

# BUDGET AL FEMMINILE



Guida Essenziale per Donne che  
Vogliono Prendere il Controllo delle  
loro Finanze per Vivere Serenamente

# BENVENUTA!

## SEI PRONTA A PRENDERE IL CONTROLLO DELLA TUA VITA FINANZIARIA?

Se stai leggendo queste righe, significa che sei pronta a prendere in mano il controllo delle tue finanze e, di conseguenza, della tua vita. La libertà finanziaria non è solo un obiettivo, ma una pietra miliare fondamentale per vivere una vita autentica e appagante. È la chiave che ti permetterà di essere libera di fare, dire, pensare ed essere tutto ciò che desideri.

Questo workbook è stato creato pensando a te, una donna ambiziosa, determinata e in cerca di un cambiamento significativo. Non importa quale sia il tuo punto di partenza, l'importante è il viaggio che stai per intraprendere verso una gestione del denaro più consapevole ed efficiente.

## PERCHÉ LA LIBERTÀ FINANZIARIA È IMPORTANTE?

Spesso, la gestione delle finanze personali è vista come un compito difficile e noioso, qualcosa da rimandare o delegare. Ma immagina per un momento la sensazione di sapere esattamente dove stanno andando i tuoi soldi, di avere un piano chiaro per il futuro e la sicurezza di poter prendere decisioni senza il peso dell'incertezza finanziaria.

La libertà finanziaria ti permette di:

- Scegliere liberamente: Poter decidere come spendere il tuo tempo e il tuo denaro senza vincoli.
- Realizzarti professionalmente e personalmente: Investire in te stessa, nelle tue passioni e nei tuoi sogni.
- Vivere senza stress: Eliminare l'ansia legata ai debiti e alle incertezze economiche.
- Contribuire al benessere altrui: Aiutare gli altri senza compromettere la tua stabilità finanziaria.

## A CHI E A COSA SERVE QUESTO WORKBOOK?

LA GUIDA "BUDGET AL FEMMINILE" È UN COMPAGNO ESSENZIALE PER CHI DESIDERA:

- **Prendere Decisioni Consapevoli:** Evitare decisioni impulsive o basate sulla paura e invece fare scelte ponderate che riflettono i tuoi valori e obiettivi.
- **Raggiungere la Serenità:** Ridurre lo stress legato alle preoccupazioni finanziarie, sapendo che hai un piano solido e realizzabile.
- **Investire in Te Stessa:** Avere le risorse per investire nella tua crescita personale e professionale, aumentando le tue opportunità di successo e realizzazione.
- **Contribuire al Benessere Altrui:** Essere in grado di aiutare gli altri senza compromettere la tua stabilità finanziaria.

## COME UTILIZZARE QUESTO WORKBOOK

Il workbook è strutturato in modo da guidarti passo dopo passo nella creazione e gestione del tuo budget:

1. **Reddito Mensile:** Inizia determinando il tuo reddito netto mensile, considerando eventuali fluttuazioni.
2. **Spese Fisse e Variabili:** Elenca tutte le tue spese, distinguendo tra quelle fisse e quelle variabili, per avere una visione chiara delle tue uscite.
3. **Bilancio Zero:** Assicurati che le tue spese totali non superino il tuo reddito, puntando a un bilancio pari a zero per massimizzare ogni euro.
4. **Monitoraggio e Aggiornamento:** Usa il Calendario di Spesa Mensile per tenere traccia delle tue spese quotidiane e aggiorna il tuo budget di conseguenza.

## CONCLUSIONE

Prendere il controllo delle tue finanze è un passo cruciale verso una vita più libera e soddisfacente. Questo workbook ti fornirà gli strumenti necessari per iniziare a fare scelte finanziarie intelligenti e costruire una base solida per il tuo futuro.

## SEI PRONTA A INIZIARE QUESTO VIAGGIO VERSO LA LIBERTÀ FINANZIARIA?

Apri la prima pagina e scopri come tracciare il tuo piano di volo verso un futuro più sereno e sicuro.

# ISTRUZIONI

## SCRIVI IL TUO REDDITO MENSILE.

Se hai un reddito fisso, questo passaggio è facile! Basta sommare tutti i tuoi stipendi e questo è ciò che devi scrivere nel tuo budget mensile.

Se hai un reddito variabile, dovresti sempre concentrarti sullo scenario peggiore. Se sai che guadagni tra 1,000 e 1,500 € al mese, allora dovresti usare 1,000€ come tuo reddito netto mensile.

Se non sei sicura di quale sia il tuo reddito minimo, prova a esaminare le buste paga degli ultimi tre mesi. Trova la busta paga che mostra l'importo più basso e usa quel valore nel tuo budget mensile.

Nota: Puoi anche provare a fare la media delle ultime tre buste paga.

## ELENCA TUTTE LE TUE BOLLETTE/SPESE

Usa il registro delle spese per elencare tutte le tue spese fisse ricorrenti. Queste sono le bollette che hai ogni mese e che di solito sono dello stesso importo mese per mese. Assicurati di scrivere queste bollette nella sezione "Spese Fisse" del tuo budget. Usa il registro delle bollette per tenere traccia di quando paghi le tue bollette, in modo da non perdere mai un pagamento.

Dovrai anche elencare tutte le tue spese variabili nel tuo budget.

Si tratta di tutte le spese che cambiano di valore di mese in mese.

Usa l'elenco precompilato delle spese variabili per capire dove vanno i tuoi soldi.

Il modo migliore per farlo è esaminare gli estratti conto bancari degli ultimi due mesi. Scrivi l'importo medio che stai spendendo in ciascuna categoria e aggiungi quei valori al tuo budget. Usa le righe vuote nell'elenco delle spese variabili per adattarle alla tua vita.

## SOTTRAI IL TUO REDDITO DALLE TUE SPESE

Usa la parte inferiore del budget per sottrarre il tuo reddito dalle tue spese. Questo dovrebbe SEMPRE essere pari a zero. L'obiettivo principale è sviluppare un budget basato su zero. Ogni EURO di reddito viene budgetato.

Se hai un numero positivo, destina i tuoi soldi extra ai tuoi obiettivi finanziari. Magari vuoi risparmiare per una nuova auto o far crescere un fondo di emergenza più grande.

Se ottieni un numero negativo, guarda le tue spese variabili e vedi dove puoi tagliare. Magari sei a tuo agio a spendere solo 100€/mese per l'intrattenimento invece di 150€/mese. Regola le tue spese variabili finché non raggiungi 0€.

## **AGGIORNA FREQUENTEMENTE**

Usa il Calendario di Spesa Mensile per documentare le tue spese.

Prenditi 10 minuti ogni sera per scrivere dove hai speso soldi quel giorno.

Ti suggerisco di conservare le ricevute durante il giorno. Questo ti aiuterà anche a perfezionare i valori delle spese variabili nel tuo budget.

Regola il tuo budget per adattarlo ai cambiamenti nel tuo Calendario di Spesa Mensile.







## COMPLIMENTI

Arrivare fino a questo punto è già un grande traguardo e un segno del tuo impegno verso una gestione finanziaria più consapevole ed efficiente.

La gestione del denaro è molto più di un semplice esercizio matematico. È un atto di amore e rispetto verso te stessa e il tuo futuro. Ogni decisione finanziaria che prendi, ogni risparmio che accumuli e ogni investimento che fai, ti avvicina sempre più alla libertà finanziaria che desideri e meriti.

## RIEPILOGO DEI PASSI CHIAVE

1. Definire i tuoi obiettivi finanziari: Chiediti cosa vuoi davvero raggiungere con le tue finanze e traccia un percorso chiaro.
2. Creare e seguire un budget: Monitora le tue entrate e spese con precisione per mantenere il controllo del tuo denaro.
3. Ottimizzare le tue spese: Riduci i costi superflui e trova modi intelligenti per risparmiare senza sacrificare la tua qualità di vita.
4. Gestire i debiti: Paga i tuoi debiti in modo strategico per ridurre lo stress finanziario e liberare risorse per altri obiettivi.
5. Investire nel tuo futuro: Usa i risparmi per investimenti che ti aiuteranno a far crescere il tuo patrimonio e a garantire una maggiore sicurezza finanziaria.

## GUARDANDO AL FUTURO

Ricorda, la strada verso la libertà finanziaria è un viaggio continuo. Le abitudini e le competenze che hai acquisito con questo workbook ti accompagneranno per tutta la vita. Continua a monitorare, rivedere e adattare il tuo budget man mano che le tue circostanze cambiano. Sii paziente con te stessa e celebra ogni piccolo successo lungo il cammino.

## NON FERMARTI QUI!

Condividi ciò che hai imparato con altre donne che potrebbero beneficiare di queste conoscenze. Essere parte di una comunità di donne consapevoli e finanziariamente libere può essere una fonte di ispirazione e supporto continuo.

E se desideri approfondire ulteriormente il tuo percorso di crescita personale, possiamo lavorare insieme con sessioni di coaching individuali da 45 o 90 minuti, oppure con il percorso intensivo "2 mesi x sbloccare il tuo potenziale".

Per avere più informazioni vai qui <https://sarapassaro.trafft.com/> oppure scrivimi a [info@sarapassaro.com](mailto:info@sarapassaro.com), sarò felice di rispondere alle tue domande.

## COSA DICE CHI HA LAVORATO CON ME

“Ho fatto il percorso di crescita professionale con Sara, che ho incontrato per caso, in un momento fermo della mia professione. Ero ferma nelle mie idee e non sapevo da dove cominciare e dove andare, dove e come orientare la mia carriera. Il dinamismo di Sara mi ha subito conquistata e aver intrapreso questo viaggio con lei è stato fondamentale. Grazie alle sessioni molto strutturate con lei, dritte al problema, ho imparato ad organizzarmi meglio, a tirar fuori le mie qualità e abilità, a sciogliere nodi importanti legati alla mia famiglia che mi impedivano di essere serena e col focus sul mio progetto. È stato davvero molto molto bello, un percorso profondo fatto di azioni pratiche come piacciono a me. Sara è stata davvero la mia guida del cuore perché non solo ho raggiunto i miei obiettivi ma sono andata oltre. Grazie di ❤️”



Valentina C.

“Sara è una professionista preparata da cui traspare chiaramente la voglia di supportarti nel raggiungimento dei tuoi obiettivi. Il percorso con lei mi ha aiutata a superare alcuni blocchi che non mi permettevano di essere efficace nella mia attività professionale.”



Mara P.

“Sara è la Coach che cercavo! Grazie a lei e al suo metodo sono riuscita a lasciarmi alle spalle tante paure che mi impedivano di concretizzare e portare avanti il mio progetto da libera professionista! Sono davvero grata a lei e al lavoro fatto insieme! Molto disponibile e precisa!”



Giulia V.

A presto!

*Sara Passaro*

[www.sarapassaro.com](http://www.sarapassaro.com)

# SOGNA IN GRANDE. PARTI IN PICCOLO. MA SOPRATTUTTO, PARTI!

Simon Sinek



Puoi seguirmi qui:



[www.sarapassaro.com](http://www.sarapassaro.com)