

Le coût réel de la vie en France : mon budget détaillé - 223

- Transcription en français, version VIP

Combien ça coûte de vivre en France ? Combien coûte un logement ? Quelles sont les différentes dépenses obligatoires ou nécessaires ? Entre le prix des loyers et les différentes dépenses du quotidien, la France peut réserver des surprises, bonnes ou mauvaises. Donc, dans cet épisode deux-cent-vingt-trois (223) du podcast Fluidité, je vous propose une analyse de mon budget personnel pour vous donner une idée concrète de ce que coûte la vie quotidienne. Alors, c'est parti !

Bonjour à toutes et à tous et bienvenue dans mon podcast !

Cet épisode est un peu la suite de mon épisode sur la vie à la campagne en France que j'ai fait il y a quelques semaines. Je vois qu'il vous a plu, donc j'ai voulu continuer à vous raconter comment se passe la vraie vie quotidienne dans mon pays.

Et aujourd'hui, on va parler de budget. Je vais vous dire combien coûte la vie en France dans la ville où j'habite actuellement, qui n'est pas une métropole, mais une petite ville au milieu de la campagne d'environ quinze mille (15 000) habitants, dans un département qui n'est pas très peuplé.

Donc, je vous propose de vous donner la liste de nos dépenses mensuelles fixes qui sont utiles pour vivre, mon épouse et moi. Je vais aussi vous donner un ordre d'idée des coûts des sorties au restaurant, au cinéma, etc. Un ordre d'idée, ça veut dire une idée approximative du nombre. On peut aussi dire "un ordre de grandeur".

Et je vais vous expliquer les dépenses qui changent localement et celles qui sont les mêmes partout en France métropolitaine.

Et vous devez également savoir que nous sommes deux adultes sans enfants, donc pour que vous puissiez comparer avec votre situation. Bien sûr, avoir des enfants, ça change beaucoup de dépenses.

Vous allez entendre beaucoup de vocabulaire lié à ce sujet, donc pensez à télécharger la transcription gratuite. Vous allez sur mon site francaisavecfluidite.com et vous cliquez sur "podcast" pour voir tous les épisodes.

Sans plus tarder, on commence !

Alors, la dépense fixe la plus importante dans notre cas, c'est le loyer, donc le prix de location de notre logement, puisqu'on n'est pas propriétaire.

On habite dans une maison de 3 chambres, qui fait environ cent (100) mètres carrés.

D'ailleurs, j'ai montré ma maison dans un vlog sur ma chaîne YouTube.

Et on a un grand jardin d'à peu près quatre-cents (400) m².

Alors, en ce qui nous concerne, on paye huit-cents (800) € euros par mois pour le loyer. Donc, on paye environ huit (8) € par mètre carré, sans compter le jardin. En comparaison, à Bordeaux, c'est plutôt quinze (15) € du mètre carré. Donc pour avoir le même logement, on paierait presque le double. Et, évidemment, c'est encore plus cher à Paris, environ trente (30) € par mètre carré.

C'est vraiment une approximation parce que ce prix dépend du logement et de plein d'autres critères. Il y a un site du gouvernement avec une carte de France pour consulter le prix des

loyers dans les différentes villes, ça peut vous être très utile. Je vous mets le lien dans la description, sinon, vous cherchez "carte des loyers" sur Google.

Et dans ma ville, le prix à l'achat est en moyenne de mille-huit-cents (1800) € par mètre carré. Donc la maison où j'habite vaudrait environ cent quatre-vingt-mille (180 000) €. Honnêtement, je trouve que ce n'est pas très cher pour ce qu'on a. Il y a des zones en France où les logements sont encore moins chers, mais les prix qu'on a dans notre ville font partie de la moyenne basse. Et on habite à seulement une heure de Bordeaux en voiture ou en train.

Ensuite, avec le loyer, il faut ajouter la taxe des ordures ménagères. Donc c'est un impôt pour payer le traitement de tout ce qu'on va jeter ou recycler, tous les déchets. Cet impôt varie selon les villes, mais on paye environ 30€ par mois, c'est assez cher chez nous. En plus, dans ma ville, on doit payer environ quatre (4) € à chaque fois qu'on sort la poubelle de déchets ménagers. En fait, en France, on trie les déchets, ça veut dire qu'on les sépare selon leur catégorie.

Il y a une poubelle pour les emballages plastiques ou cartons qui sont recyclables. Ensuite, on a un compost dans le jardin pour jeter les aliments compostables, donc les restes de nourritures, par exemple. Et enfin, pour tous les déchets qu'on ne peut pas recycler ni composter, on a une poubelle de déchets ménagers, mais ils sont assez rares. Donc le but est d'avoir le moins possible de déchets non recyclables et non compostables. Du coup, ici, dans ma ville, dans ma commune, on paye un supplément si on jette des déchets ménagers ni recyclables ni compostables. Mais ce n'est pas comme ça partout en France.

Et puisqu'on est locataires de notre logement, on ne paye pas de taxe foncière qui est un autre impôt que les propriétaires d'un logement payent une fois par an. Donc cette taxe foncière, c'est notre propriétaire qui doit la payer, mais pas nous. Et elle est différente selon la ville où on habite, selon des décisions politiques locales. Mais, si vous n'avez pas le droit à des réductions, ce sera au minimum l'équivalent d'un mois de loyer.

Et en France, les personnes qui habitent dans un logement doivent avoir une assurance habitation. Pour payer les réparations en cas de dégâts sur le logement. Un incendie, une inondation, un cambriolage, etc, etc. Notre agence immobilière nous oblige à avoir une assurance habitation pour louer notre logement. Et dans notre cas, on paye environ vingt-deux (22) € par mois. Et le prix dépend de la taille du logement, de la ville où il est, s'il est exposé à des risques géologiques, etc. Dans le prix, les assurances habitation incluent également une responsabilité civile, donc une assurance personnelle si on cause des dégâts ou des dommages aux autres dans la vie quotidienne.

Ensuite, pour vivre, il faut de l'électricité. Alors, le prix de l'électricité ne dépend pas de la région, il est le même partout en France. Le prix est fixé par le gouvernement, donc les fournisseurs d'électricité, c'est-à-dire les entreprises qui vous apportent l'électricité proposent à peu près les mêmes tarifs.

En deux-mille-vingt-cinq (2025), l'électricité nous a coûté environ mille-deux-cents (1200) €, donc on peut arrondir à environ cent (100) € par mois. Et on a consommé quatre-mille-six-cents (4600) kilowatts. En France, on paye un abonnement tous les mois plus la consommation bien sûr. Donc au total, ça nous coûte à peu près vingt-cinq (25) centimes par kilowatt consommé avec l'abonnement inclus. Comme ça, vous pouvez

peut-être comparer avec votre pays, avec votre propre consommation. Le plus important, c'est de connaître le prix par kilowatt pour avoir une référence. Mais la consommation d'électricité dépend de plein de choses. En tout cas, vous le savez peut-être mais l'électricité de France est produite en grande partie par le nucléaire. Donc, on utilise ici l'électricité pour tout faire. Par exemple, chez nous, dans notre maison, il n'y a pas du tout de gaz. On utilise l'électricité pour faire la cuisine, donc avec les plaques de cuisson et le four. Mais aussi pour se chauffer avec des radiateurs électriques. Il y a encore des maisons qui utilisent le gaz pour la cuisine ou pour le chauffage, mais c'est de plus en plus rare et le prix du gaz augmente beaucoup. Il y a aussi des gens qui ont une cheminée pour pouvoir se chauffer au bois, évidemment.

Ensuite, dans une maison, il vous faut aussi de l'eau. C'est la même chose que pour l'électricité, notre consommation est propre à nous. Elle sera différente pour tout le monde. En tout cas, on a consommé soixante-cinq (65) mètres cubes d'eau en 2025 pour un total de trois-cent-quatre-vingts (380) € abonnement inclus, donc c'est environ cinq virgule huit (5,8) € par mètre cube consommé, ce qui est un prix dans la moyenne. Donc il y a moins cher mais il y a aussi plus cher, ça dépend des endroits en France, contrairement à l'électricité. En France, l'eau du robinet est potable partout dans le pays, donc on peut la boire directement au robinet.

Une autre dépense essentielle, c'est l'abonnement à internet. En France, internet n'est pas très cher. En plus, il y a la fibre optique à peu près partout dans le pays, sauf dans des petits villages éloignés. Mais quatre-vingt-dix pour cent (90%) du territoire français est connecté à la fibre optique. Et puisque c'est un réseau qui est très récent, il est très efficace. On paye 30€ par mois pour avoir accès à internet illimité en fibre optique. Et dans le prix, notre abonnement inclut aussi des chaînes de télévision. Il y a aussi des abonnements moins chers, environ vingt-cinq (25) €/mois et d'autres plus chers si on veut avoir des boutiques pour aller parler à un conseiller, etc. Pour parler d'une entreprise qui vous apporte internet, on dit un fournisseur d'accès à internet. Le mot fournisseur vient du verbe fournir.

Et bien sûr, de nos jours, il faut avoir un abonnement téléphonique pour nos smartphones. Là aussi, la France est un pays où les abonnements ne sont pas très chers. Actuellement, je paye six (6) € par mois pour avoir quarante (40) giga d'internet mobile par mois avec les appels et les SMS illimités. Et je n'utilise jamais ces 40 giga. Dans le prix, j'ai aussi vingt (20) giga par mois que je peux utiliser en Union européenne quand je voyage. Et mon épouse a un abonnement à trois (3) € par mois avec 20 giga. Je trouve que ce n'est pas très cher, dites-moi dans les commentaires ce que vous en pensez ?

Après, il y a des dépenses facultatives mais que presque tout le monde a, ce sont les plateformes de streaming de musique ou de vidéos. Pour la musique, je paye quatre euros cinquante (4,5) € pour avoir accès à Deezer, la version française de Spotify. Normalement, l'abonnement coûte douze (12) € par mois. Mais je suis abonné via un site qui partage les abonnements également. Quelqu'un prend un abonnement familial et le propose en partage sur le site. Donc d'autres personnes peuvent rejoindre sa famille virtuelle. C'est parfaitement légal et ça permet d'économiser beaucoup. Dans mon cas, c'est presque trois fois moins cher. Et au sujet des plateformes vidéo, on est abonné à Netflix avec les publicités à 6€ par mois. Donc, au total, pour avoir internet à la maison plus internet mobile plus les plateformes de streaming de musique et de vidéos, on paye environ cinquante (50) € par mois pour deux

personnes.

Une autre dépense importante, ce sont les impôts annuels. Tous les Français doivent payer des impôts à l'État une fois par an pour payer les services publics. Mais on peut aussi les payer tous les mois pour éviter de tout payer en une seule fois.

Alors, les impôts dépendent du montant des revenus de chacun. Les revenus, c'est tout l'argent qu'on gagne grâce à notre salaire d'employé, notre activité de travailleur indépendant, nos propriétés immobilières, etc, etc. Et ensuite, on divise les impôts par le nombre de personnes qui vivent ensemble dans le foyer, donc dans le même logement. Dans notre cas, on est mariés, donc j'ai une réduction d'impôts. Si on avait un enfant, j'aurais encore plus de réduction, etc. Et les personnes qui n'ont pas beaucoup de revenus ne paient pas d'impôts. Donc, les impôts seront différents pour chacun mais ils ne dépendent pas de l'endroit où vous habitez en France. En tout cas, il y a des tranches de paiement comme un escalier. Plus vous gagnez d'argent, plus le pourcentage augmente, mais en dessous d'un certain seuil, on ne paye rien. Bref, je ne peux vous donner aucune estimation pour les impôts, parce que c'est différent pour tout le monde.

Ensuite, il y a les dépenses liées à la voiture ou aux véhicules que vous avez. Pour ces dépenses, il y a d'abord le carburant pour faire avancer la voiture, si elle n'est pas électrique. En moyenne en France à l'heure actuelle, l'essence coûte environ un virgule sept (1,7) € par litre. Si vous avez une voiture électrique, je vous ai donné tout à l'heure le prix du kilowatt si vous la rechargez à la maison.

Mais il y a également l'assurance auto, donc l'assurance du véhicule. Le prix des assurances dépend de la ville où vous habitez, du niveau d'assurance que vous voulez, ainsi que d'autres critères. Dans mon cas, je paye environ 50€ par mois avec une voiture assez récente et une assurance qui me couvre de tous les risques. On dit que c'est une assurance tous risques. Et on n'a qu'une seule voiture pour deux, ce qui est déjà suffisant. On ne fait pas beaucoup de kilomètres puisqu'on travaille à la maison. Mais je pense qu'on dépense environ soixante (60) € par mois en carburant. Il y a aussi les péages et les frais d'entretien et de réparation de la voiture. Alors, j'estime à environ cent cinquante (150) € par mois de dépenses liées à la voiture, tout compris.

Il y a une autre dépense facultative quand on vit en France, mais qui est vraiment nécessaire et que presque tout le monde a, c'est la mutuelle. Une mutuelle, c'est une assurance santé complémentaire à la sécurité sociale. Donc, en France, on peut dire une mutuelle ou une complémentaire santé. J'ai entièrement expliqué le système de santé dans l'épisode trente et un (31). Mais pour faire bref, la sécurité sociale gratuite rembourse une partie des dépenses de santé et les mutuelles remboursent un complément de ces dépenses ou jusqu'à la totalité.

En France, les entreprises doivent proposer obligatoirement une mutuelle à leurs employés. Elles doivent payer au moins la moitié du prix de la mutuelle. Mais, ma femme et moi, on est travailleurs indépendants, donc on paye notre mutuelle entièrement nous-mêmes. Alors, le prix d'une mutuelle varie selon le niveau de remboursement qu'on veut, selon notre âge et d'autres critères. Plus on est âgés, plus la mutuelle est chère. Dans notre cas, on paye quarante-cinq (45) € par mois chacun. Mais je sais que mes parents payent plus du double de ce prix, par exemple. Mais les prix ne changent pas par rapport à votre lieu de vie.

Pour l'instant, j'ai listé les dépenses qui sont obligatoires ou vraiment nécessaires.

Ensuite, pour vivre, il faut manger ! Donc on va parler des dépenses pour la nourriture, pour l'alimentation. Bien sûr, ces dépenses sont différentes pour chaque personne.

Dans notre cas, on n'achète pas beaucoup de produits transformés ou ultra transformés, donc qui coûtent cher. On mange seulement du poisson ou du poulet, ce qui coûte beaucoup moins cher que le bœuf, par exemple. Et on achète nos fruits et légumes chez un primeur qui propose des produits locaux, donc qui sont un peu moins chers qu'en supermarché. En plus, le département où on habite est très agricole, donc les fruits et légumes sont moins chers que dans d'autres endroits. Selon mes estimations, on dépense un peu plus de quatre cents (400) € par mois en nourriture pour nous deux, sans compter les restaurants qu'on fait par plaisir de temps en temps.

Et, en ce qui concerne les restaurants, les restos, ils ne sont pas très chers ici puisque que ce n'est pas une ville touristique, ni une grande ville. En général, si on veut se faire plaisir dans un bon resto, on dépense environ 30€ par personne avec un plat, un dessert, un verre d'alcool chacun et les cafés. Mais dans les grandes villes où en bord de mer, ce sera presque quarante (40) € par personne environ. Dans les restos, on vous propose toujours les trois temps donc entrée, plat et dessert, mais c'est toujours trop de nourriture pour nous. Donc on prend généralement un plat et un dessert chacun ou un dessert à partager pour deux. En France, les restaurants sont souvent très bons puisque les Français sont très exigeants sur la nourriture. Et là où on habite, on est toujours contents des restaurants qu'on teste.

Ensuite, il y a aussi les produits de la maison, d'hygiène, etc, donc toutes les courses du supermarché qui ne sont pas de la nourriture. Dans ce cas, les prix ne changent pas beaucoup selon l'endroit de France où vous habitez. Même si, c'est peut-être un peu moins cher à la campagne, mais ça ne change pas grand-chose. Dans notre cas, on dépense en moyenne cent (100) € par mois pour tout ça.

Après toutes ces dépenses assez basiques, chacun aura différentes dépenses selon ses loisirs, ses sports pratiqués, etc. Mais, en ce qui me concerne, je fais de l'escalade et ça me coûte environ dix (10) € par mois. En plus, je marche tous les jours et ça, c'est complètement gratuit !

Et, en effet, ici à la campagne, le prix d'une place de cinéma ou de théâtre est moins cher que dans les grandes villes. Ici, on paye huit euros cinquante (8,5) € pour une place de cinéma. Alors que c'est onze euros cinquante (11,5) € à Bordeaux, donc il y a une différence importante.

En résumé, voici les dépenses qui vont changer selon l'endroit où vous habitez en France :

-Le loyer pour louer un logement ou le prix d'achat si vous voulez être propriétaires.

-La taxe foncière si vous êtes propriétaires.

-La taxe d'ordures ménagères mais ce ne sera pas très cher.

-L'assurance habitation.

-Le prix de l'eau.

Et ensuite la nourriture, les loisirs locaux dont le prix varie un peu selon où on se trouve en France.

Voilà, j'espère que ça vous a aidé ou intéressé. Dites-moi dans les commentaires si ces prix vous semblent corrects ou excessifs par rapport à chez vous. Je lirai vos commentaires et j'y répondrai aussi.

C'est tout pour cet épisode, merci beaucoup de l'avoir écouté jusqu'au bout ! Vous pouvez me mettre un like et 5 étoiles sur les plateformes de podcast si vous aimez ce que je

propose. Et moi, je vous dis à très bientôt !