

7 RÈGLES D'OR POUR ÉCONOMISER DE L'ARGENT

1. Règle des 50/30/20

Répartissez vos revenus dans ces 3 catégories :

50% : Les Essentiels

- Alimentation
- Logement
- Assurances
- Charges (eau, électricité, Internet...)
- Transports

30% : Loisirs

- Voyages
- Sorties
- Shopping

20% : Épargne

- Fonds d'urgence
- Mensualités de crédit
- Placements
- Épargne retraite

2. Défi des 52 semaines

Chaque semaine, mettez une somme d'argent de côté, correspondant au numéro de la semaine.

- Semaine 1 = 1 €
- Semaine 2 = 2 €
- ... Et ainsi de suite
- Semaine 52 = 52 €

Résultat : 1 378 € économisés, sans prise de tête.

3. Règle du 1% pour éviter les achats impulsifs

Si un article coûte plus de 1 % de vos revenus annuels bruts, attendez 3 jours.

Après 72 h, si vous le voulez toujours, foncez. Sinon, oubliez.

Pourquoi ça marche :

9 fois sur 10, vous réaliserez que ce n'était ni utile, ni indispensable.

4. Défi "zéro dépense" pendant un mois

Pendant 30 jours, stoppez toutes les dépenses non essentielles.

- Pas de restos, pas de cafés à emporter, pas de petits achats plaisir.
- Gardez uniquement le strict nécessaire : loyer, courses, factures.
- Objectif : reprendre le contrôle... et économiser plus de 400 € en un mois.

5. Règle du fonds d'urgence

Mettez de côté 3 à 6 mois de revenus pour faire face aux coups durs sans stress.

Une tuile ? Vous encaissez sans trembler.

6. Règle de l'automatisation

Ce qui est automatique marche mieux...

Alors programmez un virement automatique vers votre épargne.

- Épargnez dès que votre salaire tombe.

Leçon : • Automatisez. Et économisez sans y penser.

7. Règle du "1 qui entre, 1 qui sort"

Vous achetez un objet ? Donnez, vendez ou jetez-en un autre.

- Le minimalisme, ça marche dans les deux sens
- Gérez ce qui entre autant que ce qui sort = équilibre