

ARRIVÉE D'UN ENFANT, COMMENT S'ORGANISER AU QUOTIDIEN POUR FAIRE DES ÉCONOMIES

En partenariat avec



n° **12**
OCTOBRE 2019



L'arrivée d'un enfant bouscule l'organisation du quotidien et implique une reconsidération de l'équipement de la maison.

Dans un contexte où la société se charge d'offrir pléthore de possibilités de consommer, l'arrivée d'un enfant peut être source de frais supplémentaires qui peuvent vite devenir surdimensionnés par rapport aux budgets des familles... L'arrivée d'un enfant fait ainsi partie des fameux « événements de la vie » identifiés comme charnières pour les démarches commerciales. A contrario, de nouveaux modèles émergent en lien avec l'économie collaborative et le développement durable. Tout cela peut impacter assez sensiblement le budget familial de manière positive ou négative.

En dehors des frais d'équipement qui peuvent vite être importants, de nouvelles dépenses régulières apparaissent, principalement les trois premières années de l'enfant.

Le matériel coûte souvent cher pour une durée de vie et d'utilisation limitée dans le temps. Les normes évoluent régulièrement, entraînant parfois de la confusion entre ce qu'il est recommandé ou non d'acheter. Entre souhait de disposer du meilleur pour son enfant, performance, écologie, gadget ou choix, quels repères sont nécessaires pour faciliter le nouveau quotidien de parent ?

QUEL NOUVEAU BUDGET ?

« 490 € par mois, c'est le budget moyen consacré à un tout-petit (de 0 à 6 mois)¹ ». Mais même en essayant d'anticiper, 35 % des parents interrogés lors de l'étude considèrent qu'ils avaient sous-estimé le budget nécessaire. Des dépenses qui nécessitent « des arbitrages de consommation et un ajustement du mode de vie », souligne l'étude.

1. Etude Ipsos 2017 pour l'Observatoire E. Leclerc des Nouvelles Consommations

ARRIVÉE D'UN ENFANT

TRUCS ET ASTUCES

COMMENT S'ORGANISER AU QUOTIDIEN
POUR FAIRE DES ÉCONOMIES

n°12 | OCTOBRE 2019

LE PETIT + DE LA CONSEILLÈRE

Certaines charges tombent ponctuellement dans l'année et peuvent déséquilibrer le budget mensuel. La mensualisation facilite la gestion.

BON À SAVOIR

De nombreux outils de gestion budgétaires existent pour guider ce travail de mise à plat. Que ce soit des applications mobiles, des feuilles de tableur, ou bien des cahiers de gestion par exemple, ils permettent d'établir les budgets mensuels ou annuels ou d'effectuer un suivi de compte détaillé.

Bien connaître son budget actuel permet de mieux se projeter après l'arrivée du bébé. Il est possible ensuite de procéder en différentes étapes :

Appréhender le nouveau budget :

- Des dépenses seront à ajouter, pour certaines ponctuelles mais plusieurs seront régulières telles que le change, les repas du bébé, les vêtements, la garde de l'enfant, les imprévus... D'autres pourront diminuer (exemple : les impôts).
- Des ressources supplémentaires pourront apparaître (prestations familiales en fonction du nombre d'enfants et des ressources des parents, droit éventuel à une aide au logement...). D'autres sont susceptibles de diminuer, voire disparaître, en fonction des choix de la famille (congé parental, changement de travail...).

Organiser et programmer les dépenses en fonction :

- du budget actuel ;
- des ressources actuelles et à venir ;
- des besoins selon les périodes.

Anticiper les dépenses ponctuelles

(matériel ou aménagement du domicile) en les identifiant et en les chiffrant, même de manière approximative.

Cette projection permet d'être prêt et d'optimiser la gestion en achetant les différents équipements au fur et à mesure, en prenant le temps de comparer, de profiter des meilleures offres tarifaires, d'optimiser ses priorités, d'anticiper son financement.

Penser à « l'après » des équipements ne servant plus :

revendre ou donner = un gain financier et un logement moins encombré !





LE PETIT + DE LA CONSEILLÈRE

Établissez un tableau listant le matériel nécessaire, les critères de choix, les possibilités d'achat neuf ou d'occasion et le prix, ou bien si le matériel est prêté ou donné, et les remarques éventuelles.

LE MATÉRIEL À PRÉVOIR POUR L'ARRIVÉE DU BÉBÉ

Neuf ou de seconde main, achat en magasin, en brocante ou en ligne, location, prêt... les options sont nombreuses pour se procurer les accessoires nécessaires à l'enfant. Comment s'y retrouver entre la multitude d'articles qui sont proposés, les recommandations des uns et des autres ou encore l'envie de minimiser les coûts tout en se faisant plaisir ?

Pour faire des acquisitions éclairées, prenez le temps de la réflexion. Les meilleurs choix seront ceux qui conviendront le mieux à votre situation, mais aussi à la santé, à la sécurité – vérifier les normes- et au bien-être de votre enfant.

Pour vous aider à aller plus loin dans vos réflexions d'acquisition :

- ➔ Quel est le rapport entre le coût et la durée d'utilisation des équipements de puériculture (lit, poussette, transat...)?
- ➔ Pourront-ils être utilisés pour un second enfant ? Où seront-ils stockés ? Du matériel de seconde main, ou de location, pourrait-il vous convenir ? Qu'est-ce que chaque matériel envisagé peut apporter à votre enfant ?
- ➔ Le matériel envisagé sera-t-il confortable pour vous, facile et pratique à utiliser ?
- ➔ Le matériel envisagé respecte-t-il le développement, l'âge, la santé et la sécurité de votre enfant ? Par exemple : attendre que l'enfant soit capable de se tenir assis pour l'installer dans une chaise haute ...
- ➔ Est-ce que le matériel est bien utilisé dans sa fonction première ? Par exemple : le siège coque est conçu pour transporter le tout-petit en voiture. En dehors du transport, son usage comme relax, comme « lit » ... est souvent déconseillé,
- ➔ À combien s'élève votre budget pour les achats occasionnés par la naissance ?

BON À SAVOIR

Les nouvelles recommandations ne prévoient plus de tour de lit !

LE PETIT + DE LA CONSEILLÈRE

Les promotions ne sont pas rares, rester en veille peut permettre de faire des économies, en calculant le nombre de paquets en fonction de l'évolution de votre enfant et ses besoins. N'investissez pas trop dans les couches de petites tailles, elles peuvent vite être trop petites...

Le couchage

Il existe une multitude de solutions pour le couchage permanent ou temporaire comme par exemple : lit d'enfant, évolutif ou non, berceau, lit cododo, transat, lit nomade quelle qu'en soit la forme (gonflable, hamac, toile de tente, pliant...).

Voici quelques critères de choix :

- le confort et la sécurité ;
- le prix ;
- la durée de vie (un petit espace de couchage convient sur une courte période de croissance) ;
- l'espace disponible dans la pièce du couchage ;
- la praticité : transport, poids ;
- la modularité : certains équipements peuvent être évolutifs ;
- le goût et les pratiques familiales : un berceau ou un lit transmis d'une génération à l'autre.

L'hygiène

Les couches et autres produits de toilettes sont également une dépense quotidienne non-négligeable.

Concernant les couches et les questions à se poser...

- **Quel est le poids de votre enfant et non son âge**, car la corpulence est très variable d'un enfant à un autre...
- **Quel type de couche adopter ?** Classique, d'apprentissage (que l'on enfle comme une culotte) ou couche-maillot jetable ? Jetables ou lavables, classiques, écologiques, et/ou écoresponsables ?
- **Quel coût ?** Le prix de la couche classique à l'unité varie de 15 centimes à 40 centimes. En fonction de l'âge de votre enfant, vous utiliserez entre 8 et 10 couches par jour soit en moyenne 4 340 couches jusqu'à l'âge de 3 ans. Un budget total de 651 € à 2604 € pour 3 ans (18 € à 72 €/mois).



ASTUCE

pour savoir quelles sont les économies réalisées, on peut comparer le prix des couches à l'unité

Les couches lavables coûtent environ 20 à 30 € pièce et il faut en compter une dizaine pour démarrer soit 300 €. Si cette solution représente un investissement immédiat, elle s'avère économique sur le long terme.

A noter que l'usage des couches lavables demande du temps et de la pratique. Toutefois, les fournisseurs ainsi que de nombreux sites internet donnent des conseils pour leur utilisation et leur entretien. Il existe des entreprises qui proposent un service de blanchisserie des couches via une inscription sur internet.

Où trouver ses couches ?

- l'achat en supermarché : les marques usent d'arguments marketing pour justifier le prix à l'achat : « testées dermatologiquement, super absorbantes, hydratantes, anti fuite, meilleur prix » Ne pas hésiter à en tester plusieurs pour se faire son propre avis ;
- l'achat sur internet en grande quantité : les sites d'achat en ligne et les sites de ventes privées regorgent de packs en promotion qui peuvent faire faire des économies sur le long terme. Attention toutefois à bien anticiper la croissance du bébé et à disposer d'un espace de stockage suffisant ;
- les abonnements mensuels ;
- l'achat groupé si des proches ont des enfants du même âge.

**Le portage et la poussette**

- Le portage physiologique :

Les plus : liberté de mouvement, faible encombrement, économique, maintient bébé au chaud et au contact du porteur.

Les moins : à éviter si problèmes de dos, utilisation quotidienne peut être fatigante, utilisation limitée dans le temps (limite de poids et de taille du bébé).



→ La poussette :

Les plus : pratique pour véhiculer bébé sans se faire mal au dos, peut servir de lit d'appoint pour la sieste et de chaise bébé en promenade pour les repas, peut transporter le sac à langer de bébé et d'autres objets grâce à de nombreux rangements selon les modèles.

Les moins : peut s'avérer encombrante et lourde lorsque l'on prend les transports ou lorsque l'on a une petite voiture, coût variable mais poste de dépense non négligeable.

Critères d'aide au choix :

- prix ;
- confort d'assise ou de couchage ;
- facilité de pliage ;
- poids et gabarit (s'assurer que la poussette loge dans le coffre de la voiture ou passe la porte d'entrée de son immeuble d'habitation par exemple) ;
- modèle de ville ou tout terrain selon l'utilisation souhaitée ;
- les fonctionnalités recherchées : modulable en siège auto ou en transat.





LE PETIT + DE LA CONSEILLÈRE

Investir rapidement dans le 3 à 6 mois plutôt que dans des vêtements de naissance qui seront vite trop petits.

Les vêtements

Les questions à se poser...

Quel est son poids de naissance ? Quel âge ? Quelle saison ?

Quelle utilisation ?

Quoi et combien ?

Critères de choix :

- En fonction de son âge (les vêtements de bébé sont classés par mois : de 1 à 3, 6, 9, 12, 18, 24 mois), de la saison ou de son poids de naissance ; ainsi pour un bébé de 4 kg vous pouvez passer directement de 3 à 6 mois !...
- De quoi a-t-il besoin ? En quelle quantité ?
- Des vêtements pour **un premier et un deuxième**, ou pour un premier seulement ? Selon les marques, le prix et la qualité ne seront pas les mêmes.
- **Neufs** au supermarché, en boutique, sur internet ou **d'occasion**, dans une bourse aux vêtements, sur internet, récupérés auprès de la famille, des amis !... N'hésitez pas à panacher pour votre budget et selon vos aspirations (développement durable, économie circulaire,...) et à profiter des soldes de fin de saison.
- Quelle **qualité**, quel **modèle** ? Un vêtement de bonne qualité est celui qui ne bougera pas au lavage...

Ex : Pour les 1^{ers} mois de bébé, les pyjamas et bodys avec des boutons pressions sur le devant sont plus simples à mettre, de même que les bavoirs à scratchs ou bouton pression pour attacher plutôt qu'avec un nœud à faire.

Habiller son bébé, c'est aussi vouloir se faire plaisir : sachez repérer des petits ensembles qui vous plaisent, même d'un certain prix et faites-les vous offrir !... Souvent à la naissance, on reçoit des vêtements de petites tailles pour bébé, osez demander des tailles plus grandes (en prenant bien en compte la saison qui correspondra à l'âge en question) ou des chèques cadeau dans vos magasins coup de cœur.

LE PETIT + DE LA CONSEILLÈRE

Si vous souhaitez louer un tire-lait électrique, demandez une prescription à votre sage-femme, celle-ci est prise en charge par la sécurité sociale. La location est possible en pharmacie ou sur des sites internet.

Le stérilisateur de biberons est utilisé uniquement en cas de naissance prématurée, sinon il n'est plus recommandé.

BON À SAVOIR

Vous avez besoin d'idées recettes et de connaître les recommandations pour chaque âge, consultez le site www.mangerbouger.fr.

L'ORGANISATION AU QUOTIDIEN (REPAS, MODES DE GARDE, TRANSPORT...)**Les repas :**

Dans les premiers mois de vie, le choix de l'allaitement ou non appartient à chacune.

À noter : des dispositions particulières existent pour les mères allaitantes qui souhaitent continuer après la reprise du travail avec la possibilité de tirer son lait et de disposer de pauses allaitement en particulier lorsque qu'il y a une crèche d'entreprise.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1769>

La diversification alimentaire peut débuter à partir des 4 mois révolus de l'enfant. Le pédiatre peut conseiller les parents sur les aliments à donner et la manière de procéder.

Les plats préparés pour bébé et autres petits pots peuvent représenter un budget conséquent.

Il est possible de les réaliser soi-même et de les congeler ou de les conserver sous-vide pour pouvoir organiser ses menus. De nombreux sites internet et tutoriels proposent des recettes faciles et express.



Le transport et le voyage

En voiture, un enfant de moins de 10 ans doit être maintenu par un système homologué de retenue spécifique à son âge, son poids, sa taille et sa morphologie. (Code de la route : articles R412-1 à R412-5)

Pour l'achat d'un siège auto ou d'une nacelle, il faut vérifier que ces équipements portent la lettre E dans un cercle ce qui signifie qu'ils sont conformes à la législation européenne en vigueur (norme R44/ R129) et que le système d'attache est homologué ISOFIX. D'autre part, il est recommandé de faire voyager les enfants dos à la route jusqu'à 15 mois.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F628>

Si vous possédez une voiture, le budget siège auto est une dépense non négligeable. S'il est plutôt déconseillé de l'acheter d'occasion pour des raisons de sécurité, cela peut faire partie des indispensables que l'on peut mettre sur une liste de naissance. Si les besoins sont occasionnels, la location peut également être une solution rentable.

En train, jusqu'à 4 ans un enfant peut voyager sur les genoux de ses parents sans payer sur la plupart des compagnies ferroviaires. Il est possible de réserver un siège avec un tarif bébé pour plus de confort sur certains trains. Des espaces dédiés aux familles et des nurseries peuvent aussi être mis à disposition.

En avion, il est possible de prendre l'avion avec un bébé dès son septième jour sur avis médical. Attention cependant, selon les compagnies aériennes, vous devrez ou non payer un billet (tarif réduit). Jusqu'à 2 ans l'enfant peut voyager sur les genoux de l'accompagnant. Les petits pots, biberons et nécessaire de change sont acceptés en cabine. Une table à langer est à disposition dans les toilettes.

Les modes de garde

Pour concilier vie professionnelle, personnelle et vie de parent, un mode de garde peut être envisagé. Celui-ci peut vite occasionner des frais importants.

En fonction de votre situation et de vos ressources, plusieurs types d'aides financières existent, sous-forme de prestations sociales, et sous forme de réductions d'impôts.

Crèche collective, familiale, parentale, micro-crèche, halte-garderie, jardin d'enfant, jardin maternel, garde à domicile, assistante maternelle... Les modes de garde sont multiples et variés et la recherche peut être compliquée en fonction du lieu de résidence.



LE PETIT + DE LA CONSEILLÈRE

le site mon-enfant.fr de la CAF vous permet également d'avoir accès à toutes les informations nécessaires sur les différents modes de garde. Vous pouvez simuler le coût de l'accueil en crèche et estimer la Prestation d'accueil du jeune enfant (Paje) à laquelle vous pouvez avoir droit.

Dans certains secteurs mieux vaut s'y prendre dès que la grossesse est confirmée, surtout dans le cadre d'une place en crèche, souvent très prisée. Pour autant, prenez le temps de faire le point sur vos besoins et désirs.

Quels sont les paramètres à prendre en compte ?

- ➔ Vos attentes en tant que parent : disponibilité des modes de garde existants, sécurité, collectivité, familial, valeurs, références...
- ➔ Vos attentes respectives en tant que « travailleur » : disponibilité, souplesse, horaires, proximité lieu de travail ou d'habitation ...
- ➔ Vos attentes en tant que gestionnaire du quotidien : coût, aides financières possibles ...
- ➔ La réalité du secteur et des modes de garde disponibles

Il s'agit de trouver la solution qui convient le mieux à votre situation conjugale, familiale, professionnelle, budgétaire, votre environnement, vos disponibilités, et votre capacité intérieure à vous séparer de votre enfant et à le confier.

Quelles sont les démarches pour trouver un mode de garde ?

Vous souhaitez que votre enfant soit gardé par une tierce personne, crèche, assistante maternelle, ...

La priorité est de chercher les structures existantes via :

- ➔ le site de la CAF mon-enfant.fr,
- ➔ votre Mairie ou son site internet, le Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre commune, le RAM (Relais d'Assistants Maternelles) qui donne des conseils pour les démarches d'employeurs,
- ➔ le site internet de votre département,
- ➔ le centre de Protection Maternelle Infantile (PMI),
- ➔ votre employeur qui, s'il n'a pas de crèche collective en interne, peut avoir des places réservées dans des structures collectives.



Ensuite, contactez-les pour connaître leur procédure d'inscription, les délais d'attente, les conditions d'accès ...

Un dossier est le plus souvent nécessaire notamment pour les structures d'accueil collectif, le déposer au plus vite est une priorité.

POUR ALLER PLUS LOIN

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N19805>

<https://www.ameli.fr>

<https://solidarites-sante.gouv.fr>

<https://www.perinat-france.org/>

<https://mon-enfant.fr/>

<https://www.mangerbouger.fr/Manger-Mieux/Manger-mieux-a-tout-age/Enfants>

<https://www.santepubliquefrance.fr/la-sante-a-tout-age/la-sante-a-tout-age/les-1000-premiers-jours>

www.mes-aides.gouv.fr

<https://www.securite-routiere.gouv.fr>

<https://www.ademe.fr>

POUR PLUS D'INFORMATIONS

Vous pouvez prendre rendez-vous
au **04 69 95 80 71**

**En tant qu'adhérent KLESIA
vous pouvez faire appel à l'ADAC**

Les conseillères en Économie Sociale Familiale de l'ADAC
réalisent du conseil budgétaire à distance.
Elles peuvent vous soutenir dans l'organisation de votre vie quotidienne,
dans le respect du secret professionnel.