

7 Étapes pour un budget Zen



L'Accro du Budget

Sommaire

Pourquoi ce guide ?	3
Une Pause Café Budget au programme	5
Mets des étiquettes sur tes dépenses.....	7
Optimise ton budget	9
Mets du beau dans tes finances.....	11
Crée ton pack d'outils efficaces.....	13
Paye-toi en premier !.....	14
Finis-en avec les crédits.....	15
Conclusion : des finances enfin zen.....	16
Elles m'ont fait confiance	17

Pourquoi ce guide ?

C'est la crise, on l'entend sur tous les tons et dans tous les médias depuis 2009. La grande distribution a beau nous promettre de vivre mieux en vivant moins cher, pour beaucoup d'entre nous les fins de mois commencent le 10. Les crédits, les impôts, la hausse de l'électricité, le coût de l'essence... on se demande où est passé notre pouvoir d'achat. Comme si le pouvoir d'achat connu des Français dans les années 80 n'était qu'un mirage et que nous avons désormais juste droit à l'austérité.

Nous aussi nous avons connu les fins de mois difficiles, les dîners à base de chocolat chaud et de brioche, le stress de se demander comment payer une facture pour la voiture.

J'avais créé un magasin - un dépôt-vente - qui peinait à trouver sa clientèle. Mauvaise communication, emplacement secondaire, loyer trop élevé et marges insuffisantes. Je pense que je cumulais tout ce qu'il fallait pour ne pas réussir dans le commerce. Je payais péniblement les charges et je ne me versais pas de salaire. Pas même un billet de 200 euros pour payer les courses. Nous devons vivre sur le salaire de mon mari et sur nos économies qui fondaient comme neige au soleil.

Lorsque nous avons décidé de fermer le magasin et que j'ai retrouvé un travail, je me suis dit « c'est bon on est tiré d'affaire, on va pouvoir arrêter de se serrer la ceinture et mieux vivre ». En vérité, un an après, si nous épargnions régulièrement, nous reprenions aussi régulièrement dans cette épargne pour finir nos mois. Faire des projets ? Mais avec quel argent ? Mais où mon salaire pouvait-il bien passer ?

Je suis comptable et savoir équilibrer un budget, c'est le cœur de mon métier. Alors pourquoi est-ce que pour je ne réussissais pas à gérer MON budget ? Ou était le problème ? Je gagnais plus du smic, mon mari aussi, nous ne vivions pas dans un château... Nous ne mangions pas au restaurant toutes les semaines et ça faisait bien 6 mois que je me plaignais d'avoir besoin d'un jean. Oh bien sûr il y avait bien les frais de garde mais la CAF en remboursait tout de même une bonne partie.



Alors nous avons lancé un plan ORSEC pour nos finances. À force d'expérience, de régularité, nous avons mis au point une méthode et des outils qui nous ont permis de nous acheter une nouvelle voiture en 9 mois. 9 mois de suivi budgétaire, des économies parfois monstrueuses (par exemple, diminuer le budget télécommunications par deux, passer de 700 € à 400 € par mois sur le budget alimentation...) et en récompense, une voiture beaucoup plus récente et de meilleure gamme que toutes celles que nous avons pu avoir.

Quel temps j'aurai pu gagner, quel argent nous aurions pu économiser, quels projets nous aurions pu faire si nous avions eu cette méthode lorsque l'on a débuté dans la vie active ! Ce temps, je peux désormais te le faire gagner, en te livrant ici les secrets de cette réussite. En te donnant les clés de la vraie sérénité financière.

En 2013, j'ai commencé par alimenter un blog sur ce sujet : « Confessions d'une accro du budget ». J'ai rapidement proposé des challenges sur 21 jours pour reprendre son budget en main et je réalise désormais des ateliers et des accompagnements individuels pour les personnes qui ont envie d'optimiser encore plus leur

budget. Ces réflexes ont permis à des dizaines de famille de pouvoir enfin respirer et regarder vers l'avenir sans angoisse.

En 2015, après un burn-out j'ai décidé de démissionner d'une des deux entreprises qui m'employait à mi-temps afin de mieux profiter de ma famille. J'ai pu ainsi développer mon entreprise et au printemps 2016 je démissionnais. Je suis désormais entrepreneure à temps plein et responsable de mes revenus et de mon emploi du temps.

Si tu as téléchargé cet e-book, c'est que ton façon de gérer ton budget ne te convient plus. Peut-être as-tu déjà une façon de faire tes comptes et que tu souhaites l'améliorer, peut-être que tu voudrais faire des projets mais ne sais pas comment t'y prendre, ou bien tu vois les factures à payer s'accumuler et tu recherches le moyen de t'en sortir.

Pas de baguette magique, pas de méthode miracle, je ne te révélerai pas comment gagner 10 000 euros par mois en vendant des e-book... Mais dans ce livre, je vais te communiquer une méthode simple, efficace, qui te permettra de faire des projets et de mieux dormir la nuit. Cette méthode qui me permet aujourd'hui de vivre la vie dont j'ai rêvé.

Toi aussi, apprends à optimiser ton budget pour profiter de ton argent et de ton temps plus sereinement. En mettant en application mes conseils, tu verras très vite le changement dans ta situation. Tu trouveras d'autres conseils sur la gestion de ton argent, des moyens de faire des économies mais aussi des outils sur l'organisation et la gestion du temps sur [mon site Accro du Budget](#)

N'hésite pas à partager cet e-book, à le transmettre à tes connaissances, de l'offrir sur ton blog. Je te demanderai juste :

- De toujours en citer la source, l'Accro du Budget
- De ne pas VENDRE cet ebook
- De ne pas le modifier

Une Pause Café Budget au programme

Qui n'a jamais vérifié son solde bancaire en se cachant les yeux d'une main ? Qui n'a jamais fait un chèque en se demandant « si ça passait » ? Est-ce que tu fais tes comptes et comment ? Pour toi c'est peut être une corvée que tu évites carrément. Si je te disais que tu pouvais faire tes chèques sans te soucier de savoir « si ça passe » ? Que tu pouvais équilibrer ton budget sans te prendre la tête ?

La première étape et la plus importante est simple. Elle paraît évidente, mais crois-moi elle ne l'est pas pour tout le monde. **Pourtant elle peut faire des miracles.** Avant de penser à ton budget, tu dois savoir combien tu dépenses, pour quoi et comment. Pour cela, il n'y a pas 36 solutions : il faut noter tes dépenses au fur et à mesure et leur donner une catégorie.

Commence par garder la trace de TOUTES tes dépenses : remplis systématiquement la souche du chéquier lorsque tu fais un chèque et mets tous les tickets de caisse, de carte bleue etc. au même endroit. Une pochette de ton portefeuille, ton chéquier, une enveloppe dans ton sac. C'est le premier pas : garder toutes les traces de tes achats au même endroit. Ainsi, tu ne cours plus après au moment de faire tes comptes et tu ne risques pas d'en oublier.

Trouve un carnet qui restera dans tes poches, ou ton agenda si tu en as un. Dès que tu achètes quelque chose prends 5 minutes pour noter la date de l'achat, le motif et son montant. A la fin de la semaine reprends ton carnet et fais un petit récapitulatif de tes dépenses de la semaine.

Tu risques d'être surprise. Sans y faire attention, 2 € par ci, 5€ par là, et de « oh, ce livre, il me fait envie et il n'est qu'à 15 € » le montant dépensé fini par faire un petit butin.

On ne se rend pas compte de ces petits montants quotidiens, on se dit que justement ça ne compte pas. Mais toutes ces petites sommes s'accumulent pourtant et il faut prendre un peu de recul pour mieux les observer. Si tu restes le nez dans le guidon des dépenses quotidiennes, tu ne réalises pas le budget qu'elles représentent.



L'un des piliers de ma méthode réside dans ce que j'appelle « la Pause Café Budget ». Toutes les semaines, prends l'habitude de te poser avec tes tickets de caisse, ton kakebo, ton agenda. Répertorie le montant des dépenses effectuées dans la semaine. Additionne-les à celles des semaines précédentes et regarde le montant total dépensé depuis le début du mois.

Fais de ce moment un instant agréable, prévois le thé ou le café, une playlist motivante, des douceurs à grignoter.

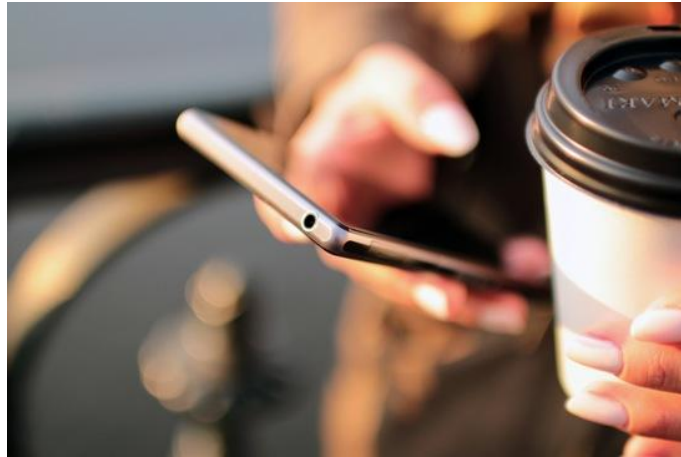
En gardant un œil sur ton budget toutes les semaines, tu peux rectifier le tir si certaines dépenses sont trop importantes. Si tu as explosé le budget "Sorties restaurant" ramène tes repas au travail (ça tombe bien le bento est à la mode), si tu as fait deux belles virées shopping dans le mois attends le mois prochain pour retourner dans les magasins.

Le but n'est pas de te priver de tout pour finir par craquer et faire flamber la carte bleue. L'objectif est de réaliser

quelle somme représente ces petits plaisirs que tu finis par ne plus apprécier. Apprends à mieux choisir tes priorités et à choisir où tu veux te faire plaisir, réellement. Si tu veux un coupé cabriolet, tu penses vraiment te faire ce cadeau si tu dépenses l'argent dans des jeux à gratter ?

Pour mieux profiter de ton argent, tu dois apprendre à faire des choix et surtout à réfléchir avant d'acheter : est-ce que cet achat me fera toujours plaisir dans 2 mois ? Est-ce que je ne pourrais pas trouver une autre alternative comme l'emprunt, la location ?

Tout est à notre disposition, on a l'impression qu'en claquant des doigts on peut tout avoir en 10 fois sans frais. Mais la sérénité n'a pas de prix et elle est aussi à ta disposition. Avec un peu de détermination et de bonnes habitudes.



Mets des étiquettes sur tes dépenses

Depuis les quelques jours où tu gardes tes tickets et où tu notes tes dépenses, tu t'aperçois à quel point l'argent file vite.

Pour aller plus loin et optimiser ton budget, tu vas déterminer dans quels postes tu pourrais gagner de l'argent. **Pour cela les catégories sont tes meilleures alliées.** Elles te permettent de savoir combien tu dépenses en alimentation, en carburant, en assurances...

Si tu veux un compte bancaire avec un solde positif en fin de mois tes revenus doivent couvrir tes dépenses. En vérifiant régulièrement que tes dépenses ne dépassent pas tes revenus, tu es sûre de ne jamais être à découvert. Fini les agios et les coups de fil de ton banquier !



7

Pour réaliser ton premier budget, tu auras besoin de ton dernier relevé de comptes. Oui un seul ça suffit amplement. Pas la peine de te décourager à vouloir faire un budget annuel bille en tête. De toute façon tu vas l'affiner au fur et à mesure que les mois passent. Pour les grosses échéances qui tombent ponctuellement comme les assurances, les impôts, tu peux les noter dans ton agenda ou les reporter sur un échéancier.

Tu as sûrement des opérations revenant régulièrement comme les courses, le carburant. Surligneurs en main, identifie de la même couleur les dépenses similaires. Ainsi, tu leur donnes un code couleur et repères d'un coup d'œil les plus importantes.

Inutile de culpabiliser si tu t'aperçois que tu dépenses plus que tu ne le pensais sur les loisirs par exemple. Tu ne pouvais pas t'en rendre compte, personne ne t'avait donné de méthode. Tu vas régler ce problème, tu as déjà fait un grand pas en décidant de reprendre tes comptes en main..

Simplifie et de regroupe sous le même thème différentes catégories. Par exemple sous le thème « Esthétique-habillage », tu peux ajouter le coiffeur, les vêtements, les chaussures, le maquillage, les soins bien-être. En « Equipement du logement » tu centralise le bricolage, le jardinage, l'électroménager, le mobilier, la décoration... cela t'évite de te perdre dans trop de détails et aussi de multiplier les occasions de dépenses... Parce que 10€ en fournitures créatives, 15€ en sorties, 10€ en bricolage, 8€ en magazines, 40€ en retrait pris séparément, cela fait des tous petits budgets. Mais si tu additionnes le tout, tu te rends compte que tu as dépensé 83 € cette semaine en loisirs. 83 € ! Et si tu décidais de diminuer ce montant global à 50 € par exemple ?

Les budgets habituels séparent les dépenses en deux types : fixes et variables. Je n'aime pas ce classement. **Je préfère distinguer les dépenses vitales des dépenses accessoires. C'est le deuxième pilier qui assure le succès d'un budget gagnant.**

Les dépenses vitales sont celles qui sont indispensables pour faire tourner ton foyer : loyer, téléphone, assurance, alimentaire...En général elles reviennent tous les mois et leur montant est souvent fixe. OU du moins tu sais combien tu dépenses pour chaque type de charge. L'alimentaire est typiquement une dépense qu'on qualifie de

variable mais qui, avec la méthode de l'Accro du budget, est une dépense vitale. Tu as déjà essayé de passer un mois sans manger ? Donc on la compte dans le budget.

Les dépenses accessoires concernent plutôt les loisirs : sorties, habillement, décoration... Elles ne sont pas vitales, tu peux les réduire au besoin. Si ton budget est trop tendu un mois, tu peux même les décaler et faire ce qu'on appelle **un défi « no-spend »**. Par exemple, l'esthéticienne, c'est une dépense fixe, mais pourtant ça n'est pas vital. Je veux dire, même si tes jambes ressemblent à des cactus, au pire tu peux emprunter le rasoir de ton chéri. Non il n'est pas rose. Et alors il rase non ?

Télécharges le fichier Excel «Budget de l'Accro », il te servira de base pour faire ton budget. J'y ai mis les principales catégories, personnalise le pour l'adapter au plus près à ta situation. C'est la base de ce fichier qui nous sert à faire nos comptes avec succès à la maison.

Le gros avantage de distinguer les charges vitales des charges accessoires est que cela te permet d'évaluer objectivement si tu as de la marge, et où. Quels sont les postes que tu peux diminuer, quels sont ceux que tu peux supprimer au besoin. Un de mes amies, qui avait un découvert « monstrueux » selon ses dires, s'est vraiment sentie libérée lorsqu'elle a vu qu'elle avait 500 € de dépenses accessoires. En deux mois de no-spend, elle a comblé son découvert ! Je ne te dis pas que ça a été facile, mais elle s'est accrochée (elle a même pris un travail à temps partiel en plus de son job) car elle n'en pouvait plus de cette situation de stress.

Est-ce que toi aussi tu veux être allégée de ce poids, de ce stress ? Alors distingue tes charges vitales de tes charges accessoires et regarde quels sont les postes que tu peux réduire pour redresser la situation.

[Un peu plus de détails dans cet article pour réaliser ton budget ici](#)

Optimise ton budget

Maintenant que tu as déterminé tes dépenses accessoires, tu connais ta marge de manœuvre.

Même les dépenses vitales peuvent être optimisées. Surtout tes dépenses vitales. Voici quelques sources d'économies selon le type de dépenses :

- **Le crédit immobilier** : si tu as emprunté il y a quelques années les taux d'intérêts ont baissés et il est peut être temps de penser à **renégocier ton emprunt**. Fixe rendez-vous avec ton banquier, mais aussi avec ses confrères concurrents. N'hésite pas non plus à pousser la porte d'un courtier. Un petit conseil : tes relevés de comptes vont être examinés avec soin, tu devras justifier tous tes virements. Alors si ta situation n'est pour le moment pas très saine attends quelques mois le temps d'avoir redressé la barre pour présenter des meilleures garanties à un créancier.

- **les crédits à la consommation** : si tu en as plusieurs qui commencent à peser sérieusement sur ton budget, rends-toi au dernier chapitre de cet ebook. Si tu n'en n'as qu'un, l'idéal est de le solder assez vite pour plutôt consacrer cet argent à de l'épargne. Je n'ai rien contre les crédits, il est parfois difficile de tout autofinancer, comme des travaux par exemple. Mais le tout est de bien choisir pour quoi tu veux faire un crédit, si l'achat est vraiment indispensable et surtout de bien mesurer le poids du crédit dans ton budget. Et si tu sers toujours capable de le rembourser si tes revenus baissent.;

- **Négocier ses assurances** : un point d'économies bien connu. Compare toujours les garanties et pas juste le montant. Parfois, tu auras moins de mal à négocier une meilleure couverture pour le même prix plutôt qu'une baisse de mensualité ça peut aussi être intéressant. Comme pour le crédit immobilier, fais jouer la concurrence !

- **Rogner sur les télécom** : c'est là où tu vas pouvoir gagner beaucoup d'argent. Si. Revois les forfaits que tu as : as-tu vraiment besoin d'un forfait appels - internet illimité alors que tu as un ordinateur chez toi ? Est-ce qu'un forfait bloqué ne serait pas plus approprié pour tes ados ? Entre nous, cette histoire de smartphone hors de prix en location avec l'assurance qui t'engage durant 48 mois avec un forfait à 60 euros, ça ne serait pas te prendre un peu pour un pigeon ? Tu es encore engagée avec ton opérateur ? A partir du 13ème mois d'engagement tu peux résilier ton forfait avant la fin.



- **Optimiser le budget alimentation** : c'est souvent le premier budget sur lequel on cherche à rogner malheureusement. J'ai écrit plusieurs billets à ce sujet mais les principes de base sont :

- o établir les menus de la semaine en évitant les plats préparés qui sont onéreux et pas très intéressants sur le plan gustatif et nutritionnel
- o préparer sa liste de courses au calme pour ne rien oublier dans les magasins
- o faire ses courses après avoir mangé, pour ne pas être tenté parce qu'on a faim, et en respectant sa liste

- faire le plein une fois par semaine et une seule fois. Plus tu vas dans les magasins, plus tu multiplie les chances d'exploser ton budget. Tu as oublié la mayonnaise ? Soit tu t'en passe, soit tu en faites une toi-même. La pâte brisée pour la quiche lorraine ? Faites un cake salé à la place. Ca n'est pas facile les premières fois mais c'est radical.

Mets du beau dans tes finances

Est-ce que tu y vois un peu plus clair ? Est-ce que tu commences à prendre plaisir à faire tes comptes ? Pas forcément ? Un de mes petits secrets pour y arriver est de faire de ton bureau un endroit agréable, où tu retrouveras facilement tous tes papiers.

Il y a trois étapes simples : désencombrement – nettoyage – décoration



Commence par faire place nette sur le bureau (si tu en as un). Enlèves tout ce qu'il y a dessus pour faire le ménage en grand et fais un tri express en seulement 3 tas :

- **A jeter** : directement à la poubelle. Jettes aussi les crayons qui ne fonctionnent plus !
- **A traiter** : ces papiers là ne les examine pas tout de suite. Tu devras régler cette facture, remplir ce formulaire, renvoyer ce courrier, mais pas tout de suite. Mets-les dans une pochette ou une bannette, mais ne t'en occupes pas.
- **A classer** : ce tas-là tu va le désintégrer tout de suite.

Achète une jolie boîte pour ranger les crayons, les timbres, l'agrafeuse, les enveloppes et quelques boîtes d'archives pour ranger les papiers. Par exemple :

- une boîte Banque
- une boîte Factures
- une boîte Impôts
- une boîte avec contrats et bulletins de salaire

Dans un seul classeur, tu classeras les documents de l'année en cours

Deux avantages au classeur : tu n'es pas obligée de tout enlever pour sortir la feuille qui t'intéresse et tu ne risques pas d'en perdre au passage. Pour gagner du temps opte pour les classeurs 2 anneaux. Tu perforeras les feuilles en une seule fois et surtout pas de galère de réglage de perforatrice.

Une fois tes boîtes prêtes tu y rangeras les documents de la pile « A classer » .

Comme ton bureau est bien dégagé, profite-en pour faire un peu de nettoyage :

- un coup de spray dépoussiérant sur les meubles
- nettoyage en règle de l'ordinateur et du téléphone : nettoies ton clavier d'ordinateur et utilise du vinaigre blanc pour tout désinfecter. Opération à renouveler régulièrement

Maintenant ton coin bureau est aménagé, tes archives sont étiquetées, ton classeur quotidien est prêt, **tu vas pouvoir passer au plus plaisant : la décoration.** Lâche ta créativité, inspire-toi d'internet et customise tes classeurs et ta boîte à fournitures. Cherche des cadres et des images qui t'inspirent, crée un tableau d'inspiration, un mémo familial... Si en plus le bureau est dans la pièce de vie c'est tout de suite plus sympa à voir et tu auras plaisir à t'y installer pour travailler.



Crée ton pack d'outils efficaces

Je te parlais du classeur maison, voici quelques indications si tu veux **dédier un classeur spécifique pour tes comptes**.

Commence par investir dans un classeur personnalisable, où tu pourras glisser une page de garde dans la couverture ou mieux, customise-le à ton goût.

Divise ce classeur en différents onglets :

- Un section Echéancier - Factures à payer : tu y classeras les factures en attente de règlement, une fois que tu les auras inscrite sur ton calendrier
- Une section Livre de comptes et Budgets
- Une section « Relevé de compte »
- Une section « Epargne » avec un rappel des objectifs que tu veux atteindre
- Une section « Emprunts et dettes »

La première page du classeur sera un calendrier du mois en cours, avec les différentes échéances de factures que tu as à payer. Indispensable pour ne rien oublier !



Tu trouveras sur mon site **un kit à télécharger** comprenant les intercalaires ci-dessus, ainsi que des fiches mémo sur la durée de conservation des documents, des échéanciers, un *Template* de livre de comptes, de budget, et de plan de désendettement.

N'hésite pas à réserver des jolis stylos aussi pour faire tes comptes. Qui a décrété, un jour, que la comptabilité devait forcément se faire en noir ou en rouge ? C'est d'un déprimant ! Je préfère aligner mes colonnes en turquoise, ça me fait plus penser aux vacances !

Tu peux utiliser une application pour faire tes comptes, un logiciel dédié, un tableur ou juste ton classeur. L'essentiel est de trouver les outils qui te son plaisants et faciles à utiliser.

Paye-toi en premier !

Connais-tu cette expression : paye-toi en premier ? Non ? Je t'explique : imagine que tu es ton propre employeur. C'est peut être d'ailleurs le cas. Ta première priorité : sortir un revenu de ton activité avant même de payer les autres charges. Cela te permet de vivre même si ton entreprise n'a pas atteint le point de rentabilité. Le souci est qu'il faut avoir une bonne avance de trésorerie pour se lancer en attendant les premières rentrées d'argent.

Mais si tu es salarié que veut dire « se payer en premier » ? Après tout c'est ton employeur qui paye ton salaire...

Se payer en premier cela signifie ici dégager une somme de tes revenus pour tes projets ou pour ton épargne de sécurité si tu ne l'as pas encore.

Pour cela reprends ton budget.

Tu as définis 3 catégories :

- Revenus
- Dépense Vitasles
- Dépenses Accessoires

Dans un budget équilibré tes revenus couvrent toutes tes dépenses.



Avec un budget optimisé tu arrives même à mettre de l'argent sur un compte épargne tous les mois. Et c'est là que « paye-toi en premier » prend tout son sens. **Ce virement ne doit pas attendre la fin du mois pour être effectué.** *Tu sais bien comment cela se passe : tu te dis c'est bon j'ai de la marge je peux me faire plaisir. Finalement en fin de mois tu n'épargnes pas grand chose.* Définis donc un montant fixe et mets en place un virement automatique vers un compte livret. Il te servira à te faire une épargne de sécurité ou de quoi réaliser de plus gros projets (électroménager, vacances de rêves, voiture neuve...)

Tu peux commencer petit, même 20 € pour démarrer. Tu verras qu'au bout de quelques mois tu ne feras même plus attention à ce virement et tu pourras l'augmenter.

Le but de cette épargne est double : dans un premier temps, avoir un fond de secours te permet de parer aux coups durs sans recourir au crédit. La machine à laver te lâche ? Même pas besoin d'un 4 fois sans frais ! Pour débiter, fixes-toi un objectif de 500 € d'épargne de secours. C'est vraiment le minimum à avoir. Dès que tu le pourras, augmente ce « fond de secours » à 1 000 € voir 1 500 €.

Et puis lorsque cette épargne de sécurité sera constituée tu pourras voir un peu plus loin et épargner pour tes projets. Les prochaines vacances, l'achat d'un Thermomix, la location d'une Porsche pour un week-end... ne te mets pas de limite ! Détermine ton objectif, son montant et le temps qu'il te faut pour l'atteindre. Programme le virement automatique sur un compte dédié (je l'appelle la « Tirelire à rêves ») et regarde l'échéance s'approcher !

Finis-en avec les crédits

Peut être que tu te sens submergée par un découvert, par des mensualités de crédits qui se sont accumulées, par des factures en souffrance...

Peut être qu'au lieu de compter les moutons, tu comptes les euros qu'il te manque pour payer une facture, remplir ton placard...

Tu vas devoir être lucide et regarder les choses en face. Combien de crédits te pourrissent la vie actuellement ? Combien de temps vont-ils continuer à t'empêcher de dormir ?

Si tu es à découvert, c'est un crédit. D'ailleurs la grande mode chez les banquiers est de te proposer un crédit pour solder ton découvert. Ce qui équivaut à un emplâtre sur une jambe de bois. Oui un découvert te coûte des agios et des frais bancaires. Mais un crédit coûte des intérêts et t'engage sur une certaine durée.

Il y a deux raisons à un découvert :

- Un imprévu de la vie a réduit tes revenus ou causé une forte dépense que tu n'as pas pu anticiper
- Tu dépenses plus d'argent que tu n'en gagnes et ne fais pas attention à ce que tu payes. Mais ce temps là est fini n'est ce pas ?

Dans les deux cas, une meilleure gestion de ton budget te permettra de mieux faire face à ces situations, alors qu'un crédit sans meilleure gestion budgétaire ne résoudra jamais rien. **J'insiste : faire un crédit pour combler un découvert si tu ne décides pas d'apprendre à gérer votre budget actuel NE SERT A RIEN.**

Pour gagner en sérénité et aussi en pouvoir d'achat, tu vas devoir te débarrasser de tous tes crédits (sauf le crédit immobilier qui est un peu trop conséquent pour cette méthode). Pour cela il y a la méthode de la boule de neige.

Le principe est ultra-simple :

1. Commence par lister tous tes crédits – y compris ton découvert, le montant sur ta carte à débit différé et les emprunts aux amis ou famille - en mettant en premier celui sur lequel il te reste le moins de capital à rembourser. Note leur échéance et le montant de leur mensualité.
2. Classe-les du plus petit au plus gros, sans te soucier du taux d'intérêts.
3. Mets toute ton énergie à rembourser le premier crédit de cette liste au plus vite. Avant son échéance. Fais un mois « no-spend », réduis au maximum tes dépenses, vide ta maison en faisant un vide-grenier, trouve un job d'appoint... tous les moyens sont bons !
4. Lorsque tu as remboursé ce crédit, reporte sa mensualité au remboursement du deuxième crédit de ta liste. Ainsi tu peux le rembourser plus vite et ta boule de neige va grossir.

Au fur et à mesure, tu vas pouvoir mettre plus d'argent dans la mensualité de remboursement et ainsi récupérer une situation financière stable.

Pourquoi commencer par le crédit qui a le plus petit capital, et pas par celui qui a le plus fort taux d'intérêt, donc qui coûte plus cher ?

Parce que le but n'est pas d'économiser de l'argent mais de te débarrasser de tes crédits. Il y a un aspect extrêmement motivant de cette méthode, qui s'apparente à celle des petits pas. En barrant les crédits les uns après les autres, tu te motives à continuer tes efforts pour venir à bout de la liste.



Conclusion : des finances enfin zen

Si tu mets en application les conseils de cet ebook, je suis persuadée que tu vas trouver une sérénité durable au sujet de l'argent. Plus besoin de faire l'autruche, plus besoin d'avoir peur de ton relevé de comptes.

Ces conseils sont un condensé de la méthode qui nous permet de voir l'avenir plus sereinement. Si tu les applique, toi aussi ton banquier te dira "si seulement tous mes clients faisaient comme vous !".

[Bienvenue chez les Incroyables Cigales !](#)



Elles m'ont fait confiance

Un tout grand merci Marina pour ton atelier « 21 jours pour des finances zen... » : ta gentillesse , ta générosité et ta constante disponibilité, j'ai passé un bon moment et j'ai compris plein de choses !

MARIE – [ATELIER 21 JOURS POUR DES FINANCES ZEN](#)

J'ai participé à l'atelier cet après-midi, c'était vraiment sympa. En l'espace de 2h tu as réussi à encore plus me motiver sur la façon de gérer au mieux mon budget ! A moi l'épargne ;).

ANAÏS – [ATELIER PAUSE CAFÉ BUDGET](#)

Stage super qui permet de se remettre sur les rails avec le soutien de Marina, ainsi que l'entraide et le soutien moral sur la page du groupe. Je suis beaucoup plus « zen », maintenant, vis à vis de mes finances. Merci Marina et merci les filles...!!!

ANGIE – [ATELIER 21 JOURS POUR DES FINANCES ZEN](#)

Je n'ai plus à m'angoisser si un remboursement est en retard : s'il y a une tuile je peux avancer avec l'épargne et résorber sur le mois suivant. Je sais où je vais, où je peux aller, quels sont mes projets prioritaires, oui oui oui car maintenant on a des projets prioritaires et même des projets secondaires !

Notre vision de la consommation a changé également: on réfléchit ensemble à chaque achat, on privilégie la qualité à la quantité et on revoit chaque jour notre définition de l'essentiel pour être heureux et bien vivre ensemble.

JULIE – [ATELIER 21 JOURS POUR DES FINANCES ZEN \(témoignage complet ici\)](#)

Aujourd'hui je fête l'anniversaire de mon bébé et les un an de mon abonnement à votre blog. J'étais réellement désespérée face à la gestion catastrophique de mon budget, compte en banque systématiquement dans le rouge dès le 10 du mois et une CB qui disait tout le temps oui quand il fallait hurler « non mais t'es malade?? ». Un an où je n'ai plus honte devant ma conseillère de banque, un an où la fin du mois je ne crains plus un imprévu raisonnable (oui j'ai pas encore atteint le nirvâna mais j'y travaille). Là j'attaque le budget course et l'arrêt de stockage.

Un iiiiiiiimense Merciiii

FAÏZA – [LECTRICE](#)

Cet atelier m'a permis de reprendre confiance en moi financièrement parlant. J'ai trouvé que les conseils étaient efficaces pour reprendre de bonnes habitudes de gestion. Et surtout j'ai beaucoup aimé l'effet « groupe de copines » qui échangent et partagent.

BARBARA – [ATELIER 21 JOURS POUR DES FINANCES ZEN](#)