

SAVING MONEY

*+ DE 200 IDÉES SIMPLES POUR FAIRE
DES ÉCONOMIES*



Optimisez vos dépenses au quotidien



BIENVENUE!

Ce livre vous propose 200 astuces simples pour vous aider à dépenser moins et épargner plus. Que vous cherchiez à mieux gérer votre budget, à réduire vos factures, ou à mettre de l'argent de côté pour vos projets, ces conseils pratiques sont là pour vous. Mon but est de vous fournir des méthodes concrètes et faciles à mettre en œuvre pour améliorer vos finances sans compromettre votre style de vie. Commencez dès maintenant à adopter ces stratégies et découvrez leur impact positif sur votre quotidien. Merci de me faire confiance pour vous accompagner dans cette démarche. Je vous souhaite une lecture enrichissante et pleine de succès financier !

1 / NOURRITURE

Quelques conseils avant de commencer : Il n'est ni nécessaire ni recommandé d'essayer de suivre toutes les suggestions de cette liste. En voulant trop en faire, vous risquez de vous décourager et de perdre votre motivation.

Optez plutôt pour quelques idées qui vous semblent les plus réalisables, et mettez-les en pratique. Une fois que vous aurez intégré ces nouvelles habitudes, explorez d'autres options. Allez à votre rythme. Les petits ajustements, avec le temps, se cumuleront et feront une réelle différence..

1. Cultivez vos herbes et légumes à la maison pour économiser sur les produits frais.
2. Cuisinez en grandes quantités : mangez une partie immédiatement et congelez le reste pour éviter de commander à l'extérieur.
3. Préparez vos mélanges maison : au lieu d'acheter des préparations toutes faites, utilisez des recettes simples trouvées en ligne.
4. Profitez des promotions pour faire des stocks des produits que vous utilisez régulièrement.



5. Évitez le gaspillage alimentaire en vérifiant vos placards, réfrigérateur et congélateur avant de faire vos courses.
6. Planifiez vos repas hebdomadaires pour optimiser vos achats et éviter les dépenses inutiles.
7. Faites une liste de courses et tenez-vous-y pour ne pas céder aux achats impulsifs.
8. Reproduisez vos plats favoris à la maison pour limiter les sorties au restaurant.
9. Privilégiez les ingrédients bruts : cuisiner à partir de produits de base est plus économique que d'acheter des plats préparés.
10. Utilisez vos restes intelligemment : réinventez-les en "buffet maison" pour les rendre plus attrayants.
11. Préparez votre café à domicile au lieu de l'acheter à l'extérieur.
12. Achetez en gros pour les articles que vous consommez fréquemment et réalisez des économies.

13. Faites vos courses le mercredi. Beaucoup de magasins lancent leurs nouvelles promotions ce jour-là, et vous avez plus de chances de trouver des articles à prix réduit. Certains magasins honorent même les promotions de la semaine précédente. **14.** Consultez les promotions avant de faire vos courses. Cela vaut parfois le coup de visiter plusieurs magasins. **15.** Utilisez l'application de votre magasin. Vous y trouverez souvent des coupons exclusifs. **16.** Buvez plus d'eau. C'est une option beaucoup moins chère que les autres boissons ! **17.** Arrêtez d'acheter de l'eau en bouteille. Investissez plutôt dans une gourde réutilisable que vous remplirez avec de l'eau du robinet ou filtrée. Si ce n'est pas possible, achetez de l'eau en gros bidons. **18.** Évitez les distributeurs automatiques, souvent trop chers. Apportez vos propres collations et boissons. **19.** Réduisez votre consommation de viande, souvent l'élément le plus cher d'un repas. **20.** Privilégiez les marques de distributeur. Elles restent généralement moins chères même avec des coupons pour les grandes marques. **21.** Achetez des fruits et légumes de saison. Vous pouvez également en acheter en grande quantité et les congeler pour plus tard. **22.** Utilisez des programmes de cashback et de remboursement pour économiser sur vos achats. **23.** Repérez le rayon des articles en promotion ou en liquidation dans votre supermarché. **24.** Apportez votre déjeuner au lieu de l'acheter au travail ou à l'école. **25.** Rejoignez un groupe d'achat en gros avec des amis ou voisins pour partager les coûts sur des articles comme la viande. **26.** Utilisez les restes pour créer de nouvelles recettes, comme des soupes ou des ragoûts. **27.** Utilisez des produits de base comme le riz ou les pâtes, qui sont peu coûteux et polyvalents. **28.** Utilisez une carte de fidélité pour accumuler des points ou obtenir des réductions. **29.** Recherchez des coupons en ligne avant de faire vos courses pour économiser.

2/ MANGER DEHORS

30. Mangez une collation avant de sortir au restaurant pour éviter de trop commander. **31.** Consultez des sites comme Groupon et Restaurant.com pour trouver des offres spéciales. **32.** Essayez de réduire d'une fois par mois vos sorties au restaurant. **33.** Commandez uniquement de l'eau au restaurant. Pour le prix d'un soda, vous pouvez généralement acheter plusieurs bouteilles de 2 litres à boire chez vous ! **34.** Optez pour des portions plus petites ou partagez un plat avec quelqu'un. **35.** Réutilisez les restes. Si vous en avez, essayez de les transformer en un autre repas. Par exemple, ajoutez des pâtes à un plat de pâtes ou transformez les restes d'un restaurant mexicain en nachos. Vous pouvez aussi ajouter un peu de riz pour prolonger les plats chinois.

- 36.** Privilégiez le déjeuner au dîner, car les prix sont souvent plus bas.
- 37.** Recherchez des restaurants qui proposent des réductions pour l'happy hour ou les premiers services.
- 38.** Téléchargez l'application du restaurant et inscrivez-vous à leur liste de diffusion pour recevoir des coupons de réduction.
- 39.** Profitez des offres de fidélité ou des cartes de points des restaurants que vous fréquentez régulièrement.
- 40.** Recherchez des offres spéciales pour les enfants, comme les repas gratuits ou à prix réduit.
- 41.** Prévoyez un budget spécifique pour les sorties au restaurant et respectez-le.
- 42.** Emportez une partie de votre repas chez vous si les portions sont trop grandes, pour en faire un autre repas le lendemain.
- 43.** Mangez dans des restaurants de type "buffet à volonté" pour maximiser la quantité de nourriture pour un prix fixe, mais soyez raisonnable pour éviter le gaspillage.



3/ SHOPPING

44. Attendez 24 heures avant de faire un achat non essentiel ou important. Cela vous aidera à éviter les achats impulsifs. **45.** Demandez-vous si vous avez vraiment BESOIN de cet article. **46.** Sachez quand acheter des vêtements bon marché. Il est acceptable d'acheter des articles bon marché qui seront portés moins d'un an, comme les vêtements pour enfants, car ils grandissent rapidement. Cependant, si un article sera porté plus d'un an, il est généralement plus économique de dépenser un peu plus dès le départ pour que l'article dure plusieurs années. **47.** Utilisez de l'argent liquide pour limiter vos achats impulsifs. Il y a plus d'émotion associée au paiement en espèces qu'à l'utilisation d'une carte. Vous y réfléchirez à deux fois avant de casser un billet de 100 € ! L'argent liquide met aussi une limite à ce que vous pouvez acheter. Si vous n'avez qu'un billet de 20 €... vous ne pouvez dépenser que 20 € ! **48.** Demandez quand un article sera en promotion. Parfois, un employé le sait, parfois non, mais ça ne coûte rien de demander ! **49.** Vérifiez toujours s'il existe des coupons, des remises ou des réductions. Des sites comme Honey sont excellents pour trouver les meilleures offres. **50.** N'ayez pas peur de demander une réduction. Que ce soit en personne ou dans une fenêtre de chat, assurez-vous toujours de demander s'il existe des coupons ou des réductions disponibles. Dernièrement, j'ai eu beaucoup de chance en demandant des réductions dans les fenêtres de chat lors de mes achats en ligne ! **51.** Achetez d'occasion ou reconditionné, mais avec prudence ! Acheter d'occasion ou reconditionné est un excellent moyen d'économiser de l'argent, mais inspectez toujours l'article avec soin. Pour les articles plus chers, assurez-vous que l'article est garanti suffisamment longtemps pour pouvoir le tester et l'utiliser à fond. **52.** Adhérez au programme de fidélité de chaque magasin où vous faites vos achats, tant qu'il est gratuit. Beaucoup offrent des réductions spéciales pour votre anniversaire. **53.** Utilisez des applications de cashback. Mes préférées sont Swagbucks, eBuyClub et iGraal. **54.** Pensez toujours à l'avance. Les ventes de fin de saison et les vide-greniers sont d'excellents moyens d'acheter des articles dont vous savez que vous aurez besoin plus tard. J'aime particulièrement faire cela pour des articles comme les manteaux d'hiver, les bottes, le papier cadeau et les jouets d'extérieur. **55.** Comparez les prix en ligne avant d'acheter en magasin. Parfois, les prix en ligne sont plus bas, et certains magasins égaleront ces prix si vous leur montrez. **48.** Profitez des soldes et des promotions pour acheter des articles de qualité à prix réduit. Planifiez vos achats autour des grands événements commerciaux comme le Black Friday ou les soldes de fin de saison. **56.** Fixez-vous un budget pour chaque session de shopping et respectez-le pour éviter de dépenser plus que prévu. **57.** Abonnez-vous aux newsletters des marques que vous aimez pour recevoir des offres exclusives et des codes de réduction. Achetez des cartes-cadeaux à prix réduit sur des sites spécialisés, puis utilisez-les pour vos achats réguliers. **58.** Privilégiez les magasins d'usine ou les magasins de déstockage où les articles de grandes marques sont souvent vendus à des prix réduits. **59.** Faites attention aux frais de livraison lorsque vous achetez en ligne. Essayez de regrouper vos achats pour bénéficier de la livraison gratuite ou choisissez l'option de retrait en magasin si elle est disponible.

60. Évitez les paiements en plusieurs fois avec intérêts élevés. Si vous devez financer un achat, comparez les options de financement pour trouver la plus avantageuse. **61.** Faites du shopping avec un ami de confiance pour vous aider à rester sur la bonne voie et à éviter les achats impulsifs. **62.** Évitez de faire du shopping lorsque vous êtes fatigué, stressé ou de mauvaise humeur, car cela peut vous pousser à faire des achats impulsifs.



4/ SANTÉ

63. Gardez vos soins de santé préventifs à jour. Des visites régulières chez le dentiste, l'ophtalmologiste et le médecin généraliste peuvent souvent vous éviter des traitements coûteux à l'avenir. **64.** Demandez des médicaments génériques pour vos prescriptions, car ils sont souvent moins chers. **65.** Comparez les prix de vos médicaments sur ordonnance. Consultez différentes pharmacies, supermarchés, clubs de vente en gros, et pharmacies en ligne pour trouver le meilleur prix comme MediPrix. **66.** Vérifiez attentivement toutes vos factures médicales pour repérer d'éventuelles erreurs. On estime qu'environ 80 % des factures médicales contiennent des erreurs, comme des services facturés que vous n'avez jamais reçus. **67.** Économisez sur l'abonnement à la salle de sport en faisant de l'exercice à la maison. YouTube propose de nombreuses vidéos d'exercices gratuites, et certains programmes payants sont encore moins chers qu'un abonnement à une salle de sport. **68.** Faites attention à votre alimentation pour éviter des problèmes de santé coûteux à long terme. Privilégiez une alimentation équilibrée riche en fruits, légumes, et grains entiers. **69.** Utilisez des remèdes maison pour les affections mineures, comme les maux de tête ou les douleurs musculaires, avant de vous tourner vers des médicaments plus coûteux.

70. Participez à des programmes de dépistage gratuits ou à faible coût proposés par des cliniques ou des hôpitaux locaux. **71.** Faites régulièrement de l'exercice pour maintenir une bonne santé générale et prévenir des maladies chroniques, ce qui peut réduire vos frais médicaux à long terme. **72.** Évitez de fumer ou essayez d'arrêter. Le tabagisme entraîne non seulement des coûts directs élevés, mais il peut aussi causer des problèmes de santé graves et coûteux. **73.** Limitez votre consommation d'alcool pour réduire le risque de maladies liées à l'alcool et les frais médicaux associés. **74.** Si vous portez des lunettes ou des lentilles de contact, faites vérifier votre ordonnance régulièrement pour éviter d'acheter des verres ou des lentilles incorrects. **76.** Envisagez des soins de santé alternatifs ou complémentaires, comme l'acupuncture ou la chiropractie, qui peuvent être moins coûteux et tout aussi efficaces pour certains problèmes de santé.



5/ PRODUITS PERSONNELS & BEAUTÉ

- 77.** Mesdames - Arrêtez d'utiliser des serviettes hygiéniques et des tampons, et passez à la coupe menstruelle. Les coupes menstruelles coûtent entre 20 et 40 €, mais peuvent durer jusqu'à dix ans.
- 78.** Simplifiez votre routine beauté. Pouvez-vous vous passer de certains produits coûteux ?
- 79.** Éloignez vos rendez-vous chez le coiffeur. Prolongez le temps entre les rendez-vous.
- 80.** Renseignez-vous auprès des écoles de coiffure locales pour des services à prix réduits.
- 81.** Apprenez à couper les cheveux à la maison. Raser les cheveux d'un garçon est très facile à apprendre !
- 82.** Adoptez une alimentation saine, cela pourrait vous éviter d'avoir besoin de vitamines et de crèmes coûteuses.

- 83.** Privilégiez les produits multifonctions qui peuvent servir à plusieurs usages.
- 84.** Cherchez des alternatives génériques aux produits de grandes marques, souvent tout aussi efficaces et moins chères.
- 85.** Faites des réserves d'échantillons gratuits lorsque vous en avez l'occasion.
- 86.** Essayez de fabriquer vous-même vos produits de beauté, comme des masques pour le visage ou des soins pour les cheveux.
- 87.** Utilisez des huiles naturelles comme l'huile de coco ou l'huile d'olive pour hydrater votre peau et vos cheveux, elles sont souvent moins chères que les produits de marque.
- 88.** Limitez l'utilisation de maquillage pour réduire la fréquence à laquelle vous devez le remplacer.
- 89.** Achetez vos produits de beauté en vrac ou lors de promotions pour économiser sur le long terme.
- 90.** Utilisez des recettes maison pour exfolier votre peau, comme un gommage au sucre et à l'huile.
- 91.** Utilisez chaque produit jusqu'à la dernière goutte en coupant les tubes ou en ajoutant un peu d'eau aux bouteilles pour maximiser leur utilisation.
- 92.** Testez des échantillons avant d'acheter des produits de beauté coûteux pour vous assurer qu'ils vous conviennent.
- 93.** Achetez des produits en fonction de leur efficacité plutôt que de leur marque ou de leur emballage.

6/ DIVERTISSEMENT

- 94.** Envisagez un "staycation" (vacances à domicile) plutôt qu'une vacation traditionnelle. Soyez un touriste dans votre propre région. **95.** Recherchez des divertissements gratuits en ligne. Facebook est un excellent endroit pour trouver des événements et des activités locaux. **96.** Faites du bénévolat de manière intentionnelle. De nombreux festivals et événements offrent une entrée gratuite aux bénévoles. Pendant des années, j'ai fait du bénévolat comme placeur pour une compagnie de théâtre locale, ce qui m'a permis de voir toutes les pièces gratuitement ! **97.** Commencez un nouveau passe-temps qui vous permettra également d'économiser de l'argent, comme la pâtisserie, la cuisine, la couture, l'utilisation de coupons, ou le jardinage. **98.** Abandonnez un passe-temps coûteux. Des habitudes comme fumer, acheter des billets de loterie, ou boire de la bière et du vin peuvent devenir coûteuses ! **99.** Faites une rotation de vos services de streaming. Si vous payez pour plusieurs services de streaming, envisagez de les utiliser en rotation. Regardez tout ce que vous voulez sur un service pendant quelques mois, puis annulez-le et passez à un autre pour quelques mois.

100. Recherchez des activités de plein air gratuites, comme l'observation des étoiles, la photographie ou la visite de jardins publics. **101.** Recherchez des jours sans frais ou à tarif réduit. De nombreux musées et parcs offrent des réductions certains jours. Consultez leur site web ou leurs pages sur les réseaux sociaux avant de visiter. **103.** Transformez votre forfait internet mobile en une box internet pour votre domicile en partageant la connexion. **104.** Vérifiez votre forfait mobile. Voyez si vous pouvez passer à un forfait moins cher. **105.** Organisez des soirées cinéma à la maison avec des amis ou en famille au lieu d'aller au cinéma. Vous pouvez même préparer du popcorn maison pour une expérience complète à moindre coût. **106.** Annulez les abonnements que vous n'utilisez pas régulièrement. Pensez aux magazines, box d'abonnement, services de streaming, journaux, livraison de nourriture, etc. **107.** Planifiez à l'avance et achetez vos billets à l'avance pour profiter des réductions "early bird". De même, vous pouvez vérifier le jour même d'un événement pour des réductions de dernière minute. **109.** Faites du bénévolat dans des événements culturels ou sportifs pour y assister gratuitement tout en contribuant à la communauté. **110.** Recherchez des festivals locaux, des concerts en plein air ou des événements communautaires gratuits ou à faible coût. **111.** Échangez des livres, des films ou des jeux avec des amis ou des membres de la famille pour diversifier vos options de divertissement sans dépenser d'argent. **112.** Participez à des clubs de lecture ou à des groupes de discussion locaux, qui sont souvent gratuits et permettent de socialiser tout en découvrant de nouveaux livres. **113.** Utilisez des sites web comme Meetup pour trouver des activités et des événements gratuits ou peu coûteux dans votre région. **114.** Organisez des pique-niques dans les parcs locaux au lieu de sortir pour dîner. Vous profiterez de l'extérieur tout en économisant sur le repas. **115.** Faites des randonnées, du vélo ou des promenades dans la nature comme moyens de divertissement gratuits et sains. **116.** Recherchez des offres de réduction pour les familles ou les groupes lors de la visite de parcs d'attractions ou de musées. **117.** Utilisez des applications pour découvrir des offres spéciales et des événements gratuits près de chez vous. **118.** Organisez des soirées jeux de société avec vos amis au lieu de sortir. **119.** Apprenez à jouer d'un instrument ou à pratiquer un art à la maison comme forme de divertissement créatif et enrichissant. **120.** Participez à des ateliers ou des cours gratuits en ligne pour apprendre de nouvelles compétences ou développer un hobby sans dépenser d'argent. **121.** Abonnez-vous à des newsletters locales qui listent les événements gratuits ou à prix réduit dans votre région.

7/ MAISON

122. Fabriquez vos propres produits de nettoyage. De nombreux objets dans votre maison peuvent être nettoyés avec des ingrédients simples comme le bicarbonate de soude et le vinaigre. **123.** Envisagez de refinancer votre prêt immobilier. Si vous pouvez réduire votre taux d'intérêt d'au moins 2.80 %, cela vaut généralement la peine de refinancer. **124.** Faites un audit énergétique de votre maison. Ce service est souvent offert gratuitement ou à faible coût par votre compagnie d'électricité ou de gaz. **125.** Isolez votre maison. Vérifiez s'il y a des fissures ou des trous qui laissent entrer l'air. Le calfeutrage, les bandes d'étanchéité et les films plastiques pour fenêtres sont des solutions peu coûteuses qui peuvent faire une grande différence sur votre facture de chauffage/climatisation. **126.** Utilisez le soleil à votre avantage. En hiver, ouvrez les stores et rideaux pour laisser le soleil chauffer votre maison. À l'inverse, en été, veillez à fermer les stores et rideaux pour empêcher le soleil d'entrer. **127.** Utilisez moins d'eau. Installez des pommeaux de douche et des robinets à faible débit. **128.** Ouvrez les fenêtres autant que possible pour chauffer ou rafraîchir votre maison. **129.** Réglez votre thermostat de quelques degrés. Il est peu probable que vous remarquiez si votre maison est 1 degré plus froide en hiver ou 1 degré plus chaude en été. **130.** Réduisez la température de votre chauffe-eau de 10 degrés pour diminuer les coûts de chauffage de l'eau. **131.** Utilisez des serviettes en tissu au lieu de serviettes en papier. **132.** Faites l'entretien régulier de votre maison. Des gestes simples comme nettoyer les gouttières, remplacer le filtre à air, repeindre l'extérieur, tailler les arbres, etc., peuvent prévenir des dépenses importantes plus tard. **133.** Envisagez de remplacer les anciens appareils électroménagers par des modèles plus récents et économes en énergie. **134.** Remplacez vos éclairages par des ampoules LED. Le coût initial peut être élevé, mais attendez qu'elles soient en promotion pour les acheter. **135.** Débranchez tous les appareils électroniques qui ne sont pas utilisés. **136.** Installez un thermostat programmable. Réglez votre chauffage/climatisation pour qu'il ne fonctionne pas lorsque vous n'êtes pas à la maison. **137.** Louez une partie de votre maison ou proposez-la en location de courte durée. **138.** Prenez l'habitude d'éteindre les lumières lorsque vous quittez une pièce. **139.** Réparez toute fuite d'eau. Quelques gouttes laissées peuvent entraîner une facture d'eau élevée. **140.** Installez des panneaux solaires pour réduire vos factures d'électricité à long terme. De nombreux gouvernements offrent des subventions ou des crédits d'impôt pour l'installation de panneaux solaires.

- 141.** Utilisez un récupérateur d'eau de pluie pour arroser votre jardin ou nettoyer l'extérieur de votre maison.
- 142.** Plantez des arbres autour de votre maison pour fournir de l'ombre en été et réduire vos besoins en climatisation.
- 143.** Remplacez les vieilles fenêtres par des fenêtres à double vitrage pour améliorer l'isolation de votre maison.
- 144.** Optez pour des matériaux de construction durables et écoénergétiques si vous envisagez des rénovations.
- 145.** Installez des rideaux isolants pour garder la chaleur à l'intérieur en hiver et la fraîcheur en été.
- 146.** Faites le tour de votre maison pour détecter les courants d'air et scellez-les avec du calfeutrage ou des bandes d'étanchéité.
- 147.** Faites sécher vos vêtements à l'air libre lorsque c'est possible.
- 148.** Réduisez la température de votre réfrigérateur et de votre congélateur à des niveaux suffisants pour conserver les aliments sans surconsommation d'énergie.
- 149.** Installez un économiseur d'eau sur votre réservoir de toilettes pour réduire la consommation d'eau à chaque chasse.
- 150.** Organisez des ventes de garage pour désencombrer votre maison et gagner un peu d'argent supplémentaire.
- 151.** Faites participer toute la famille à des initiatives d'économie d'énergie, comme éteindre les lumières ou baisser le chauffage.
- 152.** Investissez dans des couvertures et des vêtements chauds pour réduire votre dépendance au chauffage pendant l'hiver.
- 153.** Installez un système de toilettes japonaises ou un pommeau de nettoyage pour réduire votre consommation de papier toilette.



8/ TRANSPORT

154. Comparez les prix de votre assurance auto une fois par an. **155.** Conduisez avec les fenêtres fermées pour une meilleure consommation de carburant. **156.** Faites du covoiturage quand c'est possible. **157.** Marchez ou utilisez un vélo chaque fois que c'est possible. **158.** Utilisez une application comme GasBuddy pour trouver le carburant le moins cher. **159.** Espacez vos lavages de voiture. Si vous lavez votre voiture une fois par semaine, essayez de le faire tous les dix jours. Si vous y allez une fois par mois, essayez de prolonger à 45 jours. **160.** Évitez les stations de lavage et lavez votre voiture à la maison. **161.** Assurez-vous que vos pneus sont bien gonflés pour une meilleure efficacité énergétique. **162.** Évitez les démarrages et arrêts brusques et respectez les limitations de vitesse pour optimiser la consommation de carburant. **163.** Apprenez à changer votre propre huile moteur et filtres. **164.** Éliminez le poids supplémentaire. Plus le véhicule est lourd, plus vous consommerez de carburant. **165.** Refinancez votre prêt auto. **166.** Ne négligez pas les problèmes d'entretien. Réparer un problème avant d'avoir besoin d'une dépanneuse vous fera économiser beaucoup d'argent ! **168.** Changez de voiture. Envisagez d'échanger votre voiture actuelle contre un modèle qui coûte moins cher en carburant et en entretien. Si vous avez plusieurs véhicules, utilisez le plus économique en carburant pour les longs trajets. **169.** Regroupez vos courses et vos rendez-vous pour limiter les trajets en ville. Moins de trajets = moins de carburant utilisé. **170.** Vérifiez et remplacez régulièrement les bougies d'allumage pour maintenir l'efficacité de votre moteur. **171.** Si vous habitez en ville, réfléchissez à l'option de ne pas posséder de voiture et d'utiliser les transports en commun, le covoiturage, ou les services de location de voitures pour vos besoins ponctuels. **172.** Envisagez l'achat d'une voiture hybride ou électrique pour réduire vos dépenses en carburant à long terme. **173.** Si vous devez acheter des pneus neufs, choisissez des pneus à faible résistance au roulement, qui peuvent améliorer l'efficacité énergétique de votre voiture.



9/ FINANCES

174. Utilisez uniquement les distributeurs automatiques de billets (DAB) affiliés à votre banque pour éviter les frais supplémentaires. **175.** Envisagez de changer de banque pour obtenir un meilleur taux d'épargne ou des frais moins élevés. **176.** Envisagez d'utiliser une carte de crédit avec des récompenses en cashback pour vos achats courants, mais assurez-vous de la rembourser en totalité chaque mois pour éviter les intérêts. **177.** Configurez des alertes de compte pour surveiller les transactions inhabituelles ou les soldes faibles et éviter les frais de découvert. **178.** Utilisez des applications de gestion de budget pour vous aider à suivre vos finances et à identifier les domaines où vous pourriez économiser. **179.** N'oubliez pas de vérifier régulièrement vos relevés bancaires pour détecter d'éventuelles erreurs ou frais indus. **180.** Consultez les conditions de votre carte de crédit pour comprendre toutes les options de protection des achats ou des garanties prolongées, ce qui peut vous faire économiser de l'argent sur des assurances supplémentaires. **181.** Si vous avez des enfants, envisagez d'ouvrir un compte d'épargne pour eux pour commencer à épargner tôt et leur apprendre les bonnes habitudes financières.



10/ BONUS : REVENUS ANNEXES

Chercher à diversifier ses sources de revenus est une excellente stratégie pour améliorer sa situation financière. Que vous cherchiez à arrondir vos fins de mois, à épargner pour un projet spécifique, ou à créer une nouvelle source de revenus à long terme, explorer les opportunités de revenus complémentaires peut vous apporter plus de stabilité et de liberté financière. Dans les sections suivantes, vous trouverez une liste d'idées et de conseils pratiques pour commencer à générer des revenus supplémentaires, que ce soit à travers des activités en ligne, des hobbies rentables, ou des petits boulots à temps partiel.

- 1. Garde d'animaux :** Proposez vos services de garde d'animaux ou de promenade de chiens sur des sites comme Rover ou Yoopies.
- 2. Vente en ligne :** Vendez des objets dont vous n'avez plus besoin sur des plateformes comme eBay, Vinted, ou Le Bon Coin.
- 3. Freelancing :** Utilisez vos compétences professionnelles pour proposer des services en freelance sur des sites comme Upwork, Fiverr, ou Comeup.
- 4. Création de contenu :** Démarrez un blog, une chaîne YouTube ou un podcast et monétisez-le avec des publicités, des affiliations, ou des sponsors.
- 5. Cours en ligne :** Partagez vos connaissances en créant des cours en ligne sur des plateformes comme Udemy ou Teachable.
- 6. Location :** Louez une chambre de votre maison, un garage, ou même votre voiture via des plateformes comme Airbnb ou Getaround.
- 7. Sondages en ligne :** Participez à des enquêtes rémunérées sur des sites comme Swagbucks ou Toluna.
- 8. Investissements :** Explorez des options d'investissement, comme les actions, les crypto-monnaies, ou l'immobilier, pour générer des revenus passifs.
- 9. Artisanat et création :** Vendez des créations artisanales, des bijoux, ou des vêtements faits à la main sur Etsy ou dans des marchés locaux.
- 10. Livraison à domicile :** Devenez livreur pour des services comme Uber Eats, Deliveroo, ou Stuart.
- 11. Photographie :** Vendez vos photos en ligne sur des banques d'images comme Shutterstock ou Adobe Stock.
- 12. Garde d'enfants :** Offrez vos services de baby-sitting dans votre quartier ou via des plateformes comme Babysits.
- 13. Travaux à domicile :** Prenez des petits travaux à domicile comme le bricolage, le jardinage, ou les réparations pour vos voisins ou via des sites comme TaskRabbit.
- 14. Marketing d'affiliation :** Recommandez des produits ou services via un lien d'affiliation et gagnez une commission sur chaque vente.
- 15. Achat et revente :** Achetez des objets d'occasion à bas prix dans des brocantes ou des vide-greniers, ou bien sur des plateformes comme Vinted ou Leboncoin puis revendez-les à profit en ligne.

11 / BONUS : PATRIMOINE

1. Le point de départ = le 1er euro : Chaque euro investi ou épargné agit comme un filet d'eau, qui s'élargit pour devenir un fleuve à travers des choix stratégiques et constants.

Construire son patrimoine

2. Définir un horizon temporel : Investir en fonction du moment où les fonds seront nécessaires : court, moyen ou long terme.

3. Diversifier les actifs : Intégrer plusieurs types d'actifs : génératifs (actions, obligations), procréatifs (immobilier locatif), transformateurs (startups, projets innovants), conservateurs (or, terrains) et informationnels (brevets, licences).

4. Assurer la sécurité : Privilégier des placements fiables, soutenus par une bonne gestion des risques.

5. Choisir des placements adaptés à son profil : Adopter une stratégie basée sur sa tolérance au risque et ses objectifs financiers.

6. Constituer une épargne de précaution : Maintenir une réserve pour les imprévus (équivalente à 3 à 6 mois de dépenses).

7. Investir dans des actifs générateurs de revenus : Privilégier les investissements comme les dividendes d'actions ou les loyers immobiliers.

8. Exploiter les leviers fiscaux : Tirer parti des dispositifs fiscaux pour optimiser la rentabilité et limiter l'impact fiscal.

9. Intégrer une perspective durable : Investir dans des entreprises ou projets respectant des critères environnementaux, sociaux et de gouvernance (ESG).

10. Protéger son capital initial : Opter pour des actifs à faible volatilité pour les fonds essentiels.

Gérer son patrimoine

11. Planifier régulièrement ses décisions : Réévaluer ses placements en fonction des évolutions de marché et de ses besoins.

12. S'adapter au marché : Rester réactif face aux fluctuations et opportunités, tout en évitant des décisions émotionnelles.

13. Maintenir une liquidité suffisante : Assurer la disponibilité immédiate d'une partie de ses actifs pour des besoins urgents.

14. Suivre les performances des actifs : Mesurer régulièrement la rentabilité et ajuster si nécessaire.

15. Réinvestir les gains : Réutiliser les dividendes ou les bénéfices pour renforcer le portefeuille global.

16. Limiter les frais : Préférer les placements avec des frais raisonnables pour maximiser le rendement net.

Transmettre son patrimoine

17. Préparer un plan de transmission clair : Établir un testament ou une stratégie successorale pour éviter les conflits et optimiser les droits de succession.

18. Utiliser des véhicules juridiques adaptés : Envisager des options comme la SCI, l'assurance-vie ou le démembrement de propriété pour faciliter la transmission.

19. Impliquer les générations futures : Former les héritiers à la gestion patrimoniale pour pérenniser les acquis.

20. Valoriser les actifs immatériels : Transmettre des savoir-faire, un réseau ou des valeurs en plus des biens matériels.

M E R C I



Je tiens à vous exprimer ma sincère gratitude pour votre achat. En choisissant ce produit, vous avez non seulement investi dans votre propre réussite, mais vous soutenez également mon travail et ma passion. Votre confiance et votre engagement sont essentiels pour moi, et je suis profondément reconnaissant de vous compter parmi mes clients. J'espère que ce produit répondra pleinement à vos attentes et qu'il vous aidera à atteindre vos objectifs. N'hésitez pas à me faire part de vos retours ou à partager votre expérience avec moi. Votre avis est précieux et m'aide à constamment améliorer et enrichir mes offres. Encore une fois, merci pour votre achat et votre confiance. Avec toute ma reconnaissance.

I M P O R T A N T

DROITS D'AUTEUR & CLAUSE

© ZEN Finance & Impact, 2024. Tous droits réservés.

Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite, stockée dans un système de recherche documentaire, ou transmise sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre, sans la permission écrite préalable de l'auteur, sauf dans le cadre des citations brèves incorporées dans des critiques ou des articles.

Les informations contenues dans ce livre sont fournies "telles quelles" et sans garantie d'aucune sorte. L'auteur et l'éditeur déclinent toute responsabilité pour toute perte ou dommage causé par l'utilisation ou l'application des informations contenues dans ce livre.