

■ Guide Express – Budget Simple en 20 Minutes

Sous-titre : Sans Excel, sans prise de tête, et sans sacrifier ton café du matin

■ Introduction – Pourquoi ce guide existe 🕒

Il est 9h07. Tu regardes ton compte bancaire et il te regarde aussi. Mais avec ce petit air de “toi et moi, on ne va pas tenir jusqu’à la fin du mois”.

Si, rien qu’en pensant au mot “**budget**”, tu as envie de fuir ou de fermer cet onglet... ce guide est pour toi.

Ici, pas de tableau Excel à rallonge, pas de calculs de haut niveau. On va créer ensemble **un budget ultra-simple** qui te permettra de savoir :

- Ce qui entre 💰
- Ce qui sort 💸
- Et ce qui reste pour toi 😊

Et le tout... **en 20 minutes chrono.**

■ Étape 1 – Préparer ton terrain de jeu (5 minutes)

- Prends une feuille (ou l’application “Notes” de ton téléphone).
- Note tes revenus fixes (salaire, aides, rentes...).
- Note tes dépenses fixes (loyer, électricité, abonnements, assurances...).

💡 *Astuce : Si tu as la flemme de chercher les montants exacts, prends la moyenne des 3 derniers mois.*

■ Étape 2 – Identifier tes dépenses variables (5 minutes)

C’est ici que se cache souvent **le vrai gruyère de ton budget** :

- Courses
- Restaurants / cafés
- Transport
- Loisirs / achats plaisir

⚠️ *Attention au “mais c’est juste 3 €” → cumulés, ils finissent par coûter plus qu’un resto gastro.*

■ Étape 3 – Créer tes 3 enveloppes (5 minutes)

Oublie les 15 catégories compliquées. Ici, on fait simple :

1. Obligations (tout ce que tu dois payer)
2. Plaisirs (ce que tu veux, mais pas besoin vital)
3. Épargne (même un petit montant)

💡 Règle express : 50% – 30% – 20% → 50% obligations, 30% plaisirs, 20% épargne

■ Étape 4 – Mettre ton budget en pilote automatique (5 minutes)

- Mets l'épargne en virement automatique le jour où tu reçois ton revenu.
- Fixe un montant max hebdo pour les dépenses plaisir.
- Une fois l'enveloppe plaisir vide → tu attends la semaine suivante.

■ Bonus – Astuces rapides pour ne pas exploser ton budget 🚀

- Désabonne-toi des abonnements que tu n'utilises pas (Spotify + Netflix + Canal+ = ça fait vite un resto étoilé).
- Achète en fin de journée (marché, boulangerie → prix réduits).
- Mets un délai : avant un achat non essentiel, attends 48h.
- Fixe-toi un objectif concret (voyage, achat important) → c'est plus motivant d'épargner pour quelque chose que pour "épargner".

■ Conclusion – Ton budget, c'est ta liberté 📝

Faire un budget, ce n'est pas se priver. C'est **reprendre le contrôle**, arrêter de stresser, et enfin **gérer ton argent comme un outil** (et non comme un adversaire).

Tu viens de poser les bases en 20 minutes.

La suite ?

👉 Soit tu continues avec ce système simple.

👉 Soit tu passes à la vitesse supérieure avec un **plan budget**