

# Geld plannen maken

---

Ik heb aan het eind van mijn geld vaak een stuk maand over. Herken je dit? Dat je niet goed weet waar je geld blijft en wat je beter wel/niet kan kopen.

Een budgetplan maken, kan je daarbij helpen. Het geeft je inzicht in je vaste lasten en andere uitgaven. Ook ga je met een budgetplan zelf onderzoeken: waar heb ik misschien nog meer recht op? Welke regelingen zijn er die mij meer inkomen kunnen geven? Geef ik teveel, precies genoeg of weinig uit? Wat hou ik over en waarop kan ik (be)sparen?

Zeker inde schuldsanering wordt altijd met een budgetplan gewekt, maar het is ook een **handig middel voor iedereen die meer grip wil krijgen over zijn uitgaven**. Je kunt dan ook beter zien: waar wil/ kan ik op besparen en hoe doe ik dat?

Kortom: een budgetplan geeft je vaak meer financiële regie en vrijheid.

**Tip:** verdeel je dagelijks/wekelijkse lopende **boodschap kosten** over **5 weken** i.p.v. 4. Dan bespaar je makkelijker op de boodschappen omdat je dat bewust minder geld per week mag besteden van je zelf.

Voorbeeld: Ik heb bijvoorbeeld afgelopen maand 300 euro uitgegeven aan eten. Dat weet ik omdat dit in mijn Excel overzicht staat dat ik heb gemaakt, met de informatie uit mijn huishoudboekje en bankafschriften.

De uitdaging voor de komende maand: wat kan ik per week uitgeven? 300 euro gedeeld door 5 weken = 60 euro per week. Mijn Budgetplan (aanpak) wordt dan: De komende maand mag ik maar 60 euro maximaal uitgeven per week.

Dit doe ik door per week een budgetplan te maken: hoe koop ik voortaan de boodschappen? Ik spreek dan het volgende met mijzelf af:

- Een **week menu** te maken zodat ik weet wat ik wil koken
- **Om en om** restjesdagen in te plannen: een keer koken en twee keer van eten
- Aan het einde een **diepvriesweek** in te plannen: ik eet mijn vriezer dan leeg (handig als je tussen de 15<sup>de</sup> -25<sup>ste</sup> weinig leef geld hebt)
- Te koken met de **seizoenen** mee; dus geen aardbeien in december

- Alles wat ik wil eten (wat is op en wat heb ik nodig om de komende week te kunnen koken ) op een **boodschappenbriefje** te schrijven om te voorkomen dat ik te veel koop.
- Dit briefje in mijn **portemonnee mee nemen** voor vertrek naar de markt/supermarkt (als geheugensteun: wat moet ik minimaal kopen. Ik vergeet dan minder en doe minder impuls aankopen)
- Per week **contant** 25 euro in mijn portemonnee doen voor de markt en geen pasje meenemen op de markt (zakkenroller zijn altijd actief).
- Voor **25 euro** boodschappen te doen op de **markt** op donderdag tegen sluitingstijd.
- Dan ruimen de marktlieden hun kraam op en willen ze graag **korting geven** op de boodschappen.
- Op maandag ochtend **na het eten** (dan heb je minder honger en voorkom je impuls aankopen) haal ik de andere boodschappen die op het briefje staan in de **supermarkt**.
- Ik mag dan **20 euro** uitgeven met de leefgeld pas waar ik al mijn boodschappen betaal.
- Per week 3 verschillende groenten uit de aanbieding en max 2 verschillend vlees te kopen
- Ik **scan** daarom mijn boodschappen zodat ik precies kan zien hoeveel er al in mijn mandje ligt.
- Wat hou ik dan over voor onverwachte/noodzakelijke uitgaven? Ik heb deze week uitgegeven: 60-25 markt -20 super = 45 aan eten. Ik hou dus 15 euro over voor onvoorzien **noodzakelijke** boodschappen /uitgaven achter de hand (sparen) voor die week.
- Als ik thuiskom; **gelijk op te schrijven** wat ik uit heb gegeven.

**Tip:** doe boodschappen zo veel mogelijk op de fiets: bespaar je op benzine kosten. Alle beetjes helpen.

**Tip:** koop eenmalig op de markt goede grote stevige fietstassen, zodat je makkelijker boodschappen mee kan nemen op de fiets.

**Tip:** koop 2 losse tassen die daar precies inpassen om de boodschappen in te kunnen doen tijdens het winkelen. Je kan dan de boodschappen makkelijker in/uit de fietstassen halen. Ik heb daarvoor tassen gekocht die ik mooi vond in een tuincentrum.

**Tip:** maak het je **simpel, makkelijk en goedkoop**: mijn boodschappenbriefjes schrijf ik op de achterkant van oude A4 prints die anders weggegooid zouden worden. Ik knip/snij deze A4 in 4 stukken (2 keer vouwen) en het stapeltje papier maak ik in een hoekje een gaatje met perforator en bundel ik de stapel met een touwtje/elastiekje aan elkaar. Dit blanco boodschappenlijstje ligt op de keukentafel dicht bij de koelkast met een potlood erbij (dat schrijft altijd).

Pak ik iets uit de koelkast, maak ik iets op en heb ik geen voorraad meer daarvan in huis (bijvoorbeeld houdbare melk, groenten, vleeswaar, pasta, blikvoer) dan schrijf ik het gelijk op het **boodschappen briefje**.

Dan hoef ik als ik boodschappen doe niet meer te denken: heb ik nog wel voorraad daarvan of niet? Maar je kan bijvoorbeeld ook hiervoor de achterkant van oude enveloppen gebruiken. Als je je lijstje voor in je portemonnee maar ergens in de keuken neerlegt in het zicht, zodat je het niet vergeet op te schijven.

## Sparen en geld apart houden voor later

**Tip:** Maak verschillende budgetplannen / spaarpotjes voor:

- De korte/middellange en lange **termijn**: waar ga ik op besparen en met welk doel(en). Bijvoorbeeld van een doel: ik wil graag een huisdier. Aanpak: Daar heb ik nu geen geld voor, maar ik rook wel. Methode: Ik ga proberen om de komende 3 maanden te stoppen met roken. En leg het geld apart. Lukt dit, en spaar ik genoeg, dan kan ik van het gespaarde geld de huisdierkosten betalen voor aanschaf, voer, en mand/riem. En kan ik na 3 maanden een huisdier nemen, omdat ik daar nu geld voor heb gespaard en bezuinigd heb op roken waardoor ik ook in de toekomst voer kan betalen.
- Een **speciaal doel** waarvoor je wilt sparen: bijvoorbeeld 10 euro per maand sparen, om in december geld genoeg gespaard te hebben om sint/verjaardag cadeaus te kunnen kopen voor de (klein)kinderen.
- Dingen die **kapot kunnen gaan** in huis. bijvoorbeeld 50 euro per maand sparen voor vervanging in huis. Denk aan de tv, de computer, de printer, de wasmachine. Allemaal dure dingen waar je niet buiten kan en die ook onverwachts kapot kunnen gaan. Een soort inboedel verzekering voor jezelf; altijd handig!

- **Onverwachte hoge kosten.** Denk bijvoorbeeld aan reparatiekosten voor de auto, schoolkosten die kinderen extra moeten maken voor een schoolreisje, de dieren arts, en aanvullende kosten voor je gezondheid. Een dierenarts kan heel veel geld kosten; ik was laatst 600 euro daaraan kwijt (!) en ik heb geen dieren- of aanvullende tandartsverzekering.

Daarom spaar ik zelf 30 euro per maand voor de kat en 20 euro per maand voor mijn gezondheid/gebit. Als een soort **eigen verzekering** voor mijn huisdier en mijn gezondheid. Een aanvullende verzekering bij een verzekeraar koste voor de kat 20 euro per maand (en die dekte ook niet alles) en een tandarts verzekering koste 18 euro per maand (en die dekte ook niet alles). Door het zelf te sparen per maand, kan ik het ook uitgeven als het nodig is; en voorkom ik schulden bij de dierenarts/tandarts. Mijn vriend spaart voor de autokosten omdat de auto van hem is.

**Tip:** Maak daarin je **eigen keuzes** en bepaal wat en hoeveel je daarvoor kan sparen om onvoorziene uitgaven te voorkomen. Evalueer (half) jaarlijks: spaarbedrag lager, hetzelfde laten of hoger maken? Ik spaar nu 200 euro in de maand totaal voor onvoorzien uitgaven. Dat is 12% van mijn inkomen.

Kijk ook eens op: <https://www.nibud.nl/consumenten/themas/plannen-en-begroten/>

### **Oefening: waar wil je komende maand in veranderen met je uitgaven**

Kijk naar je Excel overzicht met je uitgaven:

- waar wil je volgende maand op besparen?
- Heb je alles nodig?
- Kan je stoppen met iets?
- Waar wil je op gaan besparen volgende maand?
- Hoe pak je dan aan?

Bij een budgetplan kijk je ook naar **je inkomen**. Want anders weet je niet:

- of je meer uitgeeft dan dat je krijgt: zo ontstaan schulden
- Of je evenveel uitgeeft dan dat je krijgt aan inkomen: zo speel je gelijk
- Of je minder uitgeeft dan dat je krijgt aan inkomen: zo spaar je

## Sparen

Sparen is altijd een onderdeel van een goed budgetplan. Al is het maar 10 euro in de week. Dat is dan toch mooi 520 euro extra per jaar. Dit geld kan je bijv.

Sparen door:

- Wekelijks wat je **overhoud** aan boodschappengeld in een glazen potje te doen: je ziet dan geld groeien!
- Sommige uitgaven **niet te doen**: ik koop bijvoorbeeld nooit make-up en ga nooit naar de kapper. Ook kleding koop ik weinig: ik heb toch al een kast vol.....
- Door **automatisch** te sparen: ook toen ik bijstand had, spaarde ik automatisch via de bank 85 euro per maand. Dat ging dan de 25<sup>ste</sup> naar een aparte spaarrekening toe voor noodzakelijke uitgaven (kapotte wasmachine, dierenarts kosten, eigen tandarts kosten bijvoorbeeld) want niemand wil een vuile was, plotseling 600 euro moeten betalen aan de dierenarts en 80 euro aan een kies trekken na kaakontsteking)
- Door je geld **anders** te besteden: niet op vakantie gaan in buitenland, maar bijvoorbeeld vrijwilligerswerk doen in binnen/buitenland en daar dan een vakantie omheen bouwen.
- Door huizen te ruilen als je op vakantie wilt.

Daar ga ik de volgende training verder op in.

## Open 3 rekeningen

- 1 betaal rekening voor je inkomen en vaste lasten: huis, verwarming, verzekeringen
- 1 leefgeld rekening: daar doe je de dagelijkse boodschappen/uitgaven mee betalen
- 1 spaarrekening voor onvoorziene uitgaven waar je iedere maand automatisch via de bank 7-10% van je inkomen op laat zetten de 25<sup>ste</sup>. En waar je alleen bij noodzakelijk /onvoorziene kosten, gebruik van maakt.

**Tip:** houd een thuis ook een “echt spaar potje” (glazen pot ) van het geld dat je contant overhoud na besparen op de boodschappen doen voor onvoorzien uitgaven. Soms om daarvan iets kleins, om jezelf te verwennen, te kunnen betalen: een bos bloemen bijvoorbeeld eens in de maand.

**Tip:** Neem altijd alleen de pinpas van de leefgeld rekening mee, en zet de roodstand mogelijkheid op 0 euro. Zo voorkom je krediet schulden bij de bank: op roodstaan rekent de bank vaak veel rente.

**Tip:** woon je samen en heb je 2 inkomens: zorg ook voor jezelf en voorkom ruzie! Hou een eigen betaal / zakgeld rekening aan voor de uitgaven die voor jou zelf zijn.

Bepaal samen:

- Wat geven we samen uit aan huis, eten, verwarming, verzekeringen en andere vaste maand lasten?
- Verdeel deze over jullie beide: bijv. afhankelijk van inkomen. Bijv. 1500 uitgaven per maand en 50-50 verdelen: ieder betaald dan 750 aan de gemeenschappelijke en/of leefgeld rekening
- Maak 1 aparte en/of betaalrekening waar je de vaste lasten uit betaald en een aparte en/of boodschappenrekening zoals boven genoemd. Daar kunnen jullie beiden dan boodschappen mee doen voor jullie samen.
- Zorg dat je eigen inkomen op je eigen betaal rekening komt. Daarvan betaal je je privé uitgaven die je zelf wilt kopen. Zodat je als vrouw bijv. naar een schoonheidsspecialist /sauna kan gaan en als man gereedschap / stereo installatie / motor kan kopen.
- Zo voorkom je ruzie over geld. Kortom: wat je zelf belangrijk vind betaal je zelf, en wat je samen belangrijk vindt, betaal je samen.

## Wat is jouw inkomen?

### Oefening 1: wat krijg je binnen

Maak een Excel overzicht met al je inkomen per maand/jaar. Sommige inkomen krijg je niet maandelijks. Denk bijvoorbeeld aan betalingen van de belastingdienst aan jou. Maar denk ook aan andere inkomsten: teruggave belasting, alimentatie, gemeentelijke betalingen aan jou (bijzondere bijstand) en zo voort.

Inkomen	Januari of juli	Februari of Augustus	Maart of September	April of Oktober	Mei of November	Juni of December
Uitkering						
Loon						

Vrijwilligerswerk						
Alimentatie						
Gemeente teruggave						
Belasting teruggave						
Toeslagen						
Huur toeslag						
Zorg toeslag						
Kindertoeslag						
Gemeenteregelingen						
Schoolfonds kinderen						
Fietsplan kinderen						
Zorg/hulpmiddelen vergoedingen						
Dierenkosten teruggave fondsen						
Energietoeslag						

Laat in ieder geval geen toeslagen/ financiële regelingen liggen. Daar komen we later op terug.

Moeite met rondkomen? Kijk dan op [Moeite met rondkomen - Nibud](#) voor tips en een gratis maanbegroting met een duidelijk stappenplan

En kijk op Bereken uw Recht om te kijken of je geen toeslagen laat liggen: [BerekenUwRecht \(nibud.nl\)](#)

Kijk eens op: <https://www.nibud.nl/consumenten/nibud-jaarplanner-e-mailcoaching/> dan krijg je automatisch info gemaïld over budgetteren en tips.

En een gratis app om je uitgaven op orde te houden: <https://leukegeit.nl/inzicht-boodschappenbudget/>

### **Waar kan je informatie vinden?**

Kijk bij de website van de gemeente: vaak staat daar informatie op voor kortingen/teruggaven als je weinig inkomen hebt. Kijk bijvoorbeeld eens naar de mogelijkheden van een Delftpas, kortingen op ziekenfonds via een gemeente polis, vergoedingen voor kinderen, ziekte / beperkingen en huisvesting. Kijk eens op: <https://www.delft.nl/inkomen/weinig-geld-gemeente-helpt>

en <https://financer.com/nl/finance-academy/hoe-effectief-budgetteren/>

### **Waar kan ik hulp krijgen**

De Formulieren brigade in Delft kan je helpen met de aanvragen hiervoor. Een aanvraag gaat via: <https://www.delft.nl/inkomen/formulierenbrigade>

En bij Humanitas kan je ook terecht met hulp, ondersteuning en advies door vrijwilligers hierbij:

<https://www.humanitas.nl/afdeling/delft/activiteiten/thuisadministratie--budgetbegeleiding/>

Heb je echt weinig te besteden? Denk dan ook aan voedselbanken en speelgoedbanken. Aanvragen kan via: <https://voedselbankdelft.nl/zoek-je-hulp/kom-ik-in-aanmerking-voor-een-voedselpakket/hoe-vraag-ik-een-pakket-aan/>

Buurthuizen in delft: <https://www.delft.nl/zorg/samen-voor-een-sterke-stad/activiteiten-de-wijk-en-stad/wijkcentrum-en-buurthuis>

### **Minimaliseer je leven via internet**

Met minder spullen kan je later meer uitgeven. Wil je meer weten over minimaliseren? Dan kan je eens op deze site kijken. In de bibliotheek kan je ook boeken daarover vinden. Het e-boek op de site kost je wel wat. Beslis zelf wat je wilt:

[https://www.moedersminimalisme.nl/minimalisme/e-book/?subscribe=success#blog\\_subscription-2](https://www.moedersminimalisme.nl/minimalisme/e-book/?subscribe=success#blog_subscription-2)

Website Zuinig aan: <https://zuinigaan.blogspot.com/p/bezuinigingstips.html>

Nog meer zuinig aan websites:

Koken met klikjes / wat over is aan eten: <http://www.dora-besparen.nl/category/de-keuken-van-tante-dora/klikjes-een-lekker-gerecht/>

**Tip:** Meer met minder geld doen: <https://meergeldvoorleukedingen.nl/> met gratis video instructies als je je aanmeldt voor de nieuwsbrief.



Hierbij en voorbeeld: [https://meergeldvoorleukedingen.nl/effectieve-bespaarmethode?vgo\\_ee=llRzzFAU4BIWfcBofpQYMw%3D%3D](https://meergeldvoorleukedingen.nl/effectieve-bespaarmethode?vgo_ee=llRzzFAU4BIWfcBofpQYMw%3D%3D)

Daar kan je (tegen betaling) ook e-boeken kopen en een cursus over geld overhouden volgen.