

# (Be)sparen en lenen: let goed op!

---

Ik hoor vaak in mijn omgeving: ik kan niet sparen van mijn inkomen, want ik hou geen geld over. Maar je moet het omdraaien: eerst geld apart leggen, (sparen) en dan pas uitgeven.

Ook toen ik bijstand had, spaarde ik; door op de 25<sup>ste</sup> automatisch via de bank 75 euro op mijn eigen spaar rekening te zetten voor nooduitgaven. Denk daarbij aan een tv/pc die kapot kan gaan, vervangen van de wasmachine, extra kosten voor je huisdier (dierenarts) en sparen voor verjaardagen van de familie en de dure maanden (vakantie en kerst)

Ook als je een uitkering hebt kan (en moet) je zelfs sparen. Want een goede financiële buffer geeft je **meer keuze vrijheid** en rust in je hoofd. Je hebt dan minder zorgen over geld. En met minder (geld)zorgen, slaap je beter en maak je vaak ook betere beslissingen over geld omdat je vooruit hebt gedacht en een (budget)plan hebt gemaakt. Je kunt op meer manieren sparen. Bijvoorbeeld:

- Op de dagelijkse boodschappen.
- Door iets niet meer te doen (vakantie/ roken/kapper) of minder
- Via de bank als je inkomen binnen is (spaarrekening)

**Tip:** zet in huis een glazen (jam)pot waar je na de markt/boodschappen doen, al het kleine geld dat je overhoud in je portemonnee, in doet. Zo zie je je geld “groeien”. Koppel dit ook aan een doel voor jezelf en zet het op de pot: bijvoorbeeld sparen voor de sint/kerst/vakantie: alle beetje helpen namelijk. En heb je aan het eind van de maand toch extra geld voor eten nodig (noodzakelijke uitgave) dan kan je het makkelijker uit de pot halen, dan van de spaarrekening die blijft dan voller.

In je budgetplan kan je bijvoorbeeld opnemen:

- Waar **moet** je voor sparen; en hoe veel geld per maand
- Waar **wil** je voor sparen; en hoeveel geld per maandag
- Hoe **pak ik dat aan**: spaarrekening, jampotje, onder matras, bijbaan bijv.
- Tel alle bedragen op: dan weet je wat je maandelijks moet sparen om de doelen te halen.

Hoe hou je overzicht? Bijvoorbeeld via een spaar app. Kijk eens op:

<https://blog.spaarrente.nl/spaar-app>

Tip: **controleer wekelijks** je rekeningafschrijvingen, voorkom roodstand. Is er een bedrag onterecht afgeschreven? Laat bedrag storneren (terugstorten) door de bank: vraag hier zelf om! Website s met meer informatie hierover:

Van het NIBUD:

[https://www.nibud.nl/consumenten/betaalmethodes/?utm\\_campaign=cps&utm\\_content=check&utm\\_term=mail2&utm\\_source=email&utm\\_medium=email](https://www.nibud.nl/consumenten/betaalmethodes/?utm_campaign=cps&utm_content=check&utm_term=mail2&utm_source=email&utm_medium=email)

Van de Consumentenbond:

<https://www.consumentenbond.nl/betaalrekening/overzicht/veilig-betalen-en-bankieren>

Voorbeeld uit mijn eigen leven: ik wil een avond studie psychologie in Leiden gaan volgen en ik woon zelfstandig in Den Haag. Ik leef van bijstand. Kan ik dan een studie betalen? Ik maakte daarom **een jaar voordat** ik ging studeren al een **plan** zodat ik genoeg tijd had om te sparen:

- Wat heb ik nodig? Uitgezocht aan boeken, college geld en reiskosten minimaal: 2000 euro per jaar om de studie te kunnen volgen en betalen.
- Wat zijn mijn inkomsten: ik heb alleen bijstand en geen extra inkomen uit werk.
- Wat zijn mijn uitgaven: mijn noodzakelijke vaste maand lasten (huis, verzekeringen eten) zijn precies gelijk aan de bijstand die ik krijg.
- Waarvan kan ik dan sparen voor de studie zodat ik het kan betalen?
- Mijn oplossing: ik krijg 200 euro per maand huurtoeslag. Dus een budgetplan gemaakt:
- Kan ik het geld van de huurtoeslag missen? Hoe doe ik dat:
- Ik zet het bedrag automatisch via de bank maandelijks op een **aparte rekening** en kijk of ik het **vol kan houden** om het geld niet te gebruiken.
- Dat lukte gelukkig; na 12 maanden 200 euro per maand sparen, had ik 2400 euro gespaard en kon ik gaan studeren en spaarde ik automatisch gelijk door voor het volgende studiejaar.
- Dit gaf rust in mijn hoofd: ik weet nu dat ik kan gaan studeren van mijn huursubsidie.
- Resultaat: daardoor was ik ook in 3.5 jaar klaar met de studie: ik moest alles zelf betalen. Maar door naar een oplossing te zoeken (en te vinden) kreeg ik weer meer regie over mijn leven, rust in mijn hoofd en een zinvoller leven. Ik zou het zo weer doen!

## Oefening 1

Waar wil jij voor sparen? Hoe zou je dat aan kunnen pakken? Maak per doel **verschillende plannen**. Bijvoorbeeld: ik wil sparen voor de december maand (vaak een dure maand) of ik wil sparen voor vakantie/verjaardagen/schooluitgaven van de kinderen. Stel je eigen doelen hierin.

## Oefening 2

Kijk eens waar je op kan besparen. Veel uitgaven zijn “gewoonte uitgaven”, zoals met de auto de boodschappen halen bijvoorbeeld; die je ook op de fiets kan doen. Bespaartips vind je o.a. hier: [Op zoek naar manieren om te besparen? 9 praktische tips van Nibud \(margriet.nl\)](#) en : [18 x praktische bespaartips om het dagelijks leven goedkoper te maken \(margriet.nl\)](#)

## Oefening 3

Heb jij leningen (is ook een schuld), afbetalingsregelingen bij winkels, een hypotheek of andere schulden? Onderzoek dan of je deze versneld (en zonder boete) kan **aflossen**. Dat geeft je **meer financiële vrijheid** in de toekomst. Bij veel schulden is dat mogelijk, bijvoorbeeld bij een hypotheek kan je boetevrij vaak 10% aflossen per jaar. Zo heb ik binnen 15 jaar mijn 30 jarige hypotheek betaald en woon ik nu “gratis” zonder hypotheekschuld van 200.000 euro.

## Beginnende schulden aanpakken

Dat kan je zelf doen via het minnelijke traject:

<https://www.zelfjeschuldenregelen.nl/> daar kan je ook voorbeeld brieven vinden die je kan sturen aan de instantie(s) waar je een betaalachterstand hebt; met het verzoek tot een betaalregeling.

Heb je een achterstand bij de energie leverancier? Hier een voorbeeldbrief voor een betaalvoorstel: [Voorbeeldbrief - Betalingsregeling vragen voor rekening energie of warmte | ACM ConsuWijzer](#)

Is er (al) beslag op je inkomen/uitkering gelegd door een schuldeiser?

**Let daarbij wel op de beslagvrije voet:** <https://www.uwbeslagvrijevoet.nl/> je moet genoeg geld over houden om van rond te komen

En kijk eens bij: <https://geldfit.nl/> voor een test

En kijk voor nog meer tips op: [Beginnende geldproblemen - Nibud](#)

Extra ondersteuning thuis nodig van een vrijwilliger? Kijk dan eens bij Schuldhulpmaatje: [Locaties | SchuldHulpMaatje](#)

## **Lenen, doe dat zo min mogelijk**

Mensen lenen tegenwoordig makkelijk. Wist je dat een krediet ook een lening is? En dat je daar 14% per jaar rente over kan betalen?

Een telefoonabonnement is vaak ook een vorm van krediet. Maar ook meubels en huishoudelijke spullen zoals een wasmachine of computer op afbetaling kopen in een winkel is een lening: je koopt op krediet. En voordat je het weet is het stuk, maar moet je nog wel jaren daarvoor betalen.....Ik kwam dit in mijn werk vaak tegen.

Mijn advies: leen alleen als je echt niet daarvoor kan sparen zoals een hypotheek voor een huis. Maar begin niet aan een lening voor spullen in huis of een persoonlijk krediet om iets te kopen waarvoor je ook kan sparen.

Of koop je spullen bij de kringloop als je te weinig geld hebt voor nieuwe spullen zoals meubels, kleding en wasmachine. Soms kan je ook via de *bijzondere bijstand* een goedkope lening krijgen om iets noodzakelijks aan te schaffen. Kijk maar eens op: <https://www.delft.nl/inkomen/weinig-geld-gemeente-helpt>

Daarvoor is juist een eigen financieel plan / buffer/ spaargeld voor bedoeld: om financiële tegenvallers op te vangen en extra betalingen (rente!) te voorkomen.

## **BKR regeling**

En met veel leningen krijg je ook een BKR registratie. Heb je die eenmaal kan je later lastiger lenen. Zelfs de banken waarschuwen dat je niet te veel moet lenen.

Kortom: sparen is beter dan lenen! Leen zo min mogelijk (ook geen persoonlijke/doorlopende krediet bij je bank)

Meer informatie over de BKR: [Geen krediet vanwege een BKR-registratie? Zo zit dat | BKR](#)

Schulden regelen bij de BKR: [Schuldregeling | BKR](#)

## **Lenen van familie en vrienden**

Soms lenen mensen geld aan/van vrienden en/of familie. Doe dat zo min mogelijk en ga er van uit dat als je geld leent, je het niet meer terugzien (dus gegeven hebt) een spreekwoord is ook niet voor niets: *“wil je van je vrienden vreemden maken, leen ze dan geld”*. Hele tv programma's (familie diner bijv) zijn daaraan gewijd: dat goed vrienden vreemden werden van elkaar door een lening/ruzie daarover in de familie. Kijk zeker hier of je kunt lenen: [Lenen - Nibud](#) hoe groot het risico is voor jou.

## **Familiebank/ onderhandse lening: maak afspraken**

Dus kijk goed uit als je geld vraagt aan vrienden/familie maar ook als je geld leent aan vrienden /familie..... maak in ieder geval duidelijke afspraken op papier. Een notaris/wetswinkel kan daarbij helpen als het om grotere bedragen gaat.

Kijk maar eens op: [Stappenplan onderhandse lening \(wetswinkelwestland.nl\)](#) en op de website van de familiebank: [Familiebank - familiebank.nl](#) en [Familiebank Constructie, 10 tips voor ouders - infotaris](#)

Let op de voorwaarden die de belastingdienst stelt aan zo'n lening. Kijk eens op: [Lening binnen de familie - Belastingtips.nl](#)