

Bonjour,

Avoir suffisamment d'argent est une question qui occupe un peu tout le monde en cette période d'inflation galopante. Alors on nous dit que l'augmentation de l'inflation ralentit mais que les prix vont continuer de rester hauts et qu'ils ne redescendront pas au niveau antérieur.

Soit ! Je me demande quand même où va tout cet argent excédentaire. Si le prix des matières premières a baissé, pourquoi les prix ne prennent-ils pas le même chemin ? J'ai entendu à la radio que c'est la faute des salaires. Euh, j'ai besoin qu'on m'enlève un doute : vous qui me lisez, votre salaire a réellement progressé autant que l'inflation ? Ah non, c'est bien ce que je me disais.

Bon bref, dans cette newsletter, je ne refais pas le monde et je vais garder pour moi mes hypothèses.

Je ne peux effectivement pas peser sur les décisions des gens qui nous gouvernent (je parle des financiers et des multinationales qui détiennent la majeure partie des richesses). Je peux cependant vous aider à en affronter les conséquences au quotidien.

Début 2019, j'ai publié un livre qui porte sur nos manières de consommer et de comment faire mieux avec moins. Alors oui, il coûte de l'argent - 12 euros exactement (hors frais de port), le prix n'a pas augmenté depuis sa parution - mais c'est un investissement qui sera vite rentabilisé. En effet, si vous suivez le parcours que je vous propose dans ce petit guide, vous apprendrez à relativement vous protéger des hauts et des bas de l'économie mondiale. C'est aussi une très bonne idée de cadeau de Noël pour les jeunes personnes qui ne savent pas toujours comment gérer leur premier budget hors du foyer familial.

Sur mon site, [vous pourrez en lire quelques pages et l'acheter](#) (si vous passez par moi, je gagne 4 euros par livre contre désormais zéro euros - oui, vous avez bien lu - sur le site de l'éditeur) s'il vous intéresse.

Mais avant de vous quitter, je vous offre un petit bonus (un texte issu du manuscrit original, coupé pour des raisons éditoriales - j'en ai plein d'autres d'ailleurs) :

Gérer Noël et les repas de famille

Tout le monde s'accorde à dire que Noël est l'une des plus belles occasions de l'année de se retrouver tous ensemble pour partager un bon moment. Noël, c'est une période de partage et d'amour où l'échange de cadeaux et d'un bon repas sont censés traduire l'affection que l'on éprouve les uns pour les autres et le plaisir qu'on a à être ensemble.

Comment se fait-il alors que de nombreux adultes détestent Noël ?

Les repas de famille (dont Noël est l'archétype) se transforment souvent en ring où les convives règlent (ou tentent de régler) plus ou moins discrètement leurs différends (qui peuvent dater d'il y a plus de 20 ans). Entre les conflits larvés et les divergences politiques, l'esprit de Noël s'évapore parfois dans les limbes (alcooliques).

Sans compter tout le stress de la préparation : le choix des cadeaux (et ce qu'on imagine que les autres vont en penser), l'argent dépensé (qui aurait sans doute été mieux utilisé pour changer la tapisserie), la décoration qu'il faut varier d'une année sur l'autre (ah bon ?), le repas cuisiné souvent par une seule et même personne. J'oubliais les vêtements achetés pour la grande occasion et les essais plus ou moins réussis de maquillage...

Ce jour-là, vous êtes en plus sommés de vous amuser même si tous ces préparatifs vous ont mis à genoux. Il faudra ensuite gérer les déchets, lutter contre la culpabilité du gaspillage et remonter sur le vélo pour perdre les kilos issus des diverses orgies alimentaires de cette période de l'année.

Il y a effectivement de quoi détester Noël.

STOP, rembobinons le film. Ne pourrait-on pas faire mieux l'année prochaine ?

Reprenons les bases : Pourquoi êtes-vous là, autour de cette table ? Passer un bon moment avec les gens que vous aimez ? Avoir raison ? Montrer que vous avez réussi votre vie ou dans la vie ?

Partager, faire ensemble c'est, par exemple :

- Créer et installer la déco tous ensemble. Avec les enfants c'est facile, ils transforment tout en jeu.

- Métamorphoser la préparation du repas : le cuisiner à plusieurs, demander à chaque personne d'apporter un plat (auberge espagnole) ou une bonne bouteille...

Répondre aux questions, échanger des idées sur son nouveau mode de vie :

- Ne pas culpabiliser les gens. On peut tout à fait dire qu'on a découvert un nouvel équilibre de vie, qu'on fait bouger doucement les lignes à propos de sa consommation sans tomber dans l'extrémisme.

- Rappeler que la fête de Noël était autrefois un événement familial de partage et d'amour et que vous avez envie de retrouver ces valeurs-là plutôt que celles de la surconsommation et de la matérialisation.

Faire respecter ses choix de vie :

Nous avons tous déjà ouvert un paquet et découvert (en essayant de faire bonne figure) qu'il ne correspondait à rien qui puisse nous plaire.

- Établissez une liste avec quelques idées de choses qui vous seraient utiles ou qui vous feraient plaisir. Profitez-en pour énoncer aussi ce qui vous mettrait mal à l'aise ou qui vous gênerait. Ça vaut aussi pour les cadeaux destinés aux enfants. Demandez à vos proches de faire de même.

- Décidez que les cadeaux ne s'adressent qu'aux enfants.

- Pratiquez le cadeau unique. Chaque personne tire au sort le nom de la personne qui recevra son cadeau.

- Partez en vacances tous ensemble...

Réinventer Noël et les repas de famille n'est pas impossible. Et si vraiment, ça vous pèse, autorisez-vous carrément à vous en passer.

J'espère que cette newsletter vous a plu et que vous serez encore plus nombreux et nombreuses à me lire dans les prochains mois.

N'oubliez pas d'encourager vos proches à [s'inscrire](#).

En attendant vendredi, je vous souhaite la meilleure des semaines possibles,

Marie