

BE.GIRLPOWER
ÉDUCATION FINANCIÈRE

Où part mon argent ?

Le bilan qui te montre enfin où va ton salaire,
poste par poste, sans jugement.



WORKBOOK BE.GIRLPOWER

Bravo.

Tu viens de faire ce que beaucoup repoussent pendant des années.

Beaucoup de femmes évitent leur compte bancaire. Pas parce qu'elles sont nulles avec l'argent. Parce que personne ne leur a jamais appris à gérer un salaire.

Ce que tu vas obtenir

- ▶ Une vision nette de tes revenus réels, même ceux que tu oublies.
- ▶ L'identification de tes fuites d'argent, sans te priver de ce qui compte.
- ▶ Un chiffre concret : combien tu peux récupérer dès ce mois-ci.
- ▶ Ton action numéro 1 pour les 7 prochains jours.

Ce dont tu as besoin

Installe-toi au calme. Ouvre ton application bancaire et prends ton dernier extrait de compte complet, du 1er au dernier jour du mois. Si tu as tes 3 derniers mois sous la main, c'est encore mieux : tu verras tout de suite ce qui revient vraiment chaque mois et ce qui était exceptionnel. Mais un seul mois suffit pour commencer.

Avance section par section, dans l'ordre. Garde une calculatrice à portée de main, tu vas en avoir besoin. Tu n'as pas besoin d'être précise au centime près : arrondis, estime. Une estimation vaut toujours mieux qu'une case vide.

Combien de temps ça va te prendre

Compte une soirée au calme pour la première partie, jusqu'à ton résultat en section 7. C'est le cœur du bilan.

Soyons honnêtes : si tu dois retrouver trois relevés au fond d'une boîte mail et rappeler ton assureur, ça prendra un peu plus. Prévois large plutôt que de te presser. Personne ne chronomètre.

- ☐ J'ai mes extraits de compte
- ☐ J'ai un moment devant moi, sans interruption
- ☐ Je sais que ce que je vais voir n'est pas un jugement

TU PEUX LE FAIRE EN DEUX FOIS

La première partie, celle qui prend le plus de temps, va jusqu'à ton résultat mensuel et ton bilan de la section 7. C'est là que tu obtiens la réponse à la question du titre.

Si tu sens que tu fatigues, arrête-toi là. La suite peut très bien attendre demain. Mieux vaut une première partie remplie sincèrement qu'un workbook entier rempli à moitié.

Ce workbook se remplit directement à l'écran : clique dans les cases pour saisir tes montants, puis enregistre le fichier. Tu peux aussi l'imprimer et le remplir à la main.

Trois façons de l'utiliser

Avant de remplir la première ligne, choisis ta façon de faire. Et garde-la jusqu'au bout : ce qui compte, c'est que tes revenus et tes dépenses parlent du même portefeuille.

Option 1 : Mon budget personnel. Tes revenus, tes dépenses. Si tu verses une somme sur un compte commun, inscris ce versement parmi tes dépenses fixes.

Option 2 : Notre budget de ménage. Vous mettez tout en commun. Additionne les revenus des deux partenaires et toutes les dépenses du ménage, même si elles sont payées depuis des comptes différents.

Option 3 : Le mode hybride. Chacun verse une partie au pot commun et garde une part personnelle. C'est très fréquent, et c'est là qu'on se trompe le plus souvent. Dans ce cas, remplis uniquement le pot commun : ce que vous y versez chacun d'un côté, ce qui est payé depuis ce pot de l'autre. Ta part personnelle n'entre pas ici. Si tu veux aussi y voir clair sur ton argent perso, refais le workbook une deuxième fois, rien que pour toi.

L'ERREUR À ÉVITER

Noter les revenus du ménage et tes dépenses à toi. Ton résultat serait faussé, et tu croirais avoir plus de marge que tu n'en as.

Ne compte jamais un virement entre vos comptes comme un revenu ou une dépense. Sinon, le même argent sera compté deux fois.

Les questions à poser avant de remplir le bilan

- ▶ Quel périmètre analysons-nous : personnel, ménage complet, ou pot commun ?
- ▶ Quelles dépenses sont communes ? Lesquelles restent personnelles ?
- ▶ Contribuons-nous à parts égales, au prorata des revenus, ou autrement ?
- ▶ Chacun garde-t-il une épargne personnelle ?
- ▶ Quelle décision voulons-nous prendre ensemble ce mois-ci ?

Le périmètre que je choisis pour ce bilan

Le but n'est pas de surveiller l'autre. Le but est de rendre les règles visibles.

Comprendre ton argent

Ce n'est pas être forte en finance. C'est avoir moins de stress, pouvoir prévoir, ne plus dépendre du hasard ni de quelqu'un d'autre, et préparer ton futur.

Pourquoi c'est encore plus urgent pour les femmes en Belgique ?

Ce n'est pas une question de compétence. C'est une question de structure.

En Belgique, 40,5 % des salariées travaillent à temps partiel, contre 12,8 % des hommes (Statbel, 2024). Moins d'heures, c'est moins de salaire, et surtout moins de droits qui se construisent derrière.

Le congé parental reste pris à 62 % par des femmes début 2026 (ONEM, analyse Acerta). Les pères rattrapent, mais l'écart est toujours là.

À la retraite, c'est l'addition de tout ça : les femmes touchent en moyenne 23 % de moins que les hommes. Plus d'une femme sur cinq perçoit moins de 1 000 € de pension par mois, contre 8 % des hommes (PensionStat.be, Service fédéral des Pensions).

En Wallonie, les femmes assument 63 % du travail domestique et familial. Même à temps plein, elles y consacrent près de 22 heures par semaine, contre un peu moins de 15 heures pour les hommes (IWEPS, enquête sur l'emploi du temps, 2013).

Et cette charge mentale ne s'arrête pas aux tâches. C'est savoir s'il reste du pain, si le rendez-vous chez le dentiste est pris, si le chien a eu son rappel de vaccin, si la taille au-dessus sera nécessaire avant la rentrée. C'est un travail permanent d'anticipation qui occupe de la place dans la tête. Et quand toute cette place est prise, regarder ses comptes en détail passe toujours après.

Voilà pourquoi ce n'est pas un luxe de prendre ce temps. Ce n'est pas ta faute que le système soit comme ça. Mais c'est ton argent, et personne ne va le regarder à ta place.

Ce bilan est un outil éducatif conçu pour t'aider à mieux comprendre ta situation financière personnelle. Il ne constitue ni une recommandation personnalisée en investissement, ni un conseil fiscal personnalisé, ni un service de médiation de dettes.

Tu restes seule responsable de tes décisions financières. En cas de situation complexe, de surendettement ou de difficultés importantes, adresse-toi à un professionnel agréé ou à un service de médiation de dettes agréé. Be.GirlPower ne peut être tenu responsable des décisions prises sur la base de ce document.

Mes revenus mensuels

Ouvre ton application bancaire. Regarde les entrées du dernier mois complet et note le montant réellement versé. Si un montant est incertain, estime-le sur base de tes derniers extraits de compte.

CHOISIS UN MOIS QUI TE RESSEMBLE

Si le dernier mois était exceptionnel (rentrée scolaire, vacances, grosse réparation, fêtes), prends plutôt un mois plus ordinaire. Tu peux aussi regarder tes 3 derniers mois pour voir la tendance. Le but est d'avoir une image de ton mois habituel, pas de ton mois le plus chargé.

Rappel : remplis selon le périmètre choisi page 3. En mode ménage ou pot commun, additionne les montants des deux.

Salaire net versé		€
Allocations ou indemnités (mutuelle, chômage)		€
Allocations familiales		€
Pension alimentaire		€
Pensions (retraite, GRAPA)		€
Autres revenus (locatifs, petits jobs...)		€
Total des revenus mensuels		€

Chèques-repas hors total		€
--------------------------	----------------------	---

TES CHÈQUES-REPAS NE S'ADDITIONNENT PAS À TON TOTAL

Note-les, c'est un vrai avantage et il compte. Mais ils ne peuvent pas payer ton loyer, ton crédit, ni alimenter ton épargne. Les faire entrer dans tes revenus te donnerait une marge qui n'existe pas.

On les retrouvera en section 3, pour tes courses.

Mes revenus exceptionnels

Ces montants ne tombent pas chaque mois. Ne les mélange pas à ton budget mensuel normal.

Double pécule de vacances		€
Prime de fin d'année (13e mois)		€
Bonus ou prime d'entreprise		€
Prime syndicale		€
Autre		€
Total des revenus exceptionnels		€

ASTUCE BE.GIRLPOWER

Décide à l'avance de ce que tu vas en faire. Par exemple 60 % sécurité, 25 % projet, 15 % plaisir. Un euro sans destination disparaît vite.

Ce que je décide de faire de mes revenus exceptionnels cette année

Mes dépenses fixes

Les montants qui reviennent chaque mois, que tu les utilises ou non.

Rappel : même périmètre que tes revenus. Si tu as additionné les revenus des deux, additionne aussi les dépenses.

Loyer ou remboursement hypothécaire		€
Énergie : électricité et gaz ★		€
Énergie : eau		€
Téléphone, internet, GSM ★		€
Assurances habitation et auto ★		€
Assurance RC familiale ★		€
Frais bancaires ★		€
Transport : abonnement STIB, TEC, SNCB		€
Carburant		€
Garage ou emplacement		€
Cotisation syndicale		€

★ LES POSTES MARQUÉS D'UNE ÉTOILE

Ces postes se renégocient. Compare tes contrats une fois par an : énergie, assurances, télécom. C'est souvent là qu'on récupère de l'argent sans rien changer à sa façon de vivre.

Tu verras où comparer en section 6.

Mes dépenses fixes (suite)

Abonnements musique ou vidéo ★		€
Autres abonnements ★		€
Taxes voiture ou moto		€
Syndic (appartement)		€
Autre		€
Autre		€
Autre		€
Total des dépenses fixes		€

ASTUCE BE.GIRLPOWER

Si un montant n'est pas sûr, estime-le. Tu affineras le mois prochain. Une page vide ne t'apprend rien.

Le contrat que je veux comparer en priorité

Mes dépenses variables

Le score de plaisir se note sur 5. Il sert à distinguer une dépense qui te coûte mais qui est nécessaire, d'une dépense qui te coûte sans rien t'apporter. Une dépense de santé peut avoir un score bas et rester indispensable : ce n'est pas une fuite.

UN MOIS NE SUFFIT PAS TOUJOURS

Pour certains postes, le mois dernier n'est pas représentatif : tu n'as rien acheté en ligne, ou au contraire c'était l'anniversaire de trois personnes.

Pour ces lignes-là, fais une moyenne. Additionne la catégorie sur tes 3 derniers mois et divise par 3. Si tu veux un chiffre encore plus juste et que tu as le courage, fais-le sur 6 mois. Ça vaut surtout pour les achats en ligne, les loisirs, les vêtements et les cadeaux.

POSTE	MONTANT	PLAISIR / 5
Courses alimentaires ★		
Restaurants et livraisons		
Shopping (vêtements, déco, beauté)		
Achats en ligne		
Loisirs (sport, sorties, hobbies)		
Soins de santé		
Cadeaux		
Dépenses enfants		
Week-ends et voyages		
Voiture : entretien et contrôle		
Autres dépenses variables		
Total des dépenses variables		

★ COURSES ALIMENTAIRES

Note ici uniquement ce que tu paies depuis ton compte. Ce que tu règles en chèques-repas n'entre pas dans cette ligne, puisqu'on ne les a pas comptés dans tes revenus. Sinon tu créerais une dépense sans le revenu qui la finance.

Envie de savoir ce que te coûte vraiment ton alimentation ? Additionne le montant de cette ligne et le montant de tes chèques-repas noté dans tes revenus. Ce total est informatif : il ne rentre pas dans le calcul de ton bilan.

Mes crédits, sans stress

Note la mensualité que tu paies chaque mois, pas le montant total restant.

Crédit voiture		€
Crédit personnel (consommation)		€
Paiement fractionné ou différé		€
Carte de crédit 1		€
Carte de crédit 2		€
Dettes familiales ou autres mensualités		€
Total des crédits		€

Ces crédits ont servi à...

- ☐ un besoin réel
- ☐ une urgence
- ☐ du confort
- ☐ un achat impulsif
- ☐ je ne sais plus

TU AS COCHÉ « DU CONFORT » OU « UN ACHAT IMPULSIF » ? CE N'EST PAS UNE FAUTE

C'est une information utile. Les crédits pris pour un plaisir ou un achat qui n'était pas prévu sont ceux qui pèsent le plus longtemps : on continue à les rembourser bien après avoir oublié pourquoi on les avait pris. Et comme ils s'ajoutent aux autres, ce sont eux qui serrent le budget mois après mois.

Ce que tu vois là, tu le sais maintenant. C'est déjà ça de pris pour la prochaine fois.

Avoir un crédit ne fait pas de toi quelqu'un de mauvais avec l'argent. Mais le comprendre te redonne du pouvoir.

Mes fuites invisibles

Une fuite, ce n'est pas une dépense honteuse. C'est une dépense qui continue à sortir alors qu'elle ne correspond plus à ce que tu veux.

Coche ce qui te parle

- | | |
|--|---|
| ☐ Abonnement oublié | ☐ Abonnement internet ou GSM trop cher |
| ☐ Livraisons trop fréquentes | ☐ Achats automatiques |
| ☐ Shopping émotionnel | ☐ Crédit coûteux |
| ☐ Frais bancaires inutiles | ☐ Petits achats quotidiens |
| ☐ Contrat énergie jamais revu | ☐ Assurance jamais comparée |

QUEL CHIFFRE METTRE ? ÇA DÉPEND DU TYPE DE FUITE

Tes habitudes (petits achats quotidiens, livraisons, shopping émotionnel, achats automatiques). Reprends ce que tu as noté en section 3, décide un plafond pour le mois prochain, et note l'écart. Exemple : 65 € de petits achats ce mois-ci, tu te fixes 50 €, ton économie possible est de 15 €. Pour choisir où couper, regarde ton score de plaisir : commence par ce qui t'a rapporté le moins de satisfaction. L'idée n'est pas de te priver, c'est d'arrêter de payer pour ce qui ne te fait même pas plaisir.

Tes abonnements. Vérifie lesquels sont encore actifs et lesquels tu utilises vraiment. Là, l'économie est simple : c'est le montant de ceux que tu arrêtes.

Tes contrats (énergie, internet, GSM, assurances). Tu ne peux pas le deviner ce soir. Note « à vérifier » et reporte-le dans ton plan d'action en section 10. Tu sauras le montant après avoir comparé.

Ma plus grosse fuite

Ma deuxième plus grosse fuite

Économie possible par mois

 €

Le total de cette colonne, ce n'est pas de l'argent que tu as déjà. C'est de l'argent que tu peux aller chercher. La différence se joue dans ce que tu feras la semaine prochaine.

ASTUCE BE.GIRLPOWER

Corrige une fuite à la fois. Chaque petite victoire t'aide à modifier tes habitudes durablement.

Mon résultat mensuel

Total des revenus mensuels		€
- Total des dépenses fixes		€
- Total des dépenses variables		€
- Total des crédits		€
Mon argent disponible		

Ton disponible est négatif ou proche de zéro ? Respire. Ce chiffre n'est pas un jugement, c'est une information. Et une information, ça se travaille.

Les trois leviers, dans l'ordre

1. Commence par les dépenses variables. C'est le levier le plus rapide. Repère les postes à faible score de plaisir : restaurants, livraisons, shopping émotionnel, abonnements peu utilisés.

2. Revois tes contrats. GSM, internet, assurances, énergie. Si rien n'a été revu depuis douze mois, compare les offres. Deux outils officiels et gratuits existent pour ça :

- Le CREG Scan, du régulateur fédéral de l'énergie. Son gros avantage : il fonctionne même si ton contrat est un vieux contrat qui n'est plus vendu aujourd'hui. C'est le cas de beaucoup de ménages qui n'ont jamais rien changé, et ce sont souvent ceux qui paient le plus cher.
- Le comparateur de la CWaPE, le régulateur wallon de l'énergie.

Pour les assurances, Test Achats publie des comparatifs (résultats détaillés réservés aux abonnés). Ces outils donnent une estimation, pas une offre ferme : le prix dépend de ta consommation réelle et bouge régulièrement. Vérifie toujours auprès du fournisseur avant de signer. Et rien ne t'oblige à t'arrêter là : demande aussi des devis directement, compare, fais jouer la concurrence. Le but n'est pas d'aller à un endroit précis, c'est de savoir si tu peux payer moins cher qu'aujourd'hui.

Outils du CREG, de la CWaPE et de Test Achats vérifiés en septembre 2026.

3. Analyse tes charges fixes. Levier plus lent, mais puissant. Un repère souvent utilisé : si ton loyer ou ton crédit hypothécaire dépasse environ un tiers de tes revenus nets, il pèse lourd dans ton budget. Pareil si certains frais ne te servent plus : il est temps de les questionner.

TON RÉSULTAT EST NÉGATIF ?

Ne saute pas la page suivante : si ton résultat est négatif, elle te dit par où commencer.

Où j'en suis vraiment

Calcule le pourcentage de ton argent disponible par rapport à tes revenus.

Mon argent disponible ÷ mes revenus × 100 = %

Moins de 10 %

Budget sous tension. Ton argent part plus vite qu'il n'entre.

ACTION IMMÉDIATE

Identifie un abonnement ou une livraison à couper cette semaine.

Entre 10 et 20 %

Budget stable, mais optimisable. Tu t'en sors, et tu laisses de l'argent sur la table.

ACTION IMMÉDIATE

Programme un virement automatique vers l'épargne, même 20 €.

Plus de 20 %

Bonne marge. Tu as les bases pour construire quelque chose de solide.

ACTION IMMÉDIATE

Ouvre un compte épargne séparé et fixe un montant mensuel automatique.

RÉSULTAT NÉGATIF : TU DÉPENSES PLUS QUE CE QUI RENTRE

Respire. Tu viens de faire la chose la plus difficile : regarder.

Avant toute chose, une question. Est-ce que le mois que tu viens d'analyser était un mois normal ? Un pneu crevé, une facture de régularisation, un mois avec deux anniversaires et un mariage, ça suffit à faire basculer un budget qui tient le reste de l'année. Si c'est le cas, refais le calcul sur un mois plus ordinaire avant de conclure quoi que ce soit.

Si c'était un mois normal et que le résultat est quand même négatif, tu as une information précieuse, et il y a des choses concrètes à faire.

ACTION IMMÉDIATE : lis la page suivante, « Revenir à zéro ». Elle est faite pour toi. Les sections 8 à 11 sur l'épargne ne te serviront à rien tant que ton résultat n'est pas revenu à zéro. Tu y reviendras après, et ce sera le bon moment.

Ce chiffre décrit le mois que tu viens d'analyser. Il ne résume ni ta situation financière, ni ta valeur.

TU AS FAIT LE PLUS DUR

Si tu veux t'arrêter ici et reprendre demain, c'est le bon endroit. Tu as maintenant la réponse à la question posée sur la couverture.

Revenir à zéro

Si ton résultat est positif, passe directement à la section 8.

On ne va pas faire semblant, et on ne va pas dramatiser non plus.

Être en négatif un mois, ça arrive à beaucoup plus de monde qu'on ne le croit. Ça ne dit rien de ta valeur, ni de ton intelligence, ni de ta capacité à gérer. Ça dit qu'aujourd'hui, la balance penche du mauvais côté. Et une balance, ça se rééquilibre.

L'objectif ici n'est pas d'épargner. C'est de revenir à zéro. Un mois à zéro, quand on vient du négatif, c'est une vraie victoire.

Ton guide gratuit : « Revenir à zéro »

Quand il manque de l'argent à la fin du mois, la priorité n'est pas d'épargner. C'est de retrouver l'équilibre, une étape après l'autre. J'ai rassemblé ces étapes dans un guide gratuit : reprendre tes fuites, séparer l'essentiel du reste, repérer ce qui pèse le plus, et organiser tes remboursements si tu as plusieurs crédits.

Tu le trouveras gratuitement sur www.begirlpower.be.

SI LE NÉGATIF EST TROP IMPORTANT

Il y a un moment où la bonne décision n'est pas de faire des efforts toute seule dans son coin, mais d'aller chercher de l'aide. Ce n'est pas un échec, c'est de la lucidité.

En Belgique, les services de médiation de dettes des CPAS sont gratuits et accessibles à tout le monde. Il y en a un dans ta commune. Ils accompagnent des milliers de personnes chaque année, et ils ont l'habitude de situations bien plus compliquées que ce que tu imagines. Tu peux les contacter même sans être en difficulté grave, juste pour faire le point.

Ta prochaine étape

Quand ton résultat sera revenu à zéro ou au-dessus, reviens aux sections 8 à 11. Elles t'attendent, et elles auront enfin du sens.

Continue maintenant avec tes dépenses annuelles à anticiper, puis ton bilan.

Combien puis-je épargner ?

Trois versions du même objectif. Choisis celle que tu peux vraiment tenir.

Mon argent disponible		€
Version douce : 10 % de ce montant		€
Version réaliste : 20 %		€
Version ambitieuse : 30 %		€

Mes priorités actuelles

- ☐ Construire mon épargne de sécurité (premier cap : 1 mois, puis 3 à 6 mois)
- ☐ Rembourser une dette (attention aux intérêts)
- ☐ Financer un projet important (budgétise-le, puis ajoute 10 %)

Mon épargne de sécurité pour 1 mois €

Dépenses fixes (section 2) + 75 % de tes dépenses variables (section 3). En cas de coup dur, certaines dépenses peuvent baisser, mais elles ne disparaissent pas complètement.

Le montant que je m'engage à mettre de côté ce mois-ci

ASTUCE BE.GIRLPOWER

Commencer petit vaut mieux que ne jamais commencer. Vingt euros par mois automatiquement valent mieux que cent euros quand j'y penserai.

Mes comptes et automatismes

Date de mon virement automatique vers l'épargne

Montant du virement automatique

Compte de destination de l'épargne

Si tu as des comptes dans plusieurs banques, vérifie les frais de tenue de compte. Il vaut mieux fermer un compte qui coûte cher au profit d'un compte moins cher, voire gratuit.

Avoir plusieurs comptes peut être utile : dès que ton salaire arrive, tu répartis ton revenu au lieu de tout laisser au même endroit.

L'ORGANISATION LA PLUS SIMPLE QUI FONCTIONNE

Un compte pour les charges fixes, alimenté dès le salaire, et un autre pour le quotidien. Ce qui est engagé n'est plus visible, donc plus dépensable par erreur.

Ta priorité, dans cet ordre

1. Payer tes charges fixes
2. Payer tes crédits
3. Alimenter ton épargne de sécurité

ASTUCE BE.GIRLPOWER

Programme un ordre permanent vers ton épargne le jour même de ton salaire. Ce que tu ne vois pas, tu ne le dépenses pas.

Mon plan d'action

Jusqu'au prochain salaire. Coche la colonne qui correspond à ta situation.

Si tu es sous tension

- ☐ Suivre mes dépenses pendant 7 jours
- ☐ Couper une fuite
- ☐ Revoir un contrat

Si tu es stable

- ☐ Automatiser mon épargne
- ☐ Réduire un poste variable
- ☐ Construire mon épargne de sécurité

Si tu progresses

- ☐ Renforcer mon épargne
- ☐ Financer un projet
- ☐ Préparer la suite (pension, investissement)

Mon action numéro 1 cette semaine

Économie totale identifiée grâce à ce bilan

 €

ENVIE QUE ÇA SE CALCULE TOUT SEUL ?

Pour ne plus refaire ces calculs à la main chaque mois, j'ai créé un outil qui les fait pour toi : « Je reprends le contrôle ». Tu le trouveras sur www.begirlpower.be.

Ma trajectoire

Reprends l'économie mensuelle que tu as identifiée en section 5, puis projette-la sur l'année pour voir l'impact réel.

Mon économie identifiée, par mois

 €

Dans 3 mois

€

C'est ton premier coussin de sécurité en cas de pépin.

Dans 6 mois

€

C'est l'entretien de ta voiture, ou une escapade payée cash.

Dans 12 mois

€

C'est le début de ton autonomie financière.

Ton calendrier d'anticipation

Certains mois sont plus chargés que d'autres. Les repérer à l'avance change tout.

Janvier

assurances, soldes d'hiver

Mai et juin

taxes communales, régularisation énergie

Juillet et août

soldes d'été, vacances

Septembre

rentrée scolaire, abonnements sportifs

Novembre et décembre

taxe de circulation, fêtes

Ma priorité d'anticipation

Mes dépenses annuelles

Certaines dépenses ne tombent pas tous les mois. Pourtant, elles doivent être prévues. Sinon, ton argent disponible paraît plus élevé qu'il ne l'est vraiment.

Cette page n'est pas optionnelle : le total que tu obtiens ici est repris dans ton bilan, à la page suivante.

DÉPENSE	MONTANT / AN	MOIS PRÉVU	À RÉSERVER
Assurances			
Taxes communales			
Précompte immobilier (si tu es propriétaire)			
Véhicule : entretien, pneus, contrôle			
Santé : lunettes, dentiste, spécialiste			
Rentrée et activités enfants			
Vacances, fêtes, cadeaux			
Autre			

Total mensuel à réserver

COMMENT CALCULER

Divise chaque dépense annuelle par 12. Par exemple, 600 € d'assurance par an font 50 € à réserver chaque mois. Retire ensuite ce total de ton argent disponible avant de choisir ton montant d'épargne.

« À RÉSERVER », ÇA VEUT DIRE QUOI ?

C'est l'argent que tu mets de côté chaque mois pour qu'une grosse facture ne te prenne pas par surprise. Au lieu de payer 600 € d'assurance d'un coup en janvier, tu mets 50 € de côté chaque mois. Le jour où la facture arrive, l'argent est déjà là. Cet argent n'est pas disponible pour autre chose : c'est pour ça qu'on le retire de ton argent disponible.

Mon bilan en un coup d'œil

Reporte ici tes chiffres clés. Le but n'est pas d'être parfaite, c'est de voir clair.

Revenus nets du mois		€
Dépenses fixes		€
Dépenses variables		€
Mensualités de crédit		€
Argent disponible du mois		€
Dépenses annuelles à anticiper (par mois)		€
Montant disponible après anticipation		€
Économie réaliste identifiée		€

Mes décisions

La dépense que je garde sans culpabiliser

La dépense que je réduis

La dépense que j'arrête ou que je renégocie

Ma prochaine étape

Rappel Be.GirlPower : ce bilan décrit le mois analysé. Il ne dit rien de ta valeur, ni de toute ton histoire financière.

30 jours plus tard

Reviens sur cette page dans un mois. Pas pour te juger. Pour voir ce qui a vraiment changé.

Ai-je réalisé mon action principale ?

Quelle dépense ai-je vraiment réduite ?

Quelle économie ai-je constatée ?

Qu'est-ce qui a été plus difficile que prévu ?

Qu'est-ce que je garde le mois prochain ?

Ma nouvelle action pour les 7 prochains jours

ASTUCE BE.GIRLPOWER

Si tu n'as rien changé, tu as quand même appris quelque chose. Recommence avec une action plus petite.

POUR FINIR

Sois fière de toi.

Tu viens de faire ce que beaucoup repoussent pendant des années :
regarder la réalité, comprendre ton argent,
poser un plan, reprendre du pouvoir.

Et ce n'est que le début.

UNE QUESTION SUR LE WORKBOOK ?

Écris-moi à info@begirlpower.be. Je réponds sous 48 h ouvrées.

TU VEUX UN SUIVI AUTOMATIQUE CHAQUE MOIS ?

« Je reprends le contrôle » fait tous ces calculs à ta place, mois après mois.

TU VEUX ALLER PLUS LOIN AVEC MOI ?

Tu as fait le premier pas. Si tu veux qu'on regarde ensemble un point qui te bloque, je te propose « Une heure avec moi ». On commence par un appel découverte gratuit de 30 minutes pour voir si je peux t'aider.
Toutes les infos sur www.begirlpower.be.

RETROUVE-MOI

www.begirlpower.be · Instagram : [@be.girlpower](https://www.instagram.com/be.girlpower)