

## 8. Booster votre sens de l'humour

### L'investissement

Cours de théâtre ([www.atelier-theatre.com](http://www.atelier-theatre.com)): 25 € d'inscription puis 85 € par mois. Stage à l'École du rire « Développement de l'esprit ludique et de l'humour » sur 2 jours ([www.ecoledu-rire.com](http://www.ecoledu-rire.com), 250 €). Rendre sa garde-robe plus originale, 4 tops flashy vintage chez Kiliwatch (200 €), 2 paires de chaussures Irregular Choice (220 €), 2 broches La Petite Mendigote (50 €).

« Dictionnaire des histoires drôles », Fayard (23,20 €).

### L'ADDITION

**Total 853,20 €**

### Pour économiser

Empruntez les DVD (médiathèque, amis, famille) ou achetez-les à plusieurs et faites tourner. Fabriquez vous-même les broches (matériel chez Rougier et Plé). Achetez des T. shirts basiques et customisez-les avec des perles, des rubans, etc. Préférez l'impro aux cours de théâtre classiques : ateliers tous les dimanches, La Ligue de l'impro (152 € par trimestre, [www.impro-paris.com](http://www.impro-paris.com)).

### Rentabilité

Faible dans l'immédiat (sauf si carrière de comique à succès). Potentiellement forte dans l'avenir, le rire conserve et permet de vieillir en meilleure santé.

## 9. Vivre bio, équitable et durable

### L'investissement

Nourriture : s'alimenter « normalement » coûte 153,4 € par mois et par personne (selon l'Inserm). Si on veut se nourrir bio : 30 % de plus (46 € de rab par mois). Fringues : notre budget habillement moyen tourne autour de 54 € par mois. Pour s'habiller « équitable » →

# Combien ça coûte vraiment ?

(coton africain ou issu de l'agriculture bio), on paie 15 % de plus (8 € donc).

Transports : faire passer sa voiture au GPL (top du non polluant) = 2 600 € de transformation.

Energie : pour se brancher sur l'électricité solaire (fourniture, pose + connexion) comptez environ 7 500 €.

## L'ADDITION

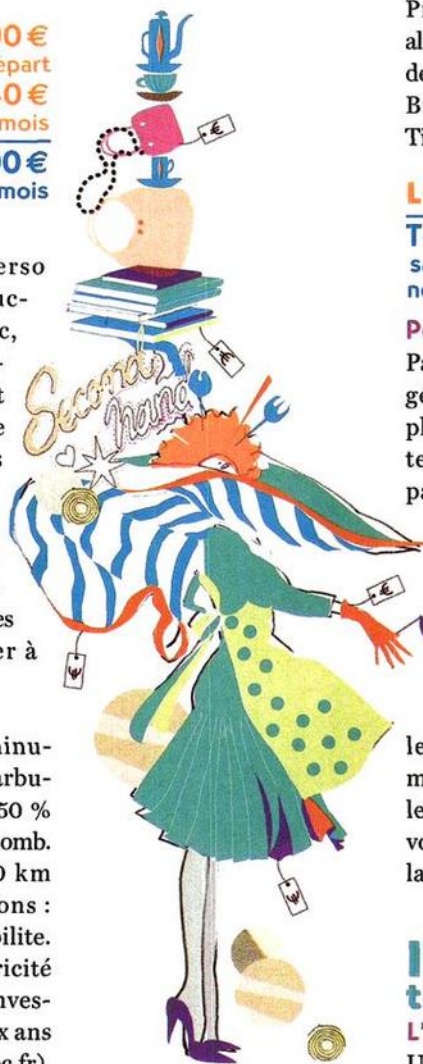
	10 100,00 €
	au départ
+	261,40 €
	par mois
<b>Total</b>	<b>11 03,00 €</b>
	par mois

### Pour économiser

Créer son potager perso (« Le Potager avec succès », Gérard Meudec, Livre de Poche). Apprendre les « trucs et astuces » pour faire soi-même ses produits de beauté (fredobio.free.fr). Utiliser les aides de l'Etat (qui accorde un crédit d'impôt de 40 % des dépenses engagées pour passer à l'électricité solaire).

### Rentabilité

Excellente. Nette diminution des dépenses en carburant : le GPL est environ 50 % moins cher que le sans-plomb. Rentable dès 40 000 km (pour plus de précisions : pschryve.free.fr/rentabilite.html). Quant à l'électricité solaire, le retour sur investissement se fait sur dix ans en moyenne (www.surtec.fr).



## Combien ça coûte vraiment ?

## 10. Etre enfin en forme tout l'hiver

### L'investissement

Arrêter la cigarette : stage Allen Carr (290 €). Pratiquer la plongée sous-marine (l'eau nettoie les sinus et le froid renforce les défenses naturelles), baptême en mer à Antibes (40 €) puis niveau 1 à Paris en piscine (275 €) (www.sport-decouverte.com). Prendre des compléments alimentaires (Cuivre-or-argent de Labcatal, 6 € pour 3 mois). Bien se couvrir, doudoune Tipster La Redoute (59,99 €).

### L'ADDITION

<b>Total</b>	<b>670,99 €</b>
sans tenir compte de l'économie due à l'arrêt du tabac	

### Pour économiser

Passez un niveau 4 en plongée pour encadrer et donc plonger gratuitement. Militiez pour convaincre votre patron d'organiser une session générale pour que tous les employés arrêtent de fumer.

### Rentabilité

Bonne. Vous évitez les pertes de salaire dues aux congés maladie, les frais de médecin et de médicaments. Si vous voulez qu'on vous chouchoute, vous pouvez toujours mimer la faiblesse, ça, c'est gratuit.

## 11. Avoir la pêche toute l'année

### L'investissement

Un jus d'oranges pressées tous les matins (soit 10 kg d'oranges par mois, 27 €). Un bon lit : matelas Orphée en Latex semi-ferme, 160 x 200 cm, et sommier ferme à lattes Bultex à La Com-

pagnie du Lit, 1 360 €). Inscription au Club Med Gym pour un an (755 €), se déplacer à vélo (City 1 chez Décathlon 149,9 €). Un week-end/mois au bord de la mer (A/R en train Paris-La Rochelle 107 €), une nuit à l'hôtel Résidence Maeva (42 €), 2 massages par mois à la Villa Saint-Honoré à Paris (158 €).

## L'ADDITION

	1 509,90 €
	au départ
+	554,90 €
	par mois
<b>Total</b>	<b>8 168,70 €</b>
	la première année

### Pour économiser

Offrez un cours de massage à votre chéri ou à votre meilleure amie, suivez-le aussi puis échangez les massages gratuits à volonté (env. 30 €/l'heure, annonces sur kelprof.com). Faites le tour de votre entourage et négociez l'emprunt de leur maison/appartement/cabane au bord de la mer, l'idée étant de prendre l'air. Si vous n'êtes pas une fana de sport, évitez l'abonnement multi-activités, préférez un simple cours d'aquagym par exemple : 145 €/an à la piscine Hebert à Paris.

### Rentabilité

Faible, finalement, sauf si vous profitez de votre énergie toute neuve pour bosser deux fois plus et gagner idem. Mais là, la patate risque de vous quitter vite fait ! ■

## NOUVEAU !

Découvrez  
[www.bibamagazine.fr](http://www.bibamagazine.fr).  
Biba a maintenant son site.  
Surfez dès à présent sur Biba  
version web et dites-nous ce  
que vous en pensez !