

Guide de survie pour quitter le nid sans soucis

Marguerite Depradel

Guide de survie pour quitter le nid sans soucis



Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction réservés
pour tous pays.

INDEX

Gérer ses finances : Faire un budget, suivre ses dépenses, investir, épargner	3
• Budget mensuel (à remplir)	8
• Suivi mensuel des dépenses (à remplir)	9
Trouver un endroit où vivre : Emplacement, sécurité, transports, services	11
• Fiche de visite (à remplir)	13
Signer un bail : Comprendre les termes, vos responsabilités et ceux du bailleur	15
S'installer :	
• Choisir ses fournisseurs d'eau, d'électricité, de gaz et d'internet	19
• Ouvrir un compte bancaire	21
• Quelques conseils de sécurité bancaire	23
• Que faire en cas de problèmes (fuite d'eau, de gaz, etc.)	26
• Le kit de bricolage à avoir chez soi	32
Garder son lieu de vie propre	33
• Cinq produits nettoyants naturels	37
• La cuisine	39
• La salle de bains	42
• La chambre	43
• Le salon	46
• Toutes les astuces pour enlever les taches des tissus	48
S'alimenter : Cuisiner et faire les courses	50
• Recettes simples	52
• Plan de repas (à remplir)	55
• Mes recettes (à remplir)	57
• Ranger son réfrigérateur.....	59
• Conserver les aliments	60
Se soigner :	
• Les démarches	65
• Quels soins pour quels maux	69
• La trousse de secours idéale	72
• Les numéros d'urgence	75
• En cas d'urgence médicale, de catastrophe naturelle ou de coupure de courant ...	77
• Mes contacts d'urgence (à remplir)	82

Se déplacer :

- Choisir un moyen de locomotion 83
- Budgéter les coûts de transport (à remplir) 85

Construire son système de soutien

- Savoir qui peut offrir ses conseils et/ou un soutien moral, trouver un mentor ... 86
- Liste de contacts (à remplir) 88

Connaitre ses responsabilités et ses droits :

- En tant que locataire 89
- Vis-a-vis de son employeur 90
- Que vérifier sur son contrat de travail 91
- Que faire en cas de litiges 92
- Que faire si vous êtes victime d'une infraction ou d'un crime 94

Déclarer et payer ses impôts :

- Comment déclarer 96
- Que déclarer: revenus imposés et revenus exonérés 98

Prendre soin de soi-même 100

- Checklist pour prendre soin de moi-même 101
- Idées pour prendre soin de moi-même 102



Gérer ses finances

Les finances personnelles sont la gestion de votre argent, y compris vos revenus (ou rentrées d'argent), vos dépenses (ou sorties d'argent), votre épargne et vos investissements. Il est important d'avoir une bonne compréhension des finances personnelles avant de quitter la maison de vos parents.

L'établissement d'un budget : Un budget vous aide à gérer votre argent, à contrôler vos dépenses et à épargner pour atteindre vos objectifs. Il est important de créer un budget avant de quitter la maison de vos parents pour vous assurer que vous pourrez payer votre loyer, les charges et les autres dépenses.

Les revenus : Le revenu est l'argent que vous gagnez grâce à votre travail, vos investissements ou toutes autres sources (prestations sociales, aides de vos parents, etc.). Lorsque vous établissez un budget, vous devez lister toutes vos sources de revenus et le montant que vous pensez recevoir chaque mois.

Les dépenses : Les dépenses sont les choses pour lesquelles vous utilisez votre argent, y compris le loyer, la nourriture, le transport, le divertissement, la santé, les impôts et tout autre coût. Lorsque vous créez un plan budgétaire, vous devez énumérer toutes vos dépenses et le montant que vous prévoyez de dépenser chaque mois. N'oubliez pas les dépenses annuelles comme l'assurance de votre voiture par exemple ou celle de votre appartement.

Vous pouvez distinguer deux types de dépenses :

- Les dépenses fixes : Les dépenses fixes sont des dépenses qui restent les mêmes chaque mois, comme le loyer, les paiements de voiture et l'assurance. Ces dépenses sont faciles à prévoir et doivent être incluses dans votre plan budgétaire.
- Les dépenses variables : Les dépenses variables sont des dépenses qui peuvent changer d'un mois à l'autre, comme la nourriture, les loisirs et le transport.



Ces dépenses peuvent être plus difficiles à planifier, mais il est important d'estimer le montant que vous dépenserez chaque mois et de les inclure dans votre plan budgétaire. Fixez un montant maximal à ne pas dépasser par mois et respectez le.

Épargner et investir : Il est important de mettre de côté de l'argent pour l'épargne et les investissements dans votre plan budgétaire. Il peut s'agir de constituer un fonds d'urgence, d'économiser pour un acompte sur un appartement ou d'investir dans des actions ou des fonds communs de placement. Voici quelques conseils généraux à garder à l'esprit lorsque vous envisagez d'investir :

- Commencez par bien comprendre vos objectifs financiers et votre tolérance au risque. Cela vous aidera à orienter vos choix d'investissement.
- Diversifiez votre portefeuille pour minimiser les risques. Ne placez pas tout votre argent dans un seul investissement ou une seule catégorie d'actifs. Répartissez vos investissements entre différents types d'actifs, tels que les actions, les obligations, l'immobilier et les matières premières.
- Tenez-vous au courant de l'évolution du marché et de l'actualité économique. Le savoir, c'est le pouvoir, et se tenir au courant des tendances du marché peut vous aider à prendre des décisions d'investissement plus éclairées.
- Considérez le potentiel à long terme de vos investissements. Bien qu'il soit tentant de rechercher des gains à court terme, investir dans une perspective à long terme peut vous aider à atteindre vos objectifs financiers.
- N'investissez pas plus que ce que vous pouvez vous permettre de perdre. L'investissement comporte toujours un certain degré de risque ; assurez-vous donc d'avoir des bases financières solides avant de placer votre argent sur le marché.
- Enfin, demandez l'avis d'un conseiller financier ou d'un professionnel de l'investissement qualifié pour vous aider à prendre des décisions d'investissement judicieuses.

Suivez vos dépenses : Une fois que vous avez créé un plan budgétaire, il est important de suivre vos dépenses pour vous assurer que vous respectez votre budget. Vous pouvez utiliser une feuille de calcul, la page suivante de ce guide ou une application de budgétisation pour suivre vos revenus et vos dépenses et ajuster votre plan budgétaire si nécessaire.

- Réduisez les dépenses inutiles : Évaluez vos habitudes de consommation et éliminez les dépenses inutiles. Par exemple, envisagez d'annuler les abonnements que vous n'utilisez pas ou de manger moins souvent au restaurant.
- Comparez les prix avant d'effectuer un achat, en particulier pour les articles coûteux. Recherchez les bonnes affaires, les réductions et les bons de réduction.
- Réduisez vos factures d'électricité et de gaz en éteignant les lumières et les appareils électroniques lorsque vous ne les utilisez pas, en utilisant des ampoules à faible consommation d'énergie et en baissant le thermostat.
- Manger au restaurant peut coûter cher. Cuisiner à la maison est non seulement moins cher, mais aussi plus sain.
- Ouvrez un compte d'épargne et mettez en place des virements automatiques pour transférer l'argent de votre compte courant vers votre compte d'épargne chaque mois.
- Remboursez d'abord les dettes à taux d'intérêt élevé afin d'économiser sur les paiements d'intérêts.
- Prévoyez les grosses dépenses, comme les vacances ou les achats de Noël. Mettez de l'argent de côté chaque mois pour éviter de vous endetter.
- Envisagez des moyens de transport alternatifs : Envisagez d'utiliser les transports en commun, le covoiturage ou le vélo pour économiser sur les frais de transport.
- Soyez attentif aux petites dépenses : Les petites dépenses peuvent s'accumuler au fil du temps. Faites attention aux dépenses quotidiennes comme le café, les collations et les autres petits achats.

Accroître vos revenus : Que vous soyez étudiant(e) ou jeune travailleur, voici quelques moyens intelligents de gagner de l'argent :

- Envisagez de vous lancer dans une activité annexe ou de travailler en free-lance pour gagner un revenu supplémentaire. Vous pouvez proposer vos compétences ou vos services en ligne, comme la conception graphique, l'écriture ou la programmation.
- Faites le ménage dans vos placards et vendez les articles dont vous ne voulez plus en ligne, par exemple sur eBay ou Facebook Marketplace.
- Inscrivez-vous sur des plateformes comme Uber ou Deliveroo pour gagner de l'argent pendant votre temps libre.
- Si vous disposez d'un espace supplémentaire dans votre maison, envisagez de le louer sur Airbnb ou d'autres plateformes de location de vacances.
- Investissez votre argent dans des actions, des fonds communs de placement ou des biens immobiliers pour gagner un revenu passif.
- Devenez un spécialiste du marketing d'affiliation : Rejoignez des programmes d'affiliation et faites la promotion de produits ou de services sur votre blog, vos réseaux sociaux ou votre site web.
- Utilisez votre expertise pour enseigner ou donner des cours particuliers en ligne. Des plateformes comme Udemy, Teachable ou Tutor.com peuvent vous aider à démarrer.
- Participez à des enquêtes ou à des groupes de discussion rémunérés : Les entreprises sont toujours à la recherche de commentaires sur leurs produits ou services. Participez à des enquêtes en ligne ou à des groupes de discussion pour gagner de l'argent.
- Si vous avez une voiture, envisagez de la louer.
- Proposez vos services pour des petits travaux dans votre quartier, comme l'entretien de la pelouse, le déneigement ou la garde d'animaux.



Ajustement de votre budget : Votre plan budgétaire doit être flexible et permettre des ajustements en fonction de l'évolution de vos revenus et de vos dépenses. Si vous constatez que vous dépensez plus que prévu dans une certaine catégorie, vous devrez peut-être ajuster votre budget pour réduire vos dépenses ou trouver des moyens d'augmenter vos revenus.

En ayant une bonne compréhension des finances personnelles et de l'établissement d'un budget, vous pouvez vous assurer que vous êtes financièrement prêt(e) à quitter la maison de vos parents et à vivre seul(e).

