

Oefening 3.7. Het verlagen van mijn uitgaven



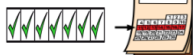


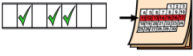

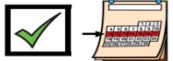


De 3 volgende activiteiten zijn bedoeld om te bepalen wat de huidige behoeften / uitgaven zijn en welke nieuwe behoeften/uitgaven kunnen verschijnen naarmate mensen ouder worden. Het is ook noodzakelijk om te weten welke kosten kunnen worden verlaagd om de nieuwe kosten aan te kunnen die zich kunnen voordoen naarmate men ouder wordt.

Activiteit 1. Prioriteit geven aan mijn behoeften.

Voorzie de ouder wordende persoon met een verstandelijke beperking van een potlood en een vel papier om hun huidige behoeften op te schrijven. Je kan hiervoor ook afbeelden en kaarten gebruiken en hen vragen of ze één of meerdere afbeeldingen van hun behoeften bij hun naam kunnen plaatsen

Geef voorbeelden (kleding kopen, naar de film gaan, reizen, maaltijden, tijdschriften, boeken...).

Zodra iedereen een lijst met behoeften heeft bepaald, wordt er aan hen gevraagd om aan te geven welke items zeer noodzakelijk zijn, enigszins noodzakelijk of niet noodzakelijk voor hen. Tevens wordt aan hen gevraagd om te bepalen hoe vaak ze die kosten hebben/nodig hebben om die activiteiten uit te voeren. Er wordt een sjabloon voor de activiteit verstrekt, maar u kunt elk ander ondersteuningsmateriaal gebruiken waarmee dat u helpt de relevantie van elke behoefte/onkosten te begrijpen.

Activiteit	Ik vind het leuk 	Ik heb het echt nodig. 	Ik koop het / doe het ... Elke dag 
	Ik hou er niet van. 	Ik heb het een beetje nodig. 	2-3 dagen per week 
		Ik heb het niet nodig. 	Eén keer per week 
			2 – 3 keer per maand 
			Eén keer per maand 

Activiteiten	Elke dag	Eén keer per week	Eén keer per maand	Eens in de 3 – 6 maanden	Eenmaal per jaar
Naar de tandarts gaan					
Naar de oogarts gaan					
Geneesmiddelen kopen					
Naar de fysiotherapeut gaan					
Naar de otoloog gaan					
De persoon betalen die me helpt					
Betalen voor een woning					
Speciale hygiëne-producten kopen					
Speciaal eten kopen					
Iemand betalen om het huis schoon te maken / mijn maaltijden te koken.					

(We geven slechts enkele voorbeelden, andere voorbeelden kunnen worden gebruikt.)

Activiteit 2. Bewustwording van mijn uitgaven.

De deelnemers worden uitgenodigd om enkele vragen te beantwoorden met het oog op het vergroten van hun bewustzijn van uitgaven. Daarnaast wordt ook stilgestaan of bepaalde uitgaven kunnen verminderd worden en wordt in kaart gebracht aan wat er weinig of veel geld wordt uitgegeven...

Dit zijn enkele van de vragen die gesteld kunnen worden:

- Hoeveel geld geef je uit? Is het veel? Is het heel weinig?
- Kun je minder geld uitgeven? Hoe?



Om de begrippen veel uitgeven en heel weinig uitgeven beter te begrijpen en hoe de uitgaven te verlagen, zullen we het hebben over de vorige casussen en een gesprek openen. We zullen hun ideeën opschrijven zodat we deze daarna kunnen gebruiken.

Geval 1: Herinnert u zich onze vriendin **MARIA?**



Maria kan tot 15 euro per week uitgeven.
Normaal geeft ze 11 euro per week uit.

- **Moet Maria minder geld uitgeven? Waarom?**
- **Bespaart Maria elke week geld?**

Geval 2: Herinnert u zich onze vriend **GEORGE?**



George kan tot 20 euro per week uitgeven.

Normaal geeft hij 23,80 euro per week uit.

- **Kan George minder geld uitgeven? Waarom?**
- **Bespaart George elke week geld?**

Case 3: Herinner u zich onze vriendin **DIANA** nog?



Na het betalen van al haar vaste lasten, had Diana deze maand 140 euro beschikbaar voor haar spullen.
Diana heeft deze maand 153 euro uitgegeven.

- **Moet Diana minder geld uitgeven? Waarom?**
- **Kan Diana deze maand geld besparen?**

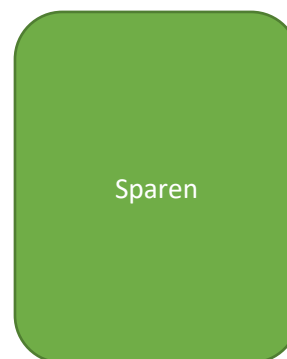
Opmerking: Hou de casussen bij de hand. Het is belangrijk om duidelijk te zijn over het belang van sparen voor de toekomst.

Activiteit 3. Acties definiëren die leiden tot sparen

Elke deelnemer wordt voorzien van een grafiek met verschillende acties. Sommigen van hen zullen het mogelijk maken om geld te besparen, en anderen zullen ons ertoe brengen schulden te hebben. In deze activiteit geeft elke deelnemer aan of hij van mening is dat de actie helpt om te sparen of schulden te genereren. Zodra iedereen heeft geantwoord, kan er in dialoog worden gegaan.

Activiteit /Actie	Sparen	Schuld
Ik drink elke dag koffie in een koffieshop. Als ik het geld niet heb, ga ik het nog steeds en vertel ik de obers dat ik later zal betalen.		
Ze geven me elke week 15 euro voor mijn uitgaven. Als ik niet alles uitgeef, bewaar ik het in de spaarpot die ik in mijn kamer heb.		
Wanneer ik iets wil kopen dat veel geld kost, vraag ik dit aan mijn ouders/begeleiders omdat ik het geld nooit heb.		
Ik koop nieuwe kleding of schoenen wanneer ik ze wil, zonder na te denken of ik er genoeg geld voor heb.		
Wanneer ik ergens heen wil of iets wil kopen wat veel geld kost, heb ik altijd spaargeld van mijn wekelijkse/maandelijkse salaris, dus ik hoef er niemand om te vragen.		
Voordat ik iets koop, overweeg ik altijd of ik het echt nodig heb, of dat het kan wachten.		
Ik koop alles wat ik leuk vind en ik heb nooit geld over van mijn wekelijkse / maandelijkse salaris.		
Ik koop hele goedkope dingen, en dan gebruik ik ze nooit.		
Ik bespaar altijd wat geld van mijn wekelijkse / maandelijkse salaris.		

Je kan ook kaarten gebruiken om aan te geven of de actie leidt tot sparen of tot schulden. De activiteit zou dan als groep worden uitgevoerd.



We zullen de activiteiten beëindigen door te vragen welke dingen elk van hen doet om te besparen. Alle acties worden vastgelegd op een bord om te kunnen beoordelen of de acties geschikt zijn of niet om geld te besparen.

Enkele voorbeelden van acties om geld te besparen zijn:

- Kleding en schoenen kopen als ze goedkoper zijn (solden).
- Kleding en schoenen kopen als ik ze nodig heb.
- Wat geld besparen op mijn wekelijkse/maandelijkse inkomen.
- Mijn mobiele telefoon alleen gebruiken wanneer dat nodig is.
- Een lijst maken voordat je naar de supermarkt gaat.
- Ik koop niets van mensen die naar mijn huis komen om dingen te verkopen.
- Nadenken over of ik iets nodig heb voordat ik het koop.
- Ik schrijf alles op wat ik uitgeef om te weten hoeveel geld ik nog heb.



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

