

BÉRÉNICE M.

GUIDE DÉBROUILLE POUR PETITS BUDGETS



**BIEN VIVRE AVEC UN BUDGET CARRÉ
QUAND T'AS PAS UN ROND**

DBS

BÉRÉNICE M.

GUIDE DÉBROUILLE POUR PETITS BUDGETS

**BIEN VIVRE AVEC UN BUDGET CARRÉ
QUAND T'AS PAS UN ROND**

DBS

Pour toute information sur notre fonds et les nouveautés
dans votre domaine de spécialisation, consultez notre site web :

www.deboecksuperieur.com

Copyright pictogrammes intérieurs :

© Precious - stock.adobe.com

© 満載 - stock.adobe.com

© De Boeck Supérieur s.a., 2023
Rue du Bosquet, 7 – B-1348 Louvain-la-Neuve

1^{re} édition

Tous droits réservés pour tous pays.

Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire (notamment par photocopie) partiellement ou totalement le présent ouvrage, de le stocker dans une banque de données ou de le communiquer au public, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit.

Dépôt légal :

Bibliothèque nationale, Paris : août 2023

Bibliothèque royale de Belgique, Bruxelles : 2023/13647/127

ISBN : 978-2-8073-5737-2

SOMMAIRE

<i>Avant-propos</i> – Pourquoi j’ai écrit ce livre?	5
---	---

<i>Introduction</i> – C’est quoi, un petit budget?	9
--	---

1

Repars sur de bonnes bases

1. Définis tes priorités	15
2. Fais le point sur ton éducation financière	19
3. Trouve un équilibre financier dans tes relations.....	25
4. Repère et change tes mauvaises habitudes.....	33
5. Cultive la patience	45
6. Fais rimer écologie et économie	51
7. Donne une intention à ton argent	65

2

Adopte les techniques de la débrouille!

8. Mets en place ta méthode de gestion budgétaire.....	77
9. Économise sur tes frais fixes	85
10. Gère tes dépenses variables	97
11. Adopte une autre vision de l’épargne	103
12. Négocie dans ton job!	111
13. Cultive-toi et forme-toi gratos	121
14. Gère ta tambouille	127
15. Voyage à peu de frais	135

<i>Conclusion</i> – Relève le challenge!	147
--	-----

<i>Remerciements</i>	149
----------------------------	-----

AVANT-PROPOS

Pourquoi j'ai écrit ce livre ?

Qu'est-ce qui m'a poussée à écrire sur le sujet des petits budgets? Eh bien, il se trouve que du jour au lendemain, j'ai fait le choix de quitter ma vie de couple bien installée... J'étais alors au salaire minimum (avant l'inflation: 1 218€ net) et le suis toujours. En me retrouvant soudain seule, j'étais complètement perdue, sans repères, je n'avais aucune certitude sur la manière de m'en sortir avec mon maigre salaire pour payer un loyer, le crédit auto que j'avais sur les épaules et mes dépenses quotidiennes. J'ai donc tout simplement appris à gérer mon budget «sur le tas», par mes propres moyens et à force de recherches. J'ai trouvé ma maison, appris à catégoriser mon budget, fait des choix et adapté ma consommation. Néanmoins, j'aurais aimé bénéficier d'un ouvrage comme celui-ci, qui m'aurait ouvert l'accès à des informations et des pistes de réflexion concrètes pour me lancer beaucoup plus sereinement.

J'ai donc pris le temps de rédiger ce guide :

- parce qu'on ne nous apprend pas à gérer notre budget ;
- parce que nos parents eux-mêmes n'ont pas de techniques précises à nous transmettre ;
- parce qu'on suit généralement le schéma qu'on nous présente sans le comprendre ou le remettre en question ;
- parce qu'on est jeune, ou moins jeune ! ;
- parce qu'on a un petit budget mais de grands projets.

Vivre avec un budget serré, ce n'est pas simple, mais ce n'est pas non plus une fatalité. C'est un passage comme un autre à une ou des périodes de vie, et il a ses aspects positifs : tu te détaches du superflu, tu te sens fier ou fière de ce que tu accomplis, tu ouvres ton imaginaire, ta créativité dans tous les domaines, parce que tu ne choisis pas la voie la plus simple et rapide que permet l'argent. Tu te creuses les méninges, tu fais des tentatives, et tu apprends ! Tu es plus ouvert·e aux autres parce que tu ne t'enfermes pas dans des pensées individualistes. Tu connais la vraie valeur de l'argent et souhaites lui en attribuer une. Tu ne dépenses plus dans de l'inutile, car tu veux utiliser ton argent pour des choses qui comptent à tes yeux. Tu mets en avant les moments de vie plutôt que les biens matériels. Tu démarres ton éducation financière. Et parfois, tu te retrouves en complet décalage avec les autres... Tu as peur de renvoyer une image de radin·e, alors tu cèdes à des dépenses sans intérêt à tes yeux... Tu te plantes et ça te saoule ! Puis tu apprends à dire non et à ne plus dépanner quiconque te le demande, car tes envies de sorties, tes projets, tes achats importants ne se feront pas sans un minimum de rigueur et de détermination. Si, avec ton salaire, tu ne peux pas vivre mais seulement survivre, à quoi bon avoir fait des études ou te lever le matin ?

Alors, si tu veux profiter de la vie malgré tes petites rentrées d'argent, concrétiser tes projets, épargner et apprendre à gérer ton budget sans remplir chaque mois 10 000 fiches et tableaux, ce guide est là pour toi ! Il te permettra aussi d'entamer des pistes de réflexion, de revoir ton mode de vie, de pensée, de te détacher du futile pour mieux te rapprocher de l'essentiel. Et surtout, il t'incitera à savourer pleinement la vie avec discernement ! Il est ponctué de témoignages vivants, aussi variés que le sont les thèmes abordés.

Il me semble important de rappeler qu'aucun jugement n'est porté dans ce livre. Il ne s'agit que de suggestions que tu es libre de suivre ou de ne pas suivre. Par ailleurs, le but n'est

pas de t'inciter à vivre éternellement avec un petit revenu (ce qui impliquerait qu'il n'y a pas de marge de progression financière), mais de t'aider à passer cette période de ta vie plus sereinement grâce à des astuces concrètes.

INTRODUCTION

C'est quoi, un petit budget ?

Vivre avec un petit budget est un défi face auquel de nombreuses personnes se retrouvent au cours de leur vie, que ce soit dû à des circonstances économiques difficiles (inflation par exemple), à des choix de vie ou à des contraintes financières temporaires. La difficulté est donc de réussir à s'adapter et prospérer avec ces ressources limitées. Bien que cela puisse sembler décourageant, vivre avec un petit budget peut également être l'occasion d'acquérir de nouvelles compétences, de développer sa propre créativité, de gagner en simplicité et de reconsidérer sa relation avec l'argent et la consommation.

Que tu sois confronté·e à des ressources financières réduites ou que tu souhaites simplement économiser un peu plus par mois, tu es au bon endroit ! Vivre avec un petit budget ne signifie pas être condamné·e à une vie de privations et de limitations. Même si cela peut générer des restrictions et du stress, cela ne signifie pas que le bonheur est hors de portée ; c'est un équilibre à trouver entre tes moyens financiers et tes aspirations. Ce livre est notamment riche de conseils pratiques pour t'aider à tirer le meilleur parti de tes ressources limitées : gérer intelligemment ton argent, optimiser tes dépenses et économiser pour réaliser tes objectifs. Mais commençons par définir les termes...

Ce qu'on appelle un « petit budget » fait référence à une somme d'argent modeste ou inférieure à la norme habituelle, et nécessitant une gestion rigoureuse des ressources financières disponibles. Néanmoins, cela reste une perception très subjective, car certains se considèrent restreints avec 3 000 € par mois quand d'autres ne s'estiment pas à plaindre avec 1 200 €...

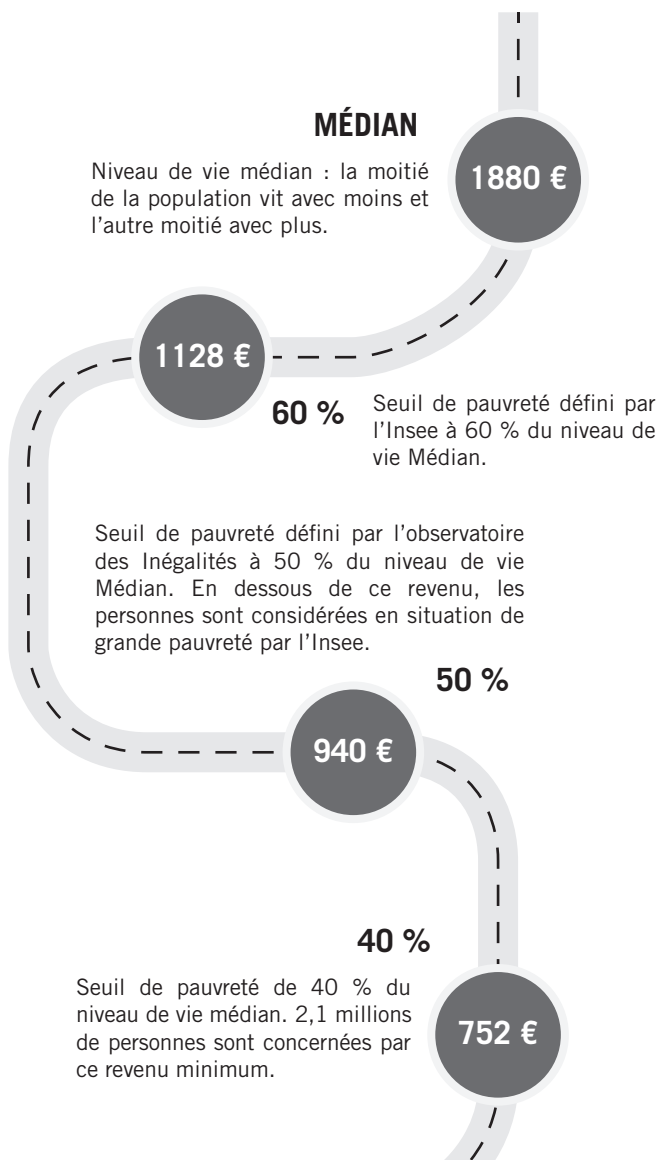
En France, le seuil de pauvreté, souvent défini par les autorités gouvernementales, est un indicateur qui détermine le niveau de revenu ou de ressources en dessous duquel une personne est considérée comme officiellement « pauvre ». Cela reste toutefois un outil statistique à prendre avec des pincettes, car il ne capture pas toutes les dimensions ni les réalités complexes de la pauvreté. Le seuil de pauvreté est calculé de cette manière : on fait une moyenne du cumul des revenus mensuels de la population pour obtenir ce qu'on appelle le « salaire médian », qui divise la population en deux catégories. Le seuil de pauvreté correspond généralement à 60 % de ce salaire médian. L'Observatoire des inégalités¹ a récemment publié son rapport sur la pauvreté en France (2022-2023)², établi selon les données statistiques 2020 de l'Insee (ces données incluent les prestations sociales).

Selon l'Observatoire des inégalités, la moitié des personnes considérées comme pauvres ont moins de 30 ans. C'est à partir de 65 ans que le taux de pauvreté est le plus faible, estimé à environ 3 %.

Pour avoir une idée du point où tu te situes sur l'échelle des salaires (selon les données 2021 de l'Insee, pour des équivalents temps plein du secteur privé), tu peux te rendre sur la page www.inegalites.fr/Salaire-etes-vous-riche-ou-pauvre et utiliser le comparateur développé par l'Observatoire des inégalités. Ce sont des données intéressantes pour comprendre où tu en es par rapport aux autres salariés, mais elles ne doivent pas

1. Organisme indépendant qui a pour mission de dresser un état des lieux des inégalités, en France et dans le monde.

2. <https://www.inegalites.fr/Rapport-sur-la-pauvrete-en-France-edition-2022-2023>



pour autant servir à une quelconque remise en question. Si tu gagnes bien ta vie, tant mieux pour toi, et si tu es plutôt dans le bas de l'échelle, à toi de voir si ça te convient ou si tu souhaites accroître tes revenus. Il s'agit encore une fois

d'une perception propre à chacun que de considérer qu'on a assez ou pas.

Rappelons au passage qu'en France, l'argent est un sujet tabou... Qui gagne combien? On a honte d'être à l'aise financièrement, et honte d'être en galère... Même dans les couples, il arrive qu'on dissimule ses revenus! Certaines personnes considèrent leurs finances comme une affaire privée, d'autres pensent que l'argent peut être une source de conflit (prêt, dette, héritage, etc.), ou ont peur d'être jugées. Dans notre culture, l'argent est une question délicate. Parler d'argent, c'est aussi dévoiler des inégalités économiques, on préfère alors éviter la discussion pour préserver l'harmonie sociale. Ne faudrait-il pourtant pas commencer par pouvoir en parler plus librement, pour réduire ces inégalités? Tant que l'on n'a pas conscience d'être moins bien payé-e pour les mêmes compétences, diplômes et efforts que ses collègues, on l'accepte. Mais si on l'apprend, que se passe-t-il? On ne le supporte déjà plus. Et c'est normal, car c'est injuste!

Se libérer de ce tabou est d'autant plus primordial quand on a un budget restreint, afin d'être en mesure de dire non et d'expliquer qu'on ne peut tout simplement pas se permettre cette dépense. Il s'agit de reconnaître sa condition financière pour ne pas avoir à s'empêtrer dans des charges que l'on ne peut pas gérer ou que l'on n'a pas envie de supporter. Savoir dire non, c'est d'ailleurs ce qui va te permettre d'assouvir tes envies en t'abstenant de faire des dépenses qui sont sans grand intérêt pour toi!

1

**REPARS
SUR DE BONNES
BASES**



Faire des choix et prioriser OUI, vivre pour seulement survivre, NON ! Il est temps de reprendre ton budget en main !

Il y a trois ans, Bérénice se rend compte qu'elle est loin d'être la seule à galérer en fin de mois et à n'avoir jamais vraiment appris à gérer son argent. Elle se lance alors dans l'écriture d'un livre pour aider les autres.

Si, comme elle, tu fais partie de ceux qui ont un petit budget mais de grands projets et pour qui ce n'est pas une fatalité, ce livre est pour toi ! Il t'apportera des conseils et astuces débrouille pour mieux gérer ton argent et profiter de la vie : repérer tes mauvaises habitudes pour mieux économiser, faire le point sur tes revenus et dépenses, utiliser tous les moyens à ta disposition pour te former et voyager à moindres frais, tout en passant par des pistes de réflexion (priorités, rapport à l'argent...) sans avoir à faire un suivi budgétaire à rallonge tous les mois !

Un petit guide malin, rafraîchissant pour devenir écolo-économe, atteindre l'équilibre et ton indépendance. Le mot d'ordre : sécurité financière = liberté !

Bérénice M. a 27 ans. Elle travaille actuellement dans le secteur touristique. Elle voyage et s'en sort malgré un salaire au SMIC, car elle a appris à mettre son argent gagné au service de ses envies.

Prix : 14,90 €
ISBN 978-2-8073-5737-2



9 782807 357372

www.deboecksuperieur.com

