Médoc Mag

FICHE GRATUITE

Mon budget mensuel

La méthode en cinq étapes et un tableau Excel prêt à remplir

GUIDE PRATIQUE MÉDOC MAG

Mon budget mensuel

La méthode en cinq étapes et un tableau Excel prêt à remplir

Au sommaire

01 La méthode en cinq étapes
02 La règle 50/30/20
03 Le tableau Excel
04 Fiche : mes objectifs
05 Sources

Édité par PRODIF pour Médoc Mag (saint-laurent-medoc.fr). Rédaction : La rédaction Médoc Mag. Version du 14 octobre 2026. Ce guide donne des repères généraux : vérifiez toujours les règles en vigueur, les notices des fabricants et l'avis d'un professionnel pour votre situation. Usage personnel ; reproduction et revente interdites.

CHAPITRE 01

La méthode en cinq étapes

1. **Lister ses revenus nets** du mois.
2. **Lister ses dépenses** : fixes, variables et occasionnelles lissées sur douze mois.
3. **Choisir une méthode** : 50/30/20, enveloppes ou budget « base zéro ».
4. **Suivre chaque semaine** le prévu et le réel.
5. **Épargner en premier**, par un virement automatique en début de mois.

CHAPITRE 02

La règle 50/30/20

Part	Pour quoi ?
50 %	Les besoins : logement, énergie, alimentation, transports, assurances
30 %	Les envies : loisirs, sorties, vacances
20 %	L'épargne et le remboursement des dettes

C'est un repère : si le logement pèse lourd, gardez au moins une petite ligne d'épargne.

CHAPITRE 03

Le tableau Excel

Le fichier `.xlsx` qui accompagne cette fiche contient deux feuilles :

- **Budget** : saisissez revenus et dépenses dans les cellules jaunes ; totaux, solde, reste à vivre et répartition se calculent seuls.
- **Suivi** : notez chaque dépense du mois avec sa date et sa catégorie ; le total par catégorie s'affiche en haut.

À REMPLIR / À COCHER

Fiche : mes objectifs

Épargne mensuelle visée

Épargne de précaution visée (3 à 6 mois de dépenses)

Poste à réduire en priorité

Projet pour lequel j'épargne

RÉFÉRENCES

Sources

Mes questions d'argent (Banque de France) — Faire son budget
https://www.mesquestionsdargent.fr/budget

Service-public.fr — Livret A
https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F2365