Max Paradox

UN PROBLÈME ? DÉTENDS-TOI. TU VAS Y ARRIVER !

On ne devait faire de plus grosses courses que cette semaine

Comment gérer le budget des courses du foyer lorsque les prix et le nombre de personnes à la maison changent



On ne devait faire de plus grosses courses que cette semaine

Comment gérer le budget des courses du foyer lorsque les prix et le nombre de personnes à la maison changent

Max Paradox

Rozwiąż swój problem z przymrużeniem oka

ISBN: 9788384909171

ALL-IN Rafał Płonkowski



TABLE DES MATIÈRES

INTRO 5

Chapitre 1 - Pourquoi les courses coûtent toujours plus cher que prévu 11

Chapitre 2 - Combien votre foyer coûte-t-il réellement ? 23

Chapitre 3 - Les prix changent plus vite que nos habitudes 38

Chapitre 4 - Les économies qui ne font économiser absolument rien 51

Chapitre 5 - Le magasin n'a pas à décider à votre place 66

Chapitre 6 - Un budget commun, des habitudes différentes 78

Chapitre 7 - Quand le programme des courses se heurte à la réalité quotidienne 93

Chapitre 8 - Comment composer un panier qui permet de préparer plusieurs repas différents 106

Chapitre 9 - Comment fixer un budget que vous pourrez réellement respecter 120

Chapitre 10 - Des courses au contrôle des dépenses : un système simple de suivi 133

Chapitre 11 - Achetez uniquement ce que vous consommez réellement 148

Chapitre 12 - Comment adapter les courses lorsque le nombre de personnes dans le foyer change 161

Chapitre 13 - Comment répartir les courses dans le temps pour ne pas dépenser tout son argent d'un coup 175

Chapitre 14 - Comment trouver le magasin où faire ses courses est réellement avantageux 186

Chapitre 15 - Que faire lorsque le budget ne tient plus la route ? 199

Chapitre 16 - Comment organiser les courses lorsque l'argent ne suffit pas pour tout acheter 212

Chapitre 17 - Les achats imprévus : que faire lorsque la vie ignore votre budget ? 228

Chapitre 18 - Comment maintenir son budget en ordre lorsque l'enthousiasme du début disparaît 240

Chapitre 19 - Quand il faut choisir : comment prendre les décisions difficiles concernant les achats 254

Chapitre 20 - Votre budget, vos règles : comment faire des courses raisonnables pendant les années à venir 267

INTRO

Tout commence de manière parfaitement innocente. Le lait vient à manquer dans le réfrigérateur, il ne reste presque plus de pain, dans une quantité qui laisse penser que quelqu'un a mené une activité gastronomique clandestine pendant la nuit, et un demi-paquet de pâtes traîne dans un placard sans que personne se souvienne de son existence. Il faut aussi acheter quelques ingrédients pour le déjeuner, de quoi préparer le petit-déjeuner et ces produits de première nécessité qui devraient, en théorie, toujours être disponibles à la maison. Vous partez au magasin avec un plan précis. Vous ne dépenserez pas plus de deux cents zlotys, vous achèterez uniquement l'essentiel et vous rentrerez sans dépenses superflues.

Quarante minutes plus tard, vous êtes devant la caisse, vous regardez le montant affiché et vous vous demandez si, par hasard, vous n'avez pas acheté de quoi équiper un deuxième foyer. Votre panier ne contient pourtant rien de particulièrement luxueux. Pas de champagne, pas de caviar, ni de nécessaire pour construire votre propre restaurant privé. Il y a des produits ordinaires, quelques légumes, des produits laitiers, de la viande, des produits ménagers et quelques petits articles qui semblaient absolument indispensables dans les rayons. Pourtant, le ticket de caisse laisse penser que votre foyer vient de passer dans une nouvelle catégorie fiscale.

C'est alors qu'une pensée bien connue fait son apparition : cette semaine, les courses seront un peu plus importantes, mais la semaine prochaine, tout rentrera dans l'ordre.

Cette phrase possède une capacité de survie remarquable. Elle revient pendant plusieurs semaines, plusieurs mois, parfois même plusieurs années. Les grosses courses devaient être exceptionnelles, les produits supplémentaires devaient durer longtemps et les dépenses devaient retrouver leur niveau habituel dès que cette situation particulière serait passée. Pourtant, le réfrigérateur continue de réclamer son réapprovisionnement, les membres du foyer continuent de manger et les prix ne semblent participer à aucun accord concernant notre budget.

Le problème, c'est que les courses alimentaires représentent l'une des catégories de dépenses quotidiennes les plus variables. Nous n'achetons pas toujours les mêmes produits, dans les mêmes quantités et au même prix. Une semaine, tout le monde est à la maison. La suivante, quelqu'un part en déplacement, quelqu'un revient, un invité arrive ou le rythme quotidien change. Les enfants ne mangent pas de la même manière pendant les vacances scolaires que pendant l'année scolaire. Les adultes ont des horaires, des obligations et des habitudes différentes. Parfois, nous cuisinons régulièrement et, parfois, le programme du déjeuner est déjà battu par la réalité dès le mardi à dix-sept heures.

À cela s'ajoutent les prix. Un produit que nous achetions encore récemment sans même y réfléchir coûte soudainement plus cher. Une promotion nous encourage à acheter davantage, le poids d'un emballage change et un produit de substitution moins cher se révèle finalement moins avantageux que ne le laissait penser son étiquette. Nous avons parfois l'impression de dépenser à peu près la même somme tout en rapportant moins de produits à la

maison. Ou, au contraire, nous achetons davantage parce qu'un article est en promotion, avant de découvrir un peu plus tard que cette prétendue économie occupe la moitié d'un placard et commence à avoir ses propres exigences en matière de logement.

Dans ces conditions, gérer le budget des courses en appliquant la méthode « nous dépensons toujours la même somme » cesse rapidement de fonctionner. Un montant fixe peut constituer un bon point de référence, mais ce n'est pas une frontière magique au-delà de laquelle les besoins alimentaires disparaissent. Si le nombre de personnes dans le foyer change, les besoins évoluent également. Si les prix augmentent, le même panier peut coûter davantage. Faire comme si ces circonstances n'existaient pas n'améliore pas notre situation financière. Cela améliore simplement l'humeur de notre tableur, qui continue tranquillement à afficher des hypothèses datant de plusieurs mois.

À l'inverse, l'absence totale de règles n'est pas davantage une solution. Si nous faisons nos achats à chaque fois en fonction de notre humeur du moment, de notre faim et de l'attractivité des emballages, il devient difficile de comprendre ensuite où l'argent a bien pu passer. Les dépenses se dispersent entre une multitude de petites décisions. Chacune semble raisonnable prise isolément, mais leur accumulation peut surprendre même quelqu'un qui se considère comme plutôt économe.

Le plus souvent, nous essayons de résoudre ce problème de deux manières. La première consiste à nous serrer la ceinture. Nous fixons une limite plus basse, décidons d'acheter moins et nous promettons de faire preuve de davantage de discipline. Pendant quelques jours, tout semble fonctionner. Puis nous découvrons qu'il manque des

produits essentiels, qu'il faut retourner faire des courses et qu'une partie des repas prévus ne peut plus être préparée. Les économies nécessitent une dépense supplémentaire et nous commençons à soupçonner notre réfrigérateur de mener une activité de sabotage.

La deuxième méthode consiste à acheter des produits en avance et à constituer des réserves. Puisque les prix risquent d'augmenter, autant profiter des promotions et remplir les placards. Cette stratégie peut parfois être pertinente, mais uniquement si nous savons ce dont nous avons réellement besoin, quelles quantités nous sommes capables de consommer et si nous disposons de suffisamment de place pour les stocker. Dans le cas contraire, nous transformons notre argent en produits qui attendent patiemment leur tour jusqu'à ce qu'ils finissent par dépasser leur date limite de consommation. Difficile de parler d'économie lorsqu'un produit acheté finit à la poubelle. Même si la réduction obtenue à la caisse était particulièrement impressionnante.

Nous avons donc besoin d'une autre approche. Une approche qui ne suppose pas que toutes les semaines seront identiques, que les prix resteront stables et que tous les membres du foyer mangeront exactement les quantités prévues dans notre programme du dimanche. Le budget des courses doit nous aider à prendre des décisions, et non nous obliger à prétendre que la vie fonctionne selon les règles d'un tableau.

Dans ce livre, nous allons considérer les courses comme une composante du système financier du foyer, un système que nous pouvons observer, ajuster et adapter. Vous apprendrez à distinguer les dépenses régulières des dépenses exceptionnelles, à identifier le coût réel de votre

panier et à déterminer si une promotion représente véritablement un avantage. Nous examinerons comment planifier les achats lorsque le nombre de personnes à la maison varie, comment tenir compte des changements de prix et comment fixer des limites qui ont du sens dans la pratique, plutôt que de simplement avoir fière allure sur une feuille de papier.

Nous nous intéresserons également à ce qui se passe entre deux séances de courses. Car le budget ne s'arrête pas au moment où nous payons nos produits. Ce qui compte aussi, c'est ce que nous avons déjà à la maison, ce que nous consommons réellement, ce qui finit par être gaspillé et pourquoi nous achetons si souvent à nouveau quelque chose qui se trouve probablement quelque part sur la troisième étagère, derrière un bocal dont personne ne connaît précisément le contenu.

Nous ne prétendrons pas qu'il existe un montant idéal et universel pour les courses de chaque foyer. Une telle limite serait aussi utile qu'une paire de chaussures dans une pointure censée convenir à tous les habitants d'un pays. Les revenus, le lieu de résidence, le nombre de personnes, leurs besoins, leurs habitudes alimentaires, l'accessibilité des magasins et de nombreuses autres circonstances entrent en jeu. Plutôt que de comparer vos dépenses à celles des autres, vous apprendrez à évaluer les vôtres et à prendre des décisions à partir de données réelles.

Il sera également important d'accepter qu'il n'est pas toujours possible de terminer chaque mois avec exactement le même résultat. Certains mois, nous dépenserons davantage parce que les membres du foyer auront passé plus de temps à la maison. D'autres fois, il faudra reconstituer les réserves ou acheter de plus grandes

quantités de produits qui viennent justement de manquer. Cela ne signifie pas automatiquement que nous avons échoué. Le problème commence lorsque nous ignorons pourquoi nous avons dépensé davantage, si cette dépense était justifiée et quelles conséquences elle aura sur les semaines suivantes.

Vous n'avez pas besoin d'un doctorat en économie, de trois applications, de cinq classeurs multicolores ni d'une réunion familiale au cours de laquelle chacun devra justifier la consommation du dernier yaourt. Vous avez besoin de quelques règles simples, d'un minimum de régularité et d'un regard honnête sur le fonctionnement réel de votre foyer.

L'essentiel est que votre budget vous aide à reprendre le contrôle, au lieu de devenir une obligation supplémentaire impossible à maintenir. Il ne s'agit pas de soumettre chaque zloty à un interrogatoire devant une commission d'enquête. Il s'agit de savoir combien vous pouvez dépenser, à quoi sert votre argent et comment réagir lorsque la réalité décide, une nouvelle fois, de changer les règles du jeu.

Parce que, effectivement, les courses ne devaient être plus importantes que cette semaine. Mais puisque cette semaine semble avoir décidé de s'installer durablement chez nous, il serait peut-être temps d'apprendre enfin à la gérer.

Chapitre 1 - Pourquoi les courses coûtent toujours plus cher que prévu

Il arrive un moment dans le mois où l'on commence à soupçonner que l'argent disparaît de manière organisée. Il n'y a pourtant eu aucun achat spectaculaire. Personne n'a acheté de nouveau téléviseur, aucun voyage improvisé n'a été organisé et la salle de bains n'a pas été rénovée. Rien ne s'est produit que l'on puisse désigner comme le principal suspect. Et pourtant, le compte bancaire donne l'impression que quelqu'un y organise régulièrement de petites réceptions auxquelles son propriétaire n'est même pas invité.

Il suffit de consulter l'historique des transactions. Lundi : supermarché. Mardi : boulangerie. Mercredi : magasin de produits d'hygiène et de beauté. Jeudi : retour au supermarché parce qu'il manque quelques articles. Vendredi : courses après le travail, faute d'avoir eu le temps de préparer quoi que ce soit à l'avance. Samedi : réapprovisionnement plus important. Dimanche : encore un petit achat, qui devait pourtant être le dernier. Chaque transaction semble raisonnable. Aucune ne paraît particulièrement dangereuse pour le budget du foyer. Mais lorsque nous additionnons toutes ces dépenses, nous découvrons que le bon sens a manifestement travaillé à temps partiel.

C'est précisément pour cette raison que le budget des courses peut être beaucoup plus difficile à maîtriser qu'on ne l'imagine au départ. Il n'y a pas une seule grosse dépense, facile à repérer et à contrôler. Il y a une multitude de petites décisions prises dans des circonstances

différentes, par plusieurs personnes et souvent sans que personne sache exactement combien a déjà été dépensé. De plus, les courses ne sont pas une activité que l'on peut simplement supprimer de son calendrier. Il faut bien les faire, même lorsque nous n'en avons ni l'envie, ni le temps, ni une affection particulière pour les prix du moment.

Le piège du ticket de caisse pris isolément

L'une des erreurs les plus fréquentes consiste à évaluer les dépenses à partir de chaque achat pris séparément. Nous rentrons du magasin avec un sac rempli de produits et un ticket de caisse de 180 zlotys. Nous trouvons cela assez élevé, mais après tout, nous avons acheté de quoi tenir plusieurs jours. Le lendemain, nous dépensons 40 zlotys pour quelques produits manquants. Deux jours plus tard, encore 60 zlotys. Nous ne considérons pas ces montants comme faisant partie d'une seule et même dépense, puisque chaque transaction répondait à un besoin différent.

Pourtant, le budget du foyer ne se préoccupe pas de savoir si nous avons tout acheté en une seule visite ou si nous avons réparti nos courses entre six magasins. Pour notre portefeuille, seul compte le montant total. La règle est simple, mais ses conséquences peuvent être surprenantes. Nous pouvons avoir l'impression de ne faire que de petits achats tout en dépassant régulièrement la limite que nous nous étions fixée.

Imaginons un foyer qui prévoit de consacrer environ 1 000 zlotys par mois à ses courses. Les premiers achats importants coûtent 320 zlotys. La situation semble sous contrôle. Puis viennent trois petites visites au magasin, pour respectivement 70, 85 et 55 zlotys. Ensuite, il faut reconstituer les réserves pour 180 zlotys, acheter des produits pour préparer le déjeuner pour 90 zlotys

supplémentaires et compléter les produits ménagers pour 120 zlotys. À ce stade, les dépenses atteignent déjà 990 zlotys, alors que le mois n'en est peut-être qu'à sa moitié.

Personne n'a nécessairement fait preuve d'une grande extravagance. Le problème vient du fait que nous avions prévu une seule catégorie de dépenses, mais que, dans la pratique, nous avons pris de nombreuses décisions indépendantes sans observer leur coût cumulé.

Le premier changement consiste donc à abandonner l'idée que les courses se résument à des visites individuelles au magasin. Il faut considérer l'ensemble de la période de référence. Si nous fixons un budget hebdomadaire, toutes les dépenses de la semaine doivent y figurer. Si nous choisissons un budget mensuel, nous additionnons les dépenses du premier au dernier jour du mois, quel que soit le nombre de tickets de caisse.

Il faut également garder à l'esprit qu'un gros ticket de caisse n'est pas nécessairement plus problématique que cinq petits. Parfois, des courses plus importantes sont simplement mieux organisées. Nous achetons alors les produits nécessaires pour plusieurs jours au lieu de retourner constamment au magasin pour quelques articles. Il ne faut donc pas considérer automatiquement les grosses courses comme mauvaises et les petites comme sans danger. C'est le coût total de la période et le contenu du panier qui doivent déterminer notre évaluation.

Quand les courses alimentaires cessent d'être uniquement alimentaires

Une autre source de confusion vient de la frontière parfois floue entre les différentes catégories de dépenses. Nous entrons dans un supermarché pour acheter de quoi

préparer le déjeuner, mais nous en profitons pour prendre du liquide vaisselle, du papier toilette, du dentifrice, des piles et un produit de soin. Tout figure sur le même ticket de caisse. Une fois rentrés à la maison, nous enregistrons la totalité comme une dépense alimentaire.

Quelques semaines plus tard, nous analysons notre budget et arrivons à la conclusion que le coût de l'alimentation a considérablement augmenté. Pourtant, une partie de l'argent a été consacrée à des produits qui n'ont rien à voir avec la préparation des repas. Les dépenses sont bien réelles, mais leur classification est incorrecte.

Il n'est pas nécessaire de créer plusieurs dizaines de catégories ni de tenir une comptabilité au gramme près, jusqu'au moindre morceau de beurre. Il suffit de décider ce que nous incluons dans notre budget principal des courses et ce que nous souhaitons suivre séparément.

Une répartition pratique peut ressembler à ceci :

- Alimentation et boissons - produits destinés à la préparation des repas et à la consommation quotidienne.
- Produits ménagers - produits d'entretien, détergents, papier et articles nécessaires à l'entretien du logement.
- Hygiène personnelle - produits cosmétiques de base, dentifrice, shampoings et articles similaires.
- Achats supplémentaires - sucreries, snacks, produits occasionnels et articles qui ne faisaient pas partie du programme initial.

Il n'existe pas une seule méthode de répartition obligatoire. Dans un foyer, les produits d'hygiène peuvent être achetés en même temps que l'alimentation et comptabilisés dans un seul budget. Dans un autre, la famille peut souhaiter suivre précisément ses dépenses

alimentaires et décider de séparer les produits ménagers et les cosmétiques. Les deux solutions sont parfaitement valables, à condition de conserver les mêmes règles dans le temps.

La pire chose à faire serait de modifier la classification en fonction du résultat obtenu. Lorsque les dépenses alimentaires sont élevées, nous transférons certains produits dans la catégorie des dépenses domestiques. Lorsque les produits ménagers dépassent leur limite, nous commençons à les comptabiliser dans les courses alimentaires. De cette manière, nous ne gérons plus notre budget. Nous pratiquons une comptabilité créative dont le seul destinataire est notre propre conscience.

Il est également important de distinguer les dépenses alimentaires des repas pris à l'extérieur, si nous voulons savoir combien coûte réellement l'approvisionnement du foyer. Un repas acheté lors d'une sortie peut être intégré au budget alimentaire, mais son coût et sa nature sont différents de ceux de l'achat de produits permettant de préparer plusieurs déjeuners à la maison. Nous pouvons regrouper ces catégories si cela correspond à notre objectif, mais nous devons savoir précisément ce que nous cherchons à mesurer.

Pourquoi la semaine exceptionnelle dure tout le mois

Les dépenses liées aux courses ont une autre particularité : elles ne sont pas réparties de manière régulière. Une semaine, nous dépensons peu parce que nous avons encore des réserves. La semaine suivante, nous devons acheter plusieurs produits qui se sont presque tous terminés en même temps. Puis vient le moment de renouveler les produits ménagers, d'acheter davantage de

viande ou de reprendre des articles que nous achetons moins fréquemment.

Si nous observons uniquement une semaine, nous risquons de tirer de mauvaises conclusions. Nous considérerons une semaine à 250 zlotys comme exemplaire et la suivante, durant laquelle nous avons dépensé 550 zlotys, comme la preuve que nous avons perdu le contrôle. Pourtant, cette deuxième semaine a peut-être simplement inclus le renouvellement de produits que nous achetons une fois toutes les quelques semaines.

Imaginons une famille qui achète une grande quantité de produits de base au début du mois. Elle dépense 600 zlotys la première semaine, 280 zlotys la deuxième, 310 zlotys la troisième et 290 zlotys la quatrième. Le total atteint 1 480 zlotys. Si la famille considère la première semaine comme sa nouvelle norme, elle risque d'augmenter inutilement son budget prévisionnel. Si, au contraire, elle la considère uniquement comme une mauvaise semaine, elle risque de commencer à réduire ses dépenses pendant les périodes suivantes, alors que le coût total ne résulte pas d'une erreur ponctuelle.

C'est pourquoi il faut distinguer les achats réguliers du réapprovisionnement périodique des réserves. Il ne s'agit pas de créer des budgets séparés pour chaque type de produit, mais de comprendre pourquoi une semaine a coûté davantage que les autres.

Trois questions peuvent nous aider :

1. Avons-nous acheté davantage parce que nous avons consommé plus de produits que d'habitude ?
2. Avons-nous acheté davantage parce que les prix étaient plus élevés ?

3. Avons-nous acheté davantage parce que nous avons exceptionnellement reconstitué nos réserves ?

Les réponses peuvent évidemment se combiner. Si davantage de personnes sont présentes à la maison pendant une semaine et que plusieurs produits de base arrivent en même temps à leur terme, la facture plus élevée a deux explications parfaitement légitimes. Le simple dépassement du budget hebdomadaire ne nous indique pas encore que quelque chose s'est mal passé.

Les achats que personne n'avait prévus

Toutes les dépenses ne résultent pas d'un besoin planifié. Certaines apparaissent parce que nous remarquons un produit attrayant pendant nos courses, que nous nous souvenons soudainement d'un article qui pourrait être utile ou que nous réagissons à un besoin du moment. Parfois, nous achetons des produits pour de bonnes raisons, mais en quantité inadaptée. D'autres fois, nous prenons une décision uniquement parce qu'un article est en promotion.

Les achats présentés comme des économies sont particulièrement trompeurs. Nous voyons une promotion sur un produit que nous utilisons régulièrement et nous en achetons plusieurs paquets. Si nous les consommons effectivement dans un délai raisonnable et que le prix est intéressant, cela peut être une bonne décision. Mais si nous achetons quelque chose uniquement parce que son prix est inférieur, nous commençons à confondre prix bas et dépense réduite.

Un produit affiché à 12 zlotys au lieu de 18 ne signifie pas que nous avons économisé 6 zlotys. Nous avons économisé cette somme uniquement par rapport à la situation dans laquelle nous aurions acheté exactement le même produit à

son prix habituel. Si nous n'avions absolument pas prévu de l'acheter, nous avons dépensé 12 zlotys supplémentaires. C'est une différence qu'il vaut la peine de garder à l'esprit.

Cela ne signifie pas qu'il faut éviter les promotions. Cela signifie qu'il faut vérifier si elles répondent à un besoin réel. Une bonne occasion ne cesse pas d'être intéressante simplement parce qu'elle n'était pas prévue, mais son intérêt économique doit se mesurer à l'utilisation réelle du produit, et non à la présence d'une étiquette rouge dans le rayon.

Il faut également observer à quel point le moment où nous prenons nos décisions influence nos dépenses. Les courses effectuées dans la précipitation, après une longue journée ou sans la moindre idée des repas à préparer se terminent plus souvent par des choix improvisés. Cela ne signifie pas que nous manquons de caractère. Lorsque nous sommes fatigués, nous avons davantage tendance à choisir les solutions immédiatement disponibles, même si elles sont plus coûteuses ou moins réfléchies. La planification ne doit pas éliminer toute spontanéité, mais limiter les situations dans lesquelles chaque décision nous oblige à repenser entièrement l'approvisionnement du foyer.

Qui fait réellement les courses ?

Dans un foyer, les dépenses sont généralement effectuées par plusieurs personnes. Même lorsqu'une seule personne se charge de la majorité des achats, les autres membres du foyer peuvent acheter eux-mêmes du pain, des snacks, des boissons ou des produits dont ils ont besoin au quotidien. Il faut aussi tenir compte des commandes en ligne, des livraisons et des visites occasionnelles dans des magasins que personne ne considère comme faisant partie de l'approvisionnement principal.

En conséquence, la personne responsable de la planification peut ne pas connaître le montant total des dépenses. Elle voit ses propres tickets de caisse et conclut que tout reste dans les limites prévues. Pendant ce temps, quelqu'un d'autre ajoute plusieurs dizaines de zlotys de dépenses chaque semaine.

Il est inutile de résoudre ce problème en contrôlant chaque transaction des autres membres du foyer. Une solution bien plus efficace consiste à établir une règle commune : toutes les dépenses appartenant au budget des courses doivent être visibles au même endroit. Elles n'ont pas besoin d'être enregistrées immédiatement à la sortie du magasin, mais elles doivent apparaître dans le récapitulatif.

Si tout le monde profite des courses, tout le monde doit également pouvoir comprendre le budget. Celui-ci ne peut pas exister uniquement dans la tête de la personne qui se souvient que nous avons déjà acheté deux paquets de café cette semaine et qu'il n'est donc pas nécessaire d'en prendre un troisième. Les autres membres du foyer ne sont pas obligés de lire dans les pensées ni de connaître l'état actuel du réfrigérateur.

Il est également utile de se mettre d'accord sur ce qui constitue un achat commun et ce qui relève d'une dépense personnelle. Si l'un des membres du foyer achète régulièrement des produits uniquement pour son usage personnel, il est possible de les comptabiliser séparément. Ce n'est pas toujours nécessaire, mais dans certains foyers, cette distinction permet d'éviter qu'une seule personne soit tenue responsable de toutes les dépenses alors que tous les besoins ne sont pas partagés.

Avant de commencer à économiser, regardez ce que vous dépensez réellement

La première tâche ne devrait pas consister à réduire le budget. Elle devrait être de comprendre comment l'argent est réellement dépensé. Cela peut sembler peu spectaculaire, mais permet d'éviter l'une des erreurs les plus coûteuses : réduire des dépenses qui ne constituent absolument pas la principale source du problème.

Pendant les deux à quatre prochaines semaines, notez tous les achats appartenant à la catégorie que vous avez définie. Ne modifiez pas encore vos habitudes uniquement pour obtenir un résultat plus flatteur. Si vous faites normalement vos courses dans plusieurs magasins, continuez ainsi. Si des visites supplémentaires ont lieu, incluez-les également. L'objectif est de connaître la réalité, pas d'organiser un concours du consommateur le plus discipliné.

Pour chaque transaction, notez la date, le montant et la nature générale des achats. Quelques indications simples suffisent : alimentation, produits ménagers, hygiène, achats supplémentaires. Si vous effectuez des courses importantes, vous pouvez préciser qu'elles comprenaient un réapprovisionnement des réserves. Il n'est pas nécessaire de recopier chaque ticket de caisse ni d'analyser le prix de chaque carotte.

À la fin de la semaine, additionnez les dépenses. Observez le nombre de visites dans les magasins, la part des achats supplémentaires et les situations qui ont provoqué des dépenses imprévues. Après quelques semaines, vous commencerez à remarquer des tendances impossibles à identifier lors d'une seule visite au supermarché.

Vous découvrirez peut-être que le principal problème vient de la fréquence des petits achats. Il se peut qu'une

grande partie de votre argent soit consacrée à des produits achetés en promotion et qui ne sont ensuite jamais utilisés. Il est également possible qu'aucun mécanisme particulièrement inquiétant ne soit à l'origine de la situation et que votre limite actuelle ait simplement été fixée à partir de prix devenus obsolètes et de besoins familiaux qui ont changé.

Chacune de ces situations nécessite une approche différente. Il est inutile de limiter les achats supplémentaires si la majeure partie du budget est absorbée par les produits de première nécessité. Il est tout aussi inutile d'attribuer toutes les dépenses à l'augmentation des prix si une part importante concerne des articles que nous n'avions absolument pas prévu d'acheter.

L'essentiel est de faire preuve d'honnêteté envers ses propres données. Si nous dépensons davantage, nous devons savoir pourquoi. Si nous achetons trop, nous devons identifier les produits et les décisions qui provoquent ce problème. Si notre budget est trop faible, il faut l'admettre au lieu de nous démontrer chaque semaine que cette fois, nous allons certainement réussir.

Le budget des courses du foyer n'est pas une évaluation de notre caractère. Il ne dit pas si nous sommes raisonnables, économes ou suffisamment organisés. C'est un outil destiné à montrer, en chiffres, comment fonctionne réellement notre foyer au quotidien.

C'est précisément par là qu'il faut commencer. Avant de décider de dépenser moins, découvrez ce pour quoi vous dépensez réellement votre argent. Sinon, vous risquez de passer un mois entier à lutter contre le mauvais problème, avant de découvrir avec satisfaction que les économies ne

sont pas apparues parce que, dès le départ, vous poursuiviez le mauvais suspect.

Chapitre 2 - Combien votre foyer coûte-t-il réellement ?

Il existe deux façons de répondre à la question du coût réel des courses d'un foyer. La première est rapide et généralement peu fiable. Elle consiste à lancer un montant qui semble raisonnable, par exemple 1 200 zlotys par mois. La seconde demande un peu de réflexion, mais fournit un point de départ bien plus solide : vérifier combien le foyer dépense réellement, combien de personnes profitent de ces achats et quelles circonstances influencent le montant final de la facture.

La différence est fondamentale. Un montant fixé intuitivement décrit notre représentation des dépenses. Un montant établi à partir de l'observation décrit la réalité. Or, c'est précisément avec cette réalité que nous devrons travailler par la suite.

Beaucoup de personnes fixent leur budget des courses à partir de leurs convictions personnelles, de leurs expériences passées ou des montants dont elles se souviennent pour les mois précédents. Parfois, elles prennent comme référence les dépenses de leurs amis. Quelqu'un raconte qu'une famille de quatre personnes parvient à respecter un certain montant et nous en concluons que nous devrions pouvoir faire de même. Pourtant, nous ignorons quels produits cette famille achète, où elle fait ses courses, combien de repas elle prépare à la maison, si elle inclut les produits ménagers dans son budget et à quelle fréquence les membres du foyer sont absents.

Comparer uniquement les montants est donc extrêmement trompeur. Deux familles comptant le même

nombre de personnes peuvent avoir des besoins complètement différents. L'une passe la majeure partie de la journée à l'extérieur et prépare principalement les dîners. L'autre prend tous ses repas à la maison. L'une achète de grandes quantités de produits une fois par semaine, l'autre renouvelle régulièrement ses réserves. Dans l'une, il y a des enfants à un âge où les besoins alimentaires peuvent évoluer plus vite que la taille des vêtements. L'autre est composée uniquement d'adultes.

Plutôt que de chercher un montant universel, nous devons donc construire notre propre point de référence.

Le nombre de personnes dans le foyer n'est qu'un début

Le plus simple serait de supposer que le coût des courses augmente proportionnellement au nombre de personnes. Deux personnes ont besoin d'une certaine quantité de produits, quatre personnes en nécessitent deux fois plus et six personnes trois fois plus. Les mathématiques sont magnifiques, mais la vie quotidienne n'a pas toujours envie de collaborer avec un modèle aussi élégant.

Dans de nombreux foyers, certaines dépenses sont communes, quel que soit le nombre d'habitants. Nous n'achetons pas un flacon de liquide vaisselle séparé pour chaque membre de la famille. Nous n'avons pas besoin de quatre bouteilles d'huile, de quatre paquets de sel ou de quatre détergents simplement parce que quatre personnes vivent sous le même toit. Certains produits sont consommés plus rapidement lorsque le nombre de personnes augmente, mais d'autres restent des dépenses communes.

Il en va de même pour l'alimentation. Une famille de quatre personnes ne consomme pas nécessairement deux fois plus qu'un foyer de deux personnes. Tout dépend de

l'âge, de l'activité physique, des préférences, du nombre de repas préparés à la maison et du fait que tous les membres mangent ou non les mêmes choses.

Il faut donc examiner qui profite réellement des achats du foyer. Le nombre de personnes officiellement domiciliées à une adresse ou inscrites dans les documents ne nous dit pas tout. Ce qui compte, c'est leur présence réelle dans le foyer et leur manière d'utiliser les ressources disponibles.

Prenons deux exemples. Dans le premier foyer vivent deux adultes et un enfant. Les adultes travaillent à l'extérieur et l'enfant passe une partie de la journée à l'école. Dans le deuxième foyer vivent également deux adultes et un enfant, mais tous passent la majeure partie de leur temps à la maison. Ces deux foyers comptent trois personnes, mais leurs besoins en matière de courses peuvent être très différents.

Une situation encore plus intéressante apparaît lorsque le nombre de personnes présentes régulièrement à la maison change. Un enfant passe une partie de la semaine chez son autre parent. Un adulte travaille temporairement loin de son domicile. Quelqu'un revient vivre quelques semaines dans la maison familiale. Des invités arrivent et restent plus longtemps que prévu. Chacune de ces situations peut modifier la consommation de produits, même si le nombre officiel de membres du foyer ne change pas.

Un bon point de départ consiste donc à établir une courte description de votre foyer. Il n'est pas nécessaire de rédiger un document officiel ni un profil alimentaire détaillé. Il suffit de déterminer :

- Combien de personnes profitent régulièrement des achats ?

- Qui passe la majeure partie de la journée à la maison ?
- Le nombre de personnes présentes change-t-il au cours de la semaine ou du mois ?
- Combien de repas préparons-nous en moyenne à la maison ?
- Certaines personnes ont-elles des besoins particuliers qui influencent sensiblement les dépenses ?

La dernière question est importante, car les besoins ne sont pas toujours répartis de manière uniforme. Certains produits sont achetés pour tout le monde, tandis que d'autres sont destinés à une personne précise. Si un enfant a régulièrement besoin de produits spécifiques et qu'un adulte a des habitudes alimentaires différentes, nous ne devons pas prétendre que tous les paniers se ressemblent.

Cette première analyse permet de comprendre pourquoi le budget d'une autre famille n'est pas nécessairement une référence adaptée au nôtre.

Le foyer a son propre rythme et les courses doivent en tenir compte

Le nombre de personnes vivant dans le foyer est une chose, mais leur présence au cours de la semaine est tout aussi importante. Un foyer ne fonctionne pas indépendamment du calendrier. Il y a des jours où tout le monde prend ses repas à la maison et d'autres où la plupart des repas sont consommés à l'extérieur. Il y a les semaines d'école, les vacances, les périodes de congés et les mois durant lesquels l'organisation du travail change pour des raisons professionnelles.

Imaginons une famille qui conserve un rythme de vie relativement stable pendant la majeure partie de l'année. Les adultes partent travailler le matin, l'enfant va à l'école et le

repas partagé a principalement lieu le soir. Pendant les vacances scolaires, la situation change. L'enfant passe davantage de temps à la maison, ce qui entraîne des petits-déjeuners, des déjeuners et des collations supplémentaires. La consommation de pain, de fruits, de produits laitiers et d'autres aliments augmente soudainement. La famille n'a pas besoin d'acheter des produits plus luxueux ni de modifier ses habitudes. Elle prépare simplement davantage de repas à la maison.

Si, pendant cette période, nous essayons de conserver exactement la même limite budgétaire, nous risquons de conclure que les dépenses ont échappé à tout contrôle. Pourtant, ce sont les conditions de fonctionnement du foyer qui ont changé.

Pour mieux comprendre cette relation, il peut être utile d'observer ce que l'on pourrait appeler les journées de présence à la maison. Il ne s'agit pas de calculer précisément chaque heure passée au domicile, mais de vérifier approximativement à quelle fréquence les membres du foyer consomment des repas préparés chez eux.

Nous pouvons par exemple constater que, pendant une semaine habituelle, la plupart des déjeuners sont préparés pour trois personnes pendant cinq jours, tandis que le week-end, ils concernent toute la famille. Une autre semaine, tout le monde reste à la maison pendant sept jours. Il est naturel qu'une telle semaine nécessite une plus grande quantité de produits.

Pour comparer les périodes de manière plus précise, nous pouvons utiliser un indicateur simple : le nombre de journées-personnes. Une journée-personne correspond à une personne qui profite de l'approvisionnement du foyer pendant une journée. Trois personnes présentes à la maison

pendant sept jours représentent 21 journées-personnes. Si l'une d'elles part pendant deux jours, le total tombe à 19 journées-personnes.

Cet indicateur ne mesure pas précisément la quantité de nourriture consommée. Un enfant, un adulte et une personne ayant des besoins différents ne consomment pas des quantités identiques. Il ne tient pas non plus compte des différences entre les repas préparés à la maison et ceux pris à l'extérieur. Il peut toutefois nous aider à remarquer que deux semaines présentant des dépenses similaires ne se sont pas nécessairement déroulées dans les mêmes conditions.

Prenons un exemple. Pendant la première semaine, nous avons dépensé 500 zlotys pour 21 journées-personnes. Pendant la deuxième semaine, nous avons également dépensé 500 zlotys, mais l'un des membres du foyer a été absent pendant une grande partie de la semaine. Le nombre de journées-personnes est donc tombé à 15. La deuxième semaine a été relativement plus coûteuse par rapport à la présence des habitants. Il serait intéressant de vérifier si cette différence vient d'un réapprovisionnement plus important des réserves, de l'achat de produits différents ou simplement d'une répartition inégale des achats entre les semaines.

Nous n'avons pas besoin de calculer chaque semaine de cette manière. Cet indicateur doit nous aider à expliquer les différences, et non créer une nouvelle obligation qui finira par mener sa propre existence.

Le prix, la quantité et la composition du panier sont trois choses différentes