

Pour publication immédiate  
15 novembre 2010

## 12 conseils pour dépenser intelligemment durant les Fêtes

**Saint John (N.-B.)** -- Credit Counselling Services of Atlantic Canada (CCSAC) offre des conseils à l'occasion de la période des Fêtes.

« Nous avons toujours insisté pour dire qu'il faut commencer à planifier les dépenses des Fêtes un an à l'avance, mais nous savons aussi que ce n'est pas toujours le cas, explique John Eisner, président de Credit Counselling Services of Atlantic Canada. Nous tenions à offrir ces conseils aux consommateurs afin qu'ils puissent profiter des Fêtes en évitant de tomber dans la déprime en janvier! »

« Nos conseillers en crédit ont puisé ces conseils à même leur expérience d'aide aux consommateurs pour la période des Fêtes », indique Tamara Kelly, directrice de l'éducation. Voici ces conseils :

1. Commencez tôt; planifiez votre budget-cadeau sur une base mensuelle.
2. Faites une liste et révisiez-la deux fois; résistez à l'envie d'acheter plus que ce que vous avez prévu.
3. Établissez votre plan de dépenses (budget); incluez-y les cadeaux, les divertissements et l'épicerie.
4. Payez en argent comptant; évitez la tentation du crédit.
5. Faites le suivi de vos dépenses.
6. Faites un inventaire de ce que vous avez déjà acheté (cadeaux et décorations).
7. Pensez à des piges de noms ou à des cadeaux faits main pour les amis et les proches.
8. Réutilisez les sacs-cadeaux.
9. Échangez des aliments faits maison avec des amis; vous augmentez ainsi la variété sans devoir tout cuisiner vous-même.
10. Pensez à échanger vos points privilèges contre des chèques-cadeaux.
11. Sortez et allez profiter des décorations lumineuses, des chorales locales et de l'arbre communautaire (tout cela est gratuit).
12. Commencez à planifier pour l'an prochain!

Credit Counselling Services of Atlantic Canada, Inc. (CCSAC) est un organisme enregistré à but non lucratif qui fournit des services confidentiels et de professionnels en matière de sensibilisation au crédit et de programmes de remboursement de dettes aux familles et aux personnes qui en ont besoin. Votre santé financière est le gage de notre succès! Créé en 1994, CCSAC possède plusieurs bureaux dans les provinces de l'Atlantique. Suivez-nous sur Twitter @SolveYourDebts.

---30---

Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec :  
Tamara Kelly [tamara@solveyourdebts.com](mailto:tamara@solveyourdebts.com)  
Directrice de l'éducation 888-753-2227 ext 219