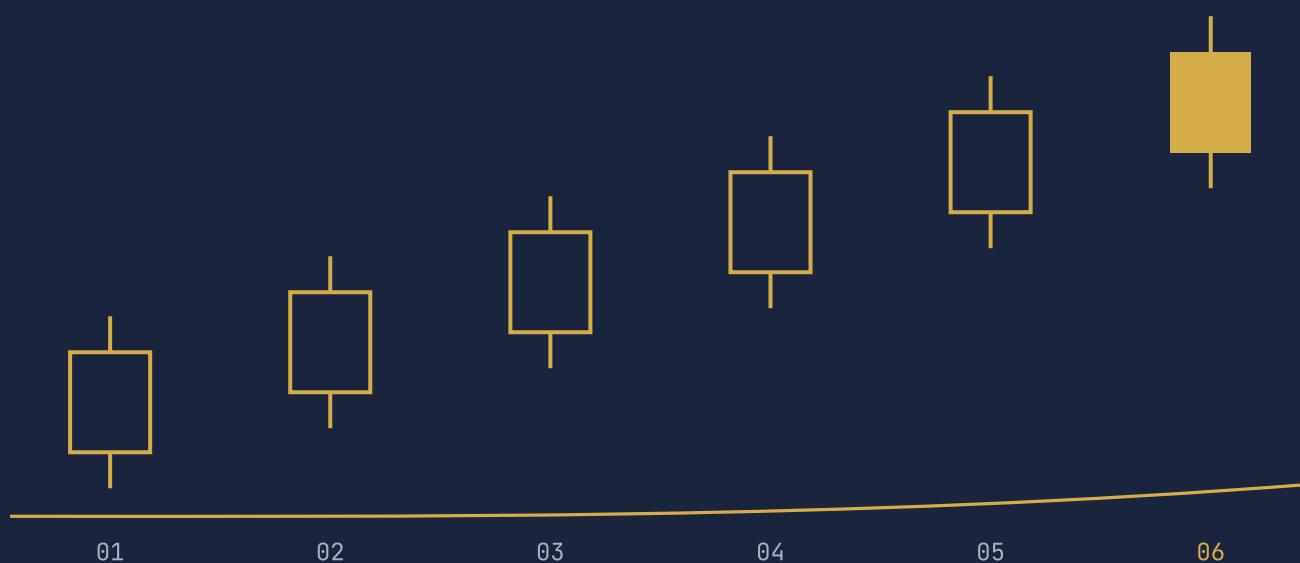




LE GUIDE ÉTAPE PAR ÉTAPE

DÉBUTER EN TRADING

Quoi faire, dans quel ordre, et surtout quoi ignorer



AVANT DE COMMENCER

Ce que ce guide est, et ce qu'il ne promet pas

Ce guide a une vocation pédagogique. Il ne constitue ni un conseil en investissement, ni une recommandation personnalisée, et il ne promet aucun résultat. Le trading d'instruments à effet de levier comporte un risque élevé de perte rapide en capital. Selon l'ESMA, entre 74 % et 89 % des comptes de particuliers perdent de l'argent sur ces produits.

74 – 89 %

des comptes de particuliers perdent de l'argent sur les produits à effet de levier. Source : ESMA.

Je ne vous promets donc pas de gagner de l'argent. Ce que je vous propose, c'est un chemin clair pour débiter, dans le bon ordre, en évitant les erreurs que je vois revenir chez les débutants que j'accompagne.

SOMMAIRE

—	Introduction : vous voulez débiter, et vous êtes déjà perdu	03
01	Ne vous noyez pas dans le flux d'informations	04
02	Les étapes pour débiter, dans l'ordre	06
03	Votre programme des 30 premiers jours	11
04	Les questions qu'on se pose quand on débute	17
05	Les cinq erreurs qui coûtent cher	19
—	Votre feuille de cadre de risque	20
—	Et maintenant ?	21

INTRODUCTION

Vous voulez débiter, et vous êtes déjà perdu

Vous avez décidé de vous mettre au trading. Alors vous cherchez : sur Internet, sur YouTube. Une première vidéo vous parle d'indicateurs. La suivante vous explique que les indicateurs ne servent à rien et qu'il faut regarder la liquidité. Une troisième vous parle de psychologie, une quatrième de la meilleure stratégie du moment. Au bout de quelques jours, vous avez vingt onglets ouverts, trois notions contradictoires, et vous ne savez plus par où commencer.

C'est le problème numéro un des débutants, et ce n'est pas un manque d'intelligence : c'est ce qui arrive à tout le monde. Il y a énormément d'informations, elles se contredisent, et personne ne vous dit dans quel ordre les utiliser.

Ce guide fait donc deux choses :

1

Il vous donne **l'ordre des étapes**, de la première heure jusqu'au premier euro risqué.

2

Il vous apprend à **filtrer**, pour ne plus vous noyer à chaque nouvelle vidéo.

Votre objectif en trading est de gagner de l'argent, c'est normal et c'est légitime. Mais il existe de nombreuses méthodes pour y arriver, et aucune n'est « la bonne » dans l'absolu. Le plus important est de trouver **une méthode qui vous parle à vous**, puis de vous y tenir.

“

Ce n'est pas un manque d'intelligence : c'est ce qui arrive à tout le monde.

CHAPITRE 01

Ne vous noyez pas dans le flux d'informations

01

Pourquoi on se noie

Quand on débute, tout paraît important. Chaque vidéo présente son approche comme la clé, et chaque nouvelle approche donne l'impression que la précédente était fausse. Résultat : on change de méthode toutes les semaines, on n'en maîtrise aucune, et on conclut que « le trading, c'est trop compliqué ».

Le problème n'est presque jamais la méthode. C'est de ne pas prendre le temps de la comprendre avant de la juger.

La solution en deux temps

Premier temps : explorer. Au début, il est utile de découvrir les différentes écoles d'analyse qui existent : les indicateurs (RSI, MACD, moyennes mobiles), les supports et résistances, la lecture de la pression acheteuse et vendeuse, ou encore le SMC et l'ICT (deux noms pour la même approche, qui s'intéresse à la structure de marché et aux zones de liquidité). Chacune répond à une question différente. Prenez le temps de comprendre à quoi elles servent.

Deuxième temps : choisir, puis brider ses recherches. Une fois que vous avez une vue d'ensemble, choisissez la méthode qui vous parle, celle que vous comprenez et qui correspond à votre façon de voir un graphique. Ensuite, **centrez-vous uniquement sur elle.** Vous ne cherchez plus de nouvelles méthodes : vous approfondissez celle-ci. C'est ce qui vous évite de vous noyer à chaque nouvelle vidéo.

Pourquoi il faut savoir s'arrêter

La phase d'exploration a une fin. Une fois votre méthode choisie, **oubliez les nouvelles méthodes**. Il en existera de nouvelles tous les jours, et si vous courez après chacune, vous ne finirez jamais d'apprendre.

Mieux vaut maîtriser une seule chose « parfaitement » que tout savoir un petit peu. Celui qui connaît dix méthodes à moitié n'en exécute aucune avec assurance. Celui qui en maîtrise une la reconnaît en quelques secondes et l'exécute sans hésiter.

Quand une vidéo vous parle d'une approche différente de la vôtre, vous pouvez la regarder par curiosité, mais vous ne l'appliquez pas. Votre travail, c'est d'approfondir votre méthode, pas d'en ajouter une de plus.

LE CHEMIN EN TROIS MOUVEMENTS

01 • AU DÉBUT

Explorer

Découvrir les écoles d'analyse et comprendre à quoi chacune sert.

02 • ENSUITE

Choisir

Retenir la méthode qui vous parle, celle que vous comprenez.

03 • ENSUITE, TOUJOURS

Approfondir

Briders vos recherches et creuser cette méthode, sans en ajouter.

À RETENIR

Explorez au début, choisissez, puis oubliez les nouveautés.

**Une méthode, un marché, une source principale.
Pas dix.**

CHAPITRE 02

Les étapes pour débuter, dans l'ordre

02

Le chemin, du début à votre premier euro risqué, tient en six étapes. L'ordre compte : sauter une étape est la façon la plus sûre de perdre de l'argent pour rien.

Cette progression est **mesurée et raisonnable**, et c'est voulu. Quand on débute, on fait forcément de grosses erreurs coûteuses : c'est inévitable. L'objectif de ce parcours n'est pas de les éviter à tout prix, mais de les **faire quand elles ne coûtent rien, ou presque** : d'abord sans aucun risque, puis avec un risque réduit, avant de mettre votre propre capital en jeu.

ÉTAPE	CE QUE VOUS FAITES	ARGENT EN JEU
1	Développer vos compétences anticipatoires : comprendre les marchés et lire un graphique	Aucun
2	Choisir votre méthode, votre style et votre marché	Aucun
3	Poser votre cadre de risque	Aucun
4	Vous entraîner sur un compte démo	Aucun
5	Passer par une prop firm (compte d'évaluation)	Des frais connus à l'avance
6	Trader avec votre propre capital	Votre argent

1 ÉTAPE 1 • SANS ARGENT

Développer vos compétences anticipatoires

Je ne conseille pas de risquer de l'argent au début. La priorité est de développer vos **compétences anticipatoires** : votre capacité à anticiper les mouvements du prix. Elle passe par la **lecture graphique** : comprendre qui achète, qui vend, et pourquoi le prix bouge. C'est ce qui fait la différence entre quelqu'un qui devine et quelqu'un qui comprend.

L'outil : je conseille **TradingView**, la plateforme d'analyse que la plupart des traders utilisent. Elle permet de se connecter à de nombreux courtiers, donc vous n'aurez pas à changer d'outil en cours de route. Rien de payant n'est nécessaire pour commencer.

La routine : une heure par jour, avec une prise de notes. À la fin de votre heure, écrivez trois lignes : ce que j'ai observé aujourd'hui, ce que je n'ai pas compris, et ce que je veux vérifier demain. Le week-end, reprenez vos notes de la semaine : soulignez ce qui est devenu clair et listez les questions restées sans réponse. Ce sont elles qui comptent.

À ce stade, ne passez aucun ordre. Selon l'ESMA, entre 74 % et 89 % des comptes de particuliers perdent de l'argent sur les produits à effet de levier : commencer en réel sans comprendre ce que l'on fait, c'est se placer d'emblée dans cette majorité.

2 ÉTAPE 2 • SANS ARGENT

Choisir votre méthode, votre style et votre marché

La méthode. Voir le chapitre 1 : explorez, choisissez, puis bridez.

Le style. Scalping, day trading ou swing trading : le vrai critère de choix n'est pas votre personnalité, c'est le temps dont vous disposez réellement. Quelqu'un qui n'a qu'une heure le matin ne fera pas les mêmes choix que quelqu'un qui peut surveiller les marchés toute la journée.

Le marché. Tout dépend de la personne. Si vous visez le scalping, je conseille les **indices américains**, qui sont intéressants pour ça. Et pour quelqu'un qui trade les futures, je conseille le **MNQ** (Micro NQ) plutôt que le NQ, qui est beaucoup plus risqué : à stop égal, le NQ demande dix fois plus de capital pour rester dans la même limite de risque.

3 ÉTAPE 3 • SANS ARGENT

Poser votre cadre de risque

C'est l'étape que presque tous les débutants sautent, et celle qui compte le plus. Avant même de passer un ordre en démo, écrivez les règles qui vous protègent. Six règles suffisent :

- 1 La perte maximale par trade.** Un montant précis, connu avant d'entrer. Pour un débutant, jamais plus de 1 % du capital, et souvent moins au début (autour de 0,5 %).
- 2 La taille de position.** Elle se déduit de la perte maximale et de la distance du stop. Au début, un seul contrat MNQ.
- 3 La perte maximale par jour** (puis par semaine et par mois), en montant et en nombre de trades perdants, avec une limite de gain aussi.
- 4 Le nombre de trades maximum par séance.**
- 5 Les heures autorisées, et surtout les heures interdites** (par exemple, jamais de position ouverte dans les minutes qui précèdent une news à fort impact comme le NFP, le CPI ou le FOMC).
- 6 La règle d'arrêt :** une pause obligatoire après une perte (5 à 15 minutes pour un scalpeur), et une réduction du risque après une série de gains.

Pourquoi 1 % et pas 15 ou 20 % ? Parce que les pertes se cumulent de façon disproportionnée :

SÉRIE DE PERTES	CAPITAL RESTANT	GAIN NÉCESSAIRE POUR REVENIR À 100 %
2 pertes de 15 %	72 %	+38 %
3 pertes de 15 %	61 %	+63 %
2 pertes de 20 %	64 %	+56 %
3 pertes de 20 %	51 %	+95 %

Après trois pertes de 20 %, il ne reste que la moitié du capital, et il faut presque le doubler pour revenir au départ.

La feuille à remplir, à la fin de ce guide (page 20), reprend ces six règles. Imprimez-la, remplissez-la, affichez-la.

4 ÉTAPE 4 · SANS ARGENT

Le compte démo

Le compte démo n'est pas un jeu : c'est là que vous développez ce que j'appelle les **compétences anticipatoires**. Repérer un scénario avant qu'il se produise, décider de votre taille et de votre stop avant d'entrer, accepter une perte sans changer de plan. Tout cela s'apprend sans mettre d'argent en jeu.

Ce que vous devez faire en démo :

- **Écrire un plan avant chaque trade** : le setup et le niveau d'entrée, le stop et l'objectif, la taille de position. Si vous ne pouvez pas l'écrire, vous ne prenez pas le trade.
- **Tenir un journal**. Noter le résultat ne suffit pas : notez la raison pour laquelle vous êtes entré. C'est ce qui vous permet de tirer une leçon d'un trade, qu'il soit gagnant ou perdant.
- **Respecter votre cadre de risque**, comme si c'était de l'argent réel.

Le signal pour passer à l'étape suivante n'est pas une date : c'est que vos règles sont écrites et que vous les tenez.

Mon plan, avant le trade

À RECOPIER DANS VOTRE JOURNAL

SETUP

NIVEAU D'ENTRÉE

TAILLE DE POSITION

STOP

OBJECTIF

POURQUOI J'ENTRE

RÉSULTAT ET LEÇON

5 ÉTAPE 5 • DES FRAIS CONNUS À L'AVANCE

La prop firm

Une prop firm est une bonne étape entre le simulateur et votre propre capital. Le principe : vous payez des frais pour passer une évaluation sur un compte de simulation fourni par la firme, avec un objectif de gain et des règles à respecter. Si vous réussissez, vous accédez à un compte dit « financé ».

L'intérêt : un environnement plus proche du réel, sans risquer une somme qui vous pousserait à parier. Ce que vous risquez, ce sont vos frais d'évaluation, connus à l'avance. Parmi mes élèves qui tradent les futures, la grande majorité passe par Apex ou Topstep. Je n'ai aucun lien d'affiliation avec elles : je ne touche rien si vous vous inscrivez. Les règles, les prix et les conditions évoluent régulièrement, donc consultez toujours la page officielle avant de vous engager.

Deux points d'honnêteté. C'est plus compliqué que de trader librement, parce que vous tradez sous les contraintes de la firme. Et n'en faites pas votre revenu : si le compte est clôturé, les revenus s'arrêtent avec lui. L'ordre à respecter : d'abord une stratégie écrite, ensuite la prop firm, puis éventuellement votre propre capital.

6 ÉTAPE 6 • VOTRE ARGENT

Votre propre capital

Voici ce que je conseille sur le capital. Dans un premier temps, **concentrez-vous sur votre compétence à prédire des mouvements**. Le capital vient après. Une fois que vos compétences sont créées et que vous avez une stratégie claire et structurée, vous pouvez commencer à prendre de premiers risques, par exemple avec un premier compte de 2 000 €.

Et rien ne vous empêche, ensuite, d'ajouter de l'argent sur ce compte au fil du temps, à mesure que votre régularité se confirme. Commencer petit n'est pas une faiblesse : c'est ce qui vous laisse le temps d'apprendre sans qu'une erreur vous coûte cher.

UNE SEULE RÈGLE SUR LE MONTANT

Ne déposez que de l'argent dont la disparition complète ne changerait rien à votre mois.

Si ce montant est zéro aujourd'hui, ce n'est pas un problème : on reste en démo, puis en prop firm, le temps qu'il faut.

Avec 2 000 €, comme l'explique le calcul de la taille de position, un contrat MNQ et un stop de 10 points représentent environ 20 \$ de risque par trade, soit 1 % du capital. C'est cohérent avec la règle de départ.

CHAPITRE 03

Votre programme des 30 premiers jours

03

Ce programme vous donne une direction pour vos 30 premiers jours. Il ne vous fait pas gagner d'argent en un mois : son but est de vous amener, au 30e jour, avec des bases solides et une première stratégie écrite, prête à être testée en démo.

Les règles du programme

- **Une heure par jour.** C'est le bon rythme pour commencer. Si vous pouvez en consacrer un peu plus, c'est toujours bénéfique, mais attention : ne cherchez pas à aller trop vite. Beaucoup de débutants font trop d'heures dès le début, s'épuisent, et se découragent en quelques jours. La régularité compte plus que la durée.
- **Trois lignes de notes chaque jour :** ce que j'ai observé, ce que je n'ai pas compris, ce que je vérifie demain.
- **Un retour sur vos notes chaque week-end :** ce qui est devenu clair, et les questions qui restent sans réponse.
- **Aucun argent en jeu** pendant ces 30 jours.

LE MOIS EN UN COUP D'ŒIL

SEMAINE 1

Les bases de lecture

SEMAINE 2

Des concepts un peu plus complexes

SEMAINE 3

Imbriquer les concepts avec les unités de temps

SEMAINE 4

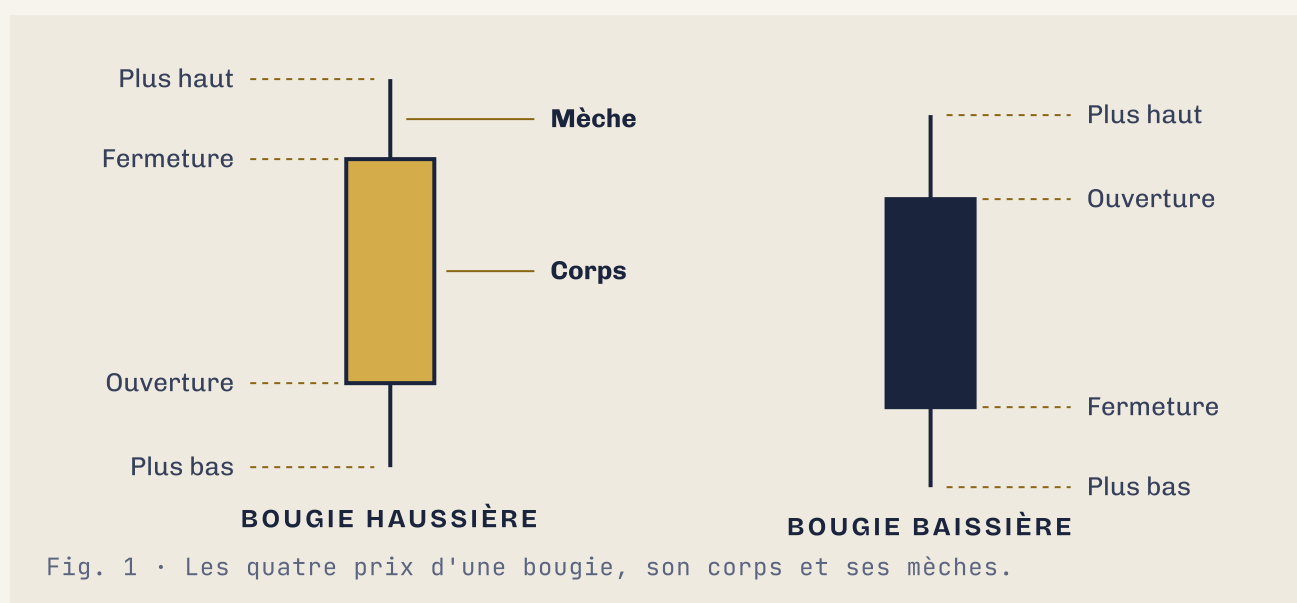
Réfléchir à votre stratégie, sur papier

SEMAINE 1

Les bases de lecture

Au début, ne cherchez pas encore à trader. Cherchez à **comprendre les outils** que vous allez utiliser pour analyser, en allant du plus simple au plus complexe. Dans tous les cas, on commence par la même chose.

1. La bougie japonaise. Avant tout concept, comprenez bien comment une bougie est composée : son ouverture, sa fermeture, son plus haut et son plus bas, et ce que le corps et les mèches vous disent de la bataille entre acheteurs et vendeurs. Tout le reste de l'analyse repose sur elle. Ne passez pas à la suite tant que vous ne savez pas lire une bougie sans hésiter.



2. Les supports et les résistances. Ce sont des concepts simples, qui servent à repérer des **niveaux d'interaction** : les zones où le prix a déjà réagi dans le passé, et où il peut réagir à nouveau. C'est la première façon de donner du relief à un graphique.

3. Les indicateurs. Eux aussi font partie des concepts simples pour débiter : ils facilitent la lecture du graphique. Choisissez-en peu, comprenez ce que chacun mesure, et n'en empilez pas : un graphique surchargé rend la lecture plus difficile, pas plus facile.

À LA FIN DE LA SEMAINE 1, VOUS DEVEZ POUVOIR

Décrire n'importe quelle bougie, placer des niveaux de support et de résistance sur un graphique, et expliquer ce que vos indicateurs vous montrent.

SEMAINE 2

Des concepts un peu plus complexes

Une fois les bases solides, vous pouvez aller plus dans le détail avec des concepts plus complexes :

- **La liquidité** : les zones où se trouvent des ordres que le prix peut aller chercher.
- **Les fair value gaps** : des déséquilibres laissés par le prix, que celui-ci peut revenir tester.
- **Le fondamental** : les publications et les événements (NFP, CPI, FOMC...) qui font bouger le marché, et la façon dont ils influencent les mouvements.

L'objectif n'est pas de les connaître de nom, mais de **savoir les repérer sur un vrai graphique** et d'expliquer, avec vos mots, à quoi ils servent. Prenez-les un par un : un concept à la fois, appliqué sur plusieurs graphiques, avant de passer au suivant.

À LA FIN DE LA SEMAINE 2, VOUS DEVEZ POUVOIR

Ouvrir un graphique que vous n'avez jamais vu, y repérer ces concepts, et expliquer ce qu'ils vous disent.

SEMAINE 3

Imbriquer les concepts avec les unités de temps

Une fois les concepts maîtrisés, vous les combinez avec **plusieurs unités de temps**. On part d'une unité de temps élevée pour construire une vision à plus long terme, puis on descend vers des unités plus petites pour gagner en précision.

Vue d'ensemble



Unités intermédiaires



Zone d'entrée précise

C'est cette structure qui donne une approche cohérente : la vue d'ensemble vous dit où vous êtes, et les petites unités de temps vous permettent d'affiner jusqu'à une zone d'entrée très précise. C'est ce qu'on appelle faire du *sniping*.

Entraînez-vous sur des graphiques passés puis sur le marché en cours, sans passer d'ordre : à chaque analyse, notez votre lecture sur l'unité de temps élevée, puis sur les plus petites.

À LA FIN DE LA SEMAINE 3, VOUS DEVEZ POUVOIR

Partir d'une analyse longue et la raffiner pas à pas jusqu'à un niveau précis.

SEMAINE 4

Réfléchir à votre stratégie, sur papier

C'est seulement maintenant qu'on parle de stratégie. Parmi les concepts que vous avez appris, **lesquels aimez-vous utiliser ?** Et surtout, **pourquoi** celui-là plutôt qu'un autre, et **à quel moment** ? Une stratégie, ce n'est pas une liste de concepts, c'est un enchaînement : dans quelle situation je cherche un trade, quel concept me le signale, où j'entre, où je place mon stop, où je sors.

UNE STRATÉGIE EST UN ENCHAÎNEMENT



Écrivez cette stratégie sur papier. Puis posez votre **cadre de risque** (voir la feuille à la fin de ce guide) : perte maximale par trade, taille de position, limites par jour, heures autorisées.

Une fois votre stratégie écrite et votre cadre de risque rempli, vous pouvez faire vos **premiers tests sur un compte démo**, avec un plan écrit avant chaque trade et un journal où vous notez la raison de chaque entrée.

À LA FIN DE LA SEMAINE 4, VOUS DEVEZ AVOIR

Une stratégie écrite, un cadre de risque rempli, et vos premiers trades de démo notés dans un journal.

LIVRABLE 1

Stratégie écrite

LIVRABLE 2

Cadre de risque rempli

LIVRABLE 3

Journal de démo

BILAN DU 30E JOUR

Où en êtes-vous ?

JE PEUX...



- | | | |
|----|---|--------------------------|
| 01 | Décrire une bougie japonaise (ouverture, fermeture, corps, mèches) | ☐ |
| 02 | Placer des supports et des résistances, et utiliser mes indicateurs pour faciliter la lecture | ☐ |
| 03 | Repérer sur un graphique la liquidité et les fair value gaps | ☐ |
| 04 | Expliquer l'effet d'une news importante sur le marché | ☐ |
| 05 | Faire une analyse du long terme vers le court terme | ☐ |
| 06 | Expliquer pourquoi j'utilise tel concept plutôt qu'un autre, et à quel moment | ☐ |
| 07 | Montrer ma stratégie écrite sur papier | ☐ |
| 08 | Montrer ma feuille de cadre de risque remplie | ☐ |
| 09 | Montrer mes premiers trades de démo, avec le plan et la raison de chaque entrée | ☐ |

Si vous cochez la plupart des cases, vous avez fait un vrai premier pas. Sinon, ce n'est pas un échec : prenez une semaine de plus. **Ce qui compte, c'est la solidité des bases, pas la vitesse.**

APRÈS LES 30 JOURS

La suite du parcours

Les 30 jours vous amènent aux premiers tests. La suite se fait à votre rythme, étape par étape :

1

SIMULATION

Continuer en démo

Jusqu'à obtenir des résultats positifs sur la durée, pas sur quelques trades.

2

ÉVALUATION

Passer par une prop firm

Une fois ces résultats confirmés. Les risques deviennent plus intéressants : on se rapproche du trading réel, avec la possibilité d'avoir des gains si l'on respecte les règles de la firme, sans prendre énormément de risques.

3

CAPITAL PERSONNEL

Passer en compte réel

Si, sur la prop firm, vous constatez que votre structure du risque est bonne.

Chaque étape se mérite par la précédente.

C'est ce qui vous permet de faire vos erreurs là où elles coûtent le moins.

CHAPITRE 04

Les questions qu'on se pose quand on débute

04

Q. Je me noie dans les informations, par où commencer ?

Choisissez une méthode et un marché, puis bridez vos recherches. Voir le chapitre 1.

Q. Quel capital pour commencer ?

Au début, aucun : on se concentre sur la compétence, en démo. Une fois la stratégie claire et structurée, un premier compte de 2 000 € peut suffire pour prendre de premiers risques, que l'on complète ensuite progressivement. Et ne déposez jamais d'argent dont la disparition changerait votre mois.

Q. Peut-on débiter avec un petit capital ?

Oui, à condition de trader en micro-contrats (MNQ) et d'accepter des tailles très petites. Le capital de départ compte moins que la taille relative de vos positions.

Q. Quelle plateforme utiliser ?

TradingView, pour l'analyse. Elle se connecte à de nombreux courtiers.

Q. Simulation ou compte réel ?

Simulation d'abord, ensuite prop firm, puis compte personnel. Ne risquez pas d'argent tant que vos règles ne sont pas écrites et tenues.

Q. Quel marché choisir ?

Pour le scalping, les indices américains. Pour les futures, le MNQ plutôt que le NQ.

Q. Combien de temps par semaine ?

Comptez environ une heure devant les graphiques et une heure de relecture, en plus des séances si vous êtes accompagné. Si vous ne pouvez pas dégager ce temps, il faut adapter le marché et l'unité de temps, ou ne pas commencer.

Q. En combien de temps serai-je rentable ?

Je n'en sais rien, et personne n'en sait rien. Une majorité de particuliers perd de l'argent sur ces produits : c'est le point de départ. Ce qui se mesure en quelques semaines, en revanche, c'est la clarté de vos règles et votre capacité à les tenir.

Q. Faut-il suivre des signaux ?

Non. Un signal vous dit quoi faire sans vous expliquer pourquoi. Vous ne progressez pas, et vous restez dépendant de la personne qui l'envoie.

Q. Faut-il un formateur ?

Ce n'est pas obligatoire, mais c'est ce qui fait gagner le plus de temps. Seul, on peut répéter la même erreur pendant six mois sans réussir à la nommer. Un retour extérieur la corrige en quelques heures.

Q. Comment éviter les arnaques ?

Trois signes d'alerte : une formation chère, identique pour tous, sans suivi personnel ni réponse à vos questions ; une promesse de gains rapides ; des avis que vous ne pouvez pas vérifier. Et demandez toujours un cours d'essai ou un échange avant de vous engager.

Q. Combien de séances avant de sentir une différence ?

En général, les premières corrections apparaissent entre la 3e et la 5e séance. Ça dépend surtout de votre régularité entre les séances.

”

Ce qui se mesure en quelques semaines, c'est la clarté de vos règles et votre capacité à les tenir.

CHAPITRE 05

Les cinq erreurs qui coûtent cher

05

01**Trader en réel trop tôt.**

On paie pour apprendre, au lieu d'apprendre gratuitement.

02**Suivre des signaux sans comprendre pourquoi le trade est pris.**

On reste dépendant, et on n'apprend rien.

03**Changer de méthode toutes les semaines.**

C'est la conséquence directe du flux d'informations : aucune méthode n'est jamais maîtrisée.

04**Choisir sa taille de position au feeling.**

Elle varie selon l'humeur, la conviction du moment, la série récente.

05**Trader sans plan écrit.**

Si une fois en position vous ne savez plus justifier pourquoi vous êtes entré, ce trade était improvisé, même s'il est gagnant.

Votre feuille de cadre de risque

6 RÈGLES

À imprimer, remplir, signer et afficher à côté de votre écran. Les valeurs entre parenthèses sont des exemples : remplacez-les par les vôtres.

NOM :	DATE :	MON CAPITAL :	€
N°	RÈGLE	MA VALEUR	
1	Perte maximale par trade	_____ € (ex. 20 €, soit 1 % de 2 000 €)	
2	Taille de position	_____ contrat(s) (ex. 1 MNQ)	
3a	Perte maximale par jour	_____ € et _____ trades perdants (ex. 40 € et 2 trades)	
3b	Perte maximale par semaine	_____ €	
3c	Perte maximale par mois	_____ €	
3d	Limite de gain par jour	_____ € et _____ trades gagnants	
4	Nombre de trades maximum par séance	_____ (ex. 1)	
5a	Heures autorisées (heure de New York)	de _____ à _____	
5b	Heures interdites	_____ (ex. avant NFP, CPI, PPI, FOMC)	
6a	Pause après une perte	_____ minutes	
6b	Après une série de gains	je réduis mon risque à _____	
6c	Quand ma limite est atteinte	j'arrête et je _____	

MON ENGAGEMENT

Je n'ouvre aucune position tant que cette feuille n'est pas remplie, signée et affichée. Si je dois changer une valeur, je le fais en dehors des heures de marché, jamais pendant la séance.

SIGNATURE

POUR LA SUITE

ET MAINTENANT ?

Vous avez maintenant l'ordre des étapes, de quoi filtrer le flux d'informations, et un cadre de risque à remplir. **Le plus dur n'est pas de comprendre : c'est de s'y tenir seul, et de voir ses propres erreurs.** On peut répéter la même pendant six mois sans jamais réussir à la nommer.

C'est ce qu'un cours particulier règle en quelques heures, parce que quelqu'un regarde ce que vous faites pendant que vous le faites.

SI VOUS VOULEZ EN PARLER

Un appel découverte de 30 minutes, gratuit et sans engagement

On regarde où vous en êtes, le temps dont vous disposez réellement, et par quoi commencer concrètement. Si je pense que ce n'est pas le bon moment pour vous, je vous le dirai pendant l'appel.

40 €l'heure de cours
particulier**34 €**

l'heure en pack de 10 h

Sans

obligation de forfait

Pas de signaux, pas de gestion de compte, pas de promesse de rendement.

Réserver un appel découverte →calendly.com/samuel-obaacademy/30min**OBA** ACADEMYwww.obaacademy.fr · Samuel Obadia

Avertissement : le trading d'instruments à effet de levier comporte un risque élevé de perte rapide en capital. Une majorité de comptes d'investisseurs particuliers perd de l'argent. OBA Academy dispense exclusivement de la formation : aucun conseil en investissement personnalisé, aucune gestion de compte, aucun signal, aucune promesse de rendement. Les performances passées ne préjugent pas des performances futures.