

# VIVRE AVEC SES DETTES ET...?

AIDE ET CONSEILS - ADRESSES



*Les ficelles  
du budget*

# VIVRE AVEC SES DETTES

Lorsque l'on doit vivre avec un revenu modeste qui permet difficilement de couvrir les besoins de base et de payer les charges courantes, que faire de ses dettes ?

Cette réalité peut être liée à une séparation, à une maladie, à une perte d'emploi ou à une naissance... Il ne reste alors généralement pas d'argent pour régler les dettes.

Dans ces situations, les services spécialisés de désendettement déconseillent d'entreprendre un assainissement ou une faillite personnelle.

En effet, si votre revenu correspond au minimum vital d'existence, il est difficile et souvent impossible de réserver une somme pour rembourser ses dettes. Mais alors, que faire lorsque l'on a des dettes et pas les moyens de les payer ?

## A. FAIRE UN BUDGET

### 1. Avec vos ressources

- Privilégier certains paiements : loyer, électricité, gaz, cotisations d'assurance-maladie, pension alimentaire, frais médicaux
- Réserver une somme pour l'alimentation
- Ne prendre des arrangements avec vos créanciers que si le paiement des charges courantes et le poste alimentation sont garantis.

### 2. Travail sur le budget

- Examiner au plus près chaque poste du budget
- Avoir une vision globale de ses dépenses mensuelles (par exemple noter toutes les dépenses)
- Résilier les contrats d'assurances qui ne sont pas nécessaires: assurance complémentaire, assurance vie, assurance accident, ...
- Eviter de faire de nouvelles dettes
- Il y aura peut-être des choix difficiles à faire : par exemple, si vous détenez une voiture ou si vous remboursez un crédit...

### 3. Demander conseil aux services sociaux

- Avez-vous droit à des subsides pour vos primes d'assurance maladie, à une allocation logement, à une bourse, à une allocation d'études ou d'apprentissage ?

- Avez-vous droit à des prestations d'assistance, des prestations complémentaires (PC) ?
- Pouvez-vous solliciter une remise d'impôts ?
- Pouvez-vous bénéficier d'une aide pour : les franchises et les participations aux frais médicaux, les frais dentaires, les camps scolaires des enfants, un déménagement... ?
- Votre commune propose t-elle des prestations sociales ?

## B. BLOQUER L'ENDETTEMENT

- Remplir sa déclaration d'impôts afin d'éviter une taxation d'office, une amende et perdre le droit à des prestations sociales. Il existe des lieux qui le font pour un coût modeste (dans votre commune, à l'AVIVO, les centres d'action sociale de votre quartier).
- Eviter les achats où l'on peut payer par acomptes et les achats par correspondance, afin de ne pas déséquilibrer votre budget courant.
- Veiller à ne pas signer de reconnaissance de dette et autres arrangements par acomptes. Ne pas se laisser influencer par le ton utilisé par les créanciers. Une attitude moralisatrice n'est pas acceptable.
- Ne pas faire de crédit, prêt privé, etc.
- Annuler ses cartes de crédit et ses cartes clients.

## C. GELE SES DETTES

- Informer, par écrit, vos créanciers de votre situation financière actuelle.
- En cas d'emprunt à des tiers, faites-leur part de l'incapacité de remboursement dans laquelle vous êtes pour que vos liens, voire amitiés, ne soient pas mis en péril.
- Si l'Office des poursuites vous adresse un courrier, allez chercher le recommandé.
- Si vous avez des actes de défaut de biens, les intérêts sont bloqués. Sachez que vous pouvez racheter ces créances au moment où votre situation financière s'améliore. *Voir dépliant Dettes pour plus d'informations.*
- Dans le cas où votre situation financière s'améliore, adressez-vous à un service social spécialisé. *Voir adresses en dernière page.*

# ADRESSES

## Conseils budget

Centre social protestant (CSP) Genève - Service social  
Rue du Village-Suisse 14 - CP 171 - 1211 Genève 8 - [www.csp-ge.ch](http://www.csp-ge.ch)  
T 022 807 07 00

Caritas Genève  
Rue de Carouge 53 - 1205 Genève - [www.caritas-geneve.ch](http://www.caritas-geneve.ch)  
T 022 708 04 44

Le service social de votre commune

Hospice Général (HG) - Unité information et prévention  
Cours de Rive 12 - CP 3360 - 1211 Genève 3 - [www.hg-ge.ch](http://www.hg-ge.ch)  
T 022 420 52 60

Fédération romande des consommateurs (FRC)  
Section Genève - Place de la Synagogue 2 – 1204 Genève  
Horaire du bureau: lundi 13h30 à 16h30 et jeudi de 9 h00 à 12 h00  
T 022 781 25 79  
Permanence FRC-Conseil au 0900 57 51 05 (CHF 2.85 la minute)  
Pour les membres au 0848 57 51 05 (tarif normal)

## Lieux de vente de seconde main

Boutiques de seconde main du Centre social protestant

Rue de la Mairie 15 - 1207 Genève	T 022 736 45 81
Rue du Môle, - 1201 Genève	T 022 731 65 41
Boulevard Carl-Vogt 34 -1205 Genève	T 022 328 22 04
Rue de Carouge 37- 1205 Genève	T 022 329 32 50

Brocantes «La Renfile»

Chemin de la Cartouchière 7-9 - 1228 Plan-les-Ouates	T 022 794 55 40
Rue Alphonse-Large 19 - 1217 Meyrin	T 022 341 13 02

Retrouvez aussi l'ABC des mesures d'économie sur le site de Dettes Conseil Suisse  
[www.dettes.ch](http://www.dettes.ch) > à la rubrique Tuyaux

## Liens internet

[www.frc.ch](http://www.frc.ch)  
[www.ciao.ch](http://www.ciao.ch)  
[www.dettes.ch](http://www.dettes.ch)