



Debtless Financial Matters Workshop



Debtless Partnership: Think Twice! - Debt Is a Serious Issue

Grant agreement number: 2011-1-CZ1-GRU06-07128-2

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



**Lifelong
Learning
Programme**

Inleiding

'Debtless' is een Grundtvig Partnership Project welke geïntieerd is als antwoord op het huidige economische klimaat waarbij veel mensen en families in de schulden zitten.



Iedereen kan in een lastige financiële situatie terecht komen. Zeker de laatste jaren overkomt dat veel mensen. Ze komen mede door de economische recessie in financiële moeilijkheden en het is soms lastig om daar zelf uit te komen. Door de zwaardere lasten van de crisis wordt iedereen gedwongen om keuzes te maken. Dat geldt dus voor lagere én voor de hogere inkomens. Wie echter van een bijstandsuitkering of een studiebeurs moet rondkomen, heeft weinig speelruimte en moet heel bewust die keuzes maken.

In deze workshop willen wij je inzicht geven in de mogelijkheden die er zijn, zodat je weloverwogen kunt kiezen. Dit werkboek helpt je hierbij. Het staat vol met praktische tips om grip te houden op je financiën. Daarnaast vind je hierin ook veel links naar websites, waar je meer achtergrondinformatie kunt vinden, of gelijk zaken kunt regelen.

We hopen dat je met behulp van dit werkboek je financiën weer op de rit krijgt en dat je weer vertrouwen krijgt in je financiële toekomst!

Contents

Page

Inleiding	1
Contents	2
1) Het ordenen en rubriceren van financiële post	3
2) Bankzaken regelen	4
3) Overzicht over je financiën/ plannen.....	6
4) Het ordenen en volgen van (automatische) betalingen.....	7
5) Toch in de problemen?	7
6) Hoe werkt lenen?.....	8
7) Hoe werkt de belastingdienst/ belastingen en heffingen.....	9
8) Ziektekosten en DigiD-code.....	10
9) Wat kost wonen op jezelf?	11
10) Informatie vragen/ bellen met instanties	11
11) Goed boodschappen doen (bijlage V).....	12
12) Reclame	12
13) Handige links	13
Bijlage I: Checklist Financiële zaken.....	14
Bijlage II: Voorbeeld indeling tabbladen administratie.....	15
Bijlage III: Weekbegroting	16
Bijlage IV: Maandelijks budget	17
Bijlage V: Inkopen doen	18
Bijlage VI: Voorbeeld.....	20

1) Het ordenen en rubriceren van financiële post

(Zie bijlage II)

Om goed overzicht te houden, is het handig om je post te sorteren in vier stapeltjes:

Weggooiën of verwijderen:	informatie waaraan je niets hebt
Handig voor de boodschappen:	folders met aanbiedingen en kortingsacties
Financiële administratie:	rekeningen, salarisstrookjes, verzekeringsoverzichten, enz.
Persoonlijke post:	emails, brieven, verjaardagskaarten etc!

Om je financiële administratie goed te ordenen, berg je het op in overzichtelijke opbergmappen. Voor de bankafschriften kun je bij je bank speciale mappen krijgen. Voor de rest van je administratie koop je zelf mappen.

Tip: zet duidelijk zichtbaar op de mappen wat er in zit, bijvoorbeeld 'Telefoon' of 'Huur' en werk met tabbladen. Zo kun je makkelijk en snel terugvinden wat je nodig hebt. In bijlage twee vind je een voorbeeld van de verschillende tabbladen die je kunt gebruiken.

- Koop mappen en zet erop wat de inhoud is
- Ga naar de bank en vraag hier om een map voor je bankafschriften

Doen!

- post dagelijks open maken;
- post op een vaste plek in huis bewaren;
- bankafschriften en internetbankieren controleren;
- zoveel mogelijk automatisch betalen;
- op een vast moment in de week je administratie bijwerken en internetbankieren doornemen.

Niet doen!

- post langer dan twee weken laten liggen of helemaal niet open maken;
- hopen dat de rekening vergeten wordt;
- garantiebewijzen en aankoopbonnen weggooiën.

2) Bankzaken regelen

Je kunt je betalingen via een acceptgiro doen, maar tegenwoordig regelen steeds meer mensen hun bankzaken via internetbankieren. Dit heeft een aantal voordelen: je kunt op ieder moment van de dag je saldo checken en je kunt betalingen automatisch laten uitvoeren. Handig, want dan weet je zeker dat je nooit een betaling kunt vergeten.

Internetbankieren

Dit kun je aanvragen bij je bank, of via internet. Vanzelfsprekend moet je wel beschikken over een goede computer met internetverbinding. Bij de bank kunnen ze je precies vertellen aan welke voorwaarden jij én je computer moeten voldoen om toegang te krijgen tot internetbankieren.

- Ga na hoe internetbankieren werkt bij jouw bank en hoe je het aanvraagt.
- Als je hiervoor kiest, vraag internetbankieren dan aan.
- Print je bij- en afschrijvingen eens uit.

Betalen via de bank

Hoewel internetbankieren verreweg de snelste en handigste manier van bankieren is, kun je ook betalen via de bank. Dat kan op verschillende manieren:

- Je geeft de bank opdracht om een betaling te doen, via een zogenaamd 'overschrijvingsformulier'. Deze formulieren kun je bij je bank aanvragen.
- Je maakt gebruik van een acceptgiro.
- Je regelt een automatische incasso, zodat een bedrijf of instelling automatisch het verschuldigde bedrag afschrijft van je rekening.

- Vraag zo nodig overschrijvingsformulieren aan bij je bank
- Vul om te oefenen een acceptgiro in
- Zoek uit hoe je een automatische betaling regelt
- Zoek een antwoord op onderstaande vragen

Wanneer kun je een rekening openen?
Wat voor soort rekeningen zijn er?
Hoeveel rente krijg je op een lopende rekening?
Hoeveel rente krijg je op een spaarrekening?
Zijn bankafschriften gratis?
Zijn overboekingen gratis?

Het drie-bankrekeningen-principe

Om overzicht te krijgen én te houden in je financiële huishouding is het drie-bankrekeningen-principe een handig hulpmiddel. Om dit systeem te hanteren is het dus noodzakelijk dat je drie bankrekeningen hebt:

- 1. Een rekening voor alle inkomsten.** Hierop komen je inkomsten binnen, maar je gebruikt deze rekening ook voor de boodschappen. Je mag hiervan pinnen. Je kunt niet rood staan op deze rekening.
- 2. Een rekening voor de vaste lasten.** Van deze rekening betaal je alle vaste lasten. Het liefste zo veel mogelijk via automatische incasso's. Via internetbankieren kun je goed bijhouden wanneer en hoe vaak bepaalde bedragen afgeschreven worden. Je mag niet pinnen van deze rekening. Je mag ook niet rood staan op deze rekening.
- 3. Een rekening om te sparen.** Hierop stort je iedere maand een vast bedrag. Je mag niet pinnen van deze rekening. Je mag ook niet rood staan op deze rekening.

Om te zorgen dat je van je drie rekeningen een goed werkbaar en overzichtelijk geheel maakt, volg je de volgende stappen:

1. Je inkomen komt binnen op de inkomstenrekening. Via internetbankieren kun je een periodieke overschrijving regelen, zodat er iedere maand genoeg geld wordt overgeschreven naar de vaste lastenrekening. Als je geen internetbankieren hebt, zorg je ervoor dat je iedere maand via een overschrijvingsformulier genoeg geld overmaakt. De hoogte van het bedrag dat je moet overmaken, kun je aan de hand van je budget en je begroting uitrekenen. Zo weet je zeker dat alle vaste lasten betaald worden en dat er geen achterstand kan ontstaan. Aangezien je niet van de vaste lastenrekening kan pinnen, kan je hiervan nooit teveel geld opmaken, waardoor bijvoorbeeld de huur niet meer betaald kan worden. Dat geeft rust.
2. Aan de hand van je begroting laat je een vast bedrag voor boodschappen en dagelijkse uitgaven staan op je inkomstenrekening.
3. Het bedrag dat nu nog over is, maak je over naar je spaarrekening. In principe is dat ook een vast bedrag per maand.

Nu is het zaak om de inkomstenrekening en de vaste lastenrekening iedere maand op nul uit te laten komen. Niet door extra uit te geven, maar door het restant over te maken naar de spaarrekening.

Stel, je hebt €250 voor boodschappen, maar je geeft deze maand maar €210 uit. Dan is het zaak om het restant van €40 over te maken naar je spaarrekening. Je zal zien dat deze €40 per maand kan uitgroeien tot een mooi kapitaal.

Je vaste lasten kunnen per maand iets fluctueren. Reken dus goed uit wat je per maand kwijt bent en houd rekening met betalingen die maar eens per twee of drie maanden afgeschreven worden. Ook voor deze rekening geldt dat het restant naar de spaarrekening gaat. Dus als je telefoonrekening deze maand lager is dan je hebt begroot, sluis je het verschil door naar je spaarrekening!

Je zal merken dat het drie-bankrekeningen-principe je overzicht geeft en ervoor zorgt dat je vaste lasten altijd betaald worden. Bij een goede uitvoering zal het je verbazen hoe makkelijk sparen is en wat het resultaat in een jaar kan zijn.

Doen!

- Zorg dat je in ieder geval een spaarrekening hebt.
- Zet extra inkomsten direct op je spaarrekening.
- Spaar automatisch als je iedere maand geld overhoudt.
- Stop je losse kleingeld in een spaarpotje.

3) Overzicht over je financiën/ plannen

(zie bijlagen III en IV)

Voor het maken van een maandelijkse begroting moet je eerst voor jezelf de volgende vragen beantwoorden:

Wat zijn je maandelijkse inkomsten?

Wat zijn je vaste lasten per maand? Denk hierbij ook aan lasten die eens in de twee of drie maanden worden afgeschreven.

Zijn er deze maand bijzonderheden, zoals verjaardagen, feestjes of andere activiteiten waarvoor je moet betalen?

Hoeveel geld reserveer je om te sparen?

Wat houd je per week over voor de dagelijkse uitgaven?

Zijn je inkomsten en uitgaven in evenwicht, of moet je op een andere manier met je geld omgaan?

Gebruik de bijlagen met de nummers III en IV voor het opstellen van je begroting.

Doen!

- Vraag in de winkel naar de kassabonnetjes en bewaar ze.
- Houd gedurende minimaal twee weken een kasboek bij.
- Ga na welke conclusies je hieruit kunt trekken.
- Maak een weekbegroting en controleer de week daarop of het klopte.

4) Het ordenen en volgen van (automatische) betalingen

Overzicht houden over je betalingen gaat het gemakkelijkst als je beschikt over internetbankieren. Je kunt dan dagelijks zien wat er gebeurt met je rekening. Beschik je niet over internetbankieren dan ben je aangewezen op je maandelijkse bankafschriften.

Het is handig om vaste lasten automatisch te laten afschrijven van je rekening. Je kunt dit zelf regelen met internetbankieren of via een automatische incasso. Dit gebeurt dan iedere maand rond dezelfde datum. Het voordeel is dat je niet per ongeluk een rekening kunt vergeten. In hoofdstuk 2, *bankzaken regelen*, vind je hierover meer informatie.

Automatische afschrijvingen worden in de regel alleen uitgevoerd als er *voldoende saldo* op je rekening staat. Als je weet *wanneer* iets wordt afgeschreven, weet je ook dat er rond die tijd dus *genoeg geld* op je rekening moet staan.

Let op! Kun je een bepaalde afschrijving niet terugvinden op je bankafschrift, dan is de betaling waarschijnlijk niet uitgevoerd vanwege te weinig saldo. **Je hebt op dat moment een betalingsachterstand.** Het is aan jou om de achterstand z.s.m. weer in te lopen!

- Maak een lijstje van alle betalingen die automatisch gaan.
- Noteer wanneer de vaste lasten afgeschreven worden.
- Noteer wanneer je geld binnenkomt.
- Ga na welke betalingen je nog automatisch wilt regelen en maak dat in orde.
- Zoek uit wat storneren is en hoe het werkt.

5) Toch in de problemen?

Als je schulden hebt en je wilt deze gaan aflossen, dan moet je er als eerste voor zorgen dat je schulden niet groter worden. Daarna moet je bepalen hoeveel je per maand kunt aflossen. Zorg dus dat je een goed overzicht hebt van je inkomsten en uitgaven. Als je dat hebt, kun je schuldeisers gaan benaderen met een reëel aanbod. Dat houdt in dat je niet te grote bedragen aanbiedt om af te lossen, want dan kan je de verplichtingen niet nakomen. Het bedrag moet ook niet te klein zijn, want dan gaat een schuldeiser niet akkoord.

Gelukkig zijn er in Nederland verschillende instanties die je kunnen helpen, met (meestal) gratis hulp of advies. Zoek die hulp zo snel mogelijk! Iedereen kan in de problemen komen, maar als je er snel bij bent, voorkom je steeds groter wordende schulden.

De eerste stap om hulp te zoeken kan zijn dat je je gaat verdiepen in een aantal websites:

- www.zelfjeschuldenregelen.nl/ (betalingsregelingen, voorbeeldbrieven, enz.)
- www.onlineschuldhulp.nl/ (schuldhulpverlening, schuldsanering, enz.)
- www.juridischloket.nl (geld en consumenten, ontslag, enz.)
- www.ping.nl (persoonlijk financieel advies)
- www.geldwinkel.nl (hypotheeken, verzekeringen, financieringen)
- www.nvvk.eu (kredietbanken in de regio)
- www.degkb.nl (gemeentelijke kredietbank)

Wil je graag met iemand praten, dan kan je informeren bij je gemeente. De gemeentes in Nederland hebben allemaal een beleid met betrekking tot schuldhulpverlening. Verder kan je terecht bij maatschappelijk werk, de sociale dienst of een kredietbank. In een aantal gemeentes hebben ze speciale loketten waar je terecht kunt voor adviesgesprekken over budgetteren of schulden. Je kunt hier ook terecht voor hulp bij het aanvragen van toeslagen of belastingzaken.

6) Hoe werkt lenen?

Als je iets direct wilt hebben en je hebt er niet voor gespaard dan kun je hiervoor geld lenen bij de bank of iets kopen op afbetaling. Lenen of kopen op afbetaling kost echter altijd meer geld!

Banken en bedrijven verdienen op deze manier geld aan je. Voordeel: jij kunt snel over iets beschikken, nadeel: dit kost je extra geld.

Weet je hoeveel rente je betaalt over een lening bij de bank of bij een postorderbedrijf waar je iets in termijnen kunt betalen?

→ Zoek op de site van Wehkamp eens uit wat je extra betaalt als je een product in termijnen betaalt. Ga hiervoor naar www.wehkamp.nl

→ Reken uit wat het verschil is tussen sparen voor een iPad of een iPad kopen op afbetaling.

→ Maak een lijst met dingen waarvoor je beslist niet wilt lenen

→ Maak ook een lijst met dingen waarvoor je wel wilt lenen

→ Maak een overzicht met de verschillende soorten leningen.

7) Hoe werkt de belastingdienst/ belastingen en heffingen

Zoek een antwoord op de volgende vragen: □

- Wanneer betaal je belasting?
- Wat gebeurt er met het belastinggeld?
- Kun je ook belastinggeld terugkrijgen?
- Wat is een P-biljet en hoe werkt het?

Ga voor meer informatie naar www.belastingdienst.nl Privé ›Inkomstenbelasting
›Belasting betalen of terugvragen ›Check of u belasting terugkrijgt.

Naast belastingen van het Rijk zijn er ook nog provinciale belastingen en gemeentelijke belastingen:

- Provinciale belasting :
 - Waterschapsbelasting
- Gemeentelijke belastingen:
 - Onroerende-zaakbelasting (OZB)
 - Rioolrecht
 - Afvalstoffenheffing (voor huishoudelijk afval)
 - Hondenbelasting (alleen voor hondenbezitters)

Als huurder heb je met al deze belastingen te maken, behalve met de OZB. Die is alleen voor huiseigenaren. Huur je een kamer, dan zitten deze belastingen meestal verwerkt in de huurprijs en ontvang je geen belastingaanslag van de gemeente of het waterschap.

Als je inkomen laag is, kun je voor de waterschapsbelasting en de gemeentelijke belasting kwijtschelding aanvragen. Kijk hiervoor op <http://www.wetterskipfryslan.nl/> → belastingen.

Op het gemeentehuis (stadskantoor) kun je een kwijtscheldingsformulier ophalen en invullen, voor zowel de gemeentelijke belasting als voor de waterschapslasten (twee aparte formulieren). De belastingen van gemeenten en waterschappen worden geïnd door Hefpunt. Voor meer informatie over deze organisatie en de belastingen die zij heffen, kun je kijken op www.hefpunt.nl . Via de site van Wetterskip Fryslân wordt je overigens ook naar deze site doorverwezen.

8) Ziektkosten en DigiD-code

Als je 18 wordt, moet je je eigen ziektekostenverzekering regelen. Het regelen van een ziektekostenverzekering is niet altijd een eenvoudige zaak. Je komt voor verschillende vragen te staan, zoals:

Bij welke maatschappij ga ik me verzekeren?

Neem ik alleen een basisverzekering of ook een aanvullende verzekering?

Neem ik extra 'eigen risico' en wat betekent dat dan?

Hoe vraag ik zorgtoeslag aan?

hoe werkt een verzekering, wat wordt er vergoed, wat moet ik zelf betalen?

Belangrijk is dat je weet waar je het over hebt. Informatie verzamelen dus. Je kunt dit op verschillende manieren doen:

→Vraag familie en vrienden hoe zij het geregeld hebben; bevalt het ze, hoeveel zijn ze kwijt, hebben zij ook 'eigen risico' etc.

→Bezoek verschillende websites die je helpen bij een keuze, vb www.kiesbeter.nl

→Bezoek de website van de verzekering waar je voorkeur naar uitgaat en vraag informatie en een offerte aan.

→Zoek uit wat er gebeurt als je je premie niet betaalt.

Als je een klein inkomen hebt, heb je recht op zorgtoeslag. *Je moet zorgtoeslag zelf aanvragen.* Voor informatie en aanvraag van zorgtoeslag kun je terecht op de website www.toeslagen.nl

De aanvraag kun je via de computer doen als je beschikt over een zogenaamde DigiD-code. Die code is ook handig voor het aanvragen van studiefinanciering en om zaken te regelen bij de gemeente (als je gemeente is aangesloten bij de gebruikersgroep van DigiD).

→Bezoek de site <http://www.digid.nl/> en vraag een Digid- code aan.

→Vraag zorgtoeslag aan

Houd er rekening mee dat je per jaar de eerste € 350,- aan ziektekosten zelf moet betalen. Dit is je eigen risico. In de praktijk betekent het dat als je bijvoorbeeld medicijnen nodig hebt, dat je ze eerst zelf moet betalen, totdat je in een jaar €350,- aan kosten hebt gemaakt. Daarna vergoedt de verzekering ze.

Het eigen risico geldt overigens niet voor een bezoek aan de huisarts, verloskundige zorg, kraamzorg en voor het jeugdpakket tandheelkundige zorg voor jongeren tot 22 jaar.

Tegenwoordig is het bij veel maatschappijen mogelijk om het eigen risico maandelijks vooruit te betalen, tezamen met je premie. Maak je dat jaar geen (of gedeeltelijk) gebruik van medische voorzieningen, dan krijg je aan het einde van het jaar het gespaarde bedrag geheel (of gedeeltelijk terug). Vanaf 2011 moet je je vanaf je 18^e apart bijverzekeren voor tandartskosten!

9) Wat kost wonen op jezelf?

Wonen op jezelf kost altijd meer dan wonen bij je ouders thuis. Om goed voorbereid te zijn, is het handig om de volgende vragen te beantwoorden:

Wat is straks je inkomen waarvan je moet leven?

Voor welke kosten kom je te staan als je op jezelf gaat wonen?

Wat is het verschil tussen het wonen op een kamer of zelf een huis(je) huren?

Wat zijn je vaste lasten en wat zijn je variabele lasten? (zie ook bijlage IV)

→ Zoek uit hoe huurtoeslag werkt en hoe je daarvoor in aanmerking komt.

10) Informatie vragen/ bellen met instanties

Je kunt moeilijk alles weten. Het is dan ook normaal om te bellen met de betreffende instantie als je vragen hebt over een regeling of over hoe iets werkt. Sommige mensen vinden dit vervelend, maar een goede voorbereiding maakt het gemakkelijker om te bellen:

1. Bedenk wat je precies wilt weten.
2. Schrijf je vragen op.

Als je belt met een instantie kom je vaak eerst terecht bij de receptie. De receptionist(e) kan je meestal niet rechtstreeks helpen, maar hij of zij verbindt je door naar iemand die dat wel kan. Het heeft dan ook geen zin om gelijk met je hele verhaal te beginnen. Handiger is het om je naam te noemen en je vraag samen te vatten. Een prima opening zou dus zijn: 'Goedemiddag, u spreekt met Willem Wever. Ik heb een vraag over kwijtschelding van waterschapsbelasting.' Je wordt dan uitgenodigd om je vraag te stellen of doorverbonden naar iemand die je vraag kan beantwoorden. Stel dan gerust je vragen en als je iets niet snapt, zeg het maar gewoon. Aan het eind kun je zeggen dat je nog even op je lijstje kijkt om te zien of je nu alles weet wat je wilde weten; zo ja dan kun je degene bedanken en het gesprek beëindigen; zo niet dan stel je de vraag die nog is overgebleven.

Je kunt ook terechtkomen in een keuzemenu. Luister het menu rustig af en maak de keuze waarvan je denkt dat het de goede is. Twijfel je, dan kun je vaak weer terug naar het hoofdmenu of anders verbreek je de verbinding en probeer je het nog eens.

Sommige informatielijnen kosten extra geld(0900- nummers). Het is goed om dit te beseffen. Vaak worden de kosten bij het begin van het gesprek gemeld. Het is dan van belang om goed en doeltreffend het gesprek te voeren. Ook loont het dan de moeite om te kijken of je via e-mail je vragen kunt stellen.

11) Goed boodschappen doen (bijlage V)

De meeste mensen zijn gewend veel te betalen met hun pinpas. De ervaring leert echter dat je geld erg gemakkelijk uitgeeft met een pinpas. Het is ook lastig om goed bij te houden wat je precies hebt uitgegeven. Daarom is het handiger om per week het bedrag te pinnen dat je voor die week te besteden hebt. Je geeft dan niet zo snel te veel geld uit.

→Maak een top drie van de goedkoopste supermarkten □

12) Reclame

Blijf reclame de baas!

Reclamemakers willen dat je hun spullen koopt. Misschien zijn dat wel spullen die je nooit zou kopen. Of die ergens anders veel goedkoper zijn. Vraag je daarom af voordat je iets koopt:

Wilde ik dit (al heel lang) echt hebben?

Is deze prijs echt de laagste?

Heb ik extra kosten door deze aankoop? Zo ja, kan ik die betalen?

Waar ga ik het opbergen?

Zal ik de aankoop twee weken uitstellen? Misschien hoef ik het dan al niet meer.

Je mobiele telefoon:

- Een mobiel is nooit gratis en wordt vaak gebruikt als lokkertje voor een abonnement.
- Een goedkoop abonnement betekent vaak hoge belkosten.
- Buiten je bundel bellen is vaak peperduur en gebeurt sneller dan je denkt!
- Doorschuiven van belminuten naar een volgende maand wordt vaak tegen een ongunstig 'buiten-je-bundeltarief' verrekend.
- Ga na hoeveel data je maandelijks verbruikt.
- Is jouw bundel de beste?
- Kun je bijbestellen in belminuten, sms- of dataverkeer?
- Krijg je van je provider een seintje als je aan je limiet zit?
- Prepaid kan je beschermen tegen (te) hoge rekeningen.

13) Handige links

Via internet is veel informatie te vinden over de onderwerpen die in het werkboek besproken zijn. Hieronder vind je een samenvatting van reeds genoemde links, aangevuld met enkele nieuwe. De sites zijn een bezoekje meer dan waard!

Voor algemene informatie over geld:

- www.nibudjong.nl (ook uitleg loonstrookje)
- www.nibud.nl
- www.jip.nl (ook voor info over je rechten en plichten)
- www.zelfjeschuldenregelen.nl

Voor het vergelijken van verzekeringen, zoals ziektekosten, WA- en inboedelverzekeringen:

- www.kiesbeter.nl
- www.independ.nl
- www.verzekeringssite.nl

Voor gratis telefoonnummers i.p.v. dure 0900- nummers:

- www.vraagalex.nl

Voor het aanvragen van zorgtoeslag en een DigiD -code en voor terugvragen van belasting :

- www.toeslagen.nl
- www.belastingdienst.nl
- www.digid.nl

Voor een gratis tekstverwerker (Word), spreadsheet (Excel) en presentatieprogramma (Powerpoint):

- www.openoffice.org

Voor informatie over kamerhuur:

- <http://opkamers.woonbond.net/>

Bijlage I: Checklist Financiële zaken

- Bij het invullen van de checklist is het belangrijk dat je eerlijk bent.
- Op deze manier krijg je een beter beeld van hoe je staat ten opzichte van je geld.
- Bij de kolom soms/ vaak kun je een ' S ' invullen voor soms en een ' V ' voor vaak.
- Bij 'cijfer' gaat het erom hoe tevreden je bent (bijv. een hoog cijfer is: erg tevreden)

	ja	nee	soms/ vaak	n.v.t.	cijfer
Ik berg mijn financiële post op in daarvoor bestemde mappen					
Ik vind merkkleding belangrijk					
Als ik iets moois zie, wil ik het direct kopen					
Ik maak altijd mijn post open					
Ik weet precies hoeveel huur ik moet betalen					
Ik weet de bedragen van Gas, Water en Elektrisch					
Ik weet op welke datum de huur van mijn rekening gaat					
Ik koop wel eens iets via internet					
Ik weet wat ik maandelijks kwijt ben aan mijn telefoon					
Ik kan een ziektekostenverzekering regelen					
Ik ken mijn automatische betalingen					
Ik hou een kasboek bij					
Ik maak afspraken met mijzelf over geld.					
Als ik afspraken maak met mijzelf, dan houd ik mij daaraan.					
Ik kan een maandbegroting maken en nakomen					
Ik begrijp mijn bankafschriften					
Ik ben prijsbewust					
Ik praat liever niet met mensen over mijn geldzaken	Eens <input type="checkbox"/>	Oneens <input type="checkbox"/>			
Ik zeg nee als mensen geld van me willen lenen					
Ik weet precies hoe hoog mijn schulden zijn					
Ik leen van andere mensen					
Als ik iets plan dan gebeurt het ook					
Ik kan afspraken maken					
Ik kom afspraken na					
Ik vraag als ik hulp nodig heb					
Ik bel met instanties; dat kost me geen moeite	Eens <input type="checkbox"/>	Oneens <input type="checkbox"/>			
Ik stel lastige dingen het liefst uit					
Ik maak mij zorgen over mijn financiën					
Ik kan een wens van mij uitstellen					
Ik weet hoe mijn probleem met geld ontstaat					
Ik vind geld een vervelend onderwerp					
Het gaat niemand iets aan wat ik met mijn geld doe.	Eens <input type="checkbox"/>	Oneens <input type="checkbox"/>			
Ik wil hulp bij mijn financieel beheer					
Ik lig wel eens wakker door piekeren over geld					
Ik ben een impulsieve koper					

Bijlage II: Voorbeeld indeling tabbladen administratie

- ≡ nog te betalen
- ☎ telefoon/ kabel/ internet
- 💰 studiefinanciering/ salaris
- 🚑 ziektekostenverzekering/ zorgtoeslag
- 🏠 wonen/ huur / huurtoeslag
- 📄 diploma's en getuigschriften
- 4 energiekosten
- Z verzekeringen
- ↑ contributie en abonnementen
- 📄 bonnetjes/ garantiebewijzen
- ✉ belasting (gemeente en waterschap)
- 📖 school en studie
-] OV jaarkaart
- ✂ extra tabblad

Bijlage III: Weekbegroting

WEEKBEGROTING VAN: _____ Week: van - tot -

Te besteden deze week: €

	plan	werkelijkheid	
		contant	pinnen
Voeding/ maaltijden	€	€	€
Shampoo, tandpasta, persoonlijke hygiëne	€	€	€
Schoonmaakmiddelen	€	€	€
Tussendoortjes, snoep, snacks	€	€	€
Roken	€	€	€
diversen	€	€	€
Sparen voor vaste lasten en reserveringen (kleding, huish. artikelen)	€	€	€
Optellen:	€	€ +	€ =

Totaal deze week: €

WEEKBEGROTING VAN: _____ Week: van - tot -

Te besteden deze week: €

	plan	werkelijkheid	
		contant	pinnen
Voeding/ maaltijden	€	€	€
Shampoo, tandpasta, persoonlijke hygiëne	€	€	€
Schoonmaakmiddelen	€	€	€
Tussendoortjes, snoep, snacks	€	€	€
Roken	€	€	€
diversen	€	€	€
Sparen voor vaste lasten en reserveringen (kleding, huish. artikelen)	€	€	€
Optellen:	€	€ +	€ =

Totaal deze week: €

Bijlage IV: Maandelijks budget

GEMIDDELDE MAANDBEGROTING

Datum:

Maand:

INKOMSTEN

1 _____
2 _____
3 _____

€ _____
€ _____
€ _____

TOTAAL INKOMSTEN

€ _____

UITGAVEN

VASTE LASTEN:

	Contant/ PIN	Acceptgiro	Automatische incasso
• HUUR	€	€	€
• GAS/ ELEKTRISCH	€	€	€
• WATER	€	€	€
• HEFFINGEN EN BELASTINGEN	€	€	€
• TELEFOON	€	€	€
• VERZEKERINGEN (AVP, inboedel)	€	€	€
• PREMIE ZIEKTEKOSTENVERZEKERING	€	€	€
• CONTRIBUTIE/ ABBONEMENTEN	€	€	€
• SPAREN VOOR LESGELD/ SCHOOLKOSTEN/ BOEKEN	€	€	€
• REISKOSTEN	€	€	€
• AFBETALINGEN	€	€	€

RESERVERINGEN:

• KLEDING EN SCHOENEN	€	€	€
• INVENTARIS (AANSCHAF/ VERVANGING)	€	€	€
• VRIJETIJDUITGAVEN (STAPPEN/ CONCERTEN e.d.)	€	€	€
• VAKANTIE	€	€	€
• SPAREN	€	€	€

DAGELIJKSE UITGAVEN:

• VOEDING/ MAALTIJDEN	€	€	€
• SHAMPOO/ TANDPASTA/ PERS. HYGIENE	€	€	€
• SCHOONMAAKMIDDELEN	€	€	€
• TUSSENDORTJES	€	€	€
• ROKEN	€	€	€
• DIVERSEN	€	€	€
Optellen:	€ +	€ +	€

TOTAAL UITGAVEN:

€ _____

Bijlage V: Inkopen doen

Organisatie / tips en trucs

- Je bespaart jezelf een heleboel tijd en ergernis wanneer je een overzichtelijk boodschappenlijstje maakt waarbij alle zuivelproducten, vlees, vleeswaar, koffie, thee en dergelijke bij elkaar staan. Je kunt het lijstje ook aanpassen aan de winkelindeling. Zet dan wat je het eerst tegenkomt in de winkel bovenaan je lijstje
- Kijk in de krant, folders en in de winkel naar de aanbiedingen. Maak aan de hand van de aanbiedingen je (week-)menu. Kijk goed of een aanbieding ook daadwerkelijk een aanbieding is.
- Beperk het boodschappen doen tot eenmaal per week als je tenminste beschikt over voldoende bewaarmogelijkheden. Hoe minder tijd je in winkels doorbrengt, hoe goedkoper je uit bent.
- Doe geen boodschappen wanneer je trek hebt, bijvoorbeeld voor het eten. Je koopt dan al snel te veel en ook onnodige dingen.
- Een boodschappenlijstje is niet alleen gemakkelijk; het voorkomt ook impulsieve aankopen die prijzig of onnodig zijn.
- Kijk of er in de supermarkt een 'snelkassa' aanwezig is. Dit is een kassa waar je snel een beperkt aantal boodschappen kunt afrekenen.
- Staat op je boodschappenlijstje een speciale maar dure wens, combineer die dan met een aanbieding. Je bent dan toch niet al te duur uit.
- Kijk naar advertenties van winkels die meerdere artikelen in de aanbieding hebben. Dan vergroot je de kans dat er ook voor jou echt iets bij is.
- Lang houdbare levensmiddelen als bloem, mayonaise en dergelijke zijn in een grote verpakking vaak goedkoper dan het zelfde gewicht gekocht in kleine hoeveelheden. Toch moet je nu en dan eens uitrekenen of meerdere kleine pakjes in de aanbieding niet goedkoper zijn
- Vaak is het lastig om voor één persoon boodschappen te doen en te koken (bijvoorbeeld pastamaaltijden). Als je een goede vriezer hebt kun je er voor kiezen om wat meer te bereiden en wat overblijft in te vriezen. Je kunt er dan later nog eens van eten.

Valkuilen

Kopen uit de aanbiedingen kan je veel geld besparen. Wanneer je echter niet oppast, kan het je ook geld kosten. Daarom de volgende vijf tips:

1. Denk eerst twee keer na voor je van merk verandert. Het prijsverschil tussen het oude en nieuwe merk mag dan aantrekkelijk zijn, maar als je het merk niet lust, is het weggegooid geld.
2. Koop geen levensmiddelen, ook al zijn ze in de aanbieding, of afgeprijsd, die je anders ook nooit zou kopen omdat ze te prijzig zijn.

3. Kant- en klaarproducten zoals soep uit blik en ook voorbereide producten als snelkookrijst en voorgesneden groente zijn over het algemeen duur. Duurder dan de 'pure' producten. Dikwijls maken aanbiedingen ze nog niet goedkoop.
4. Vaak zijn merkartikelen, ook al zijn ze in de aanbieding, toch nog prijziger dan eigen merk artikelen in de winkel.
5. Kijk uit voor de gecombineerde aanbiedingen zoals koop dit, dan krijg je daarbij iets anders voor bijvoorbeeld de helft van de prijs. Vraag je af of je dat product ook gebruikt.

Winkelen in een supermarkt

- Kijk vooral naar het gewicht en niet naar de grootte van het pak, de pot of de fles. Daarin kan veel loze ruimte zitten. Vaak zie je bij de prijs op de schappen ook de omgerekende kiloprijs. Pas dan kun je goed producten en prijzen vergelijken.
- Koop die hoeveelheid die in een keer opgaat als het bederfelijk waar betreft. Koop een wat grotere hoeveelheid als je het overschot goed kunt bewaren. Bevat een voorverpakt levensmiddel meer dan je nodig hebt of kunt bewaren, koop het dan los.
- Allerlei lekkere of leuke, maar vaak overbodige producten liggen bij de kassa uitgestald. Laat je niet verleiden tot aankopen die je niet van plan was te doen terwijl je bijvoorbeeld voor de kassa staat te wachten.
- Bukken kan geen kwaad. Op de zogenaamde grijphoogte (= ooghoogte) staan en liggen de dingen die een winkel graag wil verkopen. Wil je wat goedkopere of minder bekende merken, buk dan eens.
- Weeg al afgewogen en geprijsde artikelen opnieuw. Er kan wat van afgenomen zijn. Denk maar eens aan een tros bananen; een banaan minder scheelt in gewicht en dus in prijs.
- Groente en fruit zijn het goedkoopst als de aanvoer het grootst is. Op een groente- en fruitkalender kun je zien wanneer dit het geval is.

De juiste keus

- Koop geen gedeukte blikken. De inhoud kan bedorven zijn. Kijk of potten en flessen niet geopend zijn geweest.
- Diepvriesdoperwtjes, maïs en dergelijke in de diepvries moeten rammelen in het pak. Dat is het bewijs dat het goed is bewaard.
- Koop geen diepvriesproducten waarvan de verpakking is berijpt. Dat duidt op verkeerd bewaren. Mogelijk is het product al eens ontdooid geweest en daarna opnieuw in de diepvries gelegd, hetgeen bederf kan veroorzaken.
- Let bij voorverpakte levensmiddelen op de datum. Kijk of de uiterste verkoopdatum of houdbaarheidsdatum niet is overschreden.

Bijlage VI: Voorbeeld

Hieronder staat een voorbeeld van een acceptgiro. Mevrouw van Wel kan hiermee haar abonnement op de krant betalen.

euro-acceptgiro
over te schrijven te storten

€ **20** euro **00** ct 1751 3159 0011 0001⁺

van girorekening of bankrekening

handtekening

van/door

naam **Dhr. Mevr. E. van Wel**

adres **ENSCHEDÉ**

plaats **ENSCHEDÉ**

zijn alle rode rubrieken ingevuld?

formulier uitsluitend bestemd voor betaling in euro's

op rekening **510605**

van **NRC HANDELSBLAD BV
POSTBUS 8751,3009 AT ROTTERDAM**

S255,- twee

formulier met blauwe of zwarte inkt invullen

© gezamenlijke banken en postbank

betalingskenmerk van rekening euro ct diversen naar rekening code

Hoe hoog is het bedrag dat mevrouw van Wel moet betalen?

Voor welke datum moet zij betalen?

Wat moet mevrouw van Wel nog invullen op de acceptgiro?

Op welke 3 manieren zou ze deze rekening ook kunnen betalen?



This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.