



Finanzgruppe

Beratungsdienst Geld und Haushalt

Le cahier des recettes et dépenses



Französisch

Quelques conseils importants avant de commencer



Notez régulièrement les dépenses de toute la famille.
Commencez dès aujourd'hui. Ça ne prend que quelques minutes.



Gardez votre cahier des recettes et dépenses et un stylo toujours à proximité.



Quand vous faites des courses, gardez toujours les tickets de caisse.
Rangez-les dans une enveloppe ou une boîte à chaussures.



Gardez les tickets de caisse d'achats importants au moins deux ans.
C'est important au cas où vous vouliez échanger un produit ainsi que pour la garantie.



Ne faites jamais d'importantes dépenses de manière spontanée.
Prenez assez de temps pour y réfléchir.



Faites toujours une liste de courses et achetez seulement ce que vous avez noté. Ainsi vous penserez à tous les produits dont vous avez besoin et vous aurez moins de trajets à faire.



Ne faites jamais vos courses quand vous avez faim. Sinon, vous achèterez plus que ce dont vous avez besoin.



Réglez vos factures rapidement afin de garder une bonne gestion de vos documents.



Mettez de l'ordre dans vos papiers importants. Classez-les ainsi:

- relevés bancaires
- fiches de paie
- papiers d'assurance
- contrat de location
- factures des charges
- contrats de crédit
- autres factures

Recettes et dépenses fixes

Recettes

Total en €		



Logement

Total en €		



Téléphone et TV

Total en €		



Assurances

Total en €		



Remboursements de crédits

Total en €		



Autres dépenses

Total en €		



www.geld-und-haushalt.de

L'éducation financière et les compétences économiques sont les principes élémentaires pour une planification durable de la vie. C'est ainsi que les intérêts de générations futures doivent être pris en compte. Dans ce contexte, «Geld und Haushalt – Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe» (Service de Conseil Argent et Ménage Privé) a été distingué comme mesure officielle de la «Décennie des Nations Unies pour l'éducation au service du développement durable» d'une manière permanente.

Plus d'informations sur: www.geld-und-haushalt.de www.bne-portal.de

Contenu

Comment faire

Recettes et dépenses – vue d’ensemble

Dépenses quotidiennes

Calendrier

Geld und Haushalt – nos offres



Comment faire : recettes et dépenses fixes

Recettes

1	Salaire	1.855
	Allocation chômage	
5	Allocation familiale	219
	Allocation logement	
	Pension alimentaire	
	Autres recettes	
Total en €		2.074



Logement

1	Loyer	615
14	Électricité	65
	Eau	
Total en €		680



Téléphone et TV

7	Internet	20
15	Contribution audiovisuelle	18
29	Portable	30
	Téléphone	
Total en €		68



Assurances

4	Responsabilité civile	8
6	Automobile	45
12	Habitation	7
	Invalidité de travail	
Total en €		60



Remboursements de crédits

3	Crédit voiture	230
	Crédit maison, portable etc.	
Total en €		230



Autres dépenses

10	Cotisations sportives	15
	Contrat épargne	
	Pension alimentaire	
	Garderie	
Total en €		15

Comment faire : recettes et dépenses – vue d'ensemble






	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai
--	---------	---------	------	-------	-----

+ Recettes

Salaire	1.855	1.855			
Allocation chômage					
Allocation familiale	219	219			
Allocation logement					
Pension alimentaire					
Autres recettes		30			




Total des recettes	2.074	2.104			
---------------------------	--------------	--------------	--	--	--

- Dépenses fixes

 Logement	680	680			
 Téléphone et TV	68	68			
 Assurances	60	60			
 Crédits	230	230			
 Autres dépenses	15	15			






= Somme disponible	1.021	1.051			
---------------------------	--------------	--------------	--	--	--

- Dépenses quotidiennes


 Nourriture/boissons	350				
 Déplacements	160				
 Famille	208				
 Vêtements	80				
 Autres dépenses	150				


= Solde	73				
----------------	-----------	--	--	--	--

Comment faire : dépenses quotidiennes

+	Somme disponible	1.021
-	Dépenses quotidiennes	
	Nourriture et boissons	350
	Déplacements	160
	Famille	208
	Vêtements	80
	Autres dépenses	150
=	Solde	73

 Nourriture et boissons		
29	Boulangerie	2
30	Supermarché	21
	Nourriture	
	Repas à emporter	
Total en €		350

 Nourriture et boissons		
1	Supermarché	18
2	Boulangerie	3
7	Épicerie	75
7	Boulangerie	4
7	Boissons	50
8	Marchand de thé	5
8	Café	9
12	Supermarché	35
13	Boulangerie	5
15	Restaurant	43
19	Supermarché	30
21	Marchand de journaux	5
22	Supermarché	20
22	Boulangerie	5
25	Marché	20

 Déplacements		
15	Essence	35
26	Titres de transport	70
27	Essence	55
	Train	
	Réparations	
Total en €		160

Recettes et dépenses – vue d'ensemble






Janvier	Février	Mars	Avril	Mai
---------	---------	------	-------	-----

+ Recettes

= Total des recettes

--	--	--	--	--






- Dépenses fixes

 Logement					
 Téléphone et TV					
 Assurances					
 Crédits					
 Autres dépenses					

= Somme disponible

--	--	--	--	--

- Dépenses quotidiennes

 Nourriture/boissons					
 Déplacements					
 Famille					
 Vêtements					
 Autres dépenses					

= Solde

--	--	--	--	--

Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
------	---------	------	-----------	---------	----------	----------



--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--

Calendrier

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						

Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	
						1
						2
						3
						4
						5
						6
						7
						8
						9
						10
						11
						12
						13
						14
						15
						16
						17
						18
						19
						20
						21
						22
						23
						24
						25
						26
						27
						28
						29
						30
						31

Vous souhaitez mieux gérer votre argent? Le service de conseil «Geld und Haushalt» (Argent et Ménage Privé) vous propose son assistance. Utilisez nos offres gratuites.

Les guides

Notre offre de guides comprend trois séries: budget, aides à la planification et connaissances financières. Ces publications sont uniquement disponibles en allemand.

Les conférences

Nous organisons des conférences sur la planification financière et l'organisation du budget ainsi que sur les intérêts des consommateurs et les questions juridiques. Les conférences sont uniquement en allemand. Si vous souhaitez profiter de ce service, nous vous conseillons de venir avec un traducteur.

Les planificateurs en ligne (exemples)

Web-Budgetplaner

Le «Web-Budgetplaner» est un cahier des recettes et dépenses pour ordinateur et smartphone. Les recettes et les dépenses peuvent être facilement saisies, structurées et analysées en fonction de vos propres besoins.

Finanzchecker





Cette appli pour smartphone vous permet de saisir vos recettes et dépenses de façon mobile. Ainsi, les ados et les jeunes adultes peuvent facilement contrôler leur budget. L'appli est disponible sur iOS et Android.

Vous trouvez sur notre site internet plus d'informations en allemand: www.geld-und-haushalt.de.



Commandes

-  030 20455-818
-  www.geld-und-haushalt.de
-  Geld und Haushalt –
Beratungsdienst der
Sparkassen-Finanzgruppe
Postfach 11 07 40
10837 Berlin

-  /GeldundHaushalt
-  /GeldundHaushalt
-  /GeldundHaushaltTV
-  /GeldundHaushalt

Mentions légales

© 2022 Deutscher Sparkassen- und Giroverband, Berlin

Tous droits réservés

Éditeur Geld und Haushalt – Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe im Deutschen Sparkassen- und Giroverband, Postfach 11 07 40, 10837 Berlin

Téléphone: 030 20225-5190

Courriel: guh@dsgv.de

Rédaction Geld und Haushalt – Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe

Conception graphique Sparkassen-Finanzportal GmbH, Berlin

Photographie Deutscher Sparkassenverlag: Titel, S. 1

Impression DCM Druck Center Meckenheim

Cette publication a été rédigée avec grand soin, cependant nous ne pouvons donner aucune garantie sur le contenu.

Date de rédaction: Mai 2022



Imprimé en Allemagne

III-05/2022 ☎ 610 021 363

