

BUDGET

**4 op de 10 vrouwen kan
zich geen extraatjes
veroorloven**

KOPPEL

KIDS

WERK

PENSIOEN



HOE GA JIJ MET GELD OM?

Beantwoord deze vragen en ontdek welk 'financieel' type jij bent!

BUDGET-TEST

1. Op het einde van de maand...

- A) is je geld meestal op.
- B) sta je in het rood.
- C) heb je je uiterste best gedaan om nog wat geld over te houden.

2. Je gaat 's avonds op stap en haalt op voorhand € 50 uit de bankautomaat. Op het einde van de avond...

- A) ben je nog tweemaal langs de bankautomaat gepasseerd.
- B) is die € 50 ook echt op.
- C) heb je geld over.

3. De wasmachine gaat stuk. Je moet een technicus bellen of een nieuwe kopen.

- A) Groot probleem: daar heb je echt het geld niet voor.
- B) Niet erg, je koopt wel een wasmachine op krediet.
- C) Geen probleem, je hebt altijd wat geld opzij staan voor noodgevallen.

4. Waar geef je je geld aan uit?

- A) Aan van alles en nog wat, maar als je geld voor het einde van de maand op is, dan wacht je tot de volgende maand.
- B) Je spaart nooit: als je iets nodig hebt, koop je dat meteen, desnoods op afbetaling.
- C) Je koopt het hoogstnodige en probeert verder te sparen. Je denkt lang na over grote aankopen.

5. Hoeveel staat er momenteel op je bankrekening?

- A) Dat weet je ongeveer. Toch op zo'n paar honderd euro na.
- B) Dat weet je niet en je durft ook niet te kijken.
- C) Dat weet je perfect.



MEESTAL A? JIJ GAAT ERG NONCHALANT MET JE GELD OM!

Voor jou maakt geld het leven mooier. Heb jij geld, dan moet het rollen. Heb je even wat minder, dan doe je het zuiniger aan. Min of meer toch, want jij ziet overal verleidingen en je hebt het heel moeilijk om jezelf iets te ontzeggen. Heel vaak weet je op het einde van de dag niet meer waar je je geld aan hebt uitgegeven.

Let op! Op dit moment heb je geen financiële problemen, maar bedenk dat dit snel kan keren. Het is de moeite om tijdens een bepaalde periode een budgetplan bij te houden zodat je weet hoeveel er elke maand binnenkomt, hoeveel je uitgeeft en waaraan je het eigenlijk uitgeeft. Zo kom je nooit op het einde van de maand, bij onverwachte kosten of rekeningen met een kater te zitten. Omdat je er geen moeite mee hebt om het op het einde van de maand zuiniger aan te doen, loont het om meteen in het begin van de maand een bepaald bedrag opzij te zetten op je spaarrekening. Zo heb je in noodgevallen extra geld.



MEESTAL B? JIJ GEEFT GELD UIT DAT JE NIET HEBT!

Bij jou is het geld al in het begin van de maand opaan alle afbetalingen die je hebt lopen: voor je auto, koelkast, microgolfoven, flatscreen, dvd... En dan moeten de gewone noodzakelijke, maandelijkse uitgaven nog gebeuren. Komt er dan een onverwachte uitgave of een jaarlijkse rekening die



MEESTAL C? JIJ BENT GOED OP DE HOOGTE VAN JE GELD- ZAKEN!

Jij weet precies hoeveel je verdient, hoeveel je maandelijks uitgeeft aan verwarming, elektriciteit en water én je kunt min of meer inschatten hoeveel je uitgeeft aan boodschappen. Af en toe is er ruimte voor iets extra's, maar je denkt over elke uitgave grondig na.

Let op! Jij zult niet snel voor verrassingen komen te staan. En als je al eens een tegenslag hebt of voor een onverwachte uitgave staat? Geen probleem: je hebt een zekere reserve ingecalculeerd en anders pas je je budget aan. Denk je ook voldoende aan later? Ga eens langs bij de bank om bijvoorbeeld te praten over pensioensparen. ■

je over het hoofd hebt gezien, dan beginnen de problemen.

Let op! Een schuldenberg wordt beetje bij beetje groter en groter, tot hij plotseling niet meer te overzien is. Stort jezelf niet in de schulden en zet elke maand een bedrag opzij om de maandelijkse kosten te dragen, ook als die rekening niet maandelijks komt: deel rekeningen die jaarlijks komen door twaalf, rekeningen die per kwartaal komen door vier, tel alles op en zet dit maandelijks op een spaarrekening. En een goed voornemen: los eerst alle afbetalingen af voor je er nieuwe bijneemt.

SPAREN voor dummies



JE HEBT HET VAST AL GEMERKT: ALS JE ALLEEN SPAART WAT ER OVERBLIJFT OP HET EINDE VAN DE MAAND, DAN IS DAT MEESTAL... NIETS. MET DEZE TIPS LUKT HET VAST EN ZEKER WEL.

Catherine Eloin (Bank van De Post)

>> Wordt je loon elke maand op een vaste datum gestort? Schrijf dan meteen die dag met een automatische overschrijving een bepaald bedrag van je zichtrekening over naar je spaarrekening.

>> Op een klassieke spaarrekening krijg je interesten vanaf de eerste euro die je erop zet. En je geld blijft op elk mogelijk moment beschikbaar.

>> Zorg echter dat het bedrag dat je opzijzet haalbaar blijft.

Je spaart beter elke maand plichtsgetrouw € 20 dan elke maand € 200 over te schrijven om dan op het einde van de maand toch geld van je spaarrekening te halen. Want zo wordt geld van je spaar- naar je zichtrekening overschrijven een slechte gewoonte die je beter vermijdt.

>> Denk je dat er op het einde van de maand toch niets overblijft om te sparen? Bekijk je uitgaven eens heel kritisch. Als je elke dag géén blikje uit de automaat haalt, dan scheelt dat al € 2,50 per week, € 10 per maand en € 120 per jaar.

>> Vermijd dat je in het rood komt te staan, want dat kost je geld.

>> Heb je wat geld gespaard en wil je dat investeren op een risicovrije manier? Kasbons zijn een veilig beleggingsproduct dat regelmatige inkomsten oplevert. Je kiest zelf de looptijd (doorgaans tussen één à vijf jaar) en geniet van een bij de start gekende jaarlijkse rentevoet. Je hoeft niet meteen veel te investeren. Je hebt bij Bank van De Post al kasbons vanaf € 250.

>> Zet extra's zoals vakantiegeld, een dertiende maand en bonussen meteen op je spaarrekening. Toch iets extra's nodig? Dan schrijf je een gedeelte (alleen wat je nodig hebt) over op je zichtrekening.

Meer info over spaarrekeningen en beleggingen vind je op de site van Bank van De Post, www.bpo.be of bel naar 022/01.23.45. ■

WIST JE DAT...

een spaarrekening ook fiscaal voordelig is? Je betaalt immers geen roerende voorheffing op de interest, voor zover die minder dan € 1730 per jaar bedraagt (voor 2010).

WIST JE DAT...

het ideaal is als je een bedrag ter waarde van drie keer je nettoloon op je spaarrekening hebt staan om onvoorziene omstandigheden op te vangen? Je bouwt zo'n veiligheids-reserve handig op door automatisch te sparen.

1 Zeg je gsm-abonnement op en bel vanaf nu met een prepaid kaart. Bepaal vooraf een bedrag dat je maandelijks wilt uitgeven en hou je daaraan. Check op www.bestetarief.be (een website van het Belgisch Instituut voor Postdiensten en Telecommunicatie, BIPT) welke operator het voordeligste is voor jouw profiel.

2 Vraag aan je arts of apotheker altijd of er een generische (en dus goedkopere) variant bestaat van het geneesmiddel dat je moet nemen.

3 Doe je boodschappen altijd alleen en met een volle maag. Wijk niet af van je boodschappenlijstje.

4 Geef de voorkeur aan de huismerken van de supermarkt waar je winkelt.

5 Koop seizoensgroenten en -fruit.

6 Hou kortingen en promoties in het oog en verzamel kortingbonnetjes.

7 Onderhoud je toestellen, ontkalk en ont-dooi geregeld, zo verbruiken ze minder.

8 Denk zeker tijdens de solden twee keer na: het is niet omdat je iets met korting kunt kopen, dat het automatisch een goede aankoop is.

9 Of je nu nieuwe kleding nodig hebt, een apparaat of je badkamer wilt verbouwen... Probeer altijd eerst via veilingsites, zoekertjes, rommelmarkten en kringwinkels te vinden wat je zoekt.

10 *Neem een douche in plaats van een bad en installeer spaarkranen.*

11 Is een huishoudtoestel aan vervanging toe? Kies voor een zuinig klasse A-toestel, het liefst A++.

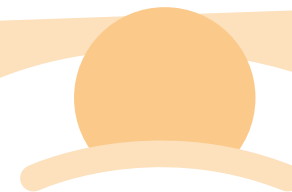
12 Laat apparaten nooit in spaarstand staan. Haal laders (van je gsm, elektrische tandenborstel) uit het stopcontact wanneer je ze niet gebruikt.

13 Ga na welke energieleverancier het best bij jouw manier van verbruiken past en vergelijk tarieven van de verschillende leveranciers met een simulatie op www.vreg.be (Vlaamse reguleringsinstantie voor de elektriciteits- en gasmarkt). ■

Nog meer tips? www.verdien1000euro.be

SPAREN IS EEN KWESTIE VAN GOEDE GEWOONTEN: MINDER UITGEVEN IN DE SUPERMARKT, JE ENERGIEFACTUUR VERLAGEN ÉN NIET ALLES NIEUW WILLEN HEBBEN.

SLIMMER SPAREN



PLAN JE BUDGET

DE GOUDEN RAAD VAN IEDERE FINANCIËEL EXPERT: ZORG DAT JE WEET HOEVEEL GELD ER MAANDELIJKS BINNENKOMT ÉN WAAR JE HET AAN UITGEEFT. DE OPLOSSING? EEN BUDGETPLAN.

JE INKOMSTEN

Je berekent je maandelijkse inkomen door je maandloon te vermenigvuldigen met twaalf en daar eventueel vakantiegeld en dertiende maand bij op te tellen en alles te delen door twaalf. Vergeet niet om eventueel alimentatie, een weduwnpensioen, inkomsten uit verhuur of uit een tweede job toe te voegen.

JE UITGAVEN

Hou rekening met je vaste kosten (huur, hypotheek, verzekeringen), je dagelijkse kosten (boodschappen, medische kosten...) en je luxekosten (cadeaus, hobby's...).

INKOMSTEN	
Professionele inkomsten (salaris, premies...)	
Uitkeringen	
Pensioen	
Andere inkomsten (huur, rente...)	
Diversen	
Totaal:	

WONEN	
Hypotheek/huur	
Lokale/regionale taksen	
Verzekering	
Elektriciteit	
Gas/aardolie	
Water	
Telefoon (vast, mobiel)	
Televisie	
Internet	
Onderhoud/replicatie huishoudtoestellen	
Renovatie	
Diversen	
Totaal:	

VERVOER	
Afbetaling auto/leasing	
Autoverzekering	
Brandstof	
Openbaar vervoer	
Parkingkosten	
Wegenbelasting	
Onderhoud/technische controle	
Diversen	
Totaal:	

EXTRA'S	
Cadeaus	
Bijdragen voor goede doelen	
Diversen	
Totaal:	

JOUW BUDGET

INKOMSTEN	- UITGAVEN	= DIT BLIJFT OVER
...

DAGELIJKS LEVEN	
Boodschappen	
Kinderopvang (crèche, onthaalmoeder, schoolkosten, opvang tijdens de vakantie, babysit...)	
Huisdieren (voeding, dierenarts, verzorging...)	
Hygiëne/cosmetica	
Kleding	
Poetsvrouw/strijkhelp	
Postkosten	
Kapper/lichaamsverzorging	
Zakgeld (kinderen, kleinkinderen...)	
Diversen	
Totaal:	

GEZONDHEID	
Dokterskosten (tandarts, dokter, gynaecoloog...)	
Apotheek	
Bijdrage mutualiteit/ziekteverzekering/verzekering gewaarborgd inkomen	
Diversen	
Totaal:	

LASTEN	
Kosten bankkaarten en -transacties	
Afbetaling persoonlijke leningen/kredietkaarten	
Alimentatiegeld	
Inkomstenbelasting	
Andere	
Totaal:	

ONTSPANNING	
Cafés/restaurants	
Dvd's/cd's	
Bioscoop/concert/theater	
Boeken/tijdschriften	
Speelgoed	
Hobby's	
Sport	
Pretparken/musea/dagtrips	
Vakanties	
Andere	
Totaal:	

SPAREN	
Spaargelden (spaarrekening, pensioensparen, beleggingen...)	
Spaargeld voor grote projecten (reis, auto, renovatie...)	
Diversen	
Totaal:	

Help, IK HEB SCHULDEN!

WEINIG GELD HEBBEN IS SLOPEND. SCHULDEN HEBBEN IS NOG ERGER. INGE VAN KERCKHOVEN, SCHULDBEMIDDELAAR BIJ HET OCMW ANTWERPEN, LEGT UIT HOE JE SCHULDEN KUNT VERMIJDEN OF AFLOSSEN.

Zo blijf je uit het rood

“Dé regel is: geef alleen geld uit dat je hebt! Ga geen leningen aan, koop niet op krediet, ga niet in het rood.

- Weet waar je je geld aan uitgeeft. Een voorbeeld: de post van je huishuur mag niet meer zijn dan een derde van je netto inkomen. Als je meer betaalt en ook nog eens veel kosten hebt, kom je eigenlijk te kort, dus moet je ergens anders op besparen.
- Bereken de som die je maandelijks nodig hebt om vaste kosten te dragen: hoeveel kost gas en elektriciteit, hoeveel geef je uit aan eten, hoeveel kost je ziekteverzekering? Deel de facturen die je op jaarbasis betaalt door twaalf, trimestriële door vier en tel dit allemaal op bij je maandelijks kosten. Zet dit bedrag elke maand op een aparte rekening en gebruik dat geld alleen om re-keningen te betalen. Zo vermijd je

problemen wanneer de jaarlijkse facturen voor verzekeringen e.d. binnenkomen.

- Let op met domiciliëringen. Op die manier wordt het ook moeilijker om het overzicht te behouden. Rekeningen lopen bovendien snel op zonder dat je dat

CINDY (34): “Het moment waarop de ge-rechtsdeurwaarder al onze spullen liet inladen, was het meest beschamende van mijn leven. Van de tv tot het speelgoed van de kleine, het ging allemaal de vrachtwagen in. Dat ze zelfs dat speelgoed meenamen, mijn kind had niks meer... Hoe heb ik het zo ver kunnen laten komen?”



CAROLIEN (57): “Elke avond ging ik slapen met stress en dan dacht ik: morgen doe ik er iets aan!”

Morgen zal ik echt die rekeningen betalen. Morgen zal ik bellen om te zien of er geen afbetaling te regelen valt. Maar dan kwam de volgende ochtend en liet ik het weer aanslepen. Tot ik in de supermarkt niet eens meer mijn eten kon betalen. Nu gaat al mijn geld op aan schuldflossing. Maar de opluchting is immens: ik doe er eindelijk iets aan!”

in de gaten hebt.

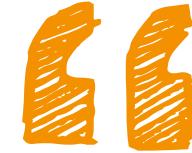
- Wees voorzichtig met kopen op krediet: heel wat winkels bieden tegenwoordig kredietkaarten aan om aankopen te betalen. Voor heel wat mensen zijn dit soort afbetalingen heel aantrekkelijk: je kunt meteen kopen wat je wilt, zonder te moeten sparen. Maar de interest voor dit soort kredieten ligt vrij hoog.
- Als je iets wilt hebben, moet je sparen en elke maand de discipline hebben om geld opzij te zetten. Besef dat je méér geld kwijt bent wanneer je iets op afbetaling koopt.
- Hou je verbruik van gas en elektriciteit goed in het oog. Besef dat wat je elke maand betaalt slechts een voorschotfactuur is op basis van een theoretisch verbruik. Aan het einde van het jaar krijg je nog een afrekening.”

Pak schulden meteen aan!

- Moffel rekeningen nooit weg: betaal ze meteen. Heb je niet meteen het geld? Dan stel je een memodatum in. Het geld gaat dan pas van je rekening op een door jou gekozen moment. Is de rekening te hoog? Bel meteen naar de schuldeiser, zeg eerlijk dat je niet kunt betalen en spreek met hen een afbetalingsplan af. Elke schuldeiser is bereid om een afbetalingsplan te maken.
- Hou je aan dat afbetalingsplan. Dat creëert goodwill bij de schuldeiser.
- Hou het afbetalingsplan realistisch. Het heeft geen zin om € 1200 in twee maanden te willen afbetalen. Je zult schulden moeten maken om een schuld af te lossen. Het is beter elke maand € 100 à € 200 af te lossen.
- Ben je niet in staat om zelf tot een regeling te komen of krijg je de schuld niet afbetaald? Stap dan naar een schuldbemiddelaar, zoals een OCMW.



MICHÈLE (30): “Naar buiten toe lijkt het of er niets veranderd is, maar thuis eten we elke avond boterhammen met de goedkoopste smeerkaas. Ik schaam me te erg om toe te geven dat we schulden hebben.”



IRENE (48): “Het is moeilijk om plots met een beperkt budget te moeten leven. Maar ik troost mezelf met de gedachte dat het maar voor even is: nog twee jaar en alle schulden zijn afbetaald.”

SYBILLE (53): “Als je denkt aan mensen met schulden, dan denk je aan marginalen, aan werklozen. Mijn man en ik hebben heel ons leven keihard gewerkt in onze zaak. Tot die vorig jaar failliet ging en we met een enorme schuldenberg zaten. Al ons geld gaat op aan schuldflossing. Hard hoor, als je dat niet gewend bent.”

HIER KUN JE TERECHT VOOR HULP

Heb je schulden en weet je niet welke instanties je kunnen helpen, bijvoorbeeld voor een afbetalingsplan of bij problemen met je huishuur, stap dan naar een erkende schuldbemiddelaar zoals het OCMW. Voor adressen van OCMW's en CAW's en meer info, kun je terecht op de website van het Vlaams Centrum voor Schuldbemiddeling: www.centrumschuldbemiddeling.be of bel naar 02/211.55.00. ■

NU BETALEN = LATER SPAREN

Van deze kosten word je zelfs rijker

SOMS MOET JE KOSTEN MAKEN OM OP TERMIJN KOSTEN TE BESPAREN.
INVESTEER ZEKER IN DEZE NOODZAKELIJKE UITGAVEN!

VERPLICHT VOOR IEDEREEN

- ✓ Medische kosten (voor dokters en geneesmiddelen) kunnen serieus oplopen. Zorg dus dat je aangesloten bent bij een **ziekenfonds** en je bijdragen betaalt. Zo kom je bij een eventuele ziekte niet voor lelijke verrassingen te staan. Verplicht is ook de aansluiting bij de Vlaamse Zorgverzekering. Hiervoor betaal je jaarlijks een premie van € 25. Je ontvangt de rekening via je ziekenfonds.
- ✓ Je bent ook verplicht om een **burgerlijke aansprakelijkheid-autoverzekering** af te sluiten. Veroorzaakt je een ongeval en ben je niet verzekerd, dan lopen de kosten flink op.

VERZEKER JE GOED!

Inge Van Kerckhove, OCMW Antwerpen: "Wij raden mensen altijd aan om een **brandverzekering** te nemen, ook als ze huren en dat, in tegenstelling tot huiseigenaars, dus niet verplicht zijn. Stel dat je in een appartement woont en je veroorzaakt een brand, bijvoorbeeld doordat je frietketel vuur vat, dan betaal je niet alleen de schade aan je eigen woning, maar ook de materiële schade aan andere appartementen. Om diezelfde reden raden we ook een **familiale verzekering** aan. Veel mensen willen daarop besparen, het is tenslotte niet verplicht, maar je doet het beter wel. Stel dat een lid van je gezin of zelfs je hond een ongeluk veroorzaakt, dan betaal je soms levenslang de kosten af. Tenzij je verzekerd bent. Stel dat er iemand voor je voordeur over je vuilniszak struikelt en zijn heup breekt, dan draai jij op voor de kosten. Het is jaarlijks een kleine som, maar die kan je enorm veel geld besparen."

OOK DEZE KOSTEN ZIJN DE MOEITE

- ✓ Als zelfstandige kun je een **verzekering gewaarborgd inkomen** afsluiten: zo ben je als je ziek wordt of een ongeval krijgt toch zeker van een vangingsinkomen.
- ✓ Wie regelmatig in het ziekenhuis belandt, kan maar beter een **hospitalisatieverzekering** achter de hand hebben.

Inge Van Kerckhoven: "Je kunt uit een heel gamma hospitalisatieverzekeringen kiezen: je hebt basic verzekeringen, maar ook heel dure waarbij je recht hebt op een eenpersoonskamer en alle luxe die daarbij komt kijken. Je krijgt dan automatisch ook de erelonen die dokters aanrekenen, terugbetaald. Een hospitalisatieverzekering is niet verplicht: ook zonder verzekering heb je recht op medische verzorging. Je ziekteverzekering betaalt hoe dan ook de medische zorgen terug. Opgelet: je doet er goed aan om bij een opname meteen te vermelden dat je geen bijkomende hospitalisatieverzekering hebt. Je komt dan op een (gratis) gedeelde kamer te liggen waardoor dokters ook geen erelonen mogen aanrekenen. Je zult dan alleen nog moeten betalen voor bepaalde geneesmiddelen en producten."

Meer info?

Websites van de verschillende ziekenfondsen vind je op www.riziv.fgov.be of bel naar 02/739.71.11. Voor vragen over verzekeringen, kun je terecht bij de Ombudsman van de Verzekeringen, www.ombudsman.as of 02/547.58.71 of Assuralia, de beroepsvereniging van Verzekeringsondernemingen, www.assuralia.be of 02/547.56.11.

Heb je elke maand geld over en wil je je toekomst veiliger stellen?

Catherine Eloin, Bank van De Post:

- Dan is **pensioensparen** een must. Pensioensparen hoeft je ook niet veel te kosten. Je stort maandelijks of jaarlijks een bedrag (dat bovendien fiscaal aftrekbaar is) en je ontvangt op je vijftenzestigste een aanvullend pensioen.
- Voor een heel klein bedrag biedt Bank van De Post je twee producten aan die je familie beschermen in geval van volledige en blijvende invaliditeit of overlijden van de verzekerde na ongeval:
 - >> de **Saldo-verzekering**: je krijgt een bedrag uitgekeerd gelijk aan het bedrag op jouw zicht- of spaarrekening.
 - >> **Security for Family**: je krijgt een rente uitgekeerd van minimum € 750 per maand, gedurende 12 maanden.

(Voor meer inlichtingen, surf naar de website van Bank van De Post, www.bpo.be of bel 022/01.23.45) ■



SLIMME ADRESSENEN

Budget

ALGEMEEN

- De POD maatschappelijke integratie, armoedebestrijding, sociale economie en grootstedenbeleid: www.mi-is.be (o.a. adressen van OCMW's en CAW's) of 02/508.85.85, Koning Albert II-laan 30, 1000 Brussel.
- CAW's (Centra voor Algemeen Welzijnswerk): www.caw.be
- Sociale Kaart : de Sociale Kaart geeft een overzicht en de adressen van alle voor-zieningen in de welzijns- en gezondheidssector in Vlaanderen, www.desocialekaart.be of 09/267.75.25.

SCHULDEN

- Vlaams Centrum Schuldbemiddeling: www.centrumschuldbemiddeling.be of 02/211.55.00, Paviljoenstraat 9, 1030 Brussel.
- Tussenstap: voor zelfstandigen met schulden, www.tussenstap.be of 02/238.07.57.
- Dignitas: voor mensen met een grote schuldenlast, www.dignitas.be of 065/59.09.30, Rue Henri Tournelle 3, 7012 Bergen.

BEPERKT BUDGET

- De wetswinkel: juristen geven juridisch advies voor € 12, www.dewetswinkel.be of 070/22.58.88 (geen advies, alleen info en adressen).
- Belgische federatie van voedselbanken: www.voedselbanken.be of 02/559.11.10.
- Kringwinkels: www.kringwinkels.net of 070/22.20.02.

