



Ressources

L'autonomie financière



Pour vous aider à faire un budget :

[Grille budgétaire d'Option consommateurs](#)

[Consultation budgétaire gratuite](#)



Si vous constatez que les travaux d'évaluation d'équité salariale n'ont pas été effectués correctement :

Obtenez des conseils ou de l'aide pour trouver de l'information auprès du :

[Y des femmes de Montréal](#)

[Centre local d'emploi de votre région](#)

Commission des normes de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST) :

[Situations justifiant le dépôt d'une plainte](#)

[Déposer une plainte : MonEspace CNESST](#)

Commission des normes de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST) :

[Négocier son salaire, une opportunité!](#)

[Programme Orientation et service en emploi \(OSE\) du Y des femmes de Montréal](#)

[Trouver votre centre local d'emploi](#)



Pour approfondir vos connaissances sur le thème des finances, visitez les sites web de :

L'Agence de la consommation en matière financière du Canada (ACFC). Vous y trouverez une foule d'informations vulgarisées pour vous initier à la gestion de vos finances personnelles et de votre patrimoine.

[En savoir plus sur la littératie financière au Canada.](#)

L'Autorité des marchés financiers (AMF). Il s'agit d'une excellente source d'information pour vous guider dans l'acquisition des connaissances importantes et ainsi faire des choix éclairés.

[Répertoire québécois des outils d'éducation financière.](#)

La Chambre de sécurité financière (CSF), qui pourra vous informer sur les types de professionnels dont vous avez besoin et leurs divers champs de compétences.

[Voir les champs de pratique et le profil des membres.](#)

EducEpargne, anciennement Question Retraite, qui est un site de référence pour planifier votre épargne afin de réaliser vos différents projets de vie. Il offre une multitude d'outils concrets (capsules, outils de simulation, guides...) pour accroître la portée de votre épargne et pour maximiser son utilisation.

[Guide de la planification financière de la retraite.](#)

L'Organisme canadien de réglementation du commerce des valeurs mobilières (OCRCVM), qui vous offre un « glossaire » dans lequel vous pouvez vérifier les compétences requises pour tous les titres des professionnels des finances qui peuvent exercer au Canada.

[Comprendre les titres de compétence en finances.](#)

Retraite Québec, qui vous aidera à mieux anticiper vos besoins en vue de votre retraite. Vous y trouverez des capsules d'information, des guides et vous pouvez même faire des simulations à partir de votre réalité actuelle ou tester vos rêves !

[Outils de planification et séances d'information.](#)



Cours universitaires gratuits :

Université du Québec à Trois-Rivières

[La littératie financière et fiscale ouvert à tous](#)

Université Laval

[La finance personnelle démystifiée](#)

Université McGill

[Finances personnelles pour tous](#)



Cours universitaires gratuits :

Comptables professionnels agréés du Canada

Atelier de littéracie financière

Institut québécois de planification financière

Outils et calculateurs



Suggestions de lectures

Elle investit : Bâtir sa richesse grâce à la bourse

de Karman Kong, avocate en litige fiscal.

Le livre est [disponible ici](#).

[Vous pouvez également suivre son compte Instagram.](#)



Retraite 101, où l'auteur ne se limite pas aux questions de retraite, mais aborde aussi des sujets tels que l'investissement, la fiscalité et les finances personnelles.

[Blogue](#)

[Instagram](#)

