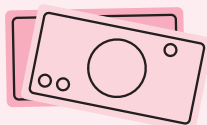


Doing well with money  
has little to do with how  
smart you are and a lot to  
do with how you behave

– Morgan Housel

# Inhoud



## Voorwoord



### **6 Inleiding the old you**

- 14** Hoofdstuk 1 **de betekenis van geld**
- 30** Hoofdstuk 2 **geld in je omgeving**
- 42** Hoofdstuk 3 **money blocks**
- 56** Hoofdstuk 4 **jouw relatie met geld**
- 68** Hoofdstuk 5 **valkuilen en uitgavenpatronen**
- 90** Hoofdstuk 6 **je geldpersona**
- 96** **Budgetcheck**

### **100 Inleiding the new you**

- 104** Hoofdstuk 7 **money magnet mindset**
- 118** Hoofdstuk 8 **dromen en doelen**

### **128 Inleiding bouw je eigen strak plan**

- 130** Hoofdstuk 9 **financiële administratie**
- 138** Hoofdstuk 10 **inkomen**
- 146** Hoofdstuk 11 **sparen**
- 156** Hoofdstuk 12 **geld spenderen**
- 170** Hoofdstuk 13 **nieuwe gewoontes**
- 182** Hoofdstuk 14 **jouw nieuwe gameplan**



**191** What's next

**192** Dankwoord



We kunnen  
een probleem  
niet oplossen  
met de denkwijze  
die het heeft  
veroorzaakt.

- **Albert Einstein**

bekijken als ik voortaan mijn eigen lunchbox meebreng.' Er komen allemaal irrationele gedachten aan te pas, die ervoor zorgen dat financiën een taboe blijven.

En dat is net waarom ik dit boek schreef. Want vooral vrouwen worden nog al te vaak in een hoekje geduwd als het over dit onderwerp gaat. Denk maar aan typische zinnnetjes als: 'Oh je wil een carrière, en je gezin dan?'; 'Jij geeft toch weer meteen alles uit aan shoppen!' of 'Als je te veel verdient, schrik je een potentiële partner af.' Juist daarom wil ik je als vrouw des te harder aanmoedigen om te praten over je (financiële) dromen en doelen. Ik wil je aansturen om je niet langer te laten meesleuren door de golf van clichés in onze maatschappij. En ik wil dat je met zelfvertrouwen even hoog klimt op de financiële ladder van het leven.

Wees dan ook trots op de transformatie die je zult doormaken en help mij de taboes rond dit onderwerp te doorbreken. Het is mijn wens dat dit een bespreekbaar onderwerp wordt en dat niemand zich hoeft te schamen. Hoe mooi zou onze wereld zijn als iedereen de moed had om zijn financiële bezorgdheden aan te kaarten en zo sneller tot een oplossing te komen? Ik hoop vurig je te kunnen motiveren om aan de slag te gaan. En dat jij op jouw beurt alle vrouwen om je heen in vuur en vlam zal zetten om hetzelfde te doen.

## Een structurele oplossing

Je kunt er niet omheen – door de aldoor stijgende prijzen en onze duurder wordende maatschappij, is besparen een hot topic. We worden dan ook bekogeld met allerlei hacks en tips om ettelijke euro's te besparen in de supermarkt, op onze energiefactuur of in ons internet- of gsm-abonnement. Maar wat vaak vergeten lijkt te worden: besparen begint in je hoofd! Je kan nog zo goed proberen te letten op bepaalde uitgaves, als ze niet omkaderd zijn door de juiste money mindset, aangepaste geldgewoontes en een breder budgetplan, heeft dat vaak maar weinig zin.

Daarom maken we in dit boek een reis op zoek naar jezelf. Op zoek naar wat geld voor jou nu echt betekent. Wat is de waarde die jij eraan toekent, welke gevoelens roept geld bij jou op en welke behoeftes wil jij vervullen met je aankopen? Dit om de onderliggende redenen te leren kennen van je huidige situatie. We gaan aan de slag met *the old you* of de oude versie van jezelf. De persoon die een minder goede relatie met geld heeft en die er liefst zo weinig mogelijk over wil horen. De persoon die stress heeft aan het einde van de maand en zich keer op keer afvraagt hoe het anders kan. Deze vrouw transformeren we langzamerhand tot een nieuwe, verbeterde versie. Jij 2.0!

Als je het financieel beter wilt doen, gaat het minder over de effectieve

En? Geschrokken? *I know*. Voor je jezelf nu voor de kop slaat: niet doen. Geld uitgeven is, zoals je net las, een emotionele beslissing. En: helemaal menselijk. Enkel en alleen rationeel handelen zou van jou een robot maken. En zolang jij niet aan het stopcontact hoeft te hangen om op te laden, ben jij nog altijd een vrouw van vlees en bloed. Je mag jezelf gelukkig prijzen met die brede waaier aan emoties. Ze beïnvloeden ons nu eenmaal enorm, ook in positieve zin. En dan hebben we het nog niet over die andere invloedrijke factor waar we als vrouw mee gezegend zijn... hormonen, nietwaar?

### Geld en emoties

Geld an sich heeft niet meer waarde dan waarvoor de munt staat. Heb je € 1 in handen dan heb je € 1. Geld krijgt pas meer waarde doordat jij die toekent. Stel je voor: je koopt tickets voor een concert en betaalt met het briefje van € 50. Wanneer je door die tickets de tijd van je leven hebt, krijgt datzelfde briefje plots een emotionele waarde. Vanaf nu is het de beste € 50 die je ooit besteedde. Je kreeg voor een stukje papier een heleboel mooie herinneringen in de plaats. Dat is net de reden waardoor we ons geld vaak overwaarderen, op basis van emoties, behoeften of om dingen te compenseren. Ben jij een hardwerkende vrouw die vaak van huis is? Dan is de kans groter dat jij de kids of je partner meer

zult verwennen om te compenseren dat je minder aanwezig bent.

De Amerikaanse econoom Brent Kessel, auteur van de bestseller *It's Not About the Money*, houdt zich bezig met de relatie tussen geld en je persoonlijkheid. Zo doet hij de volgende uitspraak:

*'Hoe we omgaan met geld gaat niet over de werkelijke waarde, maar over de emotionele waarde ervan. Niet geld maakt gelukkig, maar uw houding ten opzichte van geld. Hamsteren en gierigheid geven het idee dat u nooit genoeg heeft. Wie vrijgevig is, heeft het idee dat hij geld in overvloed heeft en dat geeft het gevoel van vrijheid.'*

– Brent Kessel, psycholoog en econoom

Dus koop je nu met je hart of met je verstand? Goede vraag! Het is zo dat wij mensen beslissingen bijna nooit alleen rationeel nemen. Er komt ook een flinke dosis emotie bij kijken. Die emoties zijn vaak de drijfveer achter het overmatig of verkeerd spenderen van geld. Scrollen op je telefoon tegen de verveling? Dan is de kans groot dat je scrollt op een shopping app. Je laadt je mandje vol en hop, je bent vertrokken. Ook al koop je niet, je bevindt je akelig dicht bij de grens van het toch te doen. De volgende keer dat jij dit doet hoor je mij in je hoofd: 'Doe het niet, je verveelt je. Je hebt het niet nodig.' Beetje eng, heel effectief!

# De behoeftes van de mens volgens Maslow

Voor we verder graven naar de dieperliggende redenen van je spenderen, wil ik je iets meer vertellen over de menselijke behoeften. Natuurlijk is het niet jouw schuld dat je op deze manier handelt. Er is wel degelijk een verklaring vanuit onze natuur die hier de oorzaak van is. Jij hebt als mens behoeften en dat is heel normaal. De Amerikaanse klinisch psycholoog Harold Maslow wist daar namelijk alles van en werkte een heel interessant model uit om dit makkelijk te begrijpen.

## Maslow vertrekt vanuit de volgende stelling:

Mensen hebben verschillende soorten behoeften, gegroepeerd in categorieën. Elke categorie heeft een bepaalde prioriteit in het vervullen ervan. Die categorieën en volgorde van prioriteit is voor elke mens gelijk.

*In de piramide zie je de verschillende soorten geordend van belangrijk helemaal onderaan tot minder belangrijk bovenaan. Pas wanneer*



*iemand voldoening heeft betreffende de onderste lagen, kan hij stijgen in de piramide en hoger liggende behoeftes vervullen.*

De onderste zijn als het ware de basisbehoeftes van de mens. Het is ook niet mogelijk een van deze stappen over te slaan: wanneer er niet voldaan is aan een behoefte, zal je niet naar de hoger liggende niveaus kunnen stijgen.

gedragen. Het is niet altijd zo dat deze groep of vereniging echt specifiek uitspreekt dat jij jou op een bepaalde manier moet gedragen, maar aan de dynamiek en de uitstraling van de groep merk je dit wel. Je zult je dus onbewust aanpassen aan de waarden, normen, gedragingen en gewoontes van de groep om zo het gevoel te krijgen dat je ook echt één van hen bent. Zo kan het de gewoonte geworden zijn dat iedereen op zijn beurt iets te eten meebrengt of jaarlijks trakteert op een etentje, zonder dat hier vaste afspraken of een vast schema voor zijn. Het zijn de onuitgesproken regels van de groep, en je wordt dan ook geacht ze te volgen zonder dat iemand jou daarop moet wijzen. Soms gebeurt het wel dat de verwachtingen van een bepaalde groep uitgesproken worden. Hier gelden bepaalde regels waaraan je moet voldoen of je kunt geen deel uitmaken van deze omgeving. Denk maar aan serviceclubs of bepaalde hogere sociale kringen die alleen te vinden zijn op de betere events en restaurants.

**Bekijk je aankopen van de laatste 3 maanden en bepaal aan welke trigger van sociale druk je deze kunt toewijzen. Wees niet bang om eerlijk te zijn.**

---



---



---



---



---

**Voor welke vormen van sociale druk ben ik het meest gevoelig?**

---



---



---



---

**Wat heb jij in het verleden veranderd aan jezelf of aan je situatie om ergens bij te horen?**

---



---



---



---

**Heb jij momenteel nog mensen in je omgeving die deze eigenschappen in jou naar boven halen?**



### **Aan de slag**

**Handvatten om geen geld te spenderen onder invloed van sociale druk:**

- ♥ Koop ik het omdat ik het zag bij iemand?
- ♥ Koop ik het om indruk te maken op iemand?
- ♥ Koop ik het om bij een bepaalde groep te horen?

Enkele tips om niet toe te geven aan sociale druk als je op je budget wilt letten.

- ♥ Mensen die echt om je geven zullen begrijpen waarom je bepaalde keuzes maakt.
- ♥ Werk aan je eigenwaarde. Zo heb jij niet langer het gevoel dat je jezelf moet bewijzen tegenover anderen.
- ♥ Niet alles op sociale media is echt.
- ♥ Je dromen op de lange termijn zijn veel meer waard dan kortetermijngelukjes.

**Stel iets anders, budgetbewusters voor om te gaan doen.**

- ♥ Een wandeling met een picknick
- ♥ Een gratis museum bezoeken
- ♥ Een fietstocht
- ♥ Een stad bezoeken met een gratis audiotour
- ♥ Kijk op internet voor deals en kortingen.

**Tip** Houd je focus op je eigen doelen in het leven en omring je met mensen die hiertoe bijdragen. Zorg voor cheerleaders in jouw netwerk die jou naar een volgend niveau helpen. ♥





## Hoofdstuk 4

---

# Jouw relatie met geld

ervaren van dit tekort is dan zo groot, dat het bijna onmogelijk is om geld op een positieve manier te zien. Ben jij ooit een grote som geld verloren door iemand? Dan kan het zijn dat jij moeite mee hebt mensen te vertrouwen wat betreft je geld. Dit kan zich bijvoorbeeld uiten in het krampachtig vasthouden aan een spaarbuffer waarmee je met pensioen zou kunnen, of geen investeringen durven te doen. Soms reageren we ook compleet tegengesteld aan wat we van thuis uit meekregen. Waren jouw ouders de meest gierige mensen die je ooit gekend hebt? Dan is het dubbel zo fijn om echt alles uit te geven wanneer je eindelijk mag beslissen over je eigen geld. Wie doet er nu niet graag eens flink tegendraads, toch?

Je hebt in een eerder hoofdstuk al een opsomming gemaakt van de invloeden uit je omgeving en van je overtuigingen. We voegen daar nu nog de echo's uit het verleden aan toe, dan valt de puzzel mooi in elkaar.

**Welke invloeden, gebeurtenissen of overtuigingen hebben een diepe indruk nagelaten? Wat is het gevolg voor jou?**



Gebeurtenis:

*Mijn mama had schulden*

---



---



---



---



---



---

Invloed op mezelf:

*Ik durf geen geld uit te geven uit angst om hetzelfde mee te maken.*

---



---



---



---



---

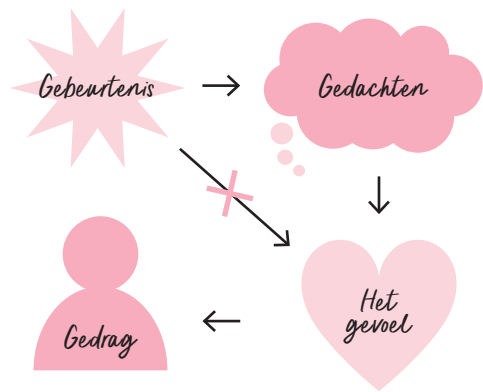
# Ineffectieve gedachten

Een belangrijke vraag die we in dit stuk zullen behandelen is: wat betekent geld voor jou? Welke gevoelens roept het bij je op? Heb je de neiging heel jaloers te worden als je ziet dat anderen het beter (lijken te) hebben? Kun jij je ergeren aan mensen die te sterk laten zien dat ze een dikke bankrekening hebben? Of ervaar jij de grootste paniek wanneer je in de ochtend naar je brievenbus moet om de post eruit te halen? Dit zijn allemaal dingen die de betekenis van geld voor jou weer geven. Het is goed om te weten dat jij die betekenis er zelf aan hebt gegeven door de jaren heen. Het goede nieuws is dus ook dat wanneer je deze gevoelens herkent, je eraan kunt werken om ze positief te maken.

Ik geef je een voorbeeld.

**Je hebt een gebeurtenis (A). →  
De afrekening van de nutsvoor-  
zieningen valt in de bus.**

(of: het moment van je VISA-afrekening is aangebroken, je ziet een nieuwe e-mail van de bank, er wordt je gevraagd de rekening voor te schieten....)



**Dit leidt tot een gevoel (C). →  
Ik ben benieuwd wat erin staat.**

In een ideale situatie voeg je geen gedachten toe aan dit geheel en is je gevoel neutraal. Dit maakt dat het volgende zal gebeuren: ik ga de brievenbus leegmaken en de brieven lezen (gedrag).

Echter is de realiteit anders en komen er wel gedachten aan te pas. Zaken die we onszelf vertellen. Of ze nu waar zijn of niet. Het kunnen feiten zijn, maar ook overtuigingen die geen grond van waarheid hebben.

# Je valkuilen aanpakken

88

Weten wat je niet moet doen om je benen niet te breken is één ding. Maar het zou natuurlijk ook nuttig zijn om te weten hoe je het tot een goed einde moet brengen. Laat ons die verraderlijke valkuilen eens benoemen en er korte metten mee maken.



**Welke valkuilen herken jij bij jezelf? Bepaal per valkuil wat de onderliggende reden kan zijn en wat jij zult inzetten als houvast om te voorkomen dat je erin trapt.**

Dit is alvast een voorbeeld.

Valkuil:

Overmatig kleding kopen.

Onderliggende reden:

Gebrek aan zelfvertrouwen.

Houvast:

Werken aan de manier waarop jij jezelf ziet.

Valkuil:

Je kinderen overmatig verwennen.

Onderliggende reden:

Schuldgevoel omdat je vaak van huis bent.

Houvast:

Een andere manier vinden om aan dat schuldgevoel te werken.

Nu is het jouw beurt.

Zoals je ziet, wordt je uitgavenpatroon gevormd door een reeks valkuilen.

	<i>Valkuil</i>	<i>Ondertiggende reden</i>	<i>Houvast</i>
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Hoewel jij wel degelijk degene bent die het geld uitgeeft, zijn er heel veel invloeden die je daar maar al te graag bij helpen. Jouw eigen emoties spelen de grootste rol. Die worden natuurlijk ook voor een groot deel aangestuurd door invloeden van buitenaf. Denk maar aan geuren, geluiden, marketingtrucs en reclamestunten. Voeg daar de dagelijkse stress en een goede portie onzekerheid aan toe

en je hebt de perfecte cocktail om te veel geld uit te geven. Gelukkig heb jij dankzij dit hoofdstuk al een heleboel inzichten en handvatten meegekregen om hier bewust mee om te gaan. Jou zullen ze niet snel meer liggen beetnemen. ♥

**All time reminder**  
**Vraag jezelf af: koop ik op gevoel**  
**of koop ik doordacht?**



# Budget- check



In deze checklist vind je mijn beste budgettips en bespaarhacks allemaal netjes op een rijtje. Aarzel niet om ze aan te vullen met je eigen tips & tricks. Succes!

## Mogelijke besparingen per categorie

### Abonnementen

- ♥ Verlaag je internetabonnement
- ♥ Verlaag je tv-abonnement
- ♥ Zeg extra zenders op
- ♥ Pas je gsm-abonnement aan
- ♥ Zeg je streamingdiensten op
- ♥ Zeg online games op
- ♥ Pas abonnementen op magazines en kranten aan

### Vervoer

- ♥ Zet je airco en verwarming vaker uit
- ♥ Controleer je bandenspanning
- ♥ Rij trager
- ♥ Gebruik de cruise control vaker
- ♥ Vermijd rijden met de ramen open
- ♥ Neem vaker de fiets
- ♥ Doe aan carpoolen
- ♥ Overweeg een deelauto

### Bankieren

- ♥ Stop met het gebruik van kredietkaarten
- ♥ Betaal zoveel mogelijk cash
- ♥ Los je schulden af
- ♥ Leen niet tegen hoge rentes
- ♥ Vergelijk de prijzen van banken
- ♥ Verwijder je bankgegevens uit onlineaccounts
- ♥ Zoek premies waar je recht op hebt
- ♥ Investeer je geld

### Verzekeringen

- ♥ Herbekijk je zorgverzekering\*
- ♥ Herbekijk je brandverzekering\*

- ♥ Herbekijk je BA Autoverzekering\*
- ♥ Herbekijk je motorrijtuigenverzekering\*
- ♥ Herbekijk je aansprakelijkheidsverzekering \*
- ♥ Herbekijk je rechtsbijstandsverzekering\*
- ♥ Herbekijk je schuldsaldoverzekering\*
- ♥ Herbekijk je diefstalverzekering\*
- ♥ Herbekijk je reisverzekering\*
- ♥ Herbekijk je pensioensparen\*

\*Zorg er wel voor dat je steeds volledig verzekerd bent naar jouw behoeften. Besparen op je zorgverzekering is eerder bekijken waar je het meeste voordelen hebt als lid.

### Huishoudelijk

- ♥ Vergelijk schoonmaakmiddelen op prijs en kwaliteit
- ♥ Installeer een instelbare thermostaat
- ♥ Koop kwalitatieve apparaten
- ♥ Laat op tijd het nodige onderhoud uitvoeren
- ♥ Zet je apparaten uit, niet op stand-by
- ♥ Repareer dingen zelf
- ♥ Houd de koude buiten met extra isolatie waar mogelijk

### Gezondheid\*

- ♥ Schrap frisdrank
- ♥ Vermijd snoep en snacks
- ♥ Stop met roken
- ♥ Neem een zorgverzekering met meer voordelen

- ♥ Eet ontbijt - zo vermijd je dure tussendoortjes
- ♥ Zorg voor jezelf - dokters kosten ook geld
- ♥ Ga op tijd naar de dokter als je klachten hebt

\*Opgelet! Bespaar niet op je gezondheid door noodzakelijke dingen te schrappen zoals een doktersberzoek, medicatie... Dit is een absolute no-go en kost je op termijn veel meer geld.

## Boodschappen

- ♥ Beperk je boodschappen tot eenmaal per week
- ♥ Kies voor één winkel per keer
- ♥ Plan je maaltijden
- ♥ Vergelijk aanbiedingen
- ♥ Koop alleen de producten die je altijd koopt
- ♥ Gebruik cashback-acties
- ♥ Vergelijk merken
- ♥ Maak een boodschappenlijst
- ♥ Verwerk restjes eten
- ♥ Investeer in een diepvries
- ♥ Leg een moestuin aan
- ♥ Koop zaken die je vaak gebruikt in bulk aan
- ♥ Neem je eigen lunch mee
- ♥ Eet minder vlees
- ♥ Gebruik coupons
- ♥ Negeer de kassakoopjes
- ♥ Kook vooraf voor drukke momenten

## Nutsvoorzieningen

- ♥ Laat geen water stromen als je met iets anders bezig bent.
- ♥ Vervang je lampen door LED-lampen
- ♥ Kies voor zuinige apparaten
- ♥ Zet de verwarming een graad lager
- ♥ Zorg voor tochtstrippen aan ramen en deuren
- ♥ Overweeg zonnepanelen
- ♥ Installeer een warmtepomp

## Algemeen

- ♥ Zoek een goedkopere woonplaats
- ♥ Maak vaker dingen zelf
- ♥ Bekijk tweedehandsopties
- ♥ Denk minstens 48u na over een grote aankoop
- ♥ Schrijf je uit voor marketingmails
- ♥ Verkoop spullen
- ♥ Ruil je miskopen

## Ontspanning

- ♥ Ga uit eten met een online deal
- ♥ Zoek naar gratis evenementen
- ♥ Bezoek een park
- ♥ Ga naar de bibliotheek
- ♥ Bezoek een gratis museum
- ♥ Stel een geschenkbou voor als iemand je vraagt wat je als geschenk wil

## Persoonlijke verzorging

- ♥ Ga naar een kapper in opleiding
- ♥ Leer je nagels zelf doen
- ♥ Herstel je kleding
- ♥ Vergelijk hygiënische producten
- ♥ Vergelijk de ingrediënten van je schoonheidsproducten voor de beste prijs-kwaliteit

---



---



---



---



---



---



---



---

# Jouw mentale boekhouder

108

Aaah die kleine stiekemerds tussen je oren. Handig, zou je denken, zo iemand die de cijfers voor mij bijhoudt. Niets is echter minder waar. Je denkt daardoor alles zelf onder controle te hebben, alleen saboteert deze manier van boekhouden jou met irrationele beslissingen. Je ordent bewust of onbewust je inkomsten en uitgaven in je hoofd. Je schrijft ze toe aan bepaalde uitgaveposten en schuift gretig heen en weer met budgetten naar de posten waar je ze het hardste nodig hebt. Terugbetalingen worden makkelijker weer uitgegeven dan je spaargeld. Vaak zelfs aan zaken waarvoor je je spaarreserve niet eens zou aanspreken. Bij dit geld heb je namelijk sneller het gevoel dat het 'gekregen' is. Jij en ik weten allebei dat dat niet waar is, want je hebt het eerst ergens te veel betaald. Kleine meevallers worden dan ook op een andere manier uitgegeven dan je eigen zuurverdiende geld. Het is geld waar je niet op gerekend had, dus kun je het op een akkoordje gooien met je interne boekhouder. Zo rechtvaardig jij die aankopen alsnog en gaat het geld integraal de deur uit in plaats van naar de spaarrekening.

Je weet het misschien zelf nog niet, maar ook jij bent een kei in het manipuleren van je mentale boekhouder. Stel je eens voor dat je naar de winkel gaat

en je geeft jezelf een budget voor de wekelijkse boodschappen. Laat ons zeggen dat je met € 120 vertrekt en je daar absoluut niet wilt overheen gaan. Dit geld wordt toegeschreven aan het potje 'huishoudbudget'. Aangekomen in de winkel zie je dat de mousserende wijn in de aanbieding is. Zes flessen van deze lekkere drank laten je ruim over je budget gaan. Geen nood, dat extra geld dat je spendeert wordt toegeschreven aan het potje 'feestjes'. Volgende week komen er vrienden op bezoek dus dat heb je dan al in huis. Wat er eigenlijk gebeurd is, is dat jij over je budget voor boodschappen bent gegaan en dat je dit rechtvaardigde door een andere mentale post aan te spreken. Dat geld dat je daarvoor gebruikte komt eigenlijk uit één en dezelfde grote pot en dat is 'jouw geld'.

Je mentale boekhouder is vrij goed in het bijhouden van grote bedragen. Je zult een uitgave van € 50 langer onthouden dan eentje van € 5. Laat nu net daar het gevaar schuilen. Al die kleine uitgaven maken namelijk een aanzienlijk bedrag aan het einde van de maand. Je vraagt jezelf dus keer op keer af aan het einde van de maand waar al je geld naartoe is. Denk maar aan een koffie on the go elke ochtend. Die € 3 zal het verschil niet maken. Of wel?

# De latte factor

<b>Maandag</b>  € 2 € 2,5 € 4,5 = € 9	<b>Dinsdag</b>  € 1,5 € 2,5 = € 4	<b>Woensdag</b>  € 2,5 € 4,5 = € 7	<b>Donderdag</b>  € 1 € 2,5 = € 3,5	<b>Vrijdag</b>  € 2,5 = € 2,5	<b>Zaterdag</b>  € 2,5 = € 2	<b>Zondag</b>  € 5 = € 5
---	--	---	--	---	--	--

**Per week = € 33** (= gsm-abonnement voor 1 maand). **Per maand (\*4,3) = € 141,90** (= 2x boodschappen voor een gezin van 4). **Per jaar = € 1.702,80** (= 1 maand vaste kosten voor een gem. gezin)

Ik krijg heel uiteenlopende antwoorden als ik aan iemand vraag: 'Waarom heb je het dan gekocht?' En het meest favoriete antwoord is steevast: 'Het was maar € 5' en 'Het was een klein bedrag'. Terwijl je misschien op zoek bent naar de goedkoopste vakantie-deals, je verzekeringen elk jaar opnieuw laat bekijken of steeds jaagt op de beste koopjes, kan het zomaar zijn dat je geld weglekt op manieren die je niet eens doorhebt. Zelfs een klein gaatje kan een groot schip doen zinken. Zoals de term al verraadt, gaat het om dingen die vaak niet veel kosten, maar grote gevolgen kunnen hebben. Denk maar aan dagelijks een koffie, broodje of een paar blikjes frisdrank onderweg. Deze dingen zijn gevaarlijker dan je zou denken. Net omdat ze zo normaal geworden zijn tegenwoordig. Het zijn ook vaak de uitgaven die als laatste onder handen genomen worden wanneer er een tekort aan geld is.

Want 'wat gaat die € 5 nu ook uitmaken op termijn'. € 5 die je vandaag niet eens meer in je handen hebt. Even je bankkaart door het apparaat en hoppa weg is je geld. Een aankoop die jij de volgende dagen vast en zeker snel vergeten bent. Wat als je nu een hele maand deze uitgaven nauwlettend gaat bijhouden? Wel, dan is de kans groot dat je voor de zoveelste keer stijl achterover zult vallen. Geloof je me niet? Kijk dan even mee naar het volgende voorbeeld:

Ik hoor het je al denken: 'ik drink geen koffie' of 'ik eet geen ijsjes'. En terwijl je dat denkt, zegt een klein stemmetje in jouw hoofd 'maar je koopt wel die prullen'. Oeps, betrapt. Iedereen heeft zo zijn eigen kleine lekjes. Of het nu koffie, kleine prullen voor de kinderen of andere hebbedingetjes zijn. Ik ben er zeker van dat ook jij deze lekjes zult vinden in je uitgaven.

**Inleiding**

---

# Bouw je eigen strakke plan

**B**en je de grijze haren beu die je krijgt van je financiële kopzorgen? Wil je wel sparen, maar lijkt je geld pootjes te hebben gekregen? *I get it.* Of je nu moet opboksen tegen een schuldenberg, of een solide aanpak wilt uitstippelen voor je volgende investering: een sterk financieel plan is voor iedereen een must.

### **Hoe gek is het dan dat niemand ons dat leert op school?**

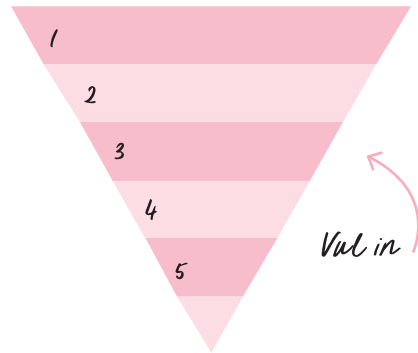
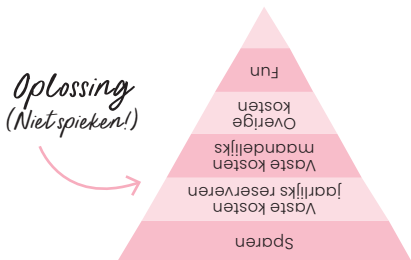
We verleggen de focus van de theorie naar de praktijk. We gaan aan de slag met je cijfers en gieten ze in een overzichtelijk plan. Je hoofd in het zand steken is niet langer de strategie die jij zult toepassen. De stress van iets niet te weten is echter duizendmaal erger dan de stress die je krijgt van het zoeken naar oplossingen. In het laatste geval ben je tenminste aan het toe werken naar een betere situatie. Kies zelf maar welke stress jij het ergste vindt. Jij verdient beter... Veel beter! Jouw eigen financiële gameplan! ♥

# De piramide van spenderen

Als het goed is, heb je ondertussen een goed zicht op jouw uitgavenpatroon. In het hoofdstuk *Inkomen* zag je al een eerste keer de piramide van spenderen. Deze piramide geeft een duidelijk beeld van hoe je je uitgaven het best organiseert. Wanneer ik deze voorleg aan sommige van mijn coachingklanten krijg ik vaak dezelfde opmerking: 'Dit werkt voor mij niet hoor. Als ik alles betaald heb, kan ik niet sparen'. Ik ben er zeker van dat jij nog weet wat ik zei over sparen aan het begin van de maand. Die ene euro die genoeg is om een grote impact te hebben. Lukt het jou niet om te sparen aan het begin van de maand? Dan raad ik je aan om enkele structurele aanpassingen te maken.

164

**Hoe ziet je huidige uitgavenpatroon eruit? Vul in volgens de volgorde waarin jij je geld spendeert. En niet spieken naar de oplossing. Je opt alleen jezelf.**



- ♥ Sparen
- ♥ Vaste kosten maandelijks
- ♥ Fun
- ♥ Vaste jaarlijkse kosten reserveren
- ♥ Overige kosten

**Welke categorieën wissel je van plaats na het zien van de oplossing?**

---



---



---

**Welke aanpassingen in je uitgaven zul je maken om dit te doen werken?**

---



---



---

# Financieel stressvrij leven

De ultieme droom van iedereen. Een leven zonder zorgen en zonder stress rond geld. Het heeft ook voor iedereen een andere betekenis. Voor de een is stressvrij leven de rekeningen kunnen betalen en weten dat er nog voldoende is om van te leven. Voor de ander is dit zes weken per jaar vakantie. Wat je definitie hiervan is, bepaalt dus voor een groot stuk hoe je je geld zou moeten spenderen, of net niet natuurlijk. Is het leven dat jij ziet als 'stressvrij' ook haalbaar op dit moment? Moet je er misschien bepaalde zaken voor laten of veranderen?

Ik geloof erin dat dromen nooit te groot zijn. Als ze je een beetje bang maken, is dat best oké. Wat we niet willen is dat ze je verlammen. Dat is gewoon weer jouw brein dat je in je veilige situatie wil houden. Je kunt altijd meer verdienen, je kunt altijd rijk worden en je kunt altijd kiezen voor financiële vrijheid. Je leven is een keuze. Ik kan me perfect inbeelden dat je huidige job je de nodige rust en stabiliteit geeft, maar is dit echt wat jij diep vanbinnen voor je zag?

**Wat is voor jou een financieel stressvrij leven? Welke zaken zou je anders of zelfs niet meer doen? Hoe zou je je voelen? Hoe zou je nieuwe leven er dan uitzien?**

De grootste zorg van veel mensen is vaak dat ze niet voorbereid zijn op alles. Je gaat aan de slag met je budget en ja hoor, daar zijn de eerste onvoorziene kosten. Je wist helemaal niet dat je in deze maand een eindfactuur zou ontvangen. In een wip kun je dan ook heel je plan in de vuilnisbak gooien en zakt de moed je opnieuw in de schoenen. Wat je hoogstwaarschijnlijk over het hoofd ziet, is een cruciaal onderdeel van je plan. Een stevige financiële planning vraagt je om verder te kijken dan de maandelijkse lasten. Het vraagt je je een beeld te vormen van wat er in de toekomst op je af zou kunnen komen. Om dat te kunnen doen, heb je een duidelijk zicht nodig op je vaste kosten die je niet maandelijks krijgt. Daar zal een jaarplanning je bij helpen.

## Jaarplanning

Wanneer je aan de slag gaat met je budget, heb je snel de neiging dit per maand te bekijken. Als de eindafrekening van de nutsvoorzieningen dan in je bus valt, schrik je elke keer opnieuw. Laten we daar eens verandering in brengen. Deze handige stappen zullen je helpen om een jaarplanning op te stellen. We voegen die later toe aan je nieuwe gameplan en jij bent geruster dan ooit! Een jaarplan maken