

Mon mois organisé

Choisir ses priorités, prévoir ses dépenses et garder une marge



Illustration IA - personnages fictifs

GUIDE ILLUSTRÉ + ATELIERS PRATIQUES

FRANÇAIS / ÉDITION 1.0 / 2026

LES REPÈRES

Un mois plus lisible

Ce guide réunit deux ressources qui se croisent tous les jours : votre temps et votre argent. Il ne promet ni productivité parfaite ni économies garanties. Vous allez construire une vue utile, puis la corriger avec les faits.

Lisez les repères, suivez le cas fictif d’Alex, puis imprimez seulement les cinq fiches dont vous avez besoin. Une fiche peut servir plusieurs mois ; complétez les dates réelles à chaque utilisation.

Le PDF ne calcule rien et ne transmet aucune annotation à CENIV. Gardez vos exemplaires remplis dans un endroit privé. Les montants en euros sont des unités pédagogiques, pas des prix locaux ni des revenus conseillés.

LES REPÈRES

Commencer par ce qui existe

Avant d'ajouter un objectif, inscrivez vos contraintes : travail ou études, soins, trajets, engagements pris, factures attendues et dates connues. Un rendez-vous important et sa préparation occupent deux créneaux différents.

Notez ce qui est certain, ce qui reste à confirmer et ce qui peut attendre. Une promesse de revenu ne devient pas de l'argent disponible parce qu'elle figure dans votre carnet.

Alex veut un mois moins chargé. Son point de départ n'est pas une liste de trente résolutions : c'est un calendrier réel, ses dépenses récentes et trois résultats modestes.

01**Observer****02****Choisir****03****Ajuster**

LES REPÈRES

Trois priorités qui tiennent

Décrivez un résultat visible et son prochain petit geste. « Mieux gérer ma vie » ne permet pas de choisir une action ; « classer mes papiers en quatre séances » le permet.

Les trois priorités d’Alex demandent 16 heures : trier ses papiers (8 h), reprendre quatre séances de lecture (4 h), préparer deux repas à congeler (4 h). Ce sont des exemples, pas un programme à copier.

Donnez à chaque priorité un créneau et une limite. Si une quatrième apparaît, réduisez, déplacez ou retirez quelque chose. Le repos n’est pas une réserve de travail gratuite.



Illustration IA : personnage et logement fictifs ; choisir quelques priorités.