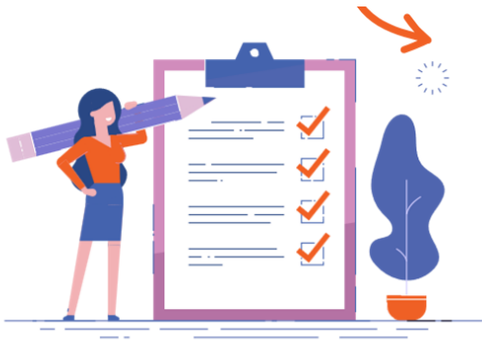
Korte Activiteit: Bufferplan (5 minuten)

[FEM]power in Finance - skills to thrive

Deze oefening helpt je een realistisch bufferdoel te bepalen en een eenvoudige manier om dit te beschermen.



01 Kies je eerste Bufferdoel

Kies één doel dat realistisch aanvoelt voor jouw huidige situatie:

- ☐ €100–€300 (klein "eerste vangnet")
- ☐ één maand aan essentiële kosten
- ☐ een ander realistisch bedrag: _____

02 Bepaal hoe je het opbouwt

Kies één aanpak:

- ☐ een kleine maandelijkse overschrijving (elke maand dezelfde dag)
- ☐ wekelijks bedrag (klein maar consistent)
- ☐ gebruik "extra geld" (bonus, terugbetaling) plus een klein maandelijks bedrag

03 Bescherm je buffer

Kies één beschermingsregel (vink er één aan):

- ☐ bewaar buffergeld op een aparte rekening
- ☐ label het duidelijk in je budgetteringstool
- ☐ gebruik het alleen voor onverwachte kosten (reparaties, dringende zaken, plotselinge rekeningen)



04 Volgende actie

Welke actie ga je deze week ondernemen?

- ☐ een aparte spaarrekening openen
- ☐ een automatische overschrijving instellen
- ☐ een "buffer"-categorie toevoegen aan mijn budget
- ☐ anders: _____

06 Schrijf je buffermanifest

Een buffer is niet alleen geld, het is gemoedsrust. Schrijf 2–3 zinnen over waarom je buffer voor jou emotioneel belangrijk is.

Mijn buffer is belangrijk omdat...

_____

_____

_____

_____



Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

This publication is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) Licence with exception of all logos and any material in this document where noted.