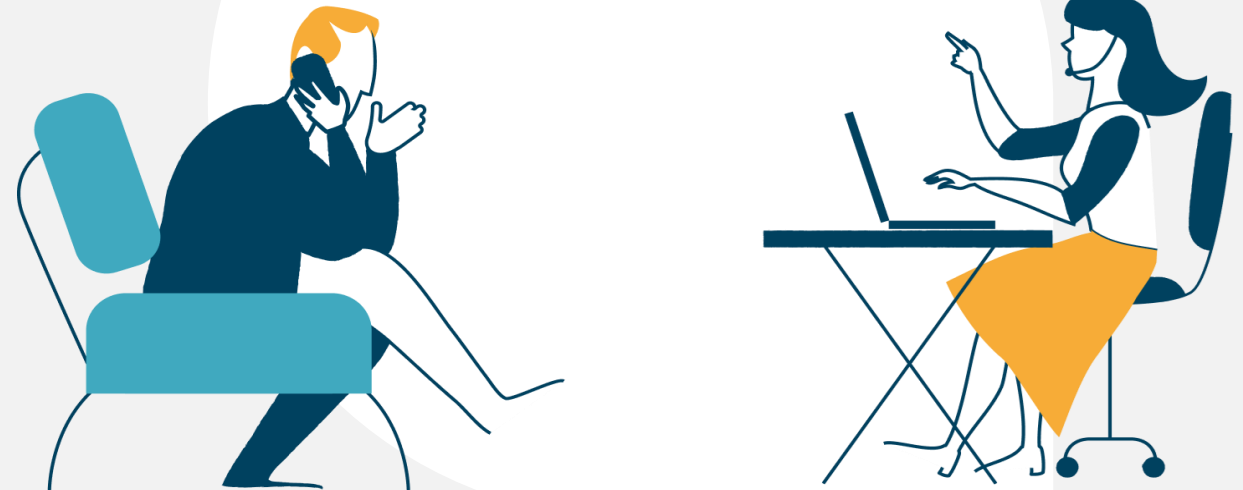
Partie 03



03 – L'accompagnement budget

Un **accompagnement** pour reprendre en main son budget

- Une équipe expérimentée de la Fondation Crésus
- Un rendez-vous individuel au téléphone
- Une analyse personnalisée de votre situation financière



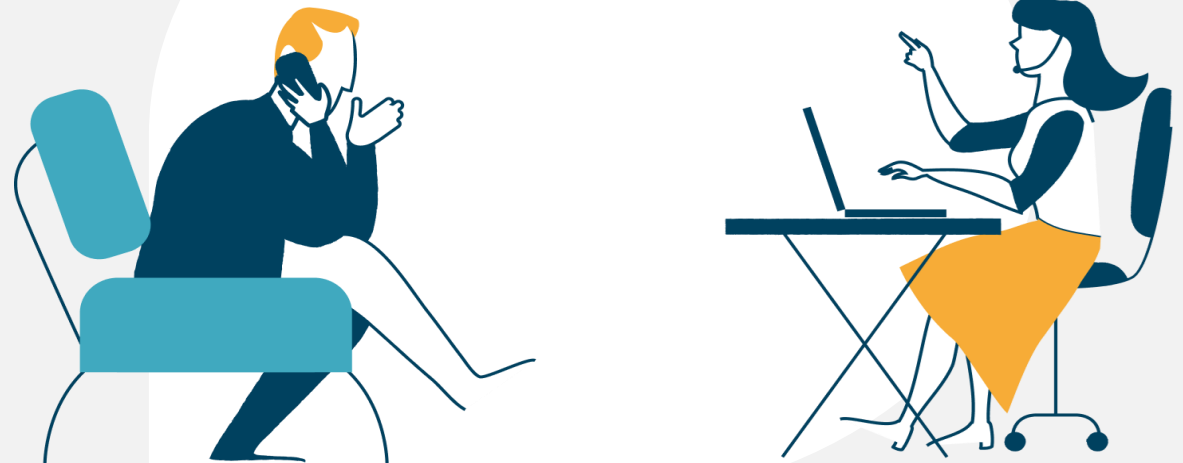


Témoignage d'un adhérent

« Comme promis, veuillez trouver ci-dessous la décision du tribunal, m'octroyant **une suspension de crédits de 20 mois** comme demandée !

Je tiens à vous remercier pour **votre aide dans mes démarches et tout particulièrement pour votre bienveillance et votre compréhension** qui, je vous l'assure m'ont fait grand bien (...).

Philippe, 61 ans, Reims





Un impact réel sur votre situation personnelle et financière



- Droits sociaux non demandés, dossiers incomplets en attente
- Abonnements multiples, contrats chers
- Crédits conso à taux élevés
- Frais d'impayés, frais de rejets, frais de découvert bancaire, pénalités de retard



- Droits sociaux obtenus : prime d'activité CAF...
- Renégociation des abonnements et contrats
- Mensualités de crédits diminuées ou suspendues : réaménagement, délai de grâce...
- Diminution des impayés : plan d'apurement des factures, échéancier
- Mise en place de l'épargne de précaution



Comment demander le soutien ?

①

Remplir le dossier

- Formulaire en ligne ou
- Dossier à télécharger



②

Faire le point avec l'Association

- L'Association analyse le dossier, vous contacte pour faire le point et présente le dossier en Commission hebdomadaire



③

Prendre de rendez-vous avec Crésus

- Premier rendez-vous

Plafond de ressources :

- 1 900 € pour 1 pers
- 2 800 € pour 2 pers



Accompagnement Budget

[www.association des assurés april.fr](http://www.association-des-assurés-april.fr)

Rubrique « Vous soutenir » / « soutiens financiers »





Merci !

Restons en contact



Adresse

12 rue Juliette Récamier
CS 23333
69452 Lyon Cedex 06

Contact

contact@associationdesassuresapril.fr