

MON BUDGET SIMPLE

*Gérer son argent
sans se casser la tête*

Une méthode simple pour reprendre
le contrôle de son argent,
sans Excel, sans jargon et sans calculs
compliqués.

*Budget Simple Québec
budgetsimplequebec.ca*

Comment utiliser cette feuille

Avant de commencer

- Tu n'as pas besoin d'être bon en maths
- Tu n'as pas besoin d'être précis au dollar près
- Cette feuille sert à clarifier, pas à juger

👉 **Mieux vaut un budget imparfait que pas de budget du tout.**

🕒 Temps nécessaire : **15 minutes**

Étape 1 : Mon revenu mensuel

Mon revenu (approximatif)

💡 Écris le montant qui entre chaque mois.

Revenu mensuel : _____ \$

(Si ton revenu varie, prends une moyenne.)

Étape 2 : Mes dépenses obligatoires

Dépenses fixes (ce qui revient chaque mois)

Dépense Montant (\$)

Logement (loyer / hypothèque) _____

Électricité _____

Téléphone _____

Internet _____

Assurances _____

Autres _____

👉 Total des dépenses obligatoires : _____ \$

Étape 3 : Ma vie quotidienne

Dépenses du quotidien

(alimentation, transport, petits achats)

Montant que je veux prévoir chaque mois :
_____ \$

👉 Ce montant doit être réaliste, pas parfait.

Étape 4 : Ce qu'il me reste (important)

Argent restant pour :

- plaisir
- imprévus
- économies

Montant restant : _____ \$

💡 Cet argent est prévu, donc tu peux l'utiliser sans culpabilité.

Résumé simple (1 coup d'œil)

Mon budget en 3 catégories

- Obligations : _____ \$
- Vie quotidienne : _____ \$
- Reste (plaisir / imprévus) : _____ \$

☞ Si ça tient sur une page, c'est un bon budget.

Rappels importants (anti-abandon)

- ✓ Un budget évolue
- ✓ Un écart n'est pas un échec
- ✓ La constance est plus importante que la précision
- ✓ Le budget sert à te libérer, pas à te punir

Conclusion

Tu viens de faire **le plus important** :

👉 prendre conscience de ton argent.

Si tu veux aller plus loin :

- structurer ton budget en 30 minutes
- éviter les erreurs courantes
- garder un budget qui fonctionne dans la vraie vie

➡ Budget Simple Québec
budgetsimplequebec.ca