

MEER
GELD
OVER

DE GELDLEK-CHECK

Ontdek waar jouw
boodschappengeld weglekt

en waar jouw kansen liggen om
€ 100 te besparen op je boodschappen.



Ontdek in **5 minuten**
waar jij mogelijk
kunt besparen.



Een gratis hulpmiddel van Meer Geld Over

WAAR BLIJFT JOUW BOODSCHAPPENGELD?

Je doet boodschappen, rekent af en probeert binnen je budget te blijven. Toch kan het gebeuren dat je meer uitgeeft dan nodig is.

Soms zit dat niet in één grote aankoop, maar juist in kleine gewoontes die iedere week terugkomen.



Ongeplande aankopen

Je gaat voor een paar producten naar de supermarkt, maar komt met veel meer thuis.



Aanbiedingen die geen voordeel opleveren

Je koopt iets omdat het in de aanbieding is, niet omdat je het nodig hebt.



Voedsel dat verloren gaat

Je koopt producten die uiteindelijk niet worden gebruikt en in de prullenbak belanden.



Herkenbaar?

Dan is het tijd om eens goed naar jouw boodschappenroutine te kijken.

Op de volgende pagina ontdek je welke gewoontes bij jou mogelijk geld kosten.



TIJD OM JOUW GELDLEKKEN TE ONTDEKKEN

Iedereen doet boodschappen op zijn eigen manier. Maar soms zitten er in onze gewoontes uitgaven die we helemaal niet nodig vinden zodra we ze herkennen.

Vink hieronder aan wat bij jou past. Er zijn geen goede of foute antwoorden.

HERKEN JIJ DEZE GEWOONTES?

- ☐  Ik koop regelmatig A-merken terwijl een huismerk mogelijk ook voldoet.
- ☐  Ik koop aanbiedingen zonder vooraf te bedenken of ik het product nodig heb.
- ☐  Ik ga meerdere keren per week naar de supermarkt voor losse boodschappen.
- ☐  Ik neem regelmatig snacks of extra's mee die niet op mijn lijstje staan.
- ☐  Ik koop producten die uiteindelijk ongebruikt blijven.
- ☐  Ik gooi regelmatig eten weg omdat ik het niet op tijd gebruik.
- ☐  Ik doe boodschappen zonder vooraf een plan of lijstje te maken.
- ☐  Ik vergelijk de prijzen van producten die ik vaak koop nauwelijks.



TEL JOUW VINKJES

Hoeveel situaties herken jij?

Mijn aantal: _____ van de 8

Het aantal vinkjes is geen rapportcijfer. Het helpt je ontdekken welke gewoontes je nader kunt onderzoeken.

Je weet nu wat je herkent. Maar **welke geldlekken zijn voor jou het belangrijkste?**

Op de volgende pagina kies je jouw drie belangrijkste aandachtspunten.

WAAR KUN JIJ HET MEESTE BESPAREN?

Je hebt ontdekt welke gewoontes je herkent. **Kies één geldlek** waarmee jij als eerste aan de slag wilt. Je hoeft niet alles tegelijk te veranderen.

1

Kies jouw geldlek

Welk van de onderstaande situaties past het meest bij jou?

☐

Ik koop vaak A-merken terwijl een huiskamer ook goed is.

☐

Ik koop regelmatig snacks en drankjes tussendoor.

☐

Ik gooi regelmatig eten weg.

☐

Ik doe vaak boodschappen zonder boodschappenlijstje.

☐

Ik koop regelmatig producten die ik eigenlijk niet nodig heb.

☐

Anders, namelijk: _____

2

Wat ga je aanpakken?

Schrijf hier jouw eerste aandachtspunt op.



3

Waarom kies je hiervoor?

Wat maakt dit voor jou belangrijk?



ONTHOUD:

Je hoeft niet alles tegelijk te veranderen. Begin met één geldlek en ontdek wat dat jou kan opleveren.



WAT KOST JOUW GELDLEK JE?

Je hebt op de vorige pagina **één geldlek** gekozen. Nu ga je onderzoeken wat dit jou ongeveer kost en wat je hiermee kunt besparen.

1

Breng jouw geldlek in kaart

Vul in hoe jouw gekozen geldlek er in de praktijk uit ziet.



Mijn gekozen geldlek
(van de vorige pagina):

Hoe vaak gebeurt dit
ongeveer per week?

_____ keer per week

Wat geef ik hier ongeveer
per keer aan uit?

€ _____

2

Bereken jouw mogelijke besparing

Schat in hoeveel je zou kunnen besparen als je dit geldlek aanpakt.



Huidige uitgaven per week
(hoe vaak × bedrag per keer)

€ _____

Wat zou ik realistisch kunnen
besparen per week?

€ _____

Mogelijke besparing per maand
(per week × 4,33)

€ _____



Voorbeeld

Je geeft € 5 per keer
uit en dit gebeurt
3 keer per week.

Dat is € 15 per week.
Als je de helft kunt
besparen, is dat
€ 7,50 per week.

Dat is ongeveer
€ 32,50 per maand.

3

Wat levert het je op?

Wat zou er voor jou veranderen als je dit geldlek aanpakt?



Dit is wat ik wil bereiken:



Je bent nu al goed bezig!

Je hebt ontdekt waar jouw geldlek zit en wat je hiermee mogelijk kunt besparen.

Wil jij echt meer grip krijgen op je boodschappen?

Ontdek onze 7-daagse Boodschappen Challenge en krijg stap voor stap praktische tips, weekplannen en recepten.

Ontdek de
7-daagse
Boodschappen Challenge



JE WEET NU WAAR JE KUNT BEGINNEN.

Maar hoe pak je het aan?

Je bent je er waarschijnlijk al van **bewust**: **boodschappen zijn duur**. Je merkt het elke week aan de kassa. En je bent zeker niet de enige.

Maar alleen weten dat het duur is, lost het niet op. **Je wilt er ook echt iets aan doen.**

Daarom hebben we de **7-daagse Boodschappen Challenge** ontwikkeld. Een praktisch stappenplan waarmee je direct aan de slag kunt.



Praktisch aan de slag

Werk met concrete opdrachten aan jouw boodschappenroutine.



Stap voor stap veranderen

Pak je mogelijke geldlekken gericht aan, zonder alles tegelijk te willen veranderen.



Meer grip op je uitgaven

Ontdek hoe je bewuster boodschappen kunt doen en mogelijke besparingen kunt onderzoeken.



7-DAAGSE BOODSCHAPPEN CHALLENGE

Van inzicht naar slimmer boodschappen doen.

- ✓ Een praktisch stappenplan voor zeven dagen.
- ✓ Concrete opdrachten om mee aan de slag te gaan.
- ✓ Handvatten om bewuster boodschappen te doen.

NU VOOR
€ 14,95



**BESTEL DE CHALLENGE OP
MEERGELDOVER.NL →**

www.meergeldover.nl



**Begin met één verandering. Ontdek wat voor jou werkt.
En werk stap voor stap aan meer grip op je boodschappenkosten.**
Meer Geld Over — begin met slimmer boodschappen doen.