



Kasboek

WEEK VAN HET GELD

Met tips om (nog meer) te besparen op je uitgaven,
je financiën (nog beter) op orde te krijgen en je inzicht
krijgt waar je je geld iedere maand aan uitgeeft.





Dit kasboek is van

Een kasboek bijhouden is een belangrijke gewoonte voor iedereen die financieel gezond wil leven. Door al je inkomsten en uitgaven in dit kasboek bij te houden kun je je uitgavenpatroon beter begrijpen, je financiële gewoontes aanpassen en op lange termijn meer geld besparen en sparen.

Dit kasboekje wordt je aangeboden door Facet in het kader van de Week van het Geld en is in samenwerking met het Geldloket en de Rabobank.

Naast het bijhouden van je financiën vind je ook verschillende tips en instanties die je kunnen helpen met je financiële situatie.



www.facet-emmen.nl

TIPS VOOR JE KASBOEK

Krijg meer grip op je financiën door het gebruik van een kasboek



- ▶ Begin met het maken van een plan voor je financiën en bepaal wat je doelen zijn.
- ▶ Maak categorieën voor alle uitgaven die je doet, zodat je inzicht hebt in waar je geld naartoe gaat.
- ▶ Maak een systeem voor bonnetjes, zodat je ze niet kwijtraakt en gemakkelijk kunt toevoegen aan je kasboek.
- ▶ Noteer alle uitgaven, hoe klein ze ook zijn, zodat je een volledig beeld krijgt van je uitgavenpatroon en werk het regelmatig bij.
- ▶ Controleer je kasboek regelmatig, bijvoorbeeld aan het eind van elke week of maand. Zo kun je zien of je nog steeds op koers zit.
- ▶ Wees realistisch over je uitgavenpatroon en stel realistische doelen. Als je dit niet doet, leg je sneller de handdoek in de ring en verval je in je oude gewoontes.
- ▶ Plan voor onverwachte uitgaven door een buffer in je budget op te nemen. Zo houd je geld over voor bijvoorbeeld onverwachte medische rekeningen of auto-reparaties.
- ▶ Blijf gemotiveerd om je kasboek bij te houden, omdat het je zal helpen om je financiële doelen te bereiken.

Tip! 💡 Heb je behoefte aan budgetcoaching?

Kijk eens bij Stichting Knip voor diverse (online) trainingen voor meer inzicht in je financiën! www.stichtingknip.nl

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]

Totale inkomsten €
Totale vaste lasten €
Ik hou over €
Dit ga ik met het geld doen
Ik kom tekort €
Zo ga ik dat oplossen

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.
Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Tip! Wat ligt er nog in je koelkast? Vul het op Google in en er rollen zo fijne recepten uit. Hoef je (bijna) niets meer erbij te kopen: www.samentegenvoedselverspilling.nl

[illegible]

Vaste lasten

[illegible]

Inkomsten

[illegible]**Totale inkomsten €****Totale vaste lasten €**

Ik hou over €

Dit ga ik met het geld doen

Ik kom tekort €

Zo ga ik dat oplossen

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

Datum	Omschrijving	€

Tip! Stichting Knip verzorgt geldlessen voor leerlingen op scholen. Jong geleerd is oud gedaan!
www.stichtingknip.nl



Datum	Omschrijving	€

Totaal € _____

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]**Totale inkomsten €****Totale vaste lasten €**

Ik hou over €

Dit ga ik met het geld doen

Ik kom tekort €

Zo ga ik dat oplossen

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

Datum	Omschrijving	€

Tip! Wist je dat je als huurder van Domesta gratis zonnepanelen (indien mogelijk) kunt aanvragen? Benieuwd of jouw dak geschikt is? www.domesta.nl



Datum	Omschrijving	€

Totaal € _____

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

[illegible]**Totale inkomsten €****Totale vaste lasten €**

Ik hou over €

Dit ga ik met het geld doen

Ik kom tekort €

Zo ga ik dat oplossen

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

Datum	Omschrijving	€



Tip! Wat doe je als je puber alweer zijn of haar telefoon kapot heeft laten vallen? Het boek **Ik stuur je een Tikkie** van Johanneke Mijnhardt leert ouder(s) om met geld om te gaan.

Datum	Omschrijving	€

Totaal € _____

HUISHOUDEN

Slimme tips om energie te besparen en kosten te verlagen



- ▶ Zet de **thermostaat wat lager** en zorg dat de radiatoren op kamers waar je niet bent uit staan. Heb je het koud? Gebruik een extra dekentje!
- ▶ Zet apparaten die je niet gebruikt uit of haal de stekkers uit het stopcontact, **zo voorkom je sluipverbruik**.
- ▶ Gebruik een energiemeter. Zo kun je zien hoeveel energie apparaten verbruiken en kun je beslissen welke apparaten je moet uitschakelen om **energie te besparen**.
- ▶ Gebruik LED lampen. Deze verbruiken veel **minder energie** dan gloeilampen én ze gaan ook nog langer mee.
- ▶ Investeer in het **isoleren van je huis**. Op deze manier kan de temperatuur in je huis beter reguleren én bespaar je kosten!
- ▶ Zorg dat je **koelkast op de juiste temperatuur** is (3 °C - 5 °C). Zo bespaar je energie en ga je voedselverspilling tegen.
- ▶ Draai de was met **een volle trommel** en gebruik het eco-programma. Je hoeft dan minder vaak de machine te gebruiken.

Domesta

Wil je meer tips hoe je kunt besparen, deze staan in de folder 'Besparen doe je met Domesta' van onze partner Domesta.

Bezoek de website voor meer tips en download de folder:
www.domesta.nl/ik-huur/huur-en-geldzaken/besparen

STUDENTEN



Slimme tips om geld te besparen én voordelig te leven als student

- ▶ Maak een **overzicht van je inkomsten en uitgaven** en stel doelen.
- ▶ **Thuis koken is goedkoper** dan buiten de deur. Plan je maaltijden en koop voordelige ingrediënten voor meerdere dagen.
- ▶ **Verkoop spullen** die je niet meer nodig hebt, zoals kleding en boeken. Je verdient er geld mee én draagt bij aan duurzaamheid.
- ▶ Iets **vaker de fiets pakken** in plaats van het openbaar vervoer of de auto kan je veel geld besparen.
- ▶ Veel restaurants, winkels of toeristische attracties geven **studenten korting**, maak daar gebruik van.
- ▶ Doe mee aan **gratis activiteiten**. Bekijk of er gratis evenementen, musea of tentoonstellingen in de buurt zijn. (Ook bij Facet 😊)
- ▶ Koop **tweedehands schoolboeken**. Zo bespaar je niet alleen geld, maar draag je ook bij aan duurzaamheid.



Wist je dat..
Er bij Facet **gratis** studie- en werkplekken zijn met wifi en computers?



Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]

Totale inkomsten €	
Totale vaste lasten €	
Ik hou over €	
Dit ga ik met het geld doen	
Ik kom tekort €	
Zo ga ik dat oplossen	

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.
Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible][illegible]

Totaal €

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]

Totale inkomsten €

Totale vaste lasten €

Ik hou over €

Dit ga ik met het geld doen

Ik kom tekort €

Zo ga ik dat oplossen

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible][illegible]

Totaal €

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]

Totale inkomsten €	
Totale vaste lasten €	
Ik hou over €	
Dit ga ik met het geld doen	
Ik kom tekort €	
Zo ga ik dat oplossen	

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.
Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

Datum	Omschrijving	€



Tip! Kijk of je gebruik kunt maken van subsidies voor energiebesparende maatregelen, zoals isolatie of zonnepanelen. Informeer bij de gemeente waar je woont.

Datum	Omschrijving	€

Totaal € _____

Vaste lasten

[illegible]

Inkomsten

[illegible]**Totale inkomsten €****Totale vaste lasten €**

Ik hou over €

Dit ga ik met het geld doen

Ik kom tekort €

Zo ga ik dat oplossen

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

Datum	Omschrijving	€

Tip! Volg de budgettrainingen van Stichting Knip en word volledig zelfredzaam en leer om vooruit te kijken en te plannen: www.stichtingknip.nl



Datum	Omschrijving	€

Totaal € _____

Vrijwilligers Informatie Punt Gemeente Emmen



- Als lid van VIP! Emmen krijg je toegang tot de vele mogelijkheden in vrijwilligerswerk die zij te bieden hebben.
- Bekijk de vacatures op de website van VIP! Emmen om te zien welke vrijwilligersmogelijkheden er beschikbaar zijn en welke het beste bij je interesses en vaardigheden passen.
- VIP! Emmen biedt diverse workshops en trainingen aan om vrijwilligers te helpen hun vaardigheden te ontwikkelen.
- Als je vrijwilligerswerk doet bespaar je ook! Je hoeft namelijk thuis geen koffie/thee te drinken en je kan de verwarming thuis uit laten! 😊

De Rabobank helpt je om financieel gezonder te worden



- Onze Wegwijzer geeft je concrete tips en handvatten hoe je financieel gezonder kunt worden.
- Dromen en doelen voor de toekomst? Met het Rabo Financieel Plan krijg je snel inzicht in je mogelijkheden!
- Geldzorgen? Bel met het Rabo Team Hulp bij Geldzorgen. We bieden je een luisterend oor en zoeken samen met jou naar een oplossing.
- Meer tips? www.rabobank.nl/particulieren/financieel-gezond

Budgettips voor alleenstaande ouders of verzorgers



- ▶ Maak gebruik van **lokale gemeenschapsdiensten**, zoals speelgoedbibliotheken, speeltuinen en activiteiten.
- ▶ Plan je uitgaven vooruit, zodat je beter kunt budgetteren en eventuele financiële problemen kunt vermijden.
- ▶ Kijk of je **recht hebt op kinderopvangtoeslag** en vraag deze aan. Zo kun je de kosten van de kinderopvang verminderen.
- ▶ Maak je kind **gratis lid** van Facet. Tot en met 18 jaar kunnen kinderen gratis gebruik maken van alle faciliteiten.
- ▶ Probeer zoveel mogelijk te **doe-het-zelfen**, zoals reparaties en onderhoud van je huis en auto.
- ▶ Zoek naar **tweedehands** kinderartikelen, zoals kleding en speelgoed, in plaats van nieuwe spullen te kopen.
- ▶ **Verkoop onnodige spullen:** kinderkleding dat te klein is geworden of speelgoed waar niet meer mee gespeeld wordt door je kind(eren).
- ▶ Probeer je vaste lasten zo laag mogelijk te krijgen: zorgverzekeringen, internet- en tv-abonnementen.

Tip! 💡 Kimmie's Weggeefwinkel Veel items gaan nog makkelijk een tweede en soms ook nog een derde ronde mee! Kim heeft bij Toolbox een eigen weggeefwinkel/weggeefbox waar mensen hun overbodige kleding en spulletjes heen kunnen brengen. Anderen kunnen hiervan weer wat uitzoeken.

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Tip! Huur je een huis bij Domesta en heb je aan het eind van je inkomen steeds een stukje maand over? Misschien kunnen de bespaarcoaches je helpen! www.domesta.nl

[illegible]

Totaal €

Vaste lasten

[illegible]

Inkomsten

[illegible]**Totale inkomsten €****Totale vaste lasten €**

Ik hou over €

Dit ga ik met het geld doen

Ik kom tekort €

Zo ga ik dat oplossen

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.
Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

Datum	Omschrijving	€

Tip! Ben je niet zo digitaal vaardig? Kom dan naar het Informatiepunt Digitale Overheid bij Facet. De medewerkers van Facet helpen je graag: www.facet-emmen.nl



Datum	Omschrijving	€

Totaal € _____

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

Datum	Omschrijving	€



Tip! Stichting Knip verzorgt regelmatig workshops, interactieve lezingen en/of presentaties op maat! Kijk op de website voor de agenda: www.stichtingknip.nl

Datum	Omschrijving	€

Totaal € _____

Vaste lasten

Vaste lasten zijn terugkerende kosten die elke maand (ongeveer) even hoog zijn. Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.

[illegible]

Inkomsten

Vul al je verschillende soorten inkomsten hier in en tel ze bij elkaar op. Denk je ook aan bijvoorbeeld teruggaves en toeslagen?

[illegible]

Totale inkomsten €	
Totale vaste lasten €	
Ik hou over €	
Dit ga ik met het geld doen	
Ik kom tekort €	
Zo ga ik dat oplossen	

Uitgavendagboek

Uitgaven zijn kosten die buiten de vaste lasten vallen.

Vul ze hier allemaal in en tel ze bij elkaar op.



Tip! Bij Geldloket Emmen kun je terecht voor advies over uiteenlopende financiële zaken, zoals belastingen, verzekeringen, toeslagen en meer: www.geldloket.emmen.nl

[illegible]

Totaal €

Ondernemer?

We bieden hulp
aan ondernemers
die in financiële
problemen verkeren.

GELDLOKET

Is je huurprijs in
verhouding met je
inkomen? Doe
de huurprijscheck
op onze website.

DOMESTA

Kom je niet meer
zelf uit je financiële
administratie?
De Thuisadministratie
kan iedereen helpen,
ook jongeren.

HUMANITAS

Geldzorgen,
maar blijf je
liever anoniem?
www.geldfit.nl

RABOBANK

Op zoek naar rust
in je hoofd zonder
financiële problemen?
Meld je aan voor onze
gratis trainingen.

STICHTING KNIP

Kom naar het
**Informatiepunt Digitale
Overheid** bij Facet
voor hulp bij websites
van de overheid.

FACET

Het kasboek bevat slechts educatieve en informatieve informatie. Facet is geen financieel adviseur en kan daarom niet verantwoordelijk worden gehouden voor schade die voortvloeit uit het opvolgen van de informatie. Zoek professioneel financieel advies indien je daar behoefte aan hebt.

Facet

