

L'IA au quotidien

Chapitre 1 : Argent et paperasse

10 parcours guidés avec ChatGPT et Claude

Outilsia Pro

MODE D'EMPLOI

Comment utiliser ce guide

1

Choisis un parcours

Chaque parcours règle un problème précis du quotidien, en 10 à 20 minutes. Pas besoin de suivre l'ordre.

2

Ouvre une nouvelle conversation

Dans ChatGPT ou Claude (l'outil conseillé est indiqué en haut de chaque parcours). Une nouvelle conversation par parcours.

3

Colle l'étape 1 et réponds

L'IA te pose ses questions une par une. Réponds simplement, des chiffres arrondis suffisent.

4

Enchaîne les étapes

Colle l'étape 2 puis l'étape 3 dans la même conversation : l'IA s'appuie sur tout ce qu'elle sait déjà de toi.

Règle de sécurité : ne donne jamais de numéro de compte, de code, de mot de passe ni d'identifiant. Masque tes données personnelles sur les documents que tu envoies. L'IA peut se tromper : vérifie toujours les montants et les règles officielles avant de décider.

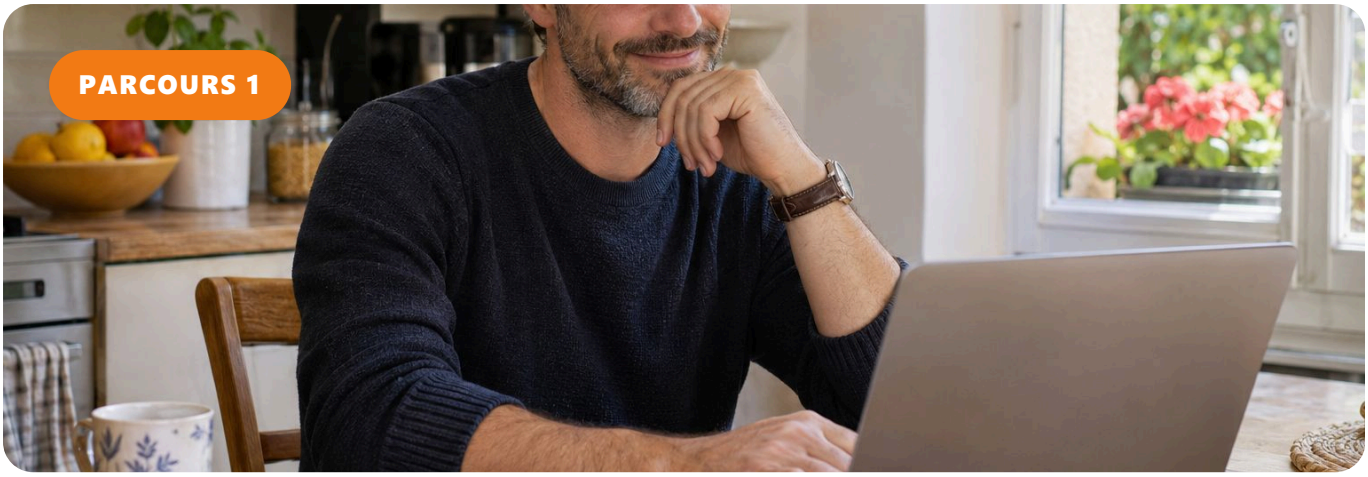


CHAPITRE 1

Argent et paperasse financière

10 parcours pour gagner de l'argent, en récupérer et arrêter d'en perdre, là où la plupart des gens n'osent pas mettre le nez : impôts, aides, banque, contrats. Chaque parcours se fait en une seule conversation, en 10 à 20 minutes.

📋 **Sur téléphone, plus pratique : la version en ligne avec un bouton « Copier » sous chaque prompt.**
outilsia-pro.fr/g/14d337a4abcc/chapitre-1



Ta déclaration d'impôts sans stress

20 min | Claude ou ChatGPT | Évite les oublis qui coûtent cher

Chaque année, des millions de foyers oublient une case qui leur aurait fait économiser de l'argent : frais réels, dons, emploi à domicile, garde d'enfants, pension versée.

1 Le passage en revue

COPIE-COLLE

Tu es conseiller fiscal pour les particuliers en France, pédagogue et prudent. On prépare ma déclaration de revenus.
Pose-moi tes questions UNE PAR UNE, maximum 10, sur ma situation de l'année : situation familiale et changements, enfants et leur âge, mode de garde, trajets domicile-travail (distance, véhicule), dons à des associations, emploi d'une aide à domicile, pension alimentaire versée ou reçue, épargne retraite, travaux dans le logement.
Pour chaque réponse, dis-moi si cela peut ouvrir droit à une déduction, une réduction ou un crédit d'impôt.

2 La liste des cases

COPIE-COLLE

Fais la liste des cases et rubriques à vérifier dans ma déclaration, avec pour chacune : ce qu'il faut déclarer, le justificatif à garder, et ton niveau de certitude (élevé, moyen, à vérifier). Compare frais réels et abattement de 10 % si j'ai beaucoup de trajets, avec le calcul détaillé.

3 Les vérifications finales

COPIE-COLLE

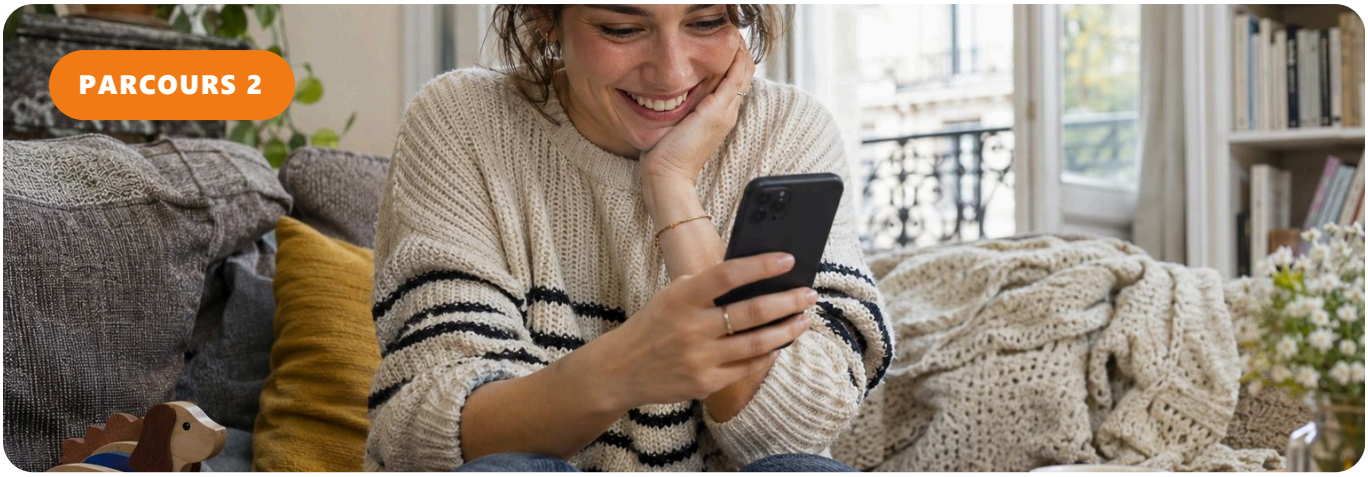
Donne-moi une check-list de 8 points à contrôler avant de valider, et les 3 erreurs les plus fréquentes dans une situation comme la mienne. Rappelle-moi où vérifier chaque règle sur impots.gouv.fr.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« 38 km aller-retour par jour avec un véhicule de 5 CV : les frais réels dépassent l'abattement de 10 % d'environ 900 €. Case 1AK à remplir, garde un relevé de tes trajets. »

ERREUR À ÉVITER

Prendre le calcul de l'IA pour définitif. Utilise-le pour savoir quoi vérifier, puis contrôle sur impots.gouv.fr ou avec ton centre des impôts.



Les aides auxquelles tu as droit sans le savoir

15 min | ChatGPT ou Claude | Parfois plusieurs centaines d'euros par an

Prime d'activité, APL, chèque énergie, aides de la commune ou de l'employeur : une grande partie des aides ne sont pas demandées, simplement parce qu'on ne sait pas qu'on y a droit.

1 Le profil

COPIE-COLLE

Tu es travailleur social spécialisé dans l'accès aux droits en France. Pose-moi 8 questions maximum, une par une, avec des fourchettes : composition du foyer, revenus approximatifs, statut (salarié, indépendant, retraité, étudiant, sans emploi), logement (locataire, propriétaire), enfants, handicap éventuel, commune, et si je touche déjà des aides.

2 La carte des aides

COPIE-COLLE

Liste toutes les aides auxquelles je pourrais avoir droit, regroupées par organisme (CAF, État, région, commune, employeur, fournisseurs d'énergie). Pour chacune : à quoi elle sert, l'ordre de grandeur du montant, et ton niveau de probabilité que j'y aie droit. Classe-les de la plus probable à la moins probable.

3 Les démarches

COPIE-COLLE

Pour les 5 aides les plus probables, donne-moi la démarche pas à pas, le simulateur officiel à utiliser, les pièces à préparer et le délai habituel. Rédige aussi un message type pour poser une question à l'organisme si ma situation n'est pas claire.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Probabilité élevée : prime d'activité (simulateur sur caf.fr) et chèque énergie (automatique, vérifie sur chequeenergie.gouv.fr). À regarder : aide de ton comité d'entreprise pour les activités des enfants. »

ERREUR À ÉVITER

Conclure « je n'ai droit à rien » sans faire les simulateurs officiels. Les règles changent souvent, seul le simulateur fait foi.



Vendre tes affaires sur Leboncoin, vite et au bon prix

10 min par objet | ChatGPT (avec photos) | Tes placards se transforment en euros

Une annonce avec un bon titre, une bonne description et un prix juste se vend en quelques jours au lieu de rester des semaines.

1 L'estimation

COPIE-COLLE

Tu es vendeur expérimenté sur Leboncoin et Vinted. Je t'envoie des photos d'un objet à vendre. Pose-moi 4 questions : l'objet exact et sa marque, son âge, son état réel, et s'il manque quelque chose (boîte, accessoires, facture).
Donne-moi ensuite une fourchette de prix réaliste pour vendre en moins de 10 jours, et le prix à afficher pour garder une marge de négociation.

2 L'annonce

COPIE-COLLE

Rédige l'annonce : un titre de moins de 50 caractères avec les mots que les acheteurs tapent, une description honnête et rassurante en 6 lignes (état, défauts, raison de la vente, remise en main propre ou envoi), et 5 mots-clés.
Dis-moi aussi quelles photos refaire et sous quel angle pour mieux vendre.

3 La négociation

COPIE-COLLE

Prépare mes réponses types : à quelqu'un qui propose 50 % du prix, à quelqu'un qui demande si c'est toujours disponible, et à quelqu'un qui veut que j'envoie l'objet avant paiement. Donne-moi les 5 règles de sécurité pour éviter les arnaques.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Poussette Yoyo de 2022, bon état : fourchette 180 à 220 €, affiche 230 €. Titre : Poussette Babyzen Yoyo 2 complète, très bon état. »

ERREUR À ÉVITER

Accepter un paiement par un lien reçu par SMS ou mail. Utilise uniquement le paiement sécurisé de la plateforme ou la remise en main propre.



Choisir ta mutuelle sans te faire avoir

20 min | Claude (lit très bien les tableaux de garanties) | Payer pour ce dont tu as vraiment besoin

Les tableaux de garanties sont faits pour être illisibles. On paie souvent trop pour des options inutiles, ou pas assez là où on aura des frais.

1 Tes vrais besoins

COPIE-COLLE

Tu es courtier en complémentaire santé, indépendant et transparent. Pose-moi 7 questions, une par une : âges des personnes à couvrir, lunettes ou lentilles, soins dentaires prévus, consultations de spécialistes, hospitalisations prévues, médecines douces, et budget mensuel maximum.

2 La lecture des garanties

COPIE-COLLE

Je vais te coller (ou joindre) le tableau de garanties d'une ou plusieurs mutuelles. Traduis chaque poste important en euros concrets remboursés : par exemple pour une paire de lunettes à 400 €, une couronne dentaire à 600 €, une consultation de spécialiste à 60 €. Fais un tableau comparatif.

3 Le choix

COPIE-COLLE

Recommande la formule la plus adaptée à mes besoins réels, explique ce que je perds et ce que je gagne par rapport à ma mutuelle actuelle, et rédige le message pour demander un devis ou résilier mon contrat actuel (en vérifiant mes conditions de résiliation).

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Pour tes besoins, la formule 2 rembourse 310 € sur tes lunettes au lieu de 150 €, pour 6 € de plus par mois : rentable dès la première paire. »

ERREUR À ÉVITER

Comparer seulement les prix mensuels. Une mutuelle à 30 € qui rembourse mal coûte plus cher qu'une à 40 € qui rembourse bien tes dépenses réelles.



Le budget de couple, sans dispute

20 min, à deux | ChatGPT ou Claude | Moins de tensions, plus de projets

L'argent est l'une des premières causes de dispute dans un couple. Une règle claire et juste, décidée ensemble, change tout.

1 La situation à deux

COPIE-COLLE

Tu es médiateur spécialisé dans les finances de couple, neutre et bienveillant. Nous sommes deux devant l'écran. Pose-nous 6 questions, une par une : nos revenus respectifs, nos charges communes, nos dépenses personnelles, nos projets communs, ce qui crée des tensions aujourd'hui, et si nous avons un compte joint.

2 Les modèles possibles

COPIE-COLLE

Présente-nous 3 façons de partager les dépenses adaptées à notre situation (moitié-moitié, au prorata des revenus, compte commun avec une part personnelle), avec pour chacune nos montants réels, les avantages et les risques de déséquilibre. Ne choisis pas à notre place.

3 La règle commune

COPIE-COLLE

Une fois notre choix fait, rédige notre 'charte budget' en 8 points maximum : qui paie quoi, le montant mis en commun, l'argent de poche de chacun, le seuil au-delà duquel on se consulte avant d'acheter, et le rendez-vous mensuel pour faire le point.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Au prorata : 58 % et 42 % des charges communes, soit 870 € et 630 €. Chacun garde 150 € d'argent personnel sans avoir à se justifier. »

ERREUR À ÉVITER

Le faire seul et présenter le résultat à l'autre. Ce parcours ne marche que si vous répondez aux questions ensemble.



Le budget des grands rendez-vous : rentrée, fêtes, anniversaires

15 min | ChatGPT ou Claude | Fini le mois de janvier dans le rouge

La rentrée et les fêtes sont prévisibles, mais elles tombent toujours au mauvais moment. Les anticiper évite les découverts et les achats de dernière minute.

1 Le calendrier

COPIE-COLLE

Tu es organisateur familial et expert en budget. Pose-moi 5 questions, une par une : la composition de la famille et les âges, les grands rendez-vous de l'année (rentrée, Noël, anniversaires, fêtes religieuses, vacances), ce que j'ai dépensé l'an dernier pour chacun à peu près, et mon reste à vivre mensuel.

2 Le budget annuel

COPIE-COLLE

Fais un tableau des grands rendez-vous de l'année avec un budget réaliste pour chacun, le total annuel, et le montant à mettre de côté chaque mois pour ne jamais être pris de court.

3 Les économies

COPIE-COLLE

Pour les 3 rendez-vous les plus coûteux, donne-moi 5 idées concrètes pour dépenser moins sans décevoir personne (listes partagées, fournitures d'occasion, cadeaux faits maison, tirage au sort des cadeaux en famille), et une liste de courses de rentrée par âge si j'ai des enfants scolarisés.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Total des grands rendez-vous : 1 860 € par an. En mettant 155 € de côté chaque mois, Noël et la rentrée sont déjà payés quand ils arrivent. »

ERREUR À ÉVITER

Ne prévoir que Noël. Les anniversaires et la rentrée pèsent souvent autant sur l'année.



Préparer ton rendez-vous avec le banquier

15 min | Claude ou ChatGPT | Arriver préparé, repartir avec ce que tu voulais

Crédit, frais bancaires, découvert autorisé, changement de formule : le banquier a ses objectifs commerciaux. Arriver avec tes chiffres et tes questions change le rapport de force.

1 L'objectif

COPIE-COLLE

Tu es ancien conseiller bancaire passé du côté des clients. J'ai rendez-vous avec ma banque. Pose-moi 5 questions, une par une : l'objet du rendez-vous, ma situation (revenus, ancienneté, épargne, crédits en cours), les frais bancaires que je paie, ce que je veux obtenir, et ce que je refuse d'avance.

2 Le dossier

COPIE-COLLE

Prépare-moi : les 3 arguments à mettre en avant, les chiffres à avoir sous la main, les questions qu'on va probablement me poser avec des réponses honnêtes, et les produits qu'on risque de me proposer dont je n'ai pas besoin.

3 Le script

COPIE-COLLE

Rédige le déroulé du rendez-vous en 5 étapes, avec les phrases clés pour négocier (frais, taux, assurance), et ce que je dois demander par écrit avant de signer quoi que ce soit.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Argument n°1 : 9 ans d'ancienneté et domiciliation des salaires. Demande la suppression des frais de tenue de compte, environ 24 € par an, et le comparatif écrit du taux proposé. »

ERREUR À ÉVITER

Signer le jour même. Demande toujours l'offre par écrit et prends 48 heures pour la relire, avec le parcours « Comprendre un document financier ».



Préparer un gros achat sans te faire avoir

15 min | Claude (excellent pour comparer) | Électroménager, voiture, travaux

Pour un achat à plusieurs centaines d'euros, quelques questions bien posées évitent les mauvaises surprises et les options inutiles.

1 Le vrai besoin

COPIE-COLLE

Tu es acheteur professionnel, neutre et sans marque préférée. Je prépare un achat important. Pose-moi 5 questions, une par une : ce que je veux acheter, l'usage réel, mon budget maximum, ce qui compte le plus pour moi, et ce qui m'a déçu avec l'ancien modèle.

2 La grille de choix

COPIE-COLLE

Construis une grille de comparaison avec les 6 critères qui comptent vraiment pour mon usage, pondérés, et les pièges classiques de ce type d'achat (options inutiles, garanties, frais cachés, consommation). Dis-moi ce que je peux ignorer sans regret.

3 La négociation

COPIE-COLLE

Donne-moi les 5 questions à poser au vendeur, les moments de l'année où ce produit est le moins cher, et une phrase pour négocier un geste commercial.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Pour un lave-linge à usage familial, le critère n°1 est la classe énergétique, pas le nombre de programmes : 7 kg suffisent pour 3 personnes. »

ERREUR À ÉVITER

Demander à l'IA de choisir un modèle précis. Elle ne connaît pas les prix et les stocks du jour : utilise-la pour la méthode, vérifie les modèles en magasin ou en ligne.



Sortir du découvert en 90 jours

20 min | Claude ou ChatGPT | Plus d'agios, plus de stress

Le découvert coûte cher en agios et use le moral. Un plan court, précis et réaliste change tout.

1 L'état des lieux

COPIE-COLLE

Tu es conseiller en finances personnelles, calme et sans jugement. Pose-moi 5 questions, une par une : le montant moyen de mon découvert, mes revenus et leurs dates, mes charges fixes et leurs dates de prélèvement, les frais bancaires que je paie, et ce qui a créé ce découvert.

2 Le plan

COPIE-COLLE

Construis un plan sur 90 jours pour revenir à zéro : montant à dégager chaque semaine, dépenses à geler temporairement, dates de prélèvement à déplacer si c'est possible, et un objectif intermédiaire à 30 et 60 jours.

3 La banque

COPIE-COLLE

Rédige un message à mon conseiller bancaire pour demander le remboursement de frais récents et un geste sur les agios le temps du plan. Explique-moi aussi ce que je peux demander à ma banque et ce que je ne dois pas accepter.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Découvert moyen 380 € : 32 € à dégager par semaine. Objectif à 30 jours : découvert ramené sous 250 €. »

ERREUR À ÉVITER

Contracter un crédit pour combler un découvert. Si ta situation est difficile, rapproche-toi d'un Point conseil budget, gratuit en France.



Comprendre un document financier compliqué

10 min | Claude (lit très bien les PDF) | Crédit, assurance, devis, relevé

Offre de crédit, contrat d'assurance, devis de travaux : l'essentiel est souvent caché en petits caractères.

1 La lecture

COPIE-COLLE

Tu es juriste et conseiller financier, et tu expliques comme à un ami. Je joins un document (j'ai masqué mes numéros de compte et mon adresse). Résume-le en 5 lignes : ce que je m'engage à faire, ce que ça me coûte au total, la durée, et comment en sortir.

2 Les pièges

COPIE-COLLE

Liste les clauses qui peuvent me coûter de l'argent ou me bloquer (frais, pénalités, reconduction, exclusions), avec la page ou le paragraphe. Classe-les de la plus importante à la moins importante.

3 Les questions à poser

COPIE-COLLE

Rédige les 5 questions que je dois poser avant de signer, et dis-moi quels points sont négociables.

EXEMPLE DE RÉSULTAT

« Coût total du crédit : 1 840 € d'intérêts et d'assurance. Attention : assurance emprunteur à 0,36 %, souvent négociable ou délégable. »

ERREUR À ÉVITER

Envoyer le document sans masquer tes données personnelles. Une capture recadrée ou un PDF caviardé suffit.

L'IA peut se tromper : vérifie toujours les montants, les offres et les règles officielles avant de prendre une décision. Ce guide ne remplace pas un conseil professionnel personnalisé. Outilsia Pro.