



NOUVEAU REGARD SUR LA FAMILLE ET L'ARGENT

Parler d'argent pour une vie + équilibrée



anpere.fr



@anpere_asso

VERSION 2025

PRÉSENTATION ET MISSIONS



ANPERE est une association d'assurés détenteurs de contrats d'assurance-vie répondant à leurs besoins en termes d'épargne, de retraite et de prévoyance. Elle contribue à l'élaboration de ces contrats auprès d'AXA pour le compte de ses adhérents*. Elle les représente auprès de l'assureur et fait évoluer les contrats afin que chaque adhérent bénéficie des mêmes conditions. L'association informe ses membres et leur propose des avantages exclusifs.

CHIFFRES CLÉS

- 1^{ère} association¹ d'assurés de France
- 1,6 million d'adhérents
- Environ 100 000 nouvelles adhésions par an

Partenaire d'AXA

ANPERE a choisi de souscrire ses contrats auprès d'AXA, 1^{ère} marque mondiale d'assurance. AXA figure dans les classements des entreprises d'assurances les plus responsables. Son ratio de solvabilité lui permet de garantir les engagements pris envers les adhérents sur le long terme. L'expertise et la disponibilité des réseaux commerciaux d'AXA répondent aux besoins personnels des adhérents en épargne, retraite, prévoyance et dépendance.

1. Partenaire d'un assureur traditionnel



+ d'infos

anpere.fr



@anpere_asso

4 ➤ LE MOT DU PRÉSIDENT

La famille et l'argent, un duo indissociable. Et pourtant...

6 ➤ PRÉAMBULE

- Famille et Argent : je t'aime, moi non plus !

11 ➤ LA FAMILLE ET L'ARGENT : UN FLEUVE PAS SI TRANQUILLE...

- Du célibat au couple.....12
- (Dés)harmonie financière au sein du couple.....15
- L'arrivée du premier enfant18
- Les enfants grandissent : comment leur parler d'argent ?22

31 ➤ QUALITÉ DE VIE ET INDÉPENDANCE FINANCIÈRE : LES PILIERS D'UNE VIE ÉPANOUIE

- Indépendance financière et qualité de vie32
- L'indépendance financière pour tous33
- Pourquoi atteindre l'indépendance financière ?34
- L'indépendance financière au sein du couple40



LE MOT DU PRÉSIDENT

La famille et l'argent, un duo indissociable. Et pourtant...

De tout temps, la famille a été perçue comme un espace de stabilité, de réconfort, de sécurité et de soutien émotionnel. Pourtant, dans un monde en perpétuelle évolution, cette perception est mise à mal. Les structures familiales subissent des transformations notables, se diversifient et se complexifient dans un contexte où les valeurs, les rôles et les attentes changent. Parallèlement, l'environnement économique devient de plus en plus incertain, amplifiant les enjeux financiers pour les familles : pandémie de COVID-19, crises économiques successives, tensions géopolitiques croissantes...

Dans ce contexte, parler d'argent et de gestion des finances familiales est devenue un élément crucial dans le quotidien des ménages. Il est essentiel de discuter de l'argent au sein du foyer, non seulement pour favoriser l'autonomie de chaque membre, mais aussi pour préparer les plus jeunes à naviguer dans un monde où les messages véhiculés par les réseaux sociaux peuvent être trompeurs.

Cet ouvrage se propose d'analyser la complexité de la relation entre la famille et l'argent, ainsi que les stratégies que les familles peuvent adopter pour naviguer dans ce paysage économique incertain. Il explorera de nouvelles pistes pour aborder ces sujets de manière constructive, un enjeu d'autant plus crucial que plus de 80 % des Français déclarent que la famille est « ce qu'il y a de plus important ».

À la lumière des changements sociaux, la structure familiale inclut maintenant une variété de structures : familles monoparentales, familles recomposées, couples de même sexe, familles sans enfants, et plus encore. Cette diversité reflète une société en mutation. Cette diversité donne une richesse, mais elle rend également la gestion financière plus complexe. Chacune de ces structures peut avoir des défis financiers spécifiques, nécessitant des stratégies adaptées.

Les crises économiques, l'inflation, les fluctuations du marché du travail imposent des décisions financières souvent délicates. Les familles doivent faire preuve d'agilité dans leur gestion financière, renforçant l'importance d'une éducation financière solide et d'une communication ouverte sur les enjeux économiques.

Les enjeux géopolitiques exacerbent aussi l'anxiété au sein des familles. De nombreux Français se sentent préoccupés par l'incertitude politique dans le monde, qui se traduit parfois par des peurs pour l'avenir de leurs enfants et de leur mode de vie.

Face à ces défis, la nécessité d'un soutien familial s'intensifie ; les valeurs fondamentales de soutien, d'écoute et d'empathie demeurent essentielles.

Un autre aspect important est la planification financière. Les membres de la famille doivent être impliqués dans les discussions sur les finances, afin de développer une compréhension commune des ressources disponibles. Il est essentiel que les familles instaurent une culture de la transparence et de l'éducation financière. Adopter des discussions ouvertes sur les finances permet de démythifier l'argent, d'en faire un sujet de conversation, et d'enseigner aux enfants comment gérer leur budget.

Il est indispensable de créer un environnement où chaque membre se sent à l'aise pour exprimer ses préoccupations sans crainte de jugement. L'empathie et la compréhension sont essentielles ; elles contribuent non seulement à diminuer les tensions, mais aussi à responsabiliser chaque membre en lui donnant un rôle à jouer dans la santé financière familiale.

Les familles doivent soutenir l'indépendance financière en encourageant chaque membre à prendre des décisions réfléchies concernant ses finances afin de pouvoir faire face aux aléas de la vie.

Dans le contexte actuel, il est crucial de définir des priorités claires. Que ce soit pour l'éducation des enfants, l'achat d'une maison ou simplement pour vivre sereinement, chaque famille doit identifier ses objectifs principaux afin de concentrer ses efforts financiers. Cela permet aussi de mieux gérer les imprévus, tels que des dépenses médicales ou des réparations imprévues.

Les crises multiples que nous traversons exigent des familles qu'elles développent une capacité d'adaptation. Cela implique de réévaluer régulièrement ses priorités et l'atteinte de ses objectifs tout en se montrant flexible face aux changements économiques.

La relation entre la famille et l'argent est complexe et évolutive. Dans un monde où les crises économiques, l'inflation et les incertitudes géopolitiques pèsent de plus en plus sur les ménages, il est primordial que les familles réévaluent leur approche vis-à-vis des finances. Ensemble, elles peuvent bâtir un avenir où chaque individu se sent capable de gérer ses finances avec confiance, résilience et une saine perspective, loin des idéaux illusoire prônés par les réseaux sociaux. La clé réside dans l'éducation, la communication et la collaboration, permettant à chaque membre de la famille de s'épanouir dans le monde complexe des finances.

Jean Sébastien Antoniotti
Président des associations
ANPERE et ANPERE Retraite

Famille et Argent : je t'aime, moi non plus !

La famille et l'argent sont deux notions chères aux Français mais encore trop rarement associées. Et pourtant, amour, ciment du couple, et argent sont intimement liés, car ils impliquent tous deux un équilibre entre donner et recevoir.

En général, quand on associe argent et famille, c'est en faisant référence aux désaccords au moment d'un héritage ou aux séparations qui ont mal tourné. Ce qu'on oublie souvent, c'est que l'argent est un support de la relation de couple et qu'il a de multiples aspects.

D'ailleurs, la façon dont les couples gèrent leurs comptes bancaires et leurs dépenses reflète leur conception de la relation amoureuse : opter pour des comptes bancaires individuels ou préférer un compte commun est souvent révélateur des valeurs et priorités qui prévalent au sein du couple, indépendance et liberté financière pour les uns, solidarité et partage pour les autres.

Mais il est encore trop souvent difficile de concilier les notions de famille et d'argent.

D'ailleurs, savez-vous que l'argent est un des principaux sujets de dispute des couples et la 2^{ème} cause de divorce ?

« La » famille ou plutôt « les » familles

Les Français et les Françaises sont, on le sait, très attachés à la famille : 83 % estiment que la famille est « ce qu'il y a de plus important » devant... l'argent (45 %) ! (*enquête Opinionway « Dans la tête des Français » - oct. 2023*).

Mais plutôt que parler de « la » famille, on devrait parler « des » familles » tant la structure familiale a évolué. En effet, qu'elle soit nucléaire, étendue, séparée, reconstituée, monoparentale ou encore homoparentale ou multigénérationnelle, la diversité des familles contemporaines est remarquable et traduit non seulement les changements sociétaux mais également les choix individuels.

Alors oui, parler de famille et d'argent peut paraître une gageure tant les structures familiales et les cas de figure se sont diversifiés.

Face aux nombres croissants de séparation/divorces, de familles recomposées (voire multi recomposées), il est indispensable d'aborder ce sujet afin de répondre aux défis propres aux nouvelles structures familiales. Par exemple, en termes de succession, et en particulier, dans le cadre des familles recomposées, de baisse de revenus voire de précarité en ce qui concerne de nombreuses familles monoparentales, de différence ou de changement de statuts professionnels (salariés, indépendants) ...

D'autant plus qu'on ne sait pas de quoi sera fait l'avenir. Alors, mieux vaut prévenir que guérir. Il est clair qu'on ne doit pas « compter sur l'autre » et que chaque membre du couple doit assurer sa propre indépendance financière c'est-à-dire sa capacité de maintenir sa qualité de vie à court, moyen et long terme en anticipant au maximum les aléas de la vie, et ce, en recherchant la meilleure performance financière possible pour ses économies et son épargne.



Sentiments et argent : un duo indissociable

La cellule familiale est d'abord composée d'un couple formé de deux personnes aux profils, à l'histoire, aux statuts professionnels pouvant être très différents.

A cela s'ajoute les disparités entre membres du couple en termes de revenu, de consommation, d'investissement... qui viennent encore un peu plus complexifier les rapports avec l'argent au sein du couple.

Si à cela on ajoute des parcours de vie professionnels et personnels qui peuvent bouleverser les stratégies financières à mettre en place, on comprend qu'il puisse être parfois difficile de concilier sentiments et argent. Et ce, alors même que de nouvelles situations émergent et les besoins évoluent.

Par exemple :

- Professionnellement, j'ai changé de statut, je suis passé de salarié à indépendant : quels sont les impacts en termes de protection sociale et comment y remédier ?
- Dans le cadre de la perte d'autonomie, ai-je envie de payer l'EHPAD de mon beau-père ou de ma belle-mère alors que mes parents sont encore vivants et peuvent eux aussi devenir dépendants ?
- Est-ce que je ne vais pas être amené à aider mes enfants qui peuvent rencontrer des difficultés dans leur vie professionnelle (perte d'emploi, chômage...) ou personnelle (séparation...) ?

Pourtant, il est encore trop souvent tabou de parler d'argent en famille

Alors, pourquoi est-il si compliqué d'associer famille et argent ? de parler d'argent dans le couple ? aux enfants ?

Peut-être parce que l'argent se situe à l'exact inverse des sentiments, étant considéré comme impersonnel et froid (ne dit-on pas « l'argent n'a pas d'odeur » ?), tandis que la famille fait référence à l'intime et aux sentiments.

Mais alors, comment se comprendre ? Comment se mettre d'accord sur la façon d'aborder la notion d'argent avec les enfants malgré les différences ?

C'est pourtant un sujet incontournable dans un environnement de plus en plus complexe. Aux incertitudes de la vie (séparations, maladies, accidents...) s'ajoutent d'autres inquiétudes telles que les niveaux des retraites qui doivent nous pousser à prendre en mains notre destin financier individuel. Il ne s'agit pas là d'individualisme intéressé mais nécessaire.

Alors oui, les Français sont des champions de l'épargne avec un taux d'épargne parmi les plus élevés des pays de l'OCDE mais épargnent-ils et investissent-ils de manière pertinente ? C'est-à-dire afin de se prémunir des aléas de la vie et de mener à bien les projets qui leurs sont chers tout en garantissant leur indépendance financière individuelle ?

Ne remettons pas à demain ce que nous devons faire aujourd'hui : détricotons nos différents et nos craintes et osons parler d'argent en famille !

L'ambition de cet ouvrage est de vous aider à prendre conscience de l'importance de la planification financière individuelle, à échanger sereinement sur ce sujet avec votre conjoint, à aborder le sujet avec vos enfants afin de les sensibiliser et ainsi vous permettre de vivre une vie de famille encore plus épanouie en toute sérénité sans peur de l'avenir.

La famille et l'argent : un fleuve pas si tranquille...

- Véritable miroir des relations amoureuses, des valeurs et des défis quotidiens, l'argent révèle les dynamiques secrètes de chaque foyer.

Parler de « secret » n'est pas trop fort tant parler d'argent en famille est encore perçu par certains comme tabou. Les discussions financières sont pourtant nécessaires et essentielles à une gestion harmonieuse et équilibrée du budget familial.

Parler d'argent en famille, c'est souvent comme marcher sur des œufs. Comme le souligne la sociologue Janine Mossuz-Lavau, en France, « l'argent est encore plus tabou que la sexualité ». Dans certaines familles, parler finances est tout naturel. Mais dans d'autres, c'est un sujet tendu, rarement abordé, voire évité. Cela peut être lié à des croyances culturelles, des expériences passées ou tout simplement à une difficulté à gérer la question des finances personnelles.

Lorsque l'on devient parent, la situation financière du couple se complique encore, avec l'arrivée de nouvelles dépenses et un besoin de revoir les priorités économiques. Une bonne communication est donc cruciale pour éviter les tensions et assurer une gestion harmonieuse du budget familial.

Apprendre à aborder ce sujet en famille, avec transparence et respect, permet non seulement d'éviter des conflits, mais aussi de renforcer les liens en impliquant chacun dans les décisions financières.

Du célibat au couple

Si dès le premier rendez-vous, l'amour et le romantisme sont au cœur des échanges, un autre sujet fait rapidement surface : l'argent. Mais qui donc paiera l'addition au restaurant ?

Cette question anodine devient souvent le premier jalon d'une longue série de décisions financières qui vont modeler la dynamique du couple. Ces petits gestes initiaux, comme partager ou non les frais d'un dîner, posent les premières pierres à l'édifice de la relation. À mesure que le couple évolue, s'installe et cohabite, de nouvelles routines se mettent en place, façonnant la manière dont l'argent sera géré à long terme.

La gestion de l'argent au sein des couples, un reflet de la conception d'une relation amoureuse

Le mode de gestion des comptes bancaires dans un couple est souvent un reflet direct de leurs valeurs et de leurs priorités. Les couples qui optent pour des comptes individuels valorisent généralement l'indépendance et la liberté financière de chacun. De l'autre côté, ceux qui préfèrent les comptes communs privilégient la solidarité et le partage, inscrivant leurs finances dans

une dynamique de fraternité et d'entraide. Enfin, pour ceux qui recherchent un équilibre, la solution est souvent une répartition proportionnelle des dépenses, en tenant compte des différences de revenus pour atteindre une juste équité.

Le compte commun, une solution pratique mais inégale

Les couples qui optent pour un compte commun le font souvent dans un esprit de fusion, sans vouloir compter chaque euro.

« Quand on s'est mis en couple, on a décidé de tout partager, y compris l'argent. Pour moi, s'aimer, c'est tout mettre en commun », Céline, 34 ans

D'après l'Insee¹, environ 3 couples sur 5 choisissent un compte commun exclusif pour gérer toutes leurs ressources. Bien que pratique pour les dépenses partagées, cela peut créer des inégalités.

Une étude de 2023 menée par Helios révèle que 55 % des comptes communs sont ouverts par des hommes, mais ce sont souvent les femmes qui gèrent les dépenses quotidiennes.

Le compte commun reçoit en moyenne 1 174 € par mois, utilisé principalement pour le loyer, la nourriture, les vacances et les crédits.

L'exception pour les familles recomposées

Quand l'un des partenaires a déjà vécu en couple, seulement 52 % des couples mettent tous leurs revenus en commun, contre 68 % pour ceux qui en sont à leur première union¹.



Le saviez-vous ?

Le compte commun en chiffres²:

- Ouvert à 55 % par les hommes
- Alimenté à hauteur de 1174 €/mois
- 3 couples sur 5 ont un compte commun

1. Étude INSEE « la mise en commun des revenus dans les couples » par Sophie Ponthieux, 2012

2. Étude Helios : basée sur des données recueillies auprès de 3698 clients d'Helios âgés de 18 à 45 ans entre janvier et décembre 2022, <https://helios.do/assets/pdf/CP-Helios-etude-argent-couple-2023.pdf>

Pourquoi cette différence ? Deux raisons principales.

D'abord, ceux qui ont déjà connu une rupture sont souvent un peu plus prudents et hésitent à tout mélanger. Disons qu'ils ont déjà « payé » le prix du démêlage financier lors de leur séparation, et ne veulent pas revivre ça.

Ensuite, il peut encore y avoir des liens financiers avec un(e) ex, surtout s'il y a des enfants dans l'histoire : pensions alimentaires, prestations compensatoires... Bref, mieux vaut garder un peu de distance (financière, du moins) !

Les comptes séparés, le maintien de l'indépendance financière

De nombreux couples optent pour des comptes séparés afin de garder leur indépendance financière, leur autonomie dans les décisions, et éviter les problèmes en cas de séparation.

« **Mon compte personnel me permet d'acheter ce que je veux sans avoir à en discuter à chaque fois. Ça évite les prises de tête pour des petites choses.** » Léna, 28 ans

Étonnamment, les habitudes financières des couples bougent rarement, même quand l'un des deux pousse pour un changement. C'est souvent parce que revenir sur l'accord initial, qu'il ait été clairement discuté ou implicitement accepté, c'est un peu comme essayer de faire demi-tour avec un paquebot... Ça prend du temps, et surtout beaucoup d'efforts !

Cela dit, parler d'argent dès le début de votre relation vous évitera bien des malentendus. Mieux vaut être clair dès le départ sur vos attentes financières pour éviter les surprises plus tard.

- 1 ➤ Parler régulièrement d'argent pour mieux répartir les responsabilités et les contributions.
- 2 ➤ Définir clairement qui paie quoi pour éviter les tensions. Par exemple, certains couples choisissent de contribuer au compte commun selon leurs revenus, ce qui permet d'équilibrer les charges.
- 3 ➤ Garder des comptes personnels tout en partageant un compte commun pour les dépenses de couple.

(Dés)harmonie financière au sein du couple

Discuter des finances au sein d'un couple, surtout quand les revenus sont inégaux, peut vite devenir compliqué. Le partenaire qui gagne plus peut ressentir une forme d'« ascendance », tandis que celui qui gagne moins peut se sentir dépendant financièrement.

Et cette dynamique est loin d'être rare. Encore aujourd'hui, dans 75 % des couples hétérosexuels, la femme gagne moins que son conjoint. En moyenne, les femmes en couple touchent 42 % de moins que leur partenaire, un écart bien plus faible, à 9 %, chez les célibataires³.

La question devient alors comment aborder ces écarts de manière équitable, tout en conservant l'harmonie au sein du couple. L'enjeu est de créer une véritable collaboration financière, où chacun contribue en fonction de ses moyens, sans pour autant laisser le pouvoir financier prendre le dessus.

Les femmes au cœur des dépenses quotidiennes

Historiquement, les femmes ont toujours été en charge du foyer, un rôle souvent dicté par les normes sociales et culturelles. Et même en 2024, malgré les progrès vers l'égalité, elles continuent à assumer cette responsabilité. Dans de nombreuses familles, elles sont celles qui gèrent les dépenses quotidiennes (courses, vêtements, fournitures scolaires, soins de santé...).

Si ce rôle peut être perçu comme une forme de pouvoir, il alourdit surtout la charge mentale et peut créer des déséquilibres en cas de séparation.

Avec l'inflation, ce fardeau est devenu encore plus lourd. Les femmes, en particulier dans les ménages à revenu unique ou modeste, doivent jongler avec des ressources limitées, faire des choix difficiles et constamment chercher des moyens de faire des économies sans pour autant compromettre la qualité de vie. Une sacrée charge mentale !

3. « Écarts de revenus au sein des couples : trois femmes sur quatre gagnent moins que leur conjoint », Thomas Morin, Insee Première N°1492.

Dans la gestion du budget familial, les femmes ne se contentent pas de « faire avec » : elles deviennent de véritables expertes de la débrouille, des plans B voire C ou D ! Entre comparateurs de prix, chasse aux promotions et applications de remboursement sur les achats effectués (appelées « applications de cashback » voir encart ci-après), chaque achat est une mission optimisée.

C'est un travail stratégique, où chaque centime compte pour garder l'équilibre sans renoncer à la qualité.

Les applications de cashback

Elles permettent aux utilisateurs de récupérer une partie de l'argent dépensé lors de leurs achats. Le principe est simple : après avoir effectué un achat via l'application ou le site partenaire, un pourcentage du montant est reversé sur le compte de l'utilisateur sous forme de cashback (remboursement). Ces applications fonctionnent souvent avec des milliers de magasins en ligne et parfois physiques.

Parmi les applications de cashback populaires, on trouve iGraal, Shopmium, Joko et eBuyClub. Les utilisateurs peuvent y cumuler des économies sur leurs achats courants, des courses aux vêtements, en passant par l'électronique. Une fois qu'un certain seuil de cagnotte est atteint, l'utilisateur peut généralement demander un virement sur son compte courant.

Les hommes et les dépenses extraordinaires

Pour Lucile Quillet, autrice du livre « Le prix à payer », les dépenses réalisées au sein des couples sont « fortement genrées ». Les hommes vont privilégier les dépenses plus « valorisantes » telles que l'achat d'une voiture, de meubles ou d'équipements électroniques. « Or, lors d'une séparation, ce sont les biens « durable » et non « périssables » que l'on inclut dans l'addition. C'est que j'appelle "Madame PQ et Monsieur Voiture" ».

Un constat de dépenses genrées que confirme l'étude réalisée en 2023 par la néo-banque Helios. Les hommes se concentrent davantage sur les dépenses liées aux loisirs et aux divertissements.

Titou Lecoq⁴ image à son tour ce phénomène des dépenses genrées avec son théorème dit des pots de yaourts.

« Quand il y a une grosse dépense un peu exceptionnelle, type achat de voiture, un crédit immobilier. C'est plutôt le gros salaire, plus souvent Monsieur, qui va la rembourser et le petit salaire va payer plutôt les petites dépenses, les achats d'épicerie. Sauf que ces grosses dépenses, elles constituent un patrimoine. En cas de séparation, les femmes repartent avec leurs pots de yaourts vides, et les hommes avec la voiture ou encore l'achat immobilier. Ce n'est pas la séparation qui appauvrit les femmes puisque c'est pendant toute la vie commune que l'écart s'est creusé ».

Une grande stabilité dans l'organisation des revenus

Dans la majorité des couples, une fois que l'organisation des finances est définie, elle ne bouge plus. Chacun reste sur ses habitudes, et la gestion des revenus reste stable. Cependant, certains moments clés comme le mariage, l'arrivée d'un enfant, l'achat d'un logement, ou encore le fait que l'un des deux arrête de travailler, forcent à revoir cette organisation. Ces événements chamboulent la routine et poussent à réévaluer la façon dont on partage les ressources.

C'est alors que les partenaires doivent ajuster leur gestion pour s'adapter aux nouveaux besoins et responsabilités, en coordonnant leurs finances de manière plus étroite.

Le couple, l'épargne et les placements financiers

D'après un sondage IFOP de 2024⁵, les hommes sont les champions des placements financiers, avec 42 % qui prennent les commandes (13 points de plus que les femmes). Ils sont également deux fois plus nombreux à gérer les achats immobiliers (33 % contre 15 % pour les femmes). En somme, la répartition classique des dépenses ne fait qu'accentuer la distance des femmes vis-à-vis de l'investissement financier.

4. Titou Lecoq, autrice du livre « Le couple et l'argent, pourquoi les hommes sont plus riches que les femmes »

5. Étude de l'IFOP pour Bayard, Boursorama Banque, La Financière de l'Échiquier, ViveS - Étude réalisée du 18 au 23 janvier 2024 auprès de 1004 femmes et 502 hommes.

Les femmes, de leur côté, restent plus prudentes avec leur argent. Plutôt que de plonger dans des placements risqués, elles préfèrent épargner :

- **Épargne** : 80 % des femmes épargnent régulièrement et 75 % le font dès qu'elles en ont l'occasion, contre 68 % des hommes.
- **Investissement en bourse** : seulement 11 % des femmes osent s'aventurer en bourse contre 24 % des hommes.
- **Aversion au risque** : 93 % des femmes sont allergiques au risque financier et 68 % sont totalement d'accord avec cette idée, comparé à 85 % et 44 % pour les hommes.

Même si les femmes disent souvent ne pas connaître les investissements risqués tels que les actions par exemple, une étude de l'IFOP montre que leur niveau d'information est en réalité similaire à celui des hommes. Mais elles préfèrent consulter un professionnel (43 %), alors que les hommes diversifient leurs sources (internet, réseaux sociaux, podcasts...) et en discutent plus avec leurs amis (17 % contre 10 %).

En plus, les hommes sont plus motivés à se former sur la finance (44 % contre 36 % des femmes). Bref, tout ça montre que la prudence féminine face aux risques financiers reste une réalité, mais ce n'est pas qu'une question d'information.

L'arrivée du premier enfant

« Ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants » dit l'histoire. En revanche, ce qu'elle ne dit pas c'est combien l'arrivée d'un enfant vient bousculer le couple et surtout les trajectoires professionnelles des femmes ! Les défis auxquels les femmes sont confrontées sur le marché du travail après la naissance d'un enfant contribuent à des inégalités de revenus persistantes.

Perte de revenus pour les mères, stabilité pour les pères

Cinq ans après la naissance d'un enfant, les mères subissent une baisse de 25 % de leur revenu salarial en moyenne, selon une étude de l'INSEE. Cette baisse s'explique principalement par une réduction de leur activité professionnelle, soit en passant à temps partiel, soit en réduisant le nombre

d'heures travaillées, avec un impact direct sur leur salaire horaire (-5 % par enfant). En comparaison, les revenus des pères restent stables et certains augmentent même leur activité.

Le travail à temps partiel concerne 28 % des mères avec un enfant et ce chiffre grimpe à 42 % pour celles avec trois enfants⁶. De plus, 51 % des femmes à temps partiel expliquent que c'est pour s'occuper de leurs enfants⁷.

Les mères sont souvent celles qui ajustent leur emploi du temps face aux imprévus, que ce soit pour la semaine d'adaptation à la crèche, les grèves, ou les enfants malades. Elles sont 59 % à prendre des jours de congé pour ces raisons contre 25 % des pères⁸. Elles choisissent aussi souvent des emplois plus proches de leur domicile et plus flexibles, mais souvent moins rémunérés, ce qui les prive de certaines opportunités professionnelles (augmentation de salaire, promotions, etc.).



6. « Temps partiel », *Emploi, chômage, revenus du travail*, Insee Références, 2020

7. « Après la naissance d'un enfant, les conditions de travail diffèrent entre les pères et les mères » – *Emploi, chômage, revenus du travail*, Louis-Alexandre Erb, Tom Olivia, Thomas Breda, Max

8. Étude INSEE en 2019 réalisée par Élise Coudin, Sophie Maillard, SSP Lab, Insee et Maxime Tô, Institut des Politiques publiques, « Entreprises, enfants : quels rôles dans les inégalités salariales entre femmes et hommes » ; Rapport « le coût d'être mère » par la Fondation des femmes édition 2023

Pour la Fondation des femmes, « la maternité est une expérience valorisée par la société et la natalité un indicateur de dynamisme économique de l'État, cependant, les femmes en paient souvent seules un coût physique, psychologique, temporel, professionnel et économique. (...) Les mères sont la variable d'ajustement - au détriment de leur vie professionnelle, de leurs revenus et de leur indépendance économique - des défaillances des politiques publiques de la petite enfance. La pénalité maternelle est une réalité. La maternité n'est pas un frein à la carrière, le sexisme l'est en revanche. Or les stéréotypes sexistes se renforcent avec la parentalité : aux mères, l'assignation au foyer, aux pères, le rôle de breadwinner (soutien de famille). Les pères peuvent plus facilement s'échapper de leur identité parentale et jouissent encore d'un droit à s'affranchir - temporairement ou non - de leurs responsabilités parentales. Entre ces deux trajectoires pré-écrites, lourdes du poids des stéréotypes sexistes pour les pères comme les mères, l'écart se creuse. »

Les femmes aux bas salaires subissent les pertes les plus importantes, jusqu'à 40 %, tandis que celles avec des salaires élevés sont moins affectées. Ces écarts sont principalement dus aux décisions d'offre de travail : les femmes à bas salaires sont plus incitées à réduire leur activité, notamment en raison des coûts de garde d'enfants et des incitations financières.

Les ajustements professionnels diffèrent également.

Les mères changent moins souvent d'emploi après l'arrivée d'un enfant, ce qui limite leurs opportunités de carrière et leurs augmentations salariales.

En revanche, les pères voient leurs salaires et leurs heures de travail augmenter. Les heures supplémentaires des pères augmentent en moyenne de 0,7 heure par semaine⁹ après la naissance, tandis que les mères réduisent leur temps de travail supplémentaire.

9. Étude INSEE 2022 par Louis-Alexandre Erb (Dares, ERUDITE, TEPP, Université Gustave Eiffel), Tom Olivia (Insee), Thomas Breda (CNRS et PSE - École d'économie de Paris, Institut des politiques publiques), Maxime Tô (Institut des politiques publiques, Institute for Fiscal Studies) intitulée « Emploi, chômage, revenus du travail »

ZOOM SUR...



Points clés et coûts supportés par les mères

« Le coût d'être mère », un rapport de la Fondation des femmes paru en 2023 expose de manière détaillée les impacts financiers, professionnels et psychologiques de la maternité sur les femmes. Voici une synthèse des points clés et des coûts supportés par les mères.

COÛTS FINANCIERS

1. Congé maternité

- Les femmes doivent prendre un congé maternité de 16 semaines, dont 8 obligatoires, alors que les hommes ne prennent que 7 jours obligatoires, avec un maximum de 28 jours.
- L'indemnisation journalière pour les congés maternité et paternité est plafonnée à 88,84 € pour les salarié·e·s et à 60,26 € pour les indépendant·e·s, entraînant une perte de revenu plus significative pour les femmes, surtout en cas de charges fixes élevées ou de prêts.

2. Congé parental

- Le congé parental est principalement pris par les femmes (94 % des bénéficiaires), et la rémunération est faible : 428,71 € par mois pour un arrêt total, 277,14 € pour une activité égale ou inférieure à 50 %, et 159,87 € pour une activité entre 50 % et 80 %.
- Cette faible rémunération entraîne une pénalité à long terme de l'ordre de 30 % sur la rémunération annuelle totale des femmes.

3. Frais invisibles

- Les frais associés à la grossesse (ostéopathie, vêtements de maternité, vitamines, etc.) et à l'accouchement peuvent s'élever à plusieurs centaines d'euros.
- Le manque de solutions de garde adéquates force souvent les mères à prolonger leur congé parental ou à payer des frais de garde élevés, ce qui impacte leurs finances et leur carrière.

Au-delà du pur aspect financier, l'arrivée d'un enfant voire de plusieurs a également des impacts trop souvent sous-estimés en termes de tâches domestiques. En effet, le travail domestique non rémunéré (tâches domestiques, suivi scolaire des enfants, accompagnement d'un proche...) augmente significativement pour les mères après la naissance d'un enfant. Elles effectuent en moyenne 5 h de tâches domestiques en plus par semaine comparé à avant la naissance.



À savoir

Pour évaluer la véritable valeur du travail domestique que vous accomplissez, pourquoi ne pas essayer l'outil d'édition de facture de l'association Parents & Féministes ?

En quelques clics, vous pourrez découvrir combien coûterait ce même travail s'il était réalisé par un.e professionnel.le. Une manière simple et concrète de prendre conscience de la valeur de votre contribution quotidienne !

Les factures se basent sur une valorisation à 20 euros de l'heure (tarif moyen pour des prestations de ménage) et en retenant 34 heures de tâche domestique par semaine pour les mères et 18 heures pour les pères.

Faites le test ici : <https://parentsetfeministes.droppages.com/>

Et du coup, pourquoi ne prendrions-nous pas cela en compte dans le cadre du budget familial ?

Facture de Madame

Facture

Pour services rendus entre le 01/06/2023 et le 30/06/2023

Mon travail n'est peut-être pas payé, mais il a une valeur.
Et la revalorisation du travail féminin, ça commence ici et maintenant : 20 euros de l'heure ira bien merci.

Travail parental
("école à la maison", soin aux enfants, soutien émotionnel, jeux et loisirs...)
Heures / jour en moyenne : 4
Taux horaire : 20 €
Sous-total : 2 320,00 €

Travail domestique
(courses, cuisine, vaisselle, rangement, ménage, linge, couture, jardinage...)
Heures / jour en moyenne : 3
Taux horaire : 20 €
Sous-total : 1 740,00 €

TOTAL 4 060,00 €

Facture de Monsieur

Facture

Pour services rendus entre le 01/06/2023 et le 30/06/2023

Mon travail n'est peut-être pas payé, mais il a une valeur.
Et la revalorisation du travail féminin, ça commence ici et maintenant : 20 euros de l'heure ira bien merci.

Travail parental
(l'école à la maison, soin aux enfants, soutien émotionnel, jeux et loisirs...)
Heures / jour en moyenne : 2
Taux horaire : 20 €
Sous-total : 1 160,00 €

Travail domestique
(courses, cuisine, vaisselle, rangement, ménage, linge, couture, jardinage...)
Heures / jour en moyenne : 1
Taux horaire : 20 €
Sous-total : 360,00 €

TOTAL 1 740,00 €

Les enfants grandissent : comment leur parler d'argent ?

La découverte de l'argent chez les enfants est souvent associée à l'achat de bonbons, symbolisant une première expérience sucrée de la monnaie. Toutefois, cette expérience révèle rapidement les inégalités : certains enfants peuvent se permettre ces douceurs, tandis que d'autres non, en fonction de leur milieu familial.

Contrairement à l'idée répandue d'une enfance innocente, les enfants perçoivent très tôt les disparités économiques et les injustices sociales. Cette prise de conscience des inégalités et des privilèges marque profondément leur vision du monde, laissant des souvenirs précis et indélébiles.

À l'adolescence, ces inégalités peuvent se poursuivre, notamment avec le versement ou non d'argent de poche.

Le rapport des enfants et des adolescents à l'argent

Bien que l'argent de poche soit souvent utilisé par les parents comme un outil pour apprendre la gestion financière aux enfants, il existe des écarts notables entre garçons et filles, tant en termes de montant que de fréquence de distribution. Cette différence peut paraître anodine, mais elle révèle en réalité des stéréotypes de genre qui influencent l'éducation financière dès le plus jeune âge. Il est donc crucial de se poser la question de l'impact de ces inégalités sur la perception et la gestion de l'argent par les jeunes générations.

L'argent de poche a-t-il un genre ?

L'argent de poche, c'est souvent vu comme le début de l'apprentissage de la « responsabilité financière ». Mais, surprise ! Une enquête du CSA de 2023 révèle qu'il y a une vraie différence entre ce que touchent les garçons et les filles, et aussi dans la façon dont on leur donne cet argent.

Même si ces écarts sont parfois justifiés par différentes raisons (« il en a plus parce qu'il est plus grand », « elle en a moins parce qu'elle n'en demande pas »), ils soulèvent de vraies questions. Pourquoi, dès l'enfance, le genre influence-t-il la gestion de l'argent ? Peut-on déjà voir ici des stéréotypes sur ce que les garçons et les filles devraient faire avec leur argent ?



À savoir

Montants d'argent de poche

- Garçons : en moyenne, les garçons reçoivent entre 15 et 25 € par mois.
- Filles : les filles reçoivent en moyenne entre 10 et 20 € par mois.

Fréquence de distribution

- Garçons : les garçons ont tendance à recevoir de l'argent de poche de manière plus régulière, souvent hebdomadaire.
- Filles : les filles reçoivent leur argent de poche de façon plus variable, certains parents préférant une distribution mensuelle ou basée sur des récompenses spécifiques.

Influence parentale et différence de genre

Il y a aussi des différences selon le parent qui gère l'argent de poche. En moyenne, les pères donnent 41,50 € par mois, soit 8 € de plus que les mères, qui donnent environ 33,80 €.

Et cette différence devient encore plus importante avec l'âge : pour les jeunes de 18 ans et plus, l'écart grimpe à 16 €. Cependant, dans 70 % des familles, ce sont les mères qui gèrent l'argent de poche, ce qui pourrait expliquer une tendance à être plus modérée sur les montants.

✓ Bonnes pratiques

Équilibrer la responsabilité financière entre les parents : encourager une répartition équitable de la gestion de l'argent de poche entre les deux parents pour éviter que les montants ne soient influencés par des stéréotypes de genre.

Transparence et dialogue en famille : organiser des discussions régulières pour parler de l'argent de poche, en impliquant à la fois les parents et les enfants pour comprendre les besoins de chacun.

Aligner les montants sur les besoins réels : ajuster les montants en fonction des besoins individuels des enfants (activités, dépenses) plutôt que de s'en tenir à une logique basée sur le genre ou l'âge.

Sensibilisation à l'égalité : profiter de l'argent de poche pour enseigner des valeurs d'égalité en évitant d'attribuer des montants différents en fonction du sexe des enfants. Cela pourrait aussi encourager une prise de conscience sur la gestion financière à l'âge adulte.

L'argent de poche, un outil de responsabilisation des adolescents

Compléments d'argent de poche et épargne

Pour arrondir leur argent de poche, beaucoup d'ados ne rechignent pas à mettre la main à la pâte. Les tâches les plus populaires ?

Le ménage (29 %), les bonnes notes (21 %), faire la cuisine (15 %), garder les petits frères et sœurs (13 %) ou s'occuper des animaux (12 %). D'ailleurs, décrocher des bonnes notes, c'est visiblement la mission la plus payante !

Et ce n'est pas tout, 40 % des ados prévoient de prendre un petit boulot pendant l'année scolaire. Pourquoi ? Pour épargner (67 %), financer leurs loisirs (25 %) ou acquérir de l'expérience professionnelle. Leurs secteurs favoris : le baby-sitting (43 %), la restauration (36 %) et la vente (11 %).

✓ Bonnes pratiques :

Diversifier les missions : et si on variait les tâches rémunérées ? Pourquoi ne pas ajouter des missions comme l'entretien du jardin ou des petits services digitaux (comme aider à créer une vidéo) !

Encourager les compétences professionnelles : valoriser les expériences gagnées dans le cadre de ces jobs, qui peuvent servir de tremplin pour de futurs emplois.

Budget et gestion d'épargne : aider les ados à mettre en place un plan d'épargne concret pour que leurs efforts financiers servent à des projets plus longs termes (fini les gadgets du moment !).

Prendre un job saisonnier ou un job d'été pour acquérir des compétences, gagner des sous et acquérir des trimestres de retraite. On n'y pense pas à l'instant T mais pour l'avenir, ces jobs peuvent faire une différence au moment du calcul de l'âge de départ en retraite et du montant de la pension.

Initier les enfants à l'éducation financière

L'éducation financière est une compétence essentielle que chaque enfant doit acquérir dès son plus jeune âge. Comprendre les bases de l'argent aide les enfants à développer de bonnes habitudes financières qui les serviront toute leur vie. En tant que parent, vous jouez un rôle clé dans cet apprentissage. Voici quelques conseils pratiques pour commencer.

Jouer au commerçant

Il est crucial de commencer l'éducation financière dès le plus jeune âge. Les enfants peuvent apprendre les concepts de base comme les pièces de monnaie et les billets. Utilisez des jeux de rôle pour leur enseigner comment échanger de l'argent contre des biens ou des services. Par exemple, organisez un magasin de jouets à la maison. Laissez-les jouer au commerçant et à l'acheteur avec de faux billets et des étiquettes de prix ! Cela les aidera à comprendre la valeur de l'argent et son fonctionnement dans la vie quotidienne.

Parents, montrez l'exemple !

Les enfants apprennent beaucoup en observant leurs parents. Voici comment vous pouvez leur montrer de bonnes habitudes financières concrètement :

- **Budget** : expliquez comment vous établissez un budget. Montrez-leur vos méthodes pour suivre les dépenses et les revenus. Utilisez des applications ou des tableaux simples pour qu'ils comprennent.
- **Épargne** : parlez de l'importance d'épargner pour l'avenir. Expliquez comment vous mettez de l'argent de côté chaque mois et pour quels objectifs.
- **Achats réfléchis** : lors des courses, impliquez-les. Montrez comment comparer les prix, rechercher des offres spéciales et faire des choix judicieux. Par exemple, expliquez pourquoi vous choisissez un produit en promotion plutôt qu'un autre.

En impliquant vos enfants dans ces décisions quotidiennes, vous les aidez à comprendre l'importance de gérer l'argent de manière responsable et réfléchie.

ZOOM SUR...



Parler d'argent à ses enfants

Les conseils de l'Institut d'intelligence financière et budgétaire pour aborder l'éducation financière avec ses enfants. Trois concepts clés sont importants à enseigner : la gestion de l'argent, l'épargne et les investissements.

Parler de gestion de l'argent

Donnez à vos enfants une allocation hebdomadaire ou mensuelle. Montrez-leur comment diviser cet argent en trois catégories : épargne, dépenses courantes et dons. Par exemple, s'ils reçoivent 10 € par semaine, encouragez-les à mettre 4 € de côté, à en utiliser 5 pour leurs besoins ou envies immédiates, et à en donner 1 à une cause de leur choix.

Parler d'épargne

Si votre enfant souhaite acheter un jouet coûteux, aidez-le à établir un plan d'épargne. Fixez des objectifs hebdomadaires ou mensuels. Par exemple, s'il veut un jeu vidéo à 50 €, montrez-lui comment économiser 5 € par semaine pour l'acheter en 10 semaines. Cela leur apprendra la patience, la discipline et la gratification différée.

Parler d'investissements

Lorsque vos enfants sont prêts, expliquez-leur les bases des investissements. Parlez des comptes d'épargne, des actions ou des projets entrepreneuriaux à petite échelle. Par exemple, si vous avez investi dans une entreprise locale, partagez cette expérience avec eux. Montrez comment cet investissement peut générer des revenus ou des intérêts à long terme. Utilisez des histoires concrètes pour rendre ces concepts plus accessibles et intéressants.

En abordant ces concepts clés de manière concrète et pratique, vous donnerez à vos enfants les outils nécessaires pour développer de bonnes habitudes financières qui les serviront tout au long de leur vie.

Comprendre la réalité derrière les images

Les ados doivent comprendre que ce qu'ils voient sur les réseaux sociaux n'est pas toujours la vraie vie. Les photos de voitures de luxe, de vacances de rêve ou de vêtements de marque sont souvent des mises en scène bien préparées. Il est essentiel de leur expliquer que ces images peuvent être trompeuses et qu'elles ne montrent pas les efforts, les sacrifices ou parfois même les dettes qui se cachent derrière ces apparences parfaites.

Les dangers de la comparaison sociale

Se comparer en permanence à des vies "parfaites" peut vraiment miner la confiance en soi et créer un sentiment de frustration. Il est important que les adolescents comprennent que chacun a son propre chemin. Les standards irréalistes qu'ils voient sur les réseaux peuvent nuire à leur bien-être mental, mais il existe des moyens d'éviter cela.

Quelques astuces pour éviter ces pièges :

- **Limitier le temps passé sur les réseaux sociaux :** moins on passe de temps à scroller, moins on se compare à des images retouchées ou idéalisées.
- **Apprendre à valoriser ses propres réussites :** chaque progrès compte, aussi petit soit-il. Faites une liste de vos accomplissements, cela permet de mieux apprécier vos efforts.
- **Se fixer des objectifs réalistes et personnels :** au lieu de se comparer aux autres, concentrez-vous sur vos propres objectifs. Qu'est-ce que vous souhaitez vraiment accomplir pour vous-même ?
- **Éviter les filtres trompeurs :** on oublie souvent que ce qu'on voit en ligne est très filtré, mis en scène. Apprenez à regarder ces contenus avec un œil critique et à relativiser ce que vous voyez.

Le succès, ça se construit petit à petit

Rappeler aux ados que les réussites financières ne tombent pas du ciel est important. Elles sont souvent le résultat de plusieurs années de travail, de discipline et de persévérance. Ce qui compte, ce sont les efforts fournis à chaque étape. Apprécier les petits progrès et comprendre que le succès ne se construit pas en un jour, c'est essentiel.

Astuce : Encouragez vos ados à se fixer des objectifs réalistes et à célébrer chaque étape franchie. Cela les aidera à rester motivés et à comprendre que tout bon parcours prend du temps !

L'importance de la gestion financière

Les adolescents doivent comprendre l'importance de bien gérer leur argent. Savoir établir un budget, épargner régulièrement et investir intelligemment sont des compétences clés qui les aideront à atteindre leurs objectifs à long terme. Cela les protège aussi des dépenses impulsives sur des objets de luxe inutiles.



Idée en +

Encouragez vos ados à mettre en place un plan d'épargne dès maintenant, même pour de petites sommes. Cela leur apprendra la discipline et leur donnera une longueur d'avance pour réaliser des projets importants plus tard.

Rôle des parents et des enseignants

Les parents et les éducateurs (enseignants, professeurs, éducateurs sportifs...) ont un rôle clé à jouer. En parlant franchement des réalités économiques et en montrant l'exemple d'une bonne gestion financière, ils peuvent aider les ados à éviter de tomber dans le piège des illusions de richesse qu'on voit partout en ligne. Après tout, si l'argent poussait sur les arbres, on le saurait ! Partager des ressources comme des livres ou des documentaires peut aussi rendre ces sujets plus intéressants, voire captivants (oui, même un bon reportage sur la finance peut surprendre !).

Vous pouvez raconter l'histoire de cette fameuse fois où vous avez essayé d'économiser en achetant un gadget inutile après l'avoir vu dans une pub trop bien faite... et qui a fini dans un tiroir. Cela peut les faire réfléchir sur les fausses promesses du marketing et du consumérisme.

En bref, sensibiliser les ados aux dangers de l'argent facile vu sur les réseaux sociaux est crucial. En leur donnant les bons outils pour comprendre l'économie et en valorisant des comportements responsables et éthiques, on les aide à construire une vision plus saine et durable de la réussite financière.

Qualité de vie et indépendance financière : les piliers d'une vie épanouie

- Dans un monde en perpétuelle mutation, où les rythmes s'accroissent et les incertitudes économiques sont de plus en plus présentes, la quête d'une vie équilibrée, autonome et stable devient une aspiration universelle. La question de la qualité de vie occupe une place centrale dans les préoccupations individuelles et collectives dans un contexte marqué par la transition écologique, l'instabilité géopolitique et les avancées technologiques. Il ne s'agit plus seulement d'épargner ou de préparer sa retraite, mais de gérer ses ressources de manière stratégique afin de répondre à ses besoins actuels tout en assurant son avenir et celui de sa famille. Et l'indépendance financière va jouer un rôle crucial dans la dynamique familiale et particulièrement pour les femmes en garantissant la construction de relations conjugales plus équilibrées et égalitaires ainsi qu'en renforçant la sécurité, l'autonomie et la solidarité au sein des familles contemporaines.

Indépendance financière et qualité de vie

- **Solidarité conjugale** : l'indépendance financière favorise une nouvelle forme de solidarité au sein des couples. Les partenaires peuvent contribuer individuellement au bien-être familial tout en préservant leur autonomie. Cela renforce les liens émotionnels et l'engagement mutuel.
- **Égalité des sexes** : l'accès à l'indépendance financière est un vecteur d'égalité entre les sexes. Les femmes qui réussissent à obtenir une autonomie financière peuvent mieux revendiquer leurs droits et participer activement aux décisions familiales.
- **Sécurité économique** : l'indépendance financière permet aux membres de la famille, en particulier aux femmes, de subvenir à leurs besoins sans dépendre d'un partenaire. Cela crée une sécurité essentielle pour faire face aux imprévus et planifier l'avenir.
- **Tranquillité d'esprit** : avoir le contrôle sur ses finances procure un sentiment de maîtrise et de sécurité réduisant ainsi le stress et les tensions au sein du foyer out en favorisant un état d'esprit plus serein et un meilleur sommeil.
- **Autonomie et liberté de choix** : être financièrement autonome donne la liberté de prendre des décisions concernant l'éducation, la carrière et la vie personnelle. Cela permet également de quitter des relations abusives, car la dépendance financière est souvent un facteur de maintien dans des situations difficiles.
- **Éducation et transmission de valeurs** : l'indépendance financière permet aux parents d'enseigner à leurs enfants l'importance de la gestion financière, de l'épargne et de l'investissement, contribuant ainsi à former des générations futures plus autonomes.

En ajustant vos habitudes de dépenses et en adoptant une stratégie d'investissement efficace, vous pouvez parvenir à l'indépendance financière au niveau du couple, de la famille mais aussi à titre individuel car on ne sait jamais « de quoi sera fait l'avenir » !

L'indépendance financière pour tous

Définition

L'indépendance financière, c'est la capacité à maîtriser pleinement ses finances et à vivre en fonction de ses besoins et aspirations, sans dépendre d'un tiers. Elle permet de maintenir sa qualité de vie à court, moyen et long terme en ayant la meilleure performance financière possible. Elle permet aussi d'atteindre et de vivre sa retraite dans les meilleures conditions possibles. Chaque chemin vers cette indépendance est unique, reflet des objectifs personnels et du contexte de vie.

Pour y parvenir, il y a trois pré requis incontournables :

- **Avoir des revenus stables** : permettant de se concentrer sur ce qui compte vraiment, que ce soit des projets personnels, professionnels ou des passions.
- **Disposer d'une épargne de précaution** : pour faire face aux imprévus comme une séparation ou une dépense médicale imprévue.
- **Définir des objectifs de vie** : comme la préparation de sa retraite, l'achat d'une maison, la création d'une entreprise, s'offrir une année sabbatique ou voyager.

Le parcours vers l'indépendance financière est certes semé d'embûches (revenus insuffisants, dettes, etc.), mais en apprenant à dépenser intelligemment et à investir sagement, il est possible de surmonter ces défis.

Une saine gestion de ses finances est la clé pour atteindre l'indépendance financière, réaliser ses rêves et concrétiser ses projets.

L'inclusion financière composante de l'inclusion sociale

L'inclusion financière, c'est avoir accès aux services financiers de base comme un compte courant, des crédits, des assurances et des produits d'épargne. Mais ce n'est pas juste une question d'avoir un compte en banque ! C'est une clé essentielle pour l'inclusion sociale, car elle permet l'accès à des services cruciaux comme l'emploi, la santé, le logement, et l'éducation.

En France, les pouvoirs publics ont mis en place des mesures pour garantir un accès minimum à ces services, avec par exemple un service bancaire de base gratuit et le Droit Au Compte (DAC), qui permet à toute personne qui en fait la demande d'avoir un compte. Une avancée importante, mais est-ce suffisant pour inclure tout le monde ?

L'inclusion financière ne se limite pas à l'accès aux services bancaires ou aux outils de gestion. Elle repose aussi sur une meilleure compréhension des notions économiques et financières. En renforçant les connaissances dans ces domaines, chacun peut prendre des décisions éclairées, gérer son budget avec confiance et saisir les opportunités pour construire un avenir serein. Comprendre, c'est le premier pas vers l'autonomie financière pour tous !

En savoir plus sur l'inclusion financière

- <https://www.lafinancepourtous.com/decryptages/finance-perso/banque-etcredit/inclusion-financiere/>
- <https://www.banque-france.fr/fr/a-votre-service/particuliers/faire-valoir-droit-au-compte-bancaire>

Pourquoi atteindre l'indépendance financière ?

Satisfaire ses besoins et améliorer sa qualité de vie

Atteindre l'indépendance financière, c'est un processus qui prend du temps et demande de la discipline, mais ça change tout ! Cela permet de réduire le stress lié à l'argent et d'améliorer puis de maintenir sa qualité de vie.

En devenant plus autonomes financièrement, on peut non seulement couvrir nos besoins essentiels mais aussi viser une vie plus épanouie et équilibrée.

Quand les soucis financiers s'installent, c'est toute notre vie qui en prend un coup : des besoins de base comme la nourriture, le logement ou les soins de santé deviennent des défis. Et l'impact ne s'arrête pas là, ça touche aussi notre estime de soi et notre bien-être général.



À retenir

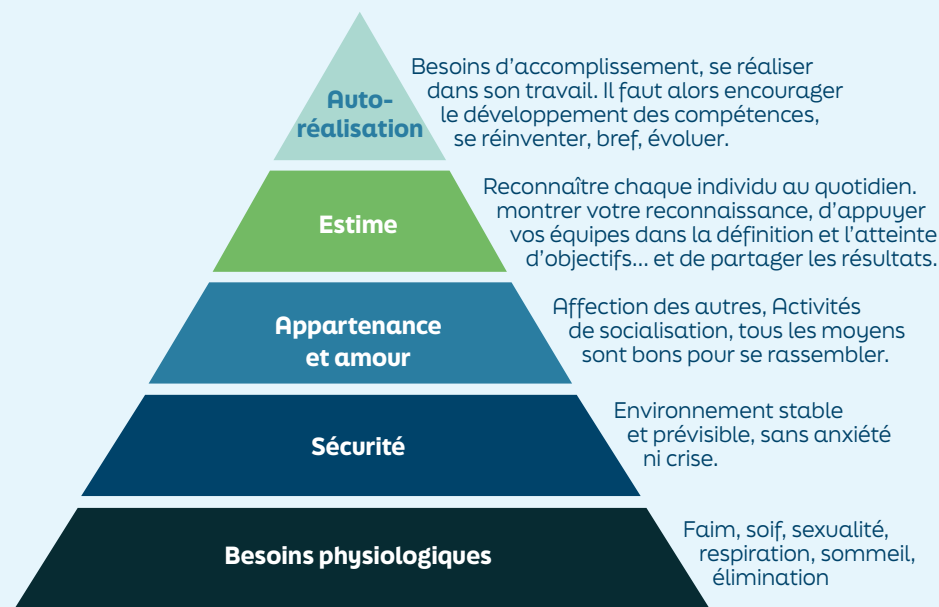
30 000 personnes bénéficient chaque année du Droit Au Compte¹. Pour en savoir plus, vous pouvez appeler le **3414**, le numéro unique qui centralise l'ensemble des services publics d'inclusion financière de la Banque de France.

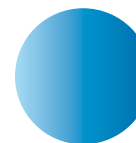
La pyramide de Maslow et les besoins fondamentaux

La pyramide de Maslow nous montre comment les problèmes d'argent peuvent affecter nos besoins à tous les niveaux. À la base, il y a les besoins essentiels : manger, boire, s'habiller, se loger et avoir accès aux soins. Ce sont ces besoins de base qui, s'ils ne sont pas satisfaits, créent un énorme stress.

Ensuite vient le besoin de sécurité. Une situation financière stable est indispensable pour se sentir en sécurité, qu'il s'agisse de son emploi, de son logement ou de sa santé. Des finances instables menacent cette sécurité, générant un stress permanent et une incertitude qui peuvent bloquer toute progression.

La pyramide de Maslow





L'impact du stress financier sur la vie sociale et les loisirs

Les problèmes financiers ne s'arrêtent pas aux besoins de base, ils touchent aussi notre vie sociale et nos loisirs. Se former, continuer ses études ou simplement profiter d'un week-end avec ses amis devient compliqué quand l'argent manque. Les vacances, les sorties et même les activités sportives ou récréatives sont souvent les premiers sacrifices. Pourtant, ces moments sont essentiels pour notre bien-être et notre épanouissement. Quand on coupe dans ces dépenses, c'est notre équilibre de vie qui en prend un coup.

L'estime de soi et l'indépendance financière

Le stress financier a un impact direct sur l'estime de soi. Ne pas pouvoir gérer ses finances ou subvenir aux besoins de sa famille peut sérieusement ébranler la confiance en soi. Cela crée un cercle vicieux : plus le stress lié à l'argent augmente, moins on est capable de prendre des décisions financières éclairées, ce qui empire encore la situation. Résultat : on se sent encore plus bloqué, et les soucis continuent de s'accumuler.

✓ Bonnes pratiques pour renforcer son autonomie et viser l'indépendance financière :

Apprendre les bases de la gestion financière : maîtriser le budget, l'épargne et l'investissement est un premier pas indispensable.

Fixer des objectifs clairs : avoir des objectifs financiers précis et établir un plan pour les atteindre permet de structurer ses efforts et de rester motivé.

Réduire les dettes : priorisez le remboursement des dettes avec les taux d'intérêt les plus élevés pour libérer de l'espace dans votre budget et diminuer le stress.

Créer un fonds d'urgence : mettez de côté un fonds pour gérer les imprévus et éviter les situations de crise financière.

Diversifier ses sources de revenus : chercher des activités secondaires ou des investissements pour ne pas dépendre d'une seule source de revenus.

En adoptant ces mesures, on se donne les moyens de mieux gérer les imprévus et de réduire les tensions liées à l'argent et le stress financier.

Éviter le surendettement

Imaginez commencer chaque journée avec la pression constante des dettes. Le surendettement, c'est une réalité qui piège des milliers de personnes dans un cycle de créances qu'elles ne peuvent plus rembourser. Né dans les années 1980, ce terme ne parle pas seulement de manque d'argent, il reflète une société où le crédit, qui devait aider, devient un piège pour les plus vulnérables.

Autrefois perçu comme une dérive de la société de consommation, le surendettement est aujourd'hui le symptôme de conditions de vie qui se dégradent. Il ne touche pas seulement les plus pauvres, mais traverse toutes les couches sociales, révélant des fractures professionnelles et familiales. Et ce n'est pas qu'un problème économique ! C'est aussi une cause d'exclusion sociale, plongeant ceux qui en souffrent dans la précarité et l'isolement.

Les principales causes du surendettement

Les accidents de la vie peuvent frapper à tout moment et bouleverser complètement un équilibre fragile. Perte d'emploi, maladie, séparation ou divorce sont autant de coups durs qui, pour plus de 30 % des personnes surendettées, marquent le début d'une spirale financière difficile à maîtriser.

Ces imprévus font voler en éclats la stabilité financière et plongent de nombreuses familles dans l'incertitude.

Dans notre société, la tentation de vivre au-dessus de ses moyens est amplifiée par les réseaux sociaux et leurs influenceurs, qui exposent des images de luxe, du « bling-bling » et des vies idéalisées. Cela pousse à dépenser toujours plus pour se conformer à des standards inaccessibles. Les publicités subtilement intégrées dans ces flux renforcent encore cette pression sociale.

La surconsommation et l'usage excessif du crédit deviennent des pièges invisibles. Pour certains, acheter permet de renforcer leur estime de soi ou de construire une identité. Mais derrière ces achats se cache souvent une réalité sombre... celle d'une vie financée à crédit, où les dettes s'accumulent sans qu'on s'en rende compte.

Il y a aussi ceux qui luttent chaque mois pour finir les fins de mois. Avec des revenus insuffisants et une gestion difficile du budget familial, c'est l'engrenage. Ce type de surendettement, souvent qualifié de structurel ou passif, reflète des charges financières trop lourdes par rapport aux ressources disponibles. Pour ces familles, chaque dépense devient un dilemme et chaque facture, une source d'angoisse.



ZOOM SUR...

Les chiffres clés du surendettement des ménages

134 803 dossiers de surendettement ont été déposés en 2024
soit une augmentation de 10,8 % par rapport à l'année précédente.

83 % sont des personnes âgées de 25 à 64 ans

25 % des personnes surendettées étaient à la recherche d'un emploi

20 % des ménages surendettés étaient des familles monoparentales

En savoir plus sur le surendettement des ménages

► <https://www.banque-france.fr/fr/publications-et-statistiques/statistiques/enquete-typologique-sur-le-surendettement-des-menages-en-2024>

✓ Bonnes pratiques pour éviter le surendettement² :

Pour éviter le surendettement, il est important de gérer son budget avec rigueur et de ne pas contracter trop de crédits. Voici quelques conseils :

Tenez un budget mensuel en notant toutes vos dépenses et revenus.

N'hésitez pas à renégocier vos crédits pour obtenir de meilleures conditions.

Évitez les crédits à la consommation et les découverts bancaires coûteux.

Anticipez les dépenses imprévues en constituant une épargne de précaution.

Il est essentiel de mettre en place des habitudes de gestion financière et d'adopter certains réflexes préventifs :

- 1 ► Établir et respecter un budget** : classez vos dépenses et établissez un plan en fixant des montants maximums pour chaque catégorie de dépenses, allouant une partie de vos revenus à l'épargne, priorisant le remboursement des dettes avec les taux d'intérêt les plus élevés.
Adaptez votre budget en fonction des changements (variations entre les revenus et les dépenses imprévues). Faites la chasse aux dépenses non nécessaires et aux frais superflus et adapter votre mode de vie en accord avec vos revenus actuels est important pour maintenir une stabilité financière.
- 2 ► Limiter l'accès au crédit à la consommation** : ne contractez des crédits que pour les achats essentiels et non pour des loisirs ou dépenses courantes. Il convient de prêter attention aux limites des cartes de crédit. Pour ne pas payer des frais d'intérêt élevés, il est préférable de payer le solde en totalité à chaque échéance. Si des crédits doivent être souscrits, la comparaison des offres est indispensable pour bénéficier des taux d'intérêt les plus bas. Dans la mesure du possible, évitez les crédits revolving qui peuvent entraîner des coûts élevés sur le long terme.
- 3 ► Élargir ses connaissances financières** : l'éducation financière joue un rôle crucial dans la gestion des finances et la prévention du surendettement. Par exemple en maîtrisant les principes de base du budget (apprendre à établir un budget réaliste, connaître ses ressources financières pour mieux contrôler ses dépenses et éviter les dettes excessives), vous apprendrez à limiter les comportements impulsifs et développerez une gestion saine de vos finances.
- 4 ► Construire une épargne de précaution** : elle vous permettra de faire face aux imprévus sans avoir à recourir au crédit. L'objectif est de constituer une épargne couvrant 3 à 6 mois de dépenses essentielles.
- 5 ► Gérer les imprévus** : les imprévus peuvent vite transformer une situation financière sous contrôle en un cercle de surendettement. Outre la constitution d'une épargne d'urgence, il est intéressant de prévoir

2. Source : « Approche sociologique des causes du surendettement » par Bruno Hautenne dans Pensée plurielle 2014/3 (n° 37)

des solutions alternatives comme l'adhésion à des assurances adaptées (santé, chômage, auto).

6 ➤ Suivre ses comptes : consulter ses comptes régulièrement permet de suivre l'évolution de ses finances, d'éviter les dépenses excessives et de gérer son budget de manière proactive. Vous pourrez aussi repérer d'éventuelles erreurs de prélèvement, des frais excessifs ou des opérations non autorisées.

Dans tous les cas, il est important d'agir dès les premiers signes de difficulté : découvert fréquent, factures impayées, accumulation de dettes... en sollicitant, par exemple, un accompagnement gratuit et confidentiel via les Points Conseil Budget ou le CCAS. Plus vous réagissez tôt, plus il sera facile d'éviter une situation critique.

L'indépendance financière au sein du couple

Comme le rappelle la Fondation des Femmes dans son rapport sur la dépendance économique paru en 2023, « *les structures conjugales et familiales ont changé* :

- *Les séparations sont de plus en plus fréquentes*
- *Le mariage (seul régime donnant droit aux pensions de réversion et à l'héritage) est en net recul (26 % des couples sont en union libre ou pacsés³)*
- *Même mariées, de plus en plus de personnes optent pour l'individualisation des biens et le régime de la séparation⁴*

Tous ces éléments participent à des écarts de patrimoine entre femmes et hommes qui s'aggravent. Lorsque les prestations et aides sociales dont une femme peut bénéficier sont diminuées, voire supprimées, parce que son conjoint gagne « trop » d'argent ou parce qu'elle est à nouveau en couple, l'État contribue à son appauvrissement ou la prive des moyens de son indépendance actuelle et future ».

3. Source : « *Les couples en union libre plus jeunes, moins riches mais plus égalitaires que les couples mariés* », lemonde.fr, 21 novembre 2017)

4. Source : *L'individualisation des patrimoines accentue les inégalités entre les femmes et les hommes*, Marion Leturcq, Nicolas Frémeaux, INED, 2020)



Le saviez-vous ?

Pour de nombreuses prestations sociales et minima sociaux individuels, c'est l'ensemble des ressources du foyer qui est pris en compte pour déterminer l'éligibilité et le montant de l'aide.

C'est le cas pour la prime d'activité ; le revenu de solidarité active (RSA) ; l'aide personnalisée au logement (APL) ; l'assurance vieillesse pour les parents au foyer (AVPF) ; les pensions de réversion du privé ; l'allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA) ; les prestations familiales ; l'allocation de solidarité spécifique (ASS) ; l'allocation supplémentaire d'invalidité (ASI) ; la complémentaire santé solidaire ; l'allocation pour demandeur d'asile (ADA) ou encore l'aide juridictionnelle (AJ).

Le fait que certaines prestations sociales soient calculées en fonction des revenus du conjoint renforce la dépendance économique des femmes.

Le Revenu de Solidarité Active (RSA), la prime d'activité et l'Aide Personnalisée au Logement (APL), par exemple, sont basés sur les revenus du couple, ce qui ne correspond plus à la réalité moderne où de nombreux couples préfèrent gérer des budgets séparés.

Certaines prestations comme les pensions de réversion ou l'Allocation de Soutien Familial (ASF) sont également impactées par la situation conjugale des femmes. Si une femme veuve ou une mère célibataire se remet en couple, elle risque de perdre ces aides, ce qui la maintient dans une situation économique précaire ou dépendante, comme le souligne la Fondation des Femmes.

L'imposition conjointe et ses effets pervers

Le système fiscal français, basé sur la conjugalisation de l'impôt, peut pénaliser les femmes. Pendant longtemps, en combinant les revenus des 2 conjoints pour le calcul de l'impôt, ce système a favorisé ceux qui perçoivent des revenus plus élevés, généralement les hommes. Les femmes se retrouvaient souvent à payer plus d'impôts que si elles étaient célibataires, ce qui décourageait leur participation au marché du travail.

L'Insee a démontré en 2019⁵ que le taux d'imposition des hommes sous le régime de conjugalité baissait de 13 points en moyenne grâce au revenu inférieur de leur conjointe, tandis que celui des femmes augmentait de 6 points si l'on compare avec ce qu'elles paieraient si elles étaient célibataires.

Il est important de préciser que l'imposition peut être répartie de manière plus équitable entre les membres d'un couple. Et d'ailleurs, désormais, le taux « individualisé » est appliqué par défaut, mais il reste possible d'opter pour un taux personnalisé de l'impôt.

Comment fonctionne le taux individualisé ?

- **Taux individualisé** : appliqué par défaut depuis le 1^{er} janvier 2025, il permet de répartir l'impôt en fonction des revenus de chacun. Le membre du couple ayant le revenu le plus faible se verra appliquer un taux inférieur, voire nul. L'autre membre, avec le revenu plus élevé, aura un taux plus important, mais toujours inférieur à ce qu'il aurait payé en étant imposé seul.
- **Taux personnalisé** : ce taux répartit l'impôt de manière égale mais pas forcément équitable, sans tenir compte des différences de revenus entre les deux membres du couple.

Avantages du taux individualisé

- **Équité fiscale** : cette option est plus équitable car elle tient compte des revenus respectifs des deux membres du couple.
- **Adaptation aux revenus** : permet aux personnes ayant des revenus plus faibles, souvent les femmes, de bénéficier d'un taux de prélèvement représentatif de leurs revenus.

En conclusion, le taux individualisé permet d'assurer l'équité fiscale au sein du couple.

5. Sources : "L'imposition conjointe des couples mariés", Insee références, édition 2019 ; Rapport de la Fondation des Femmes sur la dépendance économique, 2023 : <https://fondationdesfemmes.org/fdfcontent/uploads/2023/02/FDF-rapport-dependance-economique.pdf>

Atteindre l'indépendance financière : je relève le défi !

Atteindre l'indépendance financière et améliorer sa qualité de vie ne sont pas le fruit du hasard mais le résultat d'une stratégie consciente et structurée. La planification financière est le processus qui permet de transformer ses ressources en instruments de liberté, et non en source de stress. Accéder à l'indépendance financière peut demander de surmonter certains défis, mais chaque étape est une opportunité d'apprendre et de progresser.

La planification financière personnelle et individuelle

La planification financière personnelle est un processus qui consiste à optimiser votre situation financière et votre patrimoine pour atteindre l'indépendance financière et concrétiser vos projets.

Suivre les quatre étapes clés suivantes vous permettra d'atteindre le meilleur équilibre possible entre qualité de vie et indépendance financière :

- **L'analyse de la situation (où en sommes-nous et où en suis-je ?)**. Cette étape a pour objectif d'analyser la situation de la famille et de l'individu afin de bien comprendre tous les éléments qui en font partie. La complexité de cette analyse consiste à mettre en évidence les forces et les faiblesses de la situation financière. C'est aussi un moyen de sensibiliser l'individu à ses objectifs à court, moyen et long terme.
 - **Je fais le point sur ma situation personnelle** en faisant l'inventaire de mes revenus, de mes charges individuelles, des charges du couple ou de la famille que je finance et surtout des crédits en cours et de la charge de remboursement qui m'incombe et qui incombe au budget commun.
 - **Je fais le point sur le patrimoine immobilier, mobilier et financier** (investissements, livrets, PEA, assurances-vie...) détenu en commun et les patrimoines de chaque membre du couple. Cela me permettra d'orienter ensuite mes choix d'investissement pour rétablir d'éventuels déséquilibres et corriger certaines disparités.
 - **J'élabore un budget** en reprenant, chaque mois, l'ensemble de mes revenus et toutes les charges et dépenses mensuelles en distinguant les dépenses communes et mes dépenses propres. Pour plus de facilité, je les décompose en dépenses fixes, dépenses courantes et dépenses occasionnelles.

➤ **La détermination des objectifs individuels, familiaux et professionnels (où voulons-nous aller ?).** À cette étape il convient d'établir des priorités et dessiner l'avenir désiré. Il conviendra d'établir de la façon la plus précise possible des objectifs à court terme (horizon des 12 prochains mois), moyen terme (entre 1 et 5 ans) et long terme (jusqu'à 20, 25 ans...voire plus !). L'objectif commun à tous, et donc le plus important, est l'atteinte de la retraite dans les meilleures conditions possibles. Souvent négligée, en début de carrière, il est important d'être conscient que la retraite doit se préparer très à l'avance et individuellement au risque de devoir reporter son départ et de se serrer la ceinture...

➤ **Je me constitue prioritairement une épargne de précaution** pour faire face aux aléas de la vie et aux dépenses imprévues. Cette enveloppe peut représenter jusqu'à 6 mois de revenus. Elle me permettra de financer l'achat ou la réparation d'un véhicule, de financer des travaux de rénovation ou d'aménagement dans un logement, voire, en cas de séparation ou de divorce, de financer la location d'un nouveau logement et de faire face à de nouvelles dépenses. Cette épargne doit être facilement et rapidement disponible.

➤ **Je me renseigne sur le niveau de ma future retraite** afin de prendre conscience du montant que j'aurai réellement pour vivre, sans tenir compte de la retraite de mon conjoint.

➤ **J'élargis ma réflexion** en définissant des projets à court terme (moins d'1 an), à moyen terme (entre 2 et 5 ans) et à long terme (supérieurs à 5 ans).

➤ **Le choix des moyens d'action (comment y arriver ?).** À ce stade, il est important de se faire accompagner afin de définir un plan d'action qui permettra d'atteindre les objectifs fixés (déterminer les montants d'assurance-vie requis et choisir les bonnes garanties pour couvrir les risques d'invalidité, de décès ou de dépendance afin de garantir une qualité de vie acceptable à la famille survivante en cas d'aléas, estimer les montants à investir, établir un portefeuille de placements respectant la personnalité de chacun et ses objectifs, choisir les produits financiers adaptés, préparer sa transmission).

➤ **Le contrôle de la gestion (qu'ai-je accompli ?).** Évaluer sa gestion de manière proactive régulièrement est primordial en analysant l'efficacité des actions mises en place mais également pour évaluer si les objectifs ont été atteints.

Ce processus dynamique et continu, une fois enclenché, réduit l'incertitude face à l'avenir financier.

La planification financière doit se faire à deux niveaux : au niveau du couple et au niveau de chaque conjoint. Cette démarche doit être concertée et coordonnée afin que chacun.e soit serein.e.



Il est indispensable que chaque conjoint ait sa propre stratégie d'épargne et d'investissement en fonction de ses objectifs, de ses connaissances, de sa culture financière, de son aversion au risque, de son expérience, de ses aspirations (épargne utile, durable).

- Se constituer sa propre épargne de précaution (livret A, assurance-vie)
- Préparer sa retraite à titre individuel (assurance-vie, PER)
- Epargner pour ses projets (étude des enfants, achat de bien immobilier...)
- Préparer sa transmission et sa succession : éviter les schémas consistant à attribuer les biens structurants le plus souvent aux hommes, et en particulier à l'aîné des garçons. En cas de donation, procéder de manière identique envers filles et garçons.

Pour mener à bien ce processus et profiter pleinement de ses effets, il est important d'être accompagné par différents experts tels qu'un notaire, un avocat fiscaliste, un expert-comptable pour les indépendants et bien sûr, par un spécialiste de la protection sociale qui saura prendre en compte vos objectifs et votre situation personnelle pour vous conseiller et proposer des solutions en termes de placement et d'assurance de personnes.



Pour aller plus loin

- **Nouveau Regard sur la Transmission - ANPERE 2025**
- **Consultez le site Notaire de France**
<https://www.notaires.fr/fr>
- **Si vous souhaitez anticiper la transmission de votre patrimoine et discuter des droits de succession ou de donation, consultez la page dédiée sur Service Public.**
<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N31160>

Des plateformes comme Happy End permettent de formuler vos souhaits en matière d'obsèques, d'enregistrer vos volontés et de les partager avec vos proches. C'est aussi l'occasion de transmettre vos souvenirs et votre histoire à ceux qui vous sont chers.

<https://www.happyend.life/janticipe-mon-depart/>

“ *Une seule famille généreuse et humaine suffira
pour faire naître dans la nation ces mêmes vertus.* ”

Conficius – Sagesses

2008015-1025

