



Mini-guide pour faire le point sur ton budget

Pourquoi faire un point sur ton budget ?

Gérer ton argent, c'est gagner en sérénité, en autonomie et en liberté. Ce guide a été conçu pour t'aider à prendre conscience de ta situation financière et à poser les bases d'une gestion sereine et équilibrée.

ÉTAPE 1 : Analyse tes revenus

- Salaire net mensuel : _____
- Autres revenus (allocations, pensions, aides, etc.) : _____
- Revenus irréguliers (missions ponctuelles, ventes, etc.) : _____

Total des revenus mensuels : _____

ÉTAPE 2 : Liste tes dépenses fixes

- Loyer ou crédit immobilier : _____
- Charges (eau, électricité, gaz, etc.) : _____
- Transports : _____
- Crédits en cours : _____
- Abonnements (téléphone, internet, plateformes) : _____
- Assurances : _____
- Frais de garde ou scolarité : _____

Total des depenses fixes : _____

ÉTAPE 3 : Évalue tes depenses variables

- Courses alimentaires : _____

- Loisirs / sorties : _____

- Vetements / beaute : _____

- Soins medicaux : _____

- Divers imprevus : _____

Total des depenses variables : _____

ÉTAPE 4 : Calcule ton reste a vivre

Revenus - Depenses fixes et variables = _____

Ce montant est celui dont tu disposes librement chaque mois.

Si ce montant est negatif : pas de panique, l'objectif est d'ajuster tes depenses ou d'augmenter tes revenus.

ÉTAPE 5 : Mets en place un plan d'action

- Établir un budget mensuel a suivre.

- Reduire les depenses non essentielles.

- Définir un objectif d'epargne, meme modeste.

- Trouver un systeme de suivi simple (cahier, application, tableau Excel).

RAPPEL : Ton argent est un outil. Ce n'est pas le montant qui compte mais ce que tu en fais.

Ce guide est le point de depart. N'hesite pas a en discuter, a t'informer et a te faire accompagner si besoin.

Contact :

ÇA PAPOTE ENTRE NOUS

Email : contact@capapoteentrenous.com

Instagram : [@capapoteentrenous](https://www.instagram.com/capapoteentrenous)

Telecharge nos ressources gratuites et retrouve nos ateliers sur www.capapoteentrenous.com