

# CHECK LIST BLACK FRIDAY

Acheter moins & mieux grâce à la méthode BISOU

---

**Avant d'acheter : pose-toi les 5 questions BISOU :**

	Question à se poser	Objectif
<b>B — Besoin</b>	Est-ce un besoin réel ou une envie impulsive ?	Éviter l'achat automatique
<b>I — Immédiat</b>	En ai-je besoin maintenant ?	Vérifier l'urgence
<b>S — Semblable</b>	Ai-je déjà quelque chose qui fait pareil ?	Stopper les doublons
<b>O — Origine</b>	Où et comment est-il produit ?	Consommer plus responsable
<b>U — Utile</b>	Va-t-il me servir longtemps ?	Durable, pas gadget

**Moins de 3 "OUI" = je n'achète pas.**



## Checklist prêt-à-cocher

- ☐ Cet achat répond à un besoin réel
- ☐ J'en ai besoin maintenant
- ☐ Je n'ai pas déjà un article équivalent
- ☐ Sa fabrication / marque / matière correspondent à mes valeurs
- ☐ Je vais l'utiliser régulièrement et sur le long terme
- ☐ J'ai comparé le prix réel (pas que la promo)
- ☐ Je respecte le budget prévu
- ☐ Si j'hésite » je laisse 24h avant d'acheter



**Moins de 3 cases = J'attends**



### **Astuces Black Friday :**

- Faire une wishlist AVANT les promos
- Acheter pour répondre à un usage, pas pour occuper la promo
- Un produit pas prévu = 95% de chance d'être inutile
- L'économie n'existe que si l'achat était nécessaire