



Première séance de consultation

Sensibilisation à la consommation et au crédit

Maintenant que vous avez entrepris des démarches pour régler vos difficultés financières, en optant pour la proposition de consommateur ou la faillite, la prochaine étape consiste à prendre part à deux séances de consultation financière, comme l'exige la *Loi sur la faillite et l'insolvabilité*.

La première séance de consultation a pour objet de vous conseiller sur :

- la gestion budgétaire;
- les dépenses et les habitudes d'achat;
- les signes avant-coureurs de difficultés financières;
- l'obtention et l'utilisation du crédit.

L'objectif est de vous fournir les compétences et les connaissances nécessaires pour suivre adéquatement vos dépenses et votre revenu mensuels, et établir un budget qui vous convient.

Les problèmes financiers peuvent être une grande source de stress. Profitez de l'occasion de prendre un nouveau départ en adoptant les idées proposées dans le présent guide et ainsi atteindre vos objectifs financiers.

Gestion budgétaire

Comment établir un budget réaliste

À lui seul, le mot « budget » en effraie plus d'un. Parfois synonyme de limites et de privation, il est souvent perçu comme diamétralement opposé à la liberté et au plaisir. Le temps est venu de changer cette mentalité.

Votre budget, c'est votre plan de consommation. Il vous permet de vivre selon vos moyens, d'éviter le stress causé par les difficultés financières et de faire des choix judicieux avec votre argent en toute liberté. Plus important encore, un budget vous aide à tracer le chemin à suivre pour atteindre vos objectifs.

Voici les étapes à suivre au moment d'établir votre budget (ou, si vous préférez, votre plan de consommation) :

- Fixez-vous des objectifs réalistes.
- Estimez vos revenus et vos dépenses, puis faites-en le suivi.
- Établissez votre budget.
- Mettez votre plan en application.

Étape 1 : Fixez-vous des objectifs réalistes

Avant d'établir votre budget définitif, commencez par déterminer vos objectifs financiers à court et à long terme. Ainsi, vous serez en mesure de déterminer si vous êtes capable de les concrétiser, de même que les changements à apporter à vos dépenses pour y arriver. En vous fixant des objectifs et en vous dotant d'un plan, vous serez en meilleure posture pour reprendre le contrôle de vos finances.

Demandez-vous ce que vous aimeriez réaliser à court et à long terme. Vous pourrez ainsi mieux ajuster vos dépenses pour y arriver.

1. Dressez la liste de vos objectifs.
2. Classez-les par ordre d'importance.
3. Faites la distinction entre ce que vous devez avoir et ce que vous aimeriez avoir.
4. Si vous bouclez un budget avec votre être cher, discutez ensemble de vos objectifs.

Interrogez-vous à savoir si vos objectifs sont réalistes. C'est bien de se donner des défis, mais il faut s'armer de patience pour connaître du succès. L'achat d'un électroménager peut constituer un objectif à court terme. Comme objectif à moyen terme, vous pourriez économiser en vue de partir en vacances. Enfin, un objectif à long terme serait plutôt l'achat d'une maison ou la retraite.

Au moment d'établir des objectifs, réfléchissez au montant que vous devrez économiser et au temps qu'il vous faudra pour amasser cette somme. Par exemple, si vous souhaitez vous acheter un nouveau réfrigérateur, vous devrez estimer le coût, le moment où vous souhaitez procéder à l'achat et le montant à mettre de côté chaque mois.

Prenez le temps de noter vos objectifs financiers à l'aide du tableau suivant.

Objectif	Coût	Date cible	Montant nécessaire par mois	Ordre d'importance
Nouveau réfrigérateur	960 \$	12 mois	80 \$	2
Voyage en famille	6000 \$	48 mois	125 \$	3
Achat d'un véhicule d'occasion	2400 \$	12 mois	200 \$	1

Envisagez d'ouvrir des comptes bancaires distincts pour chacun de vos objectifs, ce qui vous permettrait de séparer du compte courant l'argent que vous mettez de côté et de mieux voir le solde qui s'accumule à mesure que vous vous rapprochez de votre objectif.

Nous vous conseillons fortement d'ajouter un fonds d'urgence à vos objectifs à court et à moyen terme. Faites-en une priorité et continuez d'y déposer de l'argent au gré de l'évolution de votre budget. Si vous perdez votre source de revenus ou que des dépenses imprévues surviennent, votre fonds d'urgence vous permettra d'honorer vos obligations le temps de vous remettre sur pied. Essayez d'épargner un montant correspondant aux dépenses que vous engagez sur une période de trois à six mois.

Étape 2 : Faites le suivi de vos dépenses et revenus annuels

Commencez par dresser la liste de toutes vos sources de revenu mensuel en précisant le montant qu'elles rapportent. Incluez seulement deux chèques de paie, selon que vous recevez votre paie deux fois par mois (24 chèques de paie par année) ou toutes les deux semaines (26 chèques de paie par année). Servez-vous des paiements additionnels pour bonifier vos épargnes ou vous rapprocher de vos objectifs financiers.

Si votre rémunération varie, estimez votre revenu mensuel en divisant par 12 le montant que vous avez gagné l'an dernier. Sinon, utilisez le montant le moins élevé que vous avez touché au cours des 12 derniers mois.

Vous pourriez également toucher d'autres formes de revenus au cours de l'année, comme un remboursement de TPS ou d'impôt. Ne les incluez pas dans votre budget mensuel régulier. Servez-vous-en plutôt pour augmenter votre épargne ou vous rapprocher d'un objectif financier.

Inscrivez votre revenu dans la colonne Montant initial de la feuille de calcul de votre budget.

Maintenant, dressez la liste de vos dépenses. Cet exercice peut s'avérer plus difficile. Certes, vous savez très bien comment vous gagnez votre argent, mais vous souvenez-vous de chacune de vos dépenses? Vous devrez faire des efforts pour rester au fait de vos dépenses et de vos habitudes de consommation. Par contre, vous gagnerez à comprendre où va votre argent et l'incidence que peuvent avoir vos habitudes de consommation actuelles sur vos objectifs financiers.

Voici quelques conseils pour le suivi de vos dépenses :

1. Passez en revue vos relevés bancaires ou relevés de carte de crédit mensuels. Classez vos dépenses en différentes catégories, comme l'épicerie, les passe-temps, le transport, etc. Prenez note des tendances qui ressortent et assurez-vous que les totaux cadrent avec votre budget.
2. Si vous préférez transiger en argent comptant, choisissez un endroit où conserver vos factures papier. Calculez le total de vos dépenses hebdomadaires ou mensuelles pour mieux comprendre vos habitudes de consommation.
3. Essayez des applications de gestion budgétaire qui offrent des fonctionnalités de suivi des dépenses, de façon manuelle ou en liant votre compte bancaire. Pour protéger vos renseignements, choisissez des applications qui font preuve de transparence dans leur politique sur la protection de la vie privée.
4. Si vous préférez la simplicité de noter vos dépenses à la main, procurez-vous un carnet. Consignez toutes vos dépenses, classez-les puis calculez le total en tenant compte de votre budget.

Certaines dépenses sont saisonnières ou imprévisibles (par exemple, les cadeaux, les frais de vétérinaire et les vêtements). Vous pouvez les estimer et les inclure dans votre budget en calculant le montant total que vous avez dépensé dans chaque catégorie au cours des dernières années, puis en le divisant par 12 afin d'obtenir le montant mensuel.

Faire le suivi de ses dépenses peut représenter tout un défi, et vous pourriez même en oublier certaines. Ne changez pas les montants selon ce que vous devriez dépenser; seules des données fiables vous aideront à faire du progrès. Au moment de mettre votre plan en application, faites les ajustements nécessaires.

Inscrivez vos dépenses dans la colonne *Montant initial* de la feuille de calcul de votre budget.

Budget – Feuille de calcul

Revenu	Montant initial	Montant révisé
Salaire, revenu de pension		
Second revenu		
Prestations fiscales pour enfants		
Pension alimentaire pour enfant		
Commissions, pourboires		
Autre		
Total		

Dépenses liées au logement	Montant initial	Montant révisé
Loyer, hypothèque		
Impôt foncier		
Charges de copropriété, location d'un terrain		
Assurance des biens meubles		
Électricité		
Gaz		
Téléphone		
Câble		
Internet		
Plateformes de diffusion en continu		
Entreposage		
Réparations, entretien		
Autre		
Total		

Dépenses liées au transport	Montant initial	révisé
Paiements automobiles		
Assurance automobile		
Essence		
Stationnement		
Entretien		
Assistance routière		
Transport en commun		
Taxi		
Autre		
Total		

Budget – Feuille de calcul

Frais de subsistance	Montant initial	Montant révisé
Épicerie		
Restaurants, commandes à emporter		
Soins personnels (coiffure, cosmétiques)		
Produits pour bébé ou enfant		
Buanderie, nettoyage à sec		
Vêtements (adultes)		
Vêtements (enfants)		
Services de garde		
Dépenses pour animaux (nourriture, vétérinaire, etc.)		
Frais scolaires des enfants		
Allocations des enfants		
Fournitures scolaires		
Autres coûts liés aux enfants		
Autre		
Total		

Dépenses liées au mode de vie	Montant initial	Montant révisé
Divertissement		
Abonnements annuels		
Passe-temps, activités récréatives		
Tabac, alcool		
Revue, livres, journaux		
Total		

Épicerie	Montant initial	Montant révisé
Épicerie		
Restaurants, commandes à emporter		
Total		

Budget – Feuille de calcul

Dépenses liées à la santé	Montant initial	Montant révisé
Droits d'adhésion à un centre de conditionnement physique		
Assurance maladie		
Assurance vie		
Soins de la vue		
Ordonnances		
Médicaments en vente libre		
Spécialistes		
Autre		
Total		

Autres dépenses	Montant initial	Montant révisé
Dons		
Cadeaux (anniversaires, fêtes, etc.)		
Frais des services bancaires		
Fonds d'urgence		
Épargne-retraite		
Épargne pour les études		
Autre		
Total		

Sommaire	Montant initial	Montant révisé
Revenu total		
Total des dépenses		
Différence		

Étape 3 : Établissez votre budget

Maintenant, créons un budget où vos dépenses seront inférieures à votre revenu. Dans la feuille de calcul de votre budget, servez-vous de la colonne Montant révisé pour équilibrer votre budget, c'est-à-dire ajuster vos dépenses pour qu'elles ne dépassent pas votre revenu.

Demandez-vous si ce budget vous aidera à atteindre vos objectifs. Vous devrez peut-être prendre la dure décision de réduire certaines dépenses ou changer certaines habitudes.

Si votre revenu ne couvre toujours pas vos dépenses, envisagez de l'augmenter en travaillant plus d'heures ou en trouvant un emploi à temps partiel. Si ça ne suffit toujours pas, réévaluez vos dépenses.

Si votre revenu est supérieur à vos dépenses, bonne nouvelle! Profitez-en pour faire ce qui suit :

- Augmentez vos contributions à votre fonds d'urgence.
- Épargnez davantage tous les mois pour atteindre vos objectifs.
- Envisagez un nouvel objectif.

Faites le tour de vos feuilles de calcul pour diviser vos dépenses en trois catégories, soit celles qui sont nécessaires, celles qui sont souhaitées et celles que vous pourriez réduire. Les petits achats quotidiens s'accumulent vite; par exemple, un café à 2 \$ tous les matins finit par vous coûter 520 \$ dans une année. Votre budget vous permettra de cerner les dépenses de ce genre, pour ensuite les éliminer ou les réduire.

Si vos enfants influencent vos dépenses, faites-les participer à l'établissement du budget. Non seulement leurs demandes seront plus réalistes, mais vous les aiderez aussi à adopter de saines habitudes financières. Déterminez leur allocation en fonction de vos moyens, aidez-les à se monter un budget et à se fixer des objectifs financiers, puis montrez-leur l'envers du budget familial.

Faites le suivi de vos dépenses quotidiennes pour respecter votre budget. Ajustez les catégories au besoin si votre revenu ou votre situation familiale change, ou encore s'il y a des dépenses imprévues. Un budget doit constamment être retravaillé.

Étape 4 : Mettez votre plan en application

Le temps est venu de créer un système de gestion du budget sur mesure en fonction de vos compétences et de vos aptitudes. Il y a plusieurs façons de payer ses dépenses; en choisissant la bonne, vous augmentez vos chances de faire preuve de constance et de connaître du succès à long terme.

Voyez votre budget comme un plan d'entraînement ou un régime alimentaire. Les premiers pas seront les plus difficiles, mais une fois que vous aurez pris votre erre d'aller, les bonnes habitudes vous viendront plus naturellement. En adaptant vos pratiques budgétaires à vos préférences et à votre mode vie, vous vous donnerez de meilleures chances de garder le cap sur des pratiques financières positives.

Conseils utiles

- Passez en revue votre relevé bancaire tous les mois.
- Recherchez les services bancaires qui sont offerts. Trouvez une institution bancaire ou un produit adapté à vos besoins et ne payez que les services qu'il vous faut.
- À des fins pratiques, utilisez votre carte de débit plutôt que votre carte de crédit.
- Réduisez le montant d'argent comptant que vous gardez sur vous.
- Configurez des paiements automatiques pour ne jamais oublier une facture.
- Ayez recours aux services bancaires en ligne pour épargner temps et énergie.
- Utilisez le mode de versements égaux pour les services publics afin de vous prémunir contre les fluctuations saisonnières.
- Payez vos impôts fonciers et vos assurances par versements mensuels.
- Achetez des cartes-cadeaux ou des cartes de crédit prépayées en vente dans les épiceries et d'autres magasins, lesquelles vous obligent à ne dépenser que le montant prévu au cours d'une période donnée.
- Notez vos dépenses dans un carnet ou utilisez une application à cet effet. Comparez vos dépenses à vos projections budgétaires, puis ajustez votre budget ou vos dépenses en conséquence.
- N'attendez pas la fin du mois pour savoir si vous respectez votre budget ou non.

Les dépenses et les habitudes d'achat

Astuces pour magasiner judicieusement

- N'achetez pas un article simplement parce qu'il est en solde. Vous ne faites une bonne affaire que si vous en avez véritablement besoin.
- Laissez mûrir toute décision d'achat pour laquelle vous avez besoin de crédit.
- Fréquentez les magasins d'articles d'occasion et les friperies lorsque possible, surtout pour les vêtements.

Astuces pour faire son épicerie judicieusement

- Faites une liste d'épicerie et respectez-la.
- Utilisez des coupons.
- Réduisez le gaspillage alimentaire en planifiant vos repas chaque semaine.
- Demandez à votre épicerie d'honorer sa garantie du meilleur prix. Comparez les rabais d'un magasin à l'autre pour trouver l'offre la plus avantageuse.
- Achetez les aliments non périssables en vrac.
- Restez à l'affût des aliments qui sont régulièrement en solde.
- Éliminez la viande une ou plusieurs fois par semaine et optez pour des coupes de viande moins coûteuses.
- Évitez les aliments prêts à servir ou transformés.
- Évitez de faire les emplettes le ventre vide.
- Privilégiez les marques génériques ou sans nom aux marques connues.
- Achetez des fruits et légumes de saison, car ils sont généralement plus abordables que ceux hors saison.
- Évitez les dépanneurs, car les prix y sont généralement plus élevés.
- L'hiver, achetez des fruits et des légumes surgelés plutôt que des produits frais plus dispendieux.

Autres conseils

- Trouvez des moyens de réduire votre consommation d'eau et d'électricité.
- Examinez vos forfaits Internet, télé et téléphone, ainsi que vos abonnements afin de voir s'il est possible de réduire les coûts.
- Optez pour les transports en commun le plus souvent possible.
- Payez vos factures de services publics et de carte de crédit à temps et dans leur totalité chaque mois afin d'éviter les intérêts et les frais de retard, ou encore de nuire à votre dossier de crédit.
- Veillez à l'entretien régulier de vos véhicules et magasinez un bon mécanicien avant d'être mal pris.
- Faites du covoiturage.
- Tirez profit des programmes de fidélisation.
- Faites toutes vos courses au même moment pour consommer moins d'essence.
- Cessez de fumer ou réduisez votre consommation de tabac.
- Évitez d'acheter des produits de marque.
- Déménagez dans un quartier ou dans un domicile moins dispendieux.
- Lorsque possible, faites vous-même les réparations domiciliaires.
- Réduisez les appels interurbains et l'utilisation de données cellulaires.
- Lorsqu'on vous demande ce que vous aimeriez recevoir en cadeau, faites part de vos besoins.
- Plutôt que sortir au restaurant, invitez vos amis à souper à la maison.

Les dépenses et les habitudes d'achat

Vous livrez-vous à des achats impulsifs ou à des dépenses excessives?

Autres dépenses	Oui	Non
Avez-vous déjà ressenti le besoin de magasiner après avoir vécu un revers ou une déception, ou lorsque vous étiez en colère ou en proie à l'inquiétude?		
Vos habitudes de consommation vous causent-elles des troubles émotionnels? Ont-elles perturbé votre vie?		
Vos habitudes d'achat ont-elles déjà été au cœur d'un conflit avec un proche (votre partenaire, vos parents ou vos enfants)?		
Avez-vous déjà porté à votre carte de crédit des articles que vous n'auriez pas achetés (ou n'auriez pas été en mesure d'acheter) si vous aviez dû les payer au comptant?		
Lorsque vous magasinez, sentez-vous une montée d'euphorie entremêlée de pointes d'angoisse?		
Avez-vous souvent l'impression que le magasinage est un geste dangereux, téméraire ou interdit?		
Après les emplettes, ressentez-vous un sentiment de honte, de culpabilité ou d'embrouillement?		
Possédez-vous un grand nombre d'articles que vous n'utilisez ou ne portez que rarement, voire jamais?		
Avez-vous déjà menti à votre famille ou à vos amis à propos de la fréquence à laquelle vous magasinez et des montants que vous dépensez?		
Sentez-vous que quelque chose cloche quand vous n'avez pas vos cartes de crédit?		
Pensez-vous trop souvent à l'argent? Êtes-vous toujours en train de vous demander combien vous en avez, combien vous en devez, combien vous aimeriez en avoir, pour ensuite aller magasiner?		
Passez-vous beaucoup de temps à jongler avec vos comptes et vos factures afin de vous adapter à vos dettes de magasinage?		
Avez-vous déjà reçu des reproches de votre partenaire par rapport à vos dépenses?		
Lorsque vous recevez votre relevé de carte de crédit, le solde vous surprend-il régulièrement?		
Possédez-vous tous les gadgets jamais inventés?		
Revenez-vous du centre commercial avec des articles que vous ne comptiez pas acheter?		
Achetez-vous des objets que vous n'aviez jamais senti le besoin de vous procurer avant de les apercevoir dans la vitrine d'un magasin?		

Signes avant-coureurs de difficultés financières

Prêtez attention à ces quelques signes qui pourraient annoncer des difficultés financières :

- Vous n'avez aucune épargne.
- Vous ne réussissez pas à établir un budget ou à élaborer un plan financier.
- Vous ne connaissez pas vraiment vos dépenses mensuelles.
- Vous dépensez tout votre argent avant le jour de paie.
- Vous faites des achats impulsifs.
- Vous empruntez de l'argent à vos amis ou à votre famille.
- Vous recourez aux prêts sur salaire.
- Vous reportez un solde de carte de crédit au mois suivant.
- Vous avez fait une demande pour augmenter la limite de votre carte de crédit.
- Vous faites la demande de cartes de crédit supplémentaires.
- Vous recourez à votre carte de crédit ou à une autre forme d'emprunt pour payer vos dépenses courantes.
- Vous n'êtes pas admissible à un prêt de consolidation.
- Vous recevez fréquemment des appels ou des lettres de créanciers ou d'agences de recouvrement.
- Vous retardez le remboursement d'un créancier pour en rembourser un autre.
- Vous avez du mal à honorer les paiements minimaux de vos cartes de crédit.

Si vous vous retrouvez dans l'une ou l'autre des situations énumérées ci-dessus, le temps est venu de réévaluer vos objectifs financiers et de vous engager de nouveau à respecter votre budget. Faites des efforts importants pour mettre fin à un cycle de mauvaise gestion financière avant de vous retrouver avec une autre faillite ou proposition de consommateur.

L'obtention et l'utilisation du crédit

Le manque de contrôle à l'égard du crédit est l'une des principales causes de difficultés financières. Le crédit vous donne l'impression d'avoir de l'argent et vous permet d'oublier vos dépenses jusqu'au moment de régler la facture. Lorsque vous recourez au crédit pour un achat, mettez immédiatement de l'argent de côté en vue de rembourser votre solde de carte de crédit ou, mieux encore, remboursez-le immédiatement.

Le crédit nous ouvre des portes qui, autrement, resteraient peut-être fermées. Un bon dossier de crédit vous sera nécessaire pour obtenir un prêt hypothécaire. Si vous souhaitez réserver un voyage en ligne, vous aurez vraisemblablement besoin d'une carte de crédit. Cependant, pour éviter les dettes lourdes et importantes, vous devez planifier une utilisation responsable de votre carte de crédit, en respectant les limites de votre budget.

Gardez à l'esprit les éléments suivants pour protéger votre cote de crédit et respecter votre plan financier :

- Ne faites une demande que pour le crédit dont vous avez besoin. Vous ne devriez avoir besoin que d'une seule carte de crédit dotée d'une limite raisonnable. Remboursez votre solde tous les mois.
- En tout temps, tenez votre solde de carte de crédit bien en deçà de la limite.
- La société émettrice de votre carte de crédit ne peut pas augmenter votre limite sans votre permission. Si elle le fait, vous êtes en droit de communiquer avec elle pour lui demander de la réduire.
- N'oubliez pas que le crédit vous coûte de l'argent, car il porte intérêt.

Pensez également à ceci :

- Jetez les bases d'une bonne cote de crédit en déposant régulièrement une somme dans votre compte d'épargne.
- N'effectuez un emprunt que pour ce dont vous avez besoin et assurez-vous de pouvoir le rembourser facilement.
- Avant de communiquer avec un prêteur, établissez à combien s'élèverait la mensualité que vous auriez les moyens de rembourser.

Garder à l'esprit

Pendant une faillite, vous n'avez accès à aucune forme de crédit de 1 000 \$ ou plus sans faire mention de votre statut de failli non libéré.

Comment rebâtir son crédit

Une faillite ou une proposition de consommateur, tout comme des mauvaises habitudes de gestion du crédit, auront pendant un certain temps un effet néfaste sur votre dossier de crédit. Voici des mesures à prendre pour revenir dans les bonnes grâces des créanciers.

Faites une demande pour une carte de crédit avec garantie : Le prêteur exigera un dépôt de garantie et vous consentira une carte de crédit dont la limite correspondra approximativement à ce dernier. Servez-vous-en pour vos achats prévus au budget et réglez votre solde tous les mois. Ne reportez pas un solde au mois suivant, car sinon vous devrez payer des intérêts, et ce montant sortira de votre poche.

Faites une demande pour un prêt REER : Si vous entretenez de bons liens avec votre institution financière, celle-ci pourrait être prête à vous consentir un petit prêt (disons 500 \$) pour cotiser à un REER.

Différents types de prêts

Si vous tentez d'obtenir un prêt, il peut s'avérer très utile de bien connaître ce qui distingue les divers types d'emprunts.

Si vous souhaitez acheter une résidence ou un véhicule, votre prêt est garanti. Vous contractez un prêt garanti lorsque vous affectez un actif en garantie de ce prêt. Si vous n'effectuez pas vos paiements et manquez à vos obligations, le prêteur peut reprendre l'actif.

Un prêt non garanti (c'est-à-dire un prêt personnel) n'est pas garanti par un actif. Le prêteur vous accorde le prêt en se fondant uniquement sur votre promesse de remboursement. Comme le prêteur prend un risque plus important, il exige généralement un taux d'intérêt plus élevé ou vous demande de trouver un cosignataire qui accepte de rembourser le prêt si vous êtes en défaut de paiement.

Que votre prêt soit garanti ou non, il sera accompagné d'une échéance, c'est-à-dire de la période (en mois ou en années) dont vous disposerez pour le rembourser. Plus l'échéance est loin dans le temps, moins les versements seront élevés. Toutefois, plus il vous faut du temps pour rembourser votre emprunt, plus vous devrez payer des intérêts. Vous devrez évaluer les coûts supplémentaires et le montant de la mensualité que vous êtes en mesure de rembourser.

Pour de plus amples renseignements sur le crédit et sur les bonnes habitudes de consommation, consultez le site Web de l'Agence de la consommation en matière financière du Canada, à l'adresse

www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere.html.

Consultation du dossier de crédit

Les agences d'évaluation du crédit conservent toutes les faillites et propositions de consommateur dans leurs registres, et ce, pendant plusieurs années. Le nombre d'années varie d'une province à l'autre. Si vous souhaitez en savoir plus sur l'incidence de ces procédures sur votre cote de crédit, nous vous encourageons à communiquer directement avec les agences d'évaluation du crédit. En outre, vous devriez faire un suivi auprès des deux agences canadiennes pour vous assurer que votre proposition de consommateur est retirée de votre dossier de crédit après la période prescrite.

Equifax Canada Inc.

1.800.465.7166

www.equifax.ca

TransUnion

1.800.663.9980

www.transunion.ca

Conclusion

Le présent livret a été conçu pour vous fournir des renseignements et des outils complémentaires aux éléments abordés dans le cadre de la première séance de consultation obligatoire en vertu de la *Loi sur la faillite et l'insolvabilité*. Nous vous invitons à en tirer autant d'astuces et de stratégies que vous le pouvez sur la façon de gérer vos finances, et à vous doter d'un plan adapté à vos besoins.

À propos de MNP Ltée

MNP Ltée est l'un des plus importants groupes de professionnels en insolvabilité des particuliers au Canada. Depuis plus de 60 ans, notre équipe chevronnée de conseillers et de syndics autorisés en insolvabilité aide les particuliers à se relever de leurs difficultés financières et à reprendre leur situation en main.