

50x handige bespaartips

Handige
bespaar tips
voor jou als onze
collega



Tzorg

Voorwoord

Beste collega,

Je merkt en leest vast ook dat alles duurder wordt; de benzine, energie, boodschappen. Alles kost meer geld.

Als familiebedrijf vinden wij het belangrijk om onze collega's 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 Tzorg.

We hebben 50 handige en praktische tips gebundeld in dit boekje.

Red je het ondanks deze tips niet om financieel rond te komen? Weet dan dat we gratis 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.

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 op **communicatie@tzorg.nl**.

Samen zijn we slimmer!

Claudy de Koning, *HR Directeur*

Algemeen

Splits bij de bank je geld op 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



2

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.

3

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

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.

Maak gebruik van **online weggeefhoeken** of ruilsites en pagina's op social media.

9

Boodschappen

10


Houd de **reclamefolders** die je per post of digitaal ontvangt bij en hamster de producten die in de aanbieding zijn en je echt nodig hebt. Zo kan je veel besparen.

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**.



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.

13

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. 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 goedkoops in huis voor de drukere dagen.

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

18

Huishouden

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.

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.

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.

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 www.peerby.com

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

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

29

31

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**.

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.

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

32

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.

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

37

Neem af en toe eens een **koude douche**.

Een liter warm water kost ruim **70 keer meer energie** dan een liter koud water.

38

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

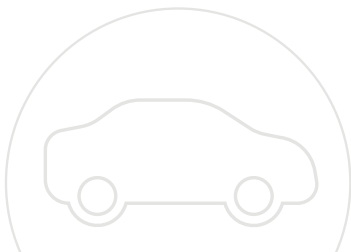
Overweeg eens een **academisch tandarts**. Dit zijn tandartsen **in opleiding**. Zij zijn ongeveer **50% goedkoper** dan de normale tandarts.



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



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 de apps **Social Deal** of **Groupon**.

48

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 **www.GFKpanel.nl** en **www.opinieland.nl**



50

Deel deze link www.tzorg.nl/ bespaartips 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 Tzorg 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 Tzorg 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 anoniem 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 **0181-356912** (tijdens kantoor tijden) of mail naar **tzorg@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 geldzorgen
daalt het IQ met
gemiddeld

13
punten

Een werknemer
met financiële problemen
gemiddeld

20%

minder productief
werkt

En gemiddeld

7

dagen extra
ziekteverzuim
heeft

32%

van de huishoudens
in Nederland
betalingsachterstanden
heeft. Dit zijn één op de
drie huishoudens

Tzorg

www.tzorg.nl