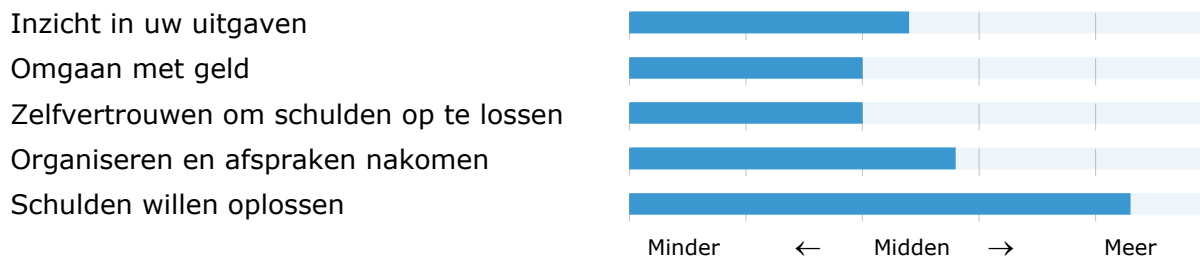




Hieronder vindt u een overzicht van uw resultaten op de financiële fitheid vragenlijst.

## Uw resultaten op een rijtje



### Inzicht in uw uitgaven

Hierbij gaat erom of u inzicht heeft in uw uitgaven. Weet u waar u uw geld aan uit geeft? Weet u wat u nog moet betalen? Weet u hoeveel u per maand kunt uitgeven?

U weet een beetje wat u iedere maand uitgeeft.

Tips:

- Schrijf aan het begin van de maand op hoeveel geld u die maand kunt uitgeven.
- Schrijf al uw uitgaven op, groot en klein, om een beter beeld te krijgen van waar u geld naartoe gaat.
- Kijk regelmatig, minimaal een keer per week, hoeveel geld nog op uw bankrekening staat.
- Maak een overzicht van de vaste lasten (zoals huur, gas en licht, abonnementen) die u iedere maand moet betalen.

### Omgaan met geld

Dit gaat over of u uw rekeningen in de gaten houdt. Opent u de post, betaalt u rekeningen die u binnen krijgt en houdt u uw financiële administratie bij?

U doet niet veel om uw rekeningen te betalen en uw post en financiële situatie bij te houden.

Tips:

- Maak al uw post direct open, leg rekeningen op een aparte stapel, betaal uw rekeningen eenmaal per week op een vaste dag.
- Maak een maand budget: bepaal wat u waaraan wilt gaan uitgeven.
- Stel automatische overschrijvingen in voor terugkerende betalingen, zodat u deze niet kunt vergeten.
- Bekijk aan het einde van de maand wat u op uw rekening heeft staan en wat u nog moet betalen.

### Zelfvertrouwen om schulden op te lossen

Hierbij gaat het erom of u denkt dat u uw geldproblemen kunt oplossen. Weet u hoe u het gaat aanpakken? Denkt u dat u het zelf kunt oplossen?

U heeft weinig zelfvertrouwen dat u uw geldproblemen zelf kunt oplossen

Tips:

- Bekijk de website van het [Nibud](#).
- Volg cursussen of lees boeken over persoonlijke financiën.
- Vier elke stap vooruit, hoe klein ook, om uw motivatie hoog te houden.

### Organiseren en afspraken nakomen

Dit gaat over een aantal eigenschappen die helpen bij het oplossen van geldproblemen. Komt u uw afspraken na? Kunt u plannen en blijft u doorzetten?

U heeft soms moeite om afspraken na te komen en plannen te maken.

## Tips:

- Stel doelen voor de korte termijn, zoals een maand en de lange termijn, zoals een half jaar
- Wacht 24 uur voordat u een niet noodzakelijke aankoop doet. Dit geeft u de tijd om na te denken of u het echt nodig hebt.
- Gebruik tde 50/30/20 regel:
  - 50% voor noodzakelijk uitgaven: huur, boodschappen, kleding, rekeningen
  - 30% voor persoonlijke uitgaven: uitgaan, bioscoop, uit eten gaan
  - 20% voor sparen en aflossen van schulden

## Schulden willen oplossen

Deze vragen gaan over uw wil om uw geldproblemen of schulden op te lossen. Bent u van plan om uw schulden te gaan af te betalen? Heeft u al een plan gemaakt hoe u dat gaat doen?

U bent van plan om uw schulden te gaan oplossen

### Tips:

- Bespreek uw schulden met familie of vrienden
- Bedenk dat er verschillende mogelijkheden zijn om u te laten helpen. Bekijk bijvoorbeeld de volgende websites: [Nibud](#) en [Schuldhulp Maatje](#).

## Ervaring geldproblemen

Ervaren ernst van de geldproblemen:	zeer ernstig (10)
Inschatting eigen vaardigheid om met geld om te gaan:	slecht (2)
Belang van goed met geld om te kunnen gaan:	belangrijk
Belang dat omgeving hecht aan het oplossen van de schulden:	belangrijk
Intentie om komende drie maanden minder geld uit te geven aan:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Drank en/of sigaretten</li><li>• Kleding</li></ul>

## Schulden

Geschatte hoogte schulden:	€ 20.001 tot € 50.000
Geschatte duur van de schulden:	1 jaar tot 1,5 jaar
Bestaat er een risico op huisuitzetting of afsluiting gas/licht:	Ja
Aangegeven schuldeisers:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vaste lasten, zoals huur, zorgverzekering, water, elektriciteit</li><li>• Bij de belastingdienst</li><li>• Bij vrienden, familie of kennissen</li><li>• Studieschuld</li></ul>