

Overleven met een laag inkomen

**OVERLEVEN MET
EEN LAAG INKOMEN**

Sieberen voordewind

Overleven met een laag inkomen
Auteurs: Sieberen Voordewind

1^e druk
© 2005, Sieberen Voordewind
© 2005, Illustraties: Sieberen Voordewind
Uitgave: Koopman & Kraaijenbrink Publishing

2^e druk
© 2016, Sieberen Voordewind
ISBN: 9789402149173

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteurs.
All rights reserved.

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	7
Inleiding.....	8
Introductie.....	8
1. Wees blij.....	9
2. Heb geduld.....	10
3. Zet de juiste bril op.....	11
4. Wees een positieve geloofsdenker.....	13
5. Besparingen voor je portemonnee.....	15
6. Adviezen om meer geld te hebben.....	17
7. Verbeter je financiële positie.....	18
8. Financiële schulden.....	20
9. Adviezen voor je persoonlijkheid.....	23
10. Adviezen over contact met anderen.....	25
11. Leuke dingen doen met het gezin.....	26
12. Leuke dingen om alleen te doen.....	27
13. Adviezen over kleding.....	28
14. Adviezen voor eten en drinken.....	30
15. Adviezen voor meer innerlijke energie.....	32
16. Oplossen van problemen.....	33
17. Fabels.....	37
18. Adviezen voor een hobby.....	39
19. Adviezen voor de feestdagen.....	41
20. Adviezen voor je huishouden.....	42
21. Adviezen voor de schoonmaak.....	44
22. Adviezen over het energieverbruik.....	46
23. Adviezen om te ontspannen.....	47
24. Adviezen over hergebruik.....	50
25. Kijk uit.....	51
26. Belangrijke papieren.....	53
27. Oplichting.....	54

28. Adviezen over de auto.....	56
29. Actie: zorg voor elkaar.....	58
30. Interview met Corrie Ruiten-de Rooij.....	60
31. Adviezen voor je portemonnee.....	63
32. Geef het nooit op.....	64
33. Nuttige adressen.....	65
Porte en Monnee.....	69
Woord van dank.....	70
Biografie.....	70

**In een winkel kom je natuurlijk heel wat tegen.
Het is daarom altijd belangrijk
om op te schrijven wat je hebben moet.**

Voorwoord

(1^e druk:)

Voor u ligt een boekje met vele nuttige tips en mogelijkheden, alsmede een meedenken met hen die moeten leven van een minimaal inkomen.

Armoede is onaanvaardbaar en een onrecht dat bestreden moet worden.

De erkenning voor “armen” om als volwaardig medemens in de samenleving mee te tellen is een verantwoordelijkheid voor iedereen.

Het is een feit, dat we thans te maken hebben met een snel groeiende armoede. Voedselbanken, financiële hulp van fondsen, hulp van kerken etc. zijn een noodzaak geworden. Het gevaar hiervan is dat de politieke en maatschappelijke inzet zo buiten schot komt te staan, tekortschietend beleid wordt zo gerechtvaardigd en als normaal beschouwd.

Daarom is dit boekje van grote waarde, het geeft een gevoel van solidariteit, meedenken met uw zorgen.

Lees het, en gebruik dat wat juist voor u een handvat kan zijn.

U mag ervaren, dat er, ondanks alles, zeer vele mensen zijn die met u mee willen denken.

Ik hoop dat dit boekje voor u een uitkomst mag zijn.

Het was voor mij een eer om een voorwoord te mogen schrijven.

VAN HARTE AANBEVOLEN.

Corry Ruiter-de Rooij,

sociaal medewerkster (vrijw.) bij de armoedebestrijding vanuit de Stichting Omzien Naar Elkaar (ONE).

(In 2005, tijdens de eerste druk van deze uitgave)