

# Hoofdstuk 10 | Opdracht 9 | Spreken

## Geld besparen

**16 Spaartips – Voor wie niet bovenmodaal verdient, is elke maand geld sparen lastig. Hoe vul je toch je spaarrekening? Tips van experts: ‘Koop in één keer een zak rijst van 5 kilo’.**

### 1 Bespaar op de boodschappen

Johanna van Scholten (46) leert als bespaarcoach mensen hoe ze tot honderden euro's per maand op de boodschappen kunnen besparen. Zelf komt ze met haar dochter van veertien, zoon van elf en man rond van 50 euro per week. Inclusief borrelhapjes, schoonmaakmiddelen en wc-papier. Het geheim? Zoveel mogelijk basisproducten kopen, inkopen via kortingsites en gebruikmaken van een paar 'gouden gerechten' (maaltijden met weinig en goedkope ingrediënten), adviseert Van Scholten. 'Op de kaartjes van Albert Heijn staan vaak veel en dure ingrediënten zoals een pakje kruidenmix van Jonnie Boer. Maar je kan met een paar basisingrediënten alles zelf maken.'



Gezondheidscoach Nicol Morsink (30) koopt vooral groenten die in het seizoen zijn, zoveel mogelijk zonder verpakking. En producten in bulk – want dat is omgerekend per ons of gram goedkoper. 'Elke keer naar de winkel voor een pakje rijst of bonen kost veel geld, ook qua vervoer. Het is beter om in één keer zakken van vijf of tien kilo te kopen. Het komt toch wel op.'

### 2 Kijk verder dan de supermarkt

Bespaarcoach Van Scholten haalde vorig jaar naar eigen schatting voor ongeveer 1.500 euro aan gratis producten in huis, zoals kattenvoer en tandpasta, dankzij de website Scoupy, waar gratis producten op staan en je ook boodschappen met flinke korting kunt kopen. 'Wat veel mensen niet weten, is dat je meerdere accounts mag hebben binnen een gezin.'



Daarnaast maakt ze gebruik van winkels die restpartijen verkopen, zoals de Fooddiscouter, BudgetFood en Die Grenze (aan de Duitse grens). Ook gebruikt ze sites als Bonusway of CashbackXL waar je groepskorting krijgt op bijvoorbeeld vliegreizen, parfum, kleding, telefoon en verzekeringen.

### 3 Eten dat over is

Student Emma Mouthaan (25) begon op haar achttiende met maximaal bijlenen. Toen ze zag dat haar studieschuld was opgelopen tot 60.000 euro, schrok ze zich rot en begon ze flink te besparen. Nu gebruikt ze de app Too Good To Go, waarmee je eten dat over is kan afhalen bij een restaurant of supermarkt als de houdbaarheidsdatum verstreken is. Voor 5 euro koopt ze vaak een zak producten ter waarde van 15 euro. Soms maakt ze ook zelf yoghurt met een restje yoghurt en warme volle melk, die ze een nacht laat staan in een thermoskan. Door de warmte vermenigvuldigen de yoghurtbacteriën zich. De volgende ochtend is dat dan yoghurt geworden. Zo bespaart ze per keer het verschil tussen een pak yoghurt en een pak melk, ongeveer 50 cent.



### 4 Verkoop spullen via Bol.com

Grafisch ontwerpster Tine van Wel (37) besloot producten te gaan verkopen via Bol.com toen ze bang was dat haar inkomsten zouden verdampen door corona. 'Je kan als ondernemer een partneraccount aanmaken bij Bol.com en dan heel gericht zoeken naar welke producten veel vraag is.' Dat bleken onder meer kleurboeken voor volwassenen te zijn. 'Die kan ik wel maken, dacht ik toen.'

Zo gezegd, zo gedaan. Inmiddels heeft Van Wel zo'n vijfhonderd kleurboeken verkocht; daar houdt ze per exemplaar ongeveer 5 euro over. Er is al een tweede druk en er komt ook een tweede kleurboek aan.

Azijn met water en wat essentiële olie wordt allesreiniger, en ook schoonmaakmiddel om de ramen te lappen.



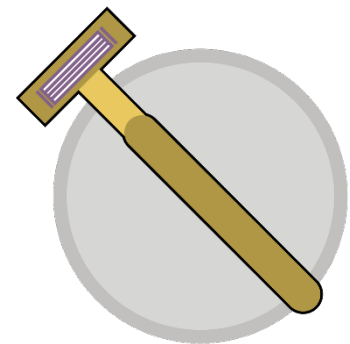
## 5 Maak je eigen toiletproducten

Gezondheidscoach Morsink begon noodgedwongen met besparen toen ze moest rondkomen van 1.000 euro per maand. Ze ging haar eigen verzorgingsproducten maken. ‘Met een pot kokosolie en een fles azijn kan je al veel doen.’ Kokosolie gebruikt ze als bodylotion, dagcrème, haarmasker en zelfs om haar tanden te poetsen ‘met een druppeltje muntolie, zout en wat bentonietklei’. Azijn met water en wat essentiële olie wordt allesreiniger, maar ook schoonmaakmiddel om de ramen mee te lappen of luchtverfrisser.



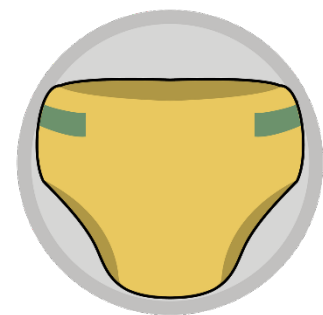
## 6 Stop met wegwerpscheermesjes

Pr-consultant Jennifer Delano (37), die aan het begin van de lockdown veel klanten kwijtraakte door corona, koopt nu zeep in plaats van dure douchegel en tandpastatabletjes waar je er per poetsbeurt één van kauwt in plaats van een plastic tube tandpasta. Met een pakje tabletten van 15 euro doet ze vier maanden. ‘Vroeger betaalde ik 5 euro per maand voor een tube Parodontax.’ Verzorgingsproducten koopt ze in grote verpakkingen in. Daarnaast is ze overgegaan op een scheermes dat je zelf weer scherp kan maken, in plaats van losse mesjes.



## 7 Ga voor wasbare luiers en wasbaar maandverband

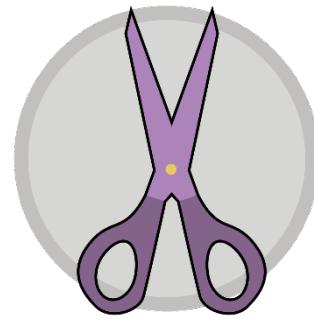
Wasbaar maandverband vindt Delano ‘ook echt de bom’. ‘Waarom zou je van dat plastic spul in je onderbroek stoppen en daarna weggooien?’ Gewoon maandverband is slecht voor het milieu, kraakt en voel je bij iedere stap, zegt Delano. ‘Dat heb je bij wasbaar maandverband niet.’ Per maand gebruikte Delano zo’n vier pakjes; op die manier bespaart ze naar eigen zeggen wel 15 euro per maand.



Daarnaast gebruikte ze wasbare luiers toen haar kinderen kleiner waren. ‘Je hebt van die wasbare broekjes, die je gewoon in de wasmachine kan doen. Dat scheelt al snel 6 luiers per dag.’ Oftewel: 24 luiers per week in het geval van Delano, die de luiers vier dagen per week gebruikte (het kinderdagverblijf deed niet mee). Per maand leverde het haar 35 euro op. ‘En het is veel beter voor het milieu.’

## 8 Word je eigen kapper

Delano ging haar haar zelf verven tijdens de lockdown. 'Ik koop het goedkoopste pakje verf bij de drogist of supermarkt en daar gebruik ik maar de helft van. Zo kost het me 5 of 10 euro per twee maanden, in plaats van 60 euro per maand.' Ook waste ze laatst haar haar voor het eerst met water en bakzout. 'Dat is bijna gratis en het werkt best goed. Ik was aangenaam verrast.'



## 9 Ga altijd met eten op pad

Ga met een volle maag op pad, plan en bereid maaltijden vooruit en neem eten en drinken mee om te voorkomen dat je onderweg veel geld uitgeeft aan dure broodjes en drankjes op het terras, adviseert gezondheidscoach Morsink.

Student Mouthaan vraagt vrienden die willen afspreken om uit lunchen te gaan, in plaats van 's avonds uit eten te gaan – 'dat scheelt al snel de helft'. Of ze spreekt af in het park en neemt zelf drinken mee.



## 10 Zet 10 procent van je inkomen opzij

Het precieze percentage van je inkomen dat je kan missen, verschilt per persoon. Maar het is verstandig om aan het begin van de maand gelijk het bedrag dat de vaste lasten dekt opzij te zetten, en dan direct 10 à 20 procent over te maken naar je spaarrekening als je salaris net is gestort. Koop daarna pas de dagelijkse dingen van het bedrag dat je overhoudt. 'En niet andersom', adviseert Morsink.



## 11 Koop en verkoop tweedehands via Marktplaats of Vinted

Bijna alle kleding en ook apparaten als een blender koopt Morsink tweedehands, bijvoorbeeld via apps als Vinted. Zo bespaart ze honderden euro's. Heb je iets niet direct nodig? Wacht dan tot uitverkoopdag 'Black Friday' of op aanbiedingen.

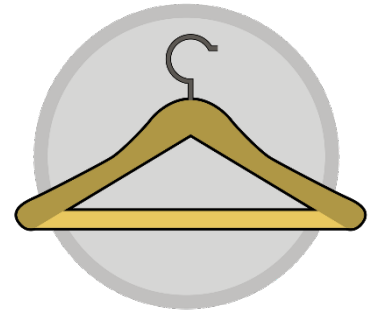
Bespaarcoach Scholten kocht hele zakken kinderkleding van



bepaalde merken op Marktplaats. Die verkocht ze per stuk vrijwel direct weer. ‘Het vervangt niet een volledig inkomen, maar een paar tientjes per maand kan je er wel mee winnen.’

### 12 Koop geen (dure) kleding meer

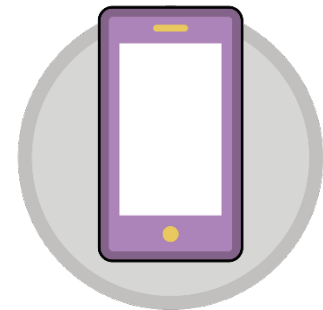
Sinds corona is pr-consultant Delano gestopt met het dragen en kopen van ‘fancy kleding’. ‘Ik zit hier toch maar achter de computer te werken.’ Toen winkelketen Miss Etam failliet ging, kocht ze daar voor 50 euro drie broeken, een jasje en een paar shirtjes. Kindermaillots met gaten erin en broeken met scheuren brengt ze naar de kleermaker. Dat is veel goedkoper dan nieuwe kleding kopen.



Als je de klantenservice mailt of belt voor een nieuw mobiele telefoonabonnement als de looptijd verstreken is, krijg je vaak korting.

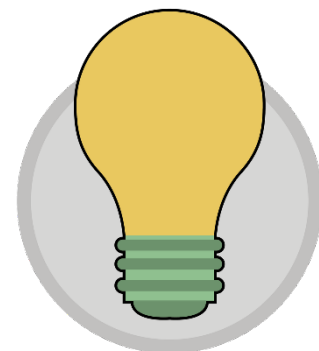
### 13 Sluit een nieuw abonnement voor je mobiele telefoon af

Als je de klantenservice mailt of belt en je mobiele telefoonabonnement vernieuwt nadat de looptijd is verstreken, krijg je vaak korting. Het scheelde Delano een paar tientjes per maand. Ook belde ze haar telefoon-, internet- en digitale televisie-aanbieder KPN op met de mededeling dat Ziggo dezelfde diensten goedkoper kon leveren. ‘Wat gaan we daaraan doen, heb ik gezegd.’ Het resultaat: ze kreeg 260 euro korting op haar nieuwe jaarabonnement, deels omdat er tijdelijk vanwege corona niets te zien was op de voetbalkanalen.



### 14 Verander van energieleverancier

Ieder jaar zoekt een kennis voor Delano uit met welk energiecontract ze het meest bespaart. Bijvoorbeeld vanwege een aansluitkorting of juist een bonus omdat ze langer klant blijft. Dat scheelt de pr-consultant soms wel 50 euro per maand. Een andere kennis bekijkt jaarlijks voor Delano haar verzekeringen, zoals haar zorgverzekering en de dure verzekering voor arbeidsongeschiktheid die ze als zelfstandige heeft.



Waar die het goedkoopste is, verschilt per jaar en soms zelfs per maand. Het geld dat ze zo wint, loopt op tot honderden euro's per jaar.

### 15 Verruil je huis voor een camper

Renée van der Hoff (32) betaalde voor haar appartement in Tilburg 700 euro huur. In totaal liepen haar vaste lasten, inclusief gas, water en licht en de kosten van haar auto op tot ongeveer 1.300 euro per maand. Sinds ze permanent in haar kampeerbusje woont, bespaart ze alleen op haar vaste lasten al zo'n 700 euro per maand. Ze kampeert vaak in het wild, bij vrienden of in natuurparken. De meeste elektriciteit wint ze met zonnepanelen op het dak en water tapt ze gratis bij benzinestations.



### 16 Houd je uitgaven bij en kijk daar kritisch naar

In de bankapp van student Emma Mouthaan worden kosten automatisch in categorieën ingedeeld. Zo ziet ze in één oogopslag wat ze uitgeeft aan horeca, boodschappen, kleding of sport.

Een kostengrens per categorie heeft ze niet, maar de truc is volgens Mouthaan om jezelf bij alles de vraag te stellen: heb ik dit nu écht nodig? Of: heb ik dit nú echt nodig? Of: heb ik dít nu echt nodig?



Bron: <https://www.nrc.nl/nieuws/2021/05/27/gebruik-wasbaar-maandverband-en-verf-je-haar-zelf-zo-bouw-je-een-spaarpotje-op-a4045137>