



## GÉRER SES FINANCES EN COUPLE

### Explorez la prise de décisions financières et les ressources à votre disposition.

En tant que couple, il est important d'avoir un dialogue sur les finances et la façon dont vous prenez les décisions financières ensemble. Cela est d'autant plus vrai lorsque vous devez faire face à des défis uniques liés au mode de vie militaire, tels que les déménagements fréquents vers une nouvelle affectation, les déploiements ou la transition vers la vie civile. Discuter de l'argent et de vos objectifs financiers peut vous aider à vous rapprocher comme couple et à prévenir les difficultés financières à l'avenir.

Les questions financières peuvent contribuer à la fin d'une relation, y compris le divorce. Il est donc crucial d'aborder ces questions dès le début de la vie de couple.

Le continuum des relations intimes explore la manière dont les couples des FAC peuvent gérer leurs finances et montre comment les décisions financières peuvent se présenter dans les différentes zones, allant de saines à difficiles, en passant par malsaines et violentes.

Par exemple, dans une relation saine, un couple est transparent et partage les ressources financières et les décisions. Dans une relation en difficulté, les décisions financières peuvent être prises de manière unilatérale et faire l'objet d'une remise en question. Dans une relation malsaine, les dépenses peuvent être limitées ou l'information financière contrôlée. Dans une relation abusive, un ou une partenaire peut déplacer de l'argent à l'insu de l'autre ou lui en interdire l'accès. Vous pouvez en savoir plus sur les abus financiers et économiques en consultant les ressources ci-dessous.

#### Stratégies pour discuter des finances en couple

Bien qu'il puisse être difficile de savoir par où commencer, aborder le thème des finances à deux est une étape essentielle de toute relation saine. Il est aussi important de reconnaître que vous et votre partenaire pouvez avoir des points de vue différents, des expériences divergentes en matière d'argent et la façon dont vos familles ont abordé la question des finances pendant votre enfance.

Trouvez un moment calme où vous pourrez échanger sans distraction. Au cours de votre discussion, essayez également de vous concentrer sur l'avenir, par exemple :

- **Une réinstallation est-elle prévue?** Dans l'affirmative, discutez des implications financières pour la famille. Comment allez-vous gérer les finances si l'un des partenaires se retrouve au chômage en raison de la réinstallation?

- **Un déploiement est-il envisagé?** Si c'est le cas, quel sera l'impact sur les revenus du membre des FAC, le cas échéant? Comment gérerez-vous vos finances pendant l'affectation? Avez-vous tous les deux un accès partagé aux comptes?
- **Une transition ou une retraite est-elle prévue?** Quelles mesures pouvez-vous prendre dès maintenant pour être sur la bonne voie?
- **Si vous avez des enfants ou envisagez d'en avoir, posez-vous les questions suivantes :**
  - Comment les responsabilités en matière de services de garde seront-elles réparties et quels sont les coûts prévus?
  - Quel type de services de garde répond aux besoins de votre famille?
  - Si l'un des partenaires reste à la maison pour assurer la garde des enfants, quel sera l'impact sur les revenus de votre famille?
    - Envisagez-vous d'ouvrir un service de garde à domicile pour aider d'autres familles de militaires, tout en gagnant un revenu familial?
  - En cas de besoins inattendus en matière de garde d'enfants, tels qu'un déploiement, une urgence ou une fermeture d'école, disposez-vous d'un plan d'urgence? Avez-vous créé un plan de garde familial?

Parler d'argent peut susciter des émotions, et vous pouvez vous sentir dépassés ou même sur la défensive lorsque vous discutez de vos finances ou de vos dépenses. Veillez à faire des pauses si nécessaire et à suivre les étapes d'une communication saine.

### **En tant que couple faisant partie de la communauté militaire, où pouvons-nous obtenir de l'aide?**

La Financière SISIP fournit un éventail de solutions adaptées aux besoins en constante évolution des couples faisant partie de la communauté militaire et de leurs familles, y compris des conseils financiers. Elle encourage les membres des FAC et leur partenaire à y avoir recours conjointement.

Appuyons nos troupes offre des bourses et des prêts pour vous aider, vous et votre famille, à faire face à une situation de détresse financière immédiate.

## **APPRENDRE D'AVANTAGE.**

