

Gezond met geld

Zo doe je dat



Uitkomen met je inkomen
in duidelijke stappen

Gezond met geld

Zo doe je dat

Tineke Post

Uitgeverij Gelderland

VOORWOORD

Crisis in Europa – crisis in Nederland.

Bezuinigen, bezuinigen We merken het in onze portemonnee. Iedereen moet bezuinigen. Het wordt zo gemakkelijk gezegd, maar hoe doe je dat? Hoe kun je bezuinigen en controle houden over je geld tegelijkertijd?

Dit boek helpt je gezond met je geld om te gaan en te bezuinigen. Doe mee en ervaar zelf de volgende voordelen:

- Weten waar je geld blijft.
- Minder vaak rood staan.
- Je vakantiegeld echt aan vakantie kunnen besteden.
- Minder zorgen, beter slapen.
- Minder afhankelijk van anderen en schulden voorkomen.
- Goed gevoel omdat je gezond met geld omgaat.
- Reserveren en sparen, je droom eindelijk haalbaar maken.

In dit boek vind je allerlei nuttige en interessante informatie, leuke bezuinigingstips en budgetrecepten. Tussendoor staan enkele opdrachten die je kunt uitvoeren. In verschillende stappen leer je je financiële administratie overzichtelijk te archiveren, je eigen kasboek bij te houden en je eigen budgetplan te maken. Je hoeft misschien niet alle opdrachten te doen, omdat je zelf al het een en ander bijhoudt. Benut deze kans dan om jouw financiële administratie waar mogelijk te verbeteren.

Wil je liever niet alleen je financiële administratie opzetten? Informeer dan vrijblijvend naar de mogelijkheden om dit met behulp van persoonlijke coaching te realiseren. Meer informatie op www.gezondmetgeld.nl

INLEIDING

Voor wie is dit boek bedoeld?

Voor jou, ...

- ... als je zelfstandig je financiën wilt regelen op een gezonde manier en wilt bezuinigen en sparen.
- ... als je moeite hebt je aan te passen aan de nieuwe financiële situatie waarin je terecht bent gekomen, bijvoorbeeld door verlies van baan, echtscheiding, minder salaris, onvoorziene uitgaven.
- ... als je niet weet of je wel alle toeslagen en rechten benut die Nederland biedt. Ook al denk je er geen recht op te hebben, je kunt misschien toch toeslagen ontvangen.
- ... als je voldoende inkomen hebt, maar toch niet weet waar je geld blijft.
- ... als je niet zo sterk in je schoenen staat en een steuntje in de rug kunt gebruiken waardoor je verstandiger met geld omgaat.

Voor wie is dit boek niet bedoeld?

Als je in een *problematische schuldensituatie* terecht bent gekomen en je de aflossingen van je schulden niet meer kunt betalen, is dit boek niet voldoende om je te helpen. Als het ernaar uit ziet dat je je schulden ook in de toekomst niet kunt aflossen, heb je dringend hulp nodig van derden, om uit je financiële zorgen te komen. Zoek hulp! Dit kan via de gemeente of een instantie op het vlak van maatschappelijk werk. Er zijn ook zelfstandige schuldhulpverleners en organisaties.



1 MAAK AFSPRAKEN MET JEZELF EN BEPAAL JE DOEL

Om succes te behalen, is het belangrijk dat je eerlijk en consequent aan de slag gaat. Een goed begin is het halve werk, maar die andere helft van dat werk hoort er zeker bij. Met andere woorden: doorzettingsvermogen en je nieuwe financiële gedrag volhouden zijn twee belangrijke factoren voor een succesvol financieel evenwicht.

Begin met na te denken over jouw startdatum van gezond(er) met geld om te gaan en spreek met jezelf af dat je vanaf die datum minimaal zes weken de opdrachten in dit boek uitvoert. Pas dan kun je inzicht krijgen in je inkomsten en uitgaven. Je kunt ervoor kiezen het alleen en zelfstandig te doen, maar je kunt natuurlijk ook - indien de situatie zich voordoet - samen met je huisgenoot of partner de stappen uitvoeren. *Later in dit boek wordt gevraagd je startdatum te noteren op een invulblad.*

Vervolgens bepaal je waar je naar toe wilt werken. Waarom heb je dit boek gekocht? Wat wil je bereiken op financieel gebied? Kies je eigen doel.

Voorbeelden van financiële doelen:

- Ervoor zorgen dat ik niet meer uitgeef dan ik ontvang.
- Voorkomen van roodstand op de bank.
- Minder geldzorgen en beter slapen.
- Leren budgetteren en sparen.
- Niet afhankelijk zijn van een ander.
- Eindelijk een keer op vakantie.
- Een andere auto bij elkaar sparen.
- Een studiepote voor mijn kind sparen.

Je kunt zelf iets anders en persoonlijkers bedenken, als je maar bepaalt waarom je deze weken aan je administratie werkt. Motiveer jezelf en kies een doel waar je 100 procent voor wilt gaan.

Schrijf *nu* op het eerste invulblad bij budgetweek 1 wat jouw doel is (**Mijn uitgaven**)

Dit is mijn startweek van Gezond met geld omgaan
Mijn doel is:

.....
.....

budgetweek 1 **maand:** **jaar:** **weeknr.:**

maandag

.....
dinsdag

.....
woensdag

.....
donderdag

.....
vrijdag

.....
zaterdag

.....
zondag

Post ontvangen? Sorteert en archiveert deze en betaalt rekeningen op tijd.

Gezond met geld - Zo doe je dat

KASBOEK	Mijn uitgaven	omschrijving
	pin of contant	
maandag	€	
	€	
	€	
	€	
dinsdag	€	
	€	
	€	
	€	
woensdag	€	
	€	
	€	
	€	
donderdag	€	
	€	
	€	
	€	
vrijdag	€	
	€	
	€	
	€	
zaterdag	€	
	€	
	€	
	€	
zondag	€	
TOTAAL	€	

MIJN MAANDOVERZICHT-1

Inkomsten:	bedrag per maand
salaris	€
salaris partner	€
uitkering	€
AOW	€
pensioen	€
alimentatie	€
kinderbijslag	€
zorgtoeslag	€
huurtoeslag	€
kindgebonden budget	€
kinderopvangtoeslag	€
andere inkomsten:	€
Totaal inkomsten	€
Af: totaal vaste lasten/uitgaven	€
Mijn verschil:	€



Tip: Als je geen of nauwelijks verschil hebt tussen inkomsten en uitgaven, heb je een gezond bestedingspatroon. Controleer wel of je voldoende reserveringsuitgaven hebt staan bij de uitgavenkant.



Tip: Als je verschil negatief is, geef je meer uit dan je inkomsten toelaten. Er zal aan de uitgavenkant geschrapt moeten worden.



Tip: Als je verschil positief is, heb je meer inkomsten dan je uitgeeft. Het is verstandig om je reserveringsuitgaven te verhogen of een extra spaarbedrag bij de uitgaven te vermelden.

Vaste lasten /uitgaven:	bedrag per maand
huishouduitgaven/boodschappen (uit je kasboek) ..	€
huur of hypotheek	€
energiekosten (elektriciteit, gas)	€
water	€
tv-kabel/internet	€
telefoon vast of mobiel	€
gemeentelijke belastingen	€
ziektelastenverzekering	€
brandinboedelverzekering	€
AVP-verzekering (= aansprakelijkheidsverzekering voor particulieren)	€
levensverzekering	€
uitvaartverzekering	€
andere verzekering	€
motorrijtuigenbelasting	€
auto verzekering WA/allrisk	€
auto brandstof (gemiddeld per maand)	€
auto afbetaling/afschrijving	€
auto onderhoud /apk	€
vervoerskosten	€
abonnementen/contributies	€
krant, tijdschriften, sportvereniging, enz	€
school/studiekosten	€
kinderopvang/peuterspeelzaal	€
alimentatie	€
aflossing schuld	€
kleding	€
reserveringen	€
andere vaste lasten:	€
Totaal vaste lasten/uitgaven	€.....

MIJN NIEUWE MAANDOVERZICHT-2 (budgetplan)

Inkomsten:	bedrag per maand
salaris	€
salaris partner	€
uitkering	€
AOW	€
pensioen	€
alimentatie	€
kinderbijslag	€
zorgtoeslag	€
huurtoeslag	€
kindgebonden budget	€
kinderopvangtoeslag	€
andere inkomsten:	€
Totaal inkomsten	€
Af: totaal vaste lasten/uitgaven	€
Mijn verschil:	€



Tip: Als je je nieuwe maandoverzicht (budgetplan) goed hebt ingevuld, heb je nauwelijks tot geen verschil tussen inkomsten en uitgaven en heb je bij reserveringen minimaal 5 procent van je inkomsten vermeld. Misschien heb je zelfs een spaarbedrag kunnen toevoegen.



Tip: Je hebt nu een goede basis om gezond met geld om te gaan en je mag trots zijn op jezelf.

Vaste lasten /uitgaven:	bedrag per maand
huishouduitgaven/boodschappen (uit je kasboek) ..	€
huur of hypotheek	€
energiekosten (elektriciteit, gas)	€
water	€
tv-kabel/internet	€
telefoon vast of mobiel	€
gemeentelijke belastingen	€
ziektelastenverzekering	€
brandinboedelverzekering	€
AVP-verzekering (= aansprakelijkheidsverzekering voor particulieren)	€
levensverzekering	€
uitvaartverzekering	€
andere verzekering	€
motorrijtuigenbelasting	€
auto verzekering WA/allrisk	€
auto brandstof (gemiddeld per maand)	€
auto afbetaling/afschrijving	€
auto onderhoud /apk	€
vervoerskosten	€
abonnementen/contributies	€
krant, tijdschriften, sportvereniging, enz	€
school/studiekosten	€
kinderopvang/peuterspeelzaal	€
alimentatie	€
aflossing schuld	€
kleding	€
reserveringen	€
andere vaste lasten:	€
Totaal vaste lasten/uitgaven	€