

Inhoud

Hoofdstuk 1: Visie van de Vrek 1

Hoofdstuk 2: Gedrag 9

Hoofdstuk 3: Gezond en wel(zijn) 27

Hoofdstuk 4: Energie en water 43

Hoofdstuk 5: Eten en drinken 75

Hoofdstuk 6: Vervoer en vakantie 89

Hoofdstuk 7: Tuinieren en organiseren
103

**Hoofdstuk 8: Veel ditjes maar ook datjes
123**

Hoofdstuk 9: Bespaarlinks en rechts 153

**Hoofdstuk 10: Verhoog jouw inkomen
157**

Hoofdstuk 11: Onderhandelingstips 169

HOOFDSTUK

1

Visie van de Vrek

Een negatieve geest zal je nooit naar een positief leven leiden

De in het voorwoord omschreven elementen (Goethe's uitspraak, het geweeklaag en mijn schatplichtigheid) kwamen tezamen toen ik weer iemand moest aanhoren over zijn wankel monetaire situatie. En toen, lieve lezer(es), was ik het even helemaal zat. Natuurlijk is het zwaar en moeilijk als het niet gaat zoals je wilt. Maar probeer er zelf iets aan te *doen*, denk ik dan. Een negatieve geest zal je nooit naar een positief leven leiden. Doen in plaats van wensen. Ik besloot derhalve om een website te starten: de Vrekkenpagina. Enerzijds als protest tegen mensen die vinden dat ze zo zwaar moeten inleveren en er daarnaast nog wel verre vakanties op nahouden of meerdere malen per maand uit

eten gaan, of de kachel thuis op 25 graden hebben staan om Goliath de poes warm te houden terwijl ze zelf buiten onder de terrasverwarming met bubbeltjeswijnen in de hand staan te chillen. Anderzijds om iedereen die het wil op ideeën te brengen en handreikingen te doen om meer financiële armslag te krijgen. Door de website en dit boek hoop ik mensen te bereiken en te inspireren om zelf actie te ondernemen.

Geluk haal je niet uit geld alleen. Ik ken mensen met vijftien miljoen euro op de bank die net zo gelukkig zijn als toen ze veertien miljoen hadden. Alle gekheid op een stokje: jij weet heel goed dat het ware geluk in liefde, vriendschap, een goed gevulde maag en gezondheid te vinden is. Geld is belangrijk, niet het allerbelangrijkste.

Kassa ping

Dit boek levert jou gegarandeerd vele malen meer geld op dan je er voor hebt betaald. Helemaal als je het hebt gekregen of gestolen hetgeen, hoeveel geld het je ook moge besparen, overigens niet is toegestaan. Er zijn zoveel manieren om geld te besparen, dat het vrijwel onmogelijk is om deze allemaal zelf toe te passen. Al voer je een paar van de honderden in dit boek beschreven bespaartips uit: er blijven altijd enkele over die je niet kunt of wilt uitvoeren. Ben je een echte levensgenieter en wil je elke avond met een buik vol van spijs en spiritualiën naar bed? Ga je gang. Het is jouw keuze. Geniet ervan, zou ik zelfs willen zeggen. Vind je het ontzettend leuk om altijd het laatste model mobiel-tje/tablet/scooter/citruspers/televisie uit te

proberen, en je wilt niet volstaan met een tweehands of ouder model, dan moet je dat vooral blijven doen. En als je geen zin hebt om vuile handen te maken, dan zal je niet snel besluiten om een moestuin als hobby te nemen. Moet je ook niet doen. Groot gelijk. Je bent toch geen vrek?

Dit boek geeft je enerzijds uitermate concrete en gemakkelijke bespaartips en daarnaast hopelijk voldoende inspiratie om jouw leven spaarzamer in te richten. Er zit altijd wel iets van jouw gading bij. Misschien grijp je het zelfs aan om jouw leven radicaal om te gooien en van besparen een echte sport te maken. Jottem! Maar ik stel daarbij wel een belangrijke voorwaarde: wat je ook doet, vergeet niet te genieten van het leven en word niet zo'n verzuurd type die denkt dat het

Hoofdstuk 1 Visie van de Vrek

leven draait om zoveel mogelijk *niet* te doen. Geef het boek dan maar terug aan de winkelier of aan degene van wie je het hebt gekregen of gestolen. Stel je eigen geluk centraal. Dat is mijn opdracht aan jou.

Zelf houd ik me aan zoveel mogelijk van de beschreven bespaartips. Niet alle. Want ook ik geniet van het leven. Daar hoort voor mij af en toe ook een uitspatting bij. Heerlijk. Onlangs hebben wij, want ook de Vrek heeft een liefhebbende dame gevonden die niet van zijn zijde wijkt, van het geld dat we vorig jaar hebben bespaard een leuke cruise gemaakt. Dat konden we doen door de verwarming tijdig uit te zetten, vaker de fiets te nemen (toegegeven: dat is meer aan de reeds eerder aangehaalde liefhebbende dame toe te rekenen), verzekeringen over te

sluiten, moes te tuinieren, het halveringsprincipe toe te passen, de schoenen opnieuw te laten verzolen, een museumkaart aan te schaffen, naar lokaal theater te gaan in plaats van naar dure musicals of concerten en extra geld te verdienen c.q. harder te werken.

Er staan veel direct toepasbare en heldere bespaartips in dit boek: meer dan vierhonderd! Ze geven jou een indruk van waar je allemaal op kunt besparen. Dat kan heel groot zijn (auto, roken, tweede huis) of heel klein. Er zijn veel meer bespaartips dan dit boek kan bevatten. Het beoogt dus geen uitputtende opsomming te zijn. Maar het geeft je een uitbundige en zinvolle handreiking van hetgeen je zelf allemaal kunt doen. Wees creatief en bedenk dat ook veel kleine besparingen je naar jouw doel kunnen

Hoofdstuk 1 Visie van de Vrek

leiden. Pas toe wat je past. En dat wat je (te) ver vindt gaan laat je achterwege als het jouw geluk in de weg gaat staan. Het is jouw leven. Geniet ervan.

Heb je een tip die niet in het boek staat mail die dan naar **info@vrekkenpagina.nl**. Alvast bedankt!

Doe!

HOOFDSTUK

2

Gedrag

Weg met status, weg met aanzien, weg met waardering zoeken

1 Als je kleiner wilt gaan wonen omdat het je beter uitkomt, dan ga je toch kleiner wonen? Rijd je in een knalgele driewieler uit 1972 met roestplekken en houd je daardoor geld over om iets anders leuks te doen, dan is dat toch dik in orde? Heb je een collectie truien/jurken/pakken/jassen van jaren her die nog prima past? Waarom zou je dan nieuwe kopen? Omdat 'de mode' (Wie zijn dat eigenlijk die lui van 'de mode'. Zijn dat niet dezelfde mensen als 'de media'?) dat dicteert? "Als het maar schoon en heel is", zei mijn moeder altijd. Nou ja, niet altijd. Ze zei ook wel eens wat anders. Maar daar gaat het nu helemaal niet over.

Waarom vinden wij mensen, en dan gooi ik de gehele wereldbevolking voor het gemak maar even op één hoop, altijd op zoek naar waardering. Waarom willen we laten zien dat we ‘iemand’ zijn. Waarom moeten we ons naar anderen toe zo nodig groter maken. Als jij nu een antwoord verwacht, dan is dit een teleurstellend stukje geworden. Raadpleeg jouw lokale socioloog en/of psycholoog voor een stukje duiding in deze.

Wat ik dan weer wel weet

Het belangrijkste wat iemand mij ooit heeft meegegeven is de zin: “Je mag zijn wie je bent.” Zo! Dat is een onafhankelijkheidsverklaring van jewelste.

Hoofdstuk 2 Gedrag

Jij bepaalt toch zeker zelf wie je bent. Inclusief het daarbij behorende gedrag. En hoe jij je voelt. En hoe je eruitziet. En wat je wel of niet koopt. Los van alle anderen. Dat wil niet zeggen dat we ons massaal moeten overgeven aan onaangepast gedrag, want we maken toch allemaal onlosmakelijk deel uit van die ene grote groep. Maar de groep heeft er geen last van als ik niet op het laatste model fiets rij of nooit op vakantie ga, terwijl het gemiddelde lid van de groep 1,6 maal per jaar op reis gaat. Sterker nog: kan het jou ten diepste iets schelen of jouw buren of jouw neef of jouw vrienden het materieel beter hebben dan jijzelf? Andersom: zullen jouw echte vrienden/geliefden jou minder dierbaar vinden als jij niet de nieuwste plaat van James Last, of hoe de hedendaagse rockers ook maar mogen heten, in huis hebt gehaald? Natuurlijk niet. Ze

zijn jouw vrienden om wie jij bent en niet om wat jij bezit.

Wees wie je bent en pas daar jouw uitgavenpatroon op aan. De anderen vinden het vast wel goed.

2 Maak een financieel plan (zie de geldplanner op de website van de Vrekkenpagina) en bewaak maandelijks jouw budget. Stel het bij als je uit de bocht vliegt.

3 Wat ga je doen met het bespaarde geld? Een schuld aflossen, een mooi boek kopen, iemand een cadeau geven of een weekendje weg voor jezelf? Als je een realistisch doel hebt, dan motiveert het als je resultaat haalt. De Vrek heeft als doel elk jaar, ondanks de stijgende energie-

Hoofdstuk 2 Gedrag

lasten, een lagere energierekening te betalen. Dat lukt nu al tien jaar achtereen. Het geld dat ik jaarlijks bespaar (of extra verdien), geef ik weer uit aan energiebesparende maatregelen zoals vloerisolatie, een gordijn voor de voordeur, tochtstrips, zonnepanelen en dubbel glas.



4 Leef niet boven jouw stand. Geef nooit meer uit dan je echt hebt. Voor velen is dat de bron van financieel gejammer.

- 5 Heb je een dip? Ga dan niet winkelen. Dat werkt averechts. Verricht een zinvolle activiteit die jou trots, blij en bij voorkeur moe maakt.
- 6 Is die ene verzekering echt nodig? Ja? Betaal je nog een marktconform tarief of heeft jouw verzekeraar de prijs stiekem verhoogd? Zo nu en dan (elk jaar dus) het even controleren, levert jou een hoop op.
- 7 Let op: positief denken is uitermate besmettelijk en kan leiden tot onherstelbare verbeteringen! Zegt het voort! Geloof in het resultaat dat je wilt gaan halen. Ga ervoor.
- 8 Besluit om één dag per week helemaal niets uit te geven. Stel je daar op in en merk hoe gemakkelijk het gaat. Geen broodjes of drankjes

Hoofdstuk 2 Gedrag

onderweg kopen, maar van huis meenemen. Haal een maaltijd uit de vriezer. Je bespaart gegarandeerd. Het is een instelling. En als één dag lukt, dan... (ik durf het bijna niet te zeggen).

9 Bombardeer een vaste dag in de week tot jouw administratie-afhandel-dag en voorkom zo dure zure boetes voor het te laat betalen van rekeningen.

10 Ken je het halveringsprincipe? Gebruik de helft van wat is aanbevolen en kijk of het product ook dan werkt. Als het werkt: deel dat dan weer door de helft. Pas het halveringsprincipe altijd toe. Gebruik een half blokje zeep in de afwasmachine. Of de helft van het door de fabrikant aangeraden wasmiddel. Halve juszakjes en et cetera.