

Stop geldstress

Tamara Madern


*Lector Schuldpreventie en Vroegsignalering, Hogeschool Utrecht
10 november 2016*

De vraag

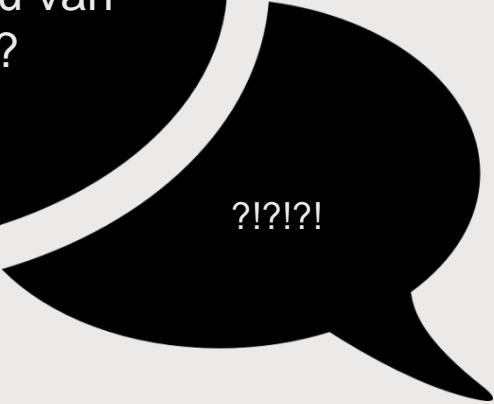
Wat voor een werk zou u willen doen?

Kapster of
apothekers
assistent

Het antwoord



Tja, daar is moeilijk werk in te vinden. Wat denkt u van schoonmaken?



?!?!?

Centraal bij Mobility Mentoring:

- Doel

- Wat heb je nodig om stressvrij te leven?

Werk is geen doel op zich




- Ontwikkeling

- Wat gaat er veranderen en wat betekent dat?


Wat is je plan?



Ander gesprek



Welk inkomen heb je nodig
om stressvrij te leven?



€ 5.000 is
zeker genoeg

Ander gesprek

Wat voor werk zou je willen
doen en denk je dat dit
voldoende oplevert?

Tja.....



Noodzakelijk

1. Een beeld te krijgen van de uitgaven en wensen van de klant
 2. Een beeld te hebben van de mogelijke veranderingen
 3. Een beeld te hebben van banen die:
 - a. Beschikbaar zijn
 - b. Relatief weinig opleiding vragen
 - c. Voldoende betalen
-

Wat is een goede baan?

Beroep	Startsalaris	Maximaal Salaris
Administratief Medewerker	1.600	2.150
Postbode	1.300	1.700
Chefkok	1.450	1.950
Secretaresse	1.250	1.600
Timmerman	1.550	1.700
Kraanmachinist	2.100	2.200
Apothekersassistent	1.200	2.050
Schoonheidsspecialist	1.450	1.600
Verpleegkundige	1.300	2.200
Onderwijsassistent	1.250	1.800
Sociaal Pedagogisch Werker	1.650	2.200
Kapper	1.550	1.650

Stressvrij leven

Drie categorieën uitgaven:

1. Uitgaven die je elke maand hebt en moeten
 2. Reserveringsuitgaven
 3. Leuke dingen – *dit is ook noodzakelijk, af en toe iets leuks helpt!*
-

Noodzakelijke uitgaven

- Huur
 - Gas, water en licht
 - Telefoon, TV, internet
 - Vervoerskosten
 - Voeding
 - Kinderopvang
 - Verzekeringen (inclusief zorgverzekering)
 - Overige zorgkosten
 - Lokale belastingen
 - Persoonlijke en huishoudelijke kosten
-

Reserveringsuitgaven

- Kleding en schoenen
 - Inventaris
 - Onderhoud huis en tuin
-

Leuke uitgaven!

- Abonnement op tijdschrift
- Lidmaatschap van een club
- Bezoek van / aan familie of vrienden
- Vakantie, uitgaan en uit eten

Maar ook...

- Huisdieren
 - Roken
 - Andere hobby's
-

Het plaatje noodzakelijke uitgaven

	1 volwassene	1 volwassene + kind 8 jaar	1 volwassene + kind 6 en 14 jaar	2 volwassenen + kind 6 en 14 jaar
Huur	436	507	517	517
Gas, water en licht	88	130	142	151
Telefoon, TV, internet	49	49	51	58
Vervoerskosten	14	25	39	53
Voeding	207	307	396	478
Kinderopvang		49	49	49
Verzekeringen (inclusief zorgverzekering)	157	160	160	305
Overige zorgkosten	44	50	55	99
Lokale belastingen	44	59	59	59
Persoonlijke en huishoudelijke kosten	50	67	99	129
Nodig per maand	1089	1403	1567	1898

Het plaatje reserveringen

	1 volwassene	1 volwassene + kind 8 jaar	1 volwassene + kind 6 en 14 jaar	2 volwassenen + kind 6 en 14 jaar
Kleding en schoenen	53	83	121	169
Inventaris	72	82	94	110
Onderhoud huis en tuin	23	23	23	23
	148	188	238	302

Het plaatje

FUN

	1 volwassene	1 volwassene + kind 8 jaar	1 volwassene + kind 6 en 14 jaar	2 volwassenen + kind 6 en 14 jaar
Sociale participatie	99	150	207	264

Alleenstaande

- Abonnement op tijdschrift € 14
- Lidmaatschap van een club € 28
- Bezoek van vrienden/familie € 8,50
- Op bezoek gaan € 5,50
- Vakantie/uitgaan € 17
- Extra vervoerskosten € 9
- *Roken* € 117
- *Huisdieren (kat)* € 33

Wat is nodig om stressvrij te leven?

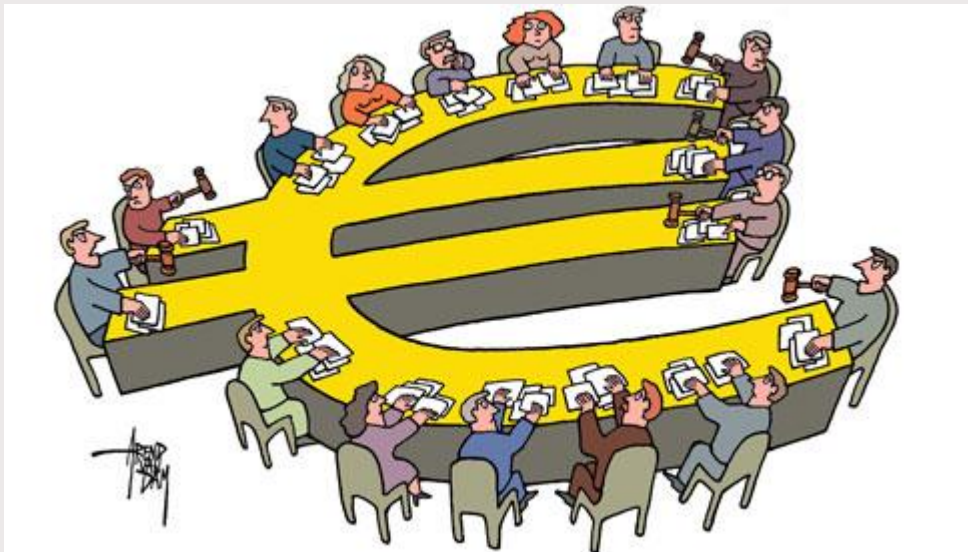
	1 volwassene	1 volwassene + kind 8 jaar	1 volwassene + kind 6 en 14 jaar	2 volwassenen + kind 6 en 14 jaar
Noodzakelijke	1089	1403	1567	1898
Reserveren	148	188	238	302
Leuk	99	150	207	264
	1336	1741	2012	2464
Minimuminkomen	1056	1478	1660	1896

Belangrijk

- Niet ontmoedigen maar inzetten op economische mobiliteit
 - Cijfers geven richting voor eigen bedragen, maar kunnen soms lager zijn
 - Hou rekening met verandering
 - Heeft de cliënt drie tieners dan gaan die waarschijnlijk binnen een paar jaar het huis uit, dat scheelt veel geld*
 - Inzetten als gesprekstarter
 - *Wat is werk dat beter betaald?*
 - *Kunnen de tieners ook geld inbrengen (om zelf kleding te betalen)?*
 -
-

Ontwikkelen van een 'budgetplan'

- Een begroting die de klant samen met de begeleider invult
- Gaat om wat heb je nodig om stressvrij te leven
- Balans tussen haalbaar en detailniveau
- Zelf ervaren



Samen tot een interventie komen

Vragen aan u:

- Wat spreekt u aan?
- Welke elementen zijn belangrijk?
- Hoe kunnen we de reserveringsuitgaven noemen?
- Is de term 'leuke dingen' geschikt?
- Hoe zou de begroting er volgens u uit moeten zien?
- Wat is een goede naam?



Voor meer informatie

Tamara Madern

Tamara.madern@hu.nl

06 28 41 18 36
