

50X MEER GELD OVER

Handige

**BESPAAR
TIPS**

voor en door
collega's



VOORWOORD

Beste collega,

Je hebt vast ook gemerkt en gelezen dat alles duurder wordt; de benzine, energie, boodschappen, alles kost meer geld.

Als familiebedrijf vinden wij het belangrijk om onze medewerkers te ondersteunen waar mogelijk. En we willen dat zo praktisch mogelijk maken. In dit geval denken we aan besparen op ons huishoudboekje. Dit gebeurt dan ook al massaal binnen CSU. We hebben aan alle collega's om tips gevraagd, hier zijn mooie reacties op gekomen en deze hebben we gebundeld in dit boekje.

Red je het ondanks deze tips niet om financieel rond te komen? Weet dan dat we gratis laagdrempelige hulp aanbieden via de Budgetcoach Groep. Hierover lees je ook in dit boekje. En je kunt natuurlijk altijd het gesprek aan gaan met je leidinggevende.

Je kunt dit boekje ook online terugvinden, zowel in het Nederlands als in het Engels. Ga daarvoor naar <https://www.csu.nl/bespaartips>.

Ik hoop dat de tips van collega's ook voor jou nét het verschil kunnen maken. En heb je nog méér tips, laat dat dan vooral weten via innovatie@csu.nl. Samen zijn we slimmer!

Marco Gramser, HR Directeur

You can find the English version of this little book on
<https://www.csu.nl/bespaartips>

ALGEMEEN

"Wij hebben bij de bank ons geld opgesplitst door **digitaal spaarpotjes** te maken. Hierdoor zie je precies waarvoor je spaart. Bijvoorbeeld een potje vakantie, potje bril, potje wasmachine en een potje voor een uitje."

1

Met een **budgetapp** houd je financieel overzicht. Je ontvangt slimme seintjes als je geld kan besparen of het beter kan. Geen ingewikkelde rekensommen, maar gewoon een 'online huishoudboekje'. Zo zie je snel waar je geld naartoe gaat en wordt sparen een eitje. Dit zijn (gratis) budgetapps: Buddy, Dyme, GRIP, Monefy en Munt.

2

Ga je online shoppen? Google dan even of er een **kortingscode** beschikbaar is. Dit is bijna altijd wel het geval.

3

4

Lever je **bonnetjes van het statiegeld** los in en doe het geld in een spaarpot. Dat gaat best hard en zo heb je snel geld voor een extraatje.

Kijk kritisch naar je **abbonementen** en betaal je abonnementen per jaar in plaats van per maand. Ook zijn stapelabbonementen voor bijvoorbeeld telefoon, internet en tv voordeliger dan allemaal losse. Hiermee kun je soms tot wel **50%** van de kosten besparen.

5

6 Betaal je (zorg)verzekeringen per jaar in plaats van per maand. Bij sommige verzekeraars krijg je dan tot wel **3%** korting.

Deel (streaming-) abonnementen met elkaar. Zo kun je de kosten soms tot wel vijf keer delen met anderen.

7

8 Gebruik **klantenkaarten** om korting te krijgen. Deze kunnen tegenwoordig vaak gewoon digitaal vanaf je telefoon gescand worden en besparen je veel geld.

9 Maak gebruik van **online weggeefhoeken** of ruil-sites en pagina's op social media.

10 Houd de **reclamefolders** die we per post of digitaal ontvangen bij en hamster de producten die in de aanbieding zijn en je echt nodig hebt. Zo kan je echt veel besparen. Ik hoop dat ik mijn collega's in deze dure tijd kan helpen met deze bespaartip.

11 **Vermijd kant-en-klare producten** en overbodige pakjes en zakjes. Het is vaak simpel om het zelf te maken en flink goedkoper en gezonder.

12 **Koop op de markt** in plaats van in de supermarkt. Aan het einde van een marktdag gaan veel verse producten in de uitverkoop. Producten die niet zo lang meer houdbaar zijn, maar wel goedkoop, kun je thuis **invriezen**. Dit helpt mij in mijn dagelijks leven om geld te besparen.

13 Maak een **weekmenu**. Controleer eerst wat je nog hebt in je koelkast en keukenkastjes. Maak daarna een boodschappenlijstje van alle benodigde ingrediënten voor je weekmenu. Zo kom je minder in de verleiding om dingen te kopen die je niet echt nodig hebt.

De lang houdbare producten of verzorgingsproducten kun je het beste **inslaan wanneer ze in de aanbieding zijn**, bijvoorbeeld **1+1 gratis**, 40% korting, 2e product voor €1 euro. Dit scheelt op jaarbasis heel veel geld.

14

15 Gebruik de app **Too Good To Go**. Op verschillende momenten van de dag plaatsen aangesloten winkels een pakket op de app. Deze zijn er al voor €2.99 en hier kan van alles in zitten. De waarde van het pakket is altijd **drie maal zoveel waard** dan dat je betaalt.

Buk eens in de supermarkt; **Onder in de schappen** liggen vaak de goedkopere merken.

16

17

Per persoon gooien we gemiddeld 34 kilo aan eten weg. Je kunt veel geld besparen door slim gebruik te maken van je vriezer. **Gooi je restjes eten niet weg, maar vries het in**. Bereid tijdens het koken meteen een extra portie om in te vriezen. Zo heb je altijd iets lekkers én goedkops in huis voor de drukere dagen.

18

Kijk in de supermarkt naar de **kiloprijs**. Een goedkoper product is namelijk lang niet altijd op de lange termijn ook de goedkopere optie!

19

Voeg **2 tennisballen** toe aan de was in de droger. De was wordt dan sneller droog, hierdoor kan je je was op een lager (minder duur) programma drogen. En je hoeft minder te strijken, want de hoeveelheid kreukels zijn ook minder (minder strijken is ook minder kosten). Zo bespaar je al snel **20 cent per droogbeurt**.

20

Gebruik een **blok zeep** onder de douche. Dit is tot wel **15x goedkoper** dan flessen douchegel.

21

Gebruik handdoeken meerdere keren na een douchebeurt. Dit bespaart circa **52 tot 80 volle wasmachines** per jaar. Hang ze wel goed uit na het douchen.

Maak gebruik van **transparante voorraadpotten**. Zo verliest een product zijn houdbaarheid niet en heb je tevens beter zicht op wat je nog in huis hebt en doe je dus ook geen onnodige boodschappen.

Is het afwasmiddel, de shampoo of handzeep bijna op? **Voeg er wat water aan toe**, even schudden en je kunt nog prima een paar keer vooruit. Een tube **tandpasta knip je open** en zo kun je ook nog prima een paar dagen vooruit.

23

22



24

Ga je klussen? Kijk dan eens online voor het lenen van gereedschap zodat je deze zelf niet hoeft aan te schaffen. Voor meer informatie kijk je op: www.handigindebuurt.nl of **Peerby**.

In plaats van (vaak dure) wasverzachter kun je ook **natuurazijn** gebruiken. Dit is niet alleen goedkoper, maar ook milieuvriendelijk en beter voor de kleding.

25

26

Ontkalk je apparaten regelmatig en tijdig. Zo bespaar je energiekosten. Dit kan gemakkelijk met **schoonmaakazijn**.

27

Als je een **vaatwasser** hebt: een **half vaatwastablet** krijgt de boel net zo schoon! Ook voor de **wasmachine** is een **halve dosis** goed genoeg.

28

Let bij het koken goed op de **hoeveelheden**. Gebruik een kopje (of maatbeker) bij het afmeten van pasta, rijst of couscous. Zo kook je niet teveel en **verspil je geen of minder eten**.



ENERGIE & WATER

29

Zet een **timer aan tijdens het douchen**. Zo douche je nooit te lang en bespaar je water en gas.

30

Overweeg eens het gebruik van **radiatorfolie**. Veel warmte ontsnapt via de buitenmuur als je daar je radiatoren tegenaan hebt hangen. **Goedkoop in aanschaf**, maar al snel een behoorlijke besparing.

Zorg er voor dat de hoeveelheid water die je in de waterkoker giet niet meer is dan je nodig hebt. Zo duurt het minder lang voordat het kookt, waardoor je het gebruik van **energie vermindert**. Moet het water heet zijn, maar hoeft het niet te koken? **Stop de waterkoker dan voortijdig**.

31

32

Vaak zijn spullen voor in huis zoals als lampen of meubilair heel goedkoop en in prima staat, vaak zelfs nog nieuw, te verkrijgen via **Marktplaats** of **BVA Auctions**. Zo bespaar je ontzettend veel op de aanschaf van nieuwe spullen. Het kan soms **25%** tot wel **50%** schelen vergeleken met de winkelprijs.

33

Houd de **kraan meer dicht**. De kraan laten lopen tijdens het inzepen of het tandenpoetsen, kost al gauw **vijf liter per minuut**.

In kleine ruimtes loont het om een **elektrische kachel** aan te zetten in plaats van de cv. Elektriciteit is immers goedkoper dan gas en dit kan tot wel **40% besparen**.

34

35 **Douchen is zuiniger dan in bad gaan.**

Met de hoeveelheid water van een bad (150 liter) kun je drie keer douchen, en met waterzuinige douchekoppen zelfs vijf keer!

36

Vervang gloeilampen door **ledlampen**, zelfs als de lampen nog goed werken. Een ledlamp verbruikt **90% minder stroom** dan een gloeilamp, en 85% minder stroom dan een halogeenlamp. Er bestaan ledlampen in vrijwel alle soorten, maten en tinten. Bovendien gaat LED verlichting ongeveer 25 keer langer mee dan een halogeenlamp.

37

Met een **tochtstopper** voor onder de binnendeur bespaar je gas in de winter. Kosten aanschaf; tussen de 5 en 10 euro voor 1 tochtstopper. Een tochtstopper bespaart ongeveer 200 kub gas (rijtjeshuis). $200 \text{ kub gas} \times \text{€}1,50 = \text{€}300$ die je bespaart.

38

Neem af en toe eens een **koude douche**. Een liter warm water kost ruim **70 keer meer energie** dan een liter koud water.

39

Zet de **verwarming** een tikje lager in de winter. Een graad minder warm stoken levert gemiddeld **50 euro** per jaar op.



40

Maak regelmatig het **filter van je droger** schoon. Dat verlaagt het energieverbruik en verlengt de levensduur van je droger.

41

Gebruik een **waterbesparende douchekop**. Hiermee kun je tot wel €40 per jaar besparen.

42

Zet je **TV 's** nachts uit in plaats van op **stand-by**. Zo bespaar je stroom én gaat je TV langer mee.

43

Hang je was bij mooi weer uit in plaats van de droger te gebruiken. Je bespaart zo'n €30,- per jaar als je alleen al de helft van je **wasgoed buiten laat drogen**. Je was binnen ophangen kan weer zorgen voor een hogere rekening, omdat de was binnen ophangen namelijk voor vocht in huis zorgt en daardoor is je huis **moeilijker te verwarmen**.

ZORG

44

Overweeg eens een **academisch tandarts**. Dit zijn tandartsen **in opleiding**. Zij zijn ongeveer **50% goedkoper** dan de normale tandarts.



45

Moet je naar de kapper? Bij de kappersscholen zoeken ze vaak modellen die **gratis geknipt** worden.

VERVOER

46

Controleer regelmatig je **bandenspanning**. Met een te lage bandenspanning gebruik je tot wel 5% meer brandstof.

47

Tank bij **onbemande tankstations** zoals **Tango** en **Tinq**. Deze hebben soms ook dagen dat de prijzen goedkoper zijn.

UITJES

48

Ga je naar een pretpark of dierentuin? Koop je kaartjes **voorafgaand aan je bezoek online**.

Dit is vaak al voordeliger. Kijk vooraf ook even of er nog een interessante actie te vinden is online, bijvoorbeeld bij **Social Deal** of **Groupon**.

TOT SLOT

49

In plaats van besparen kun je ook wat **bijverdienen** door online vragenlijsten in te vullen. Je mening is dan punten, en uiteindelijk geld, waard. Tips zijn onder andere **GFK Panel** en **Opinieland**.



50

Geef dit boekje door! En help zo een ander ook 50 keer te besparen!

BUDGETCOACH

Helpen alle voorgaande tips nou niet genoeg of wil je meer tips? Dan is er nog meer hulp voor jou! Als medewerker van CSU kun je *gratis* gebruik maken van Budgetcoach Groep. De deskundige budgetcoaches ondersteunen medewerkers met financiële uitdagingen. Al sinds 2014 hebben zij honderden medewerkers geholpen!

“Onze hulp is - zeker in deze tijden - harder nodig dan ooit. Gelukkig kunnen we vaak al in het eerste gesprek stappen zetten om weer overzicht en inzicht te krijgen. Pas als iemand weer financiële rust ervaart, zijn wij tevreden. Omdat we al zolang fijn samenwerken met CSU kennen we het bedrijf en de medewerkers goed en kunnen we snel en effectief in actie komen.”

Daniël de Kievid, oprichter van Budgetcoach Groep.

Budgetcoach Groep is telefonisch bereikbaar via hun financiële helpdesk. Daar krijg je *gratis, persoonlijk en op anonieme basis* advies over jouw financiële situatie. En mocht dat nodig zijn, dan komt er een budgetcoach bij je langs om je verder te helpen. De Helpdesk bereik je via 088 - 622 03 80 (tijdens kantoor tijden) of mail naar csu@budgetcoachgroep.nl.



BUDGETCOACH GROEP

WIJ MAKEN MENSEN GELUKKIGER!

WIST JE DAT?!

900.000

mensen leven onder de lage-inkomensgrens

Dit zijn

1 op de 20

Nederlanders

1/3

heeft een baan

62%

van de werkgevers werknemers met schulden heeft

16%

van de nederlandse huishoudens staat altijd in het rood

Door geld-zorgen daalt het IQ met gemiddeld

13

punten

Een werknemer met financiële problemen gemiddeld

20%

minder productief werkt

En gemiddeld

7

dagen extra ziekte verzuim heeft

32%

van de huishoudens in Nederland betalings-achterstanden heeft. Dit zijn één op de vijf huishoudens



www.csu.nl