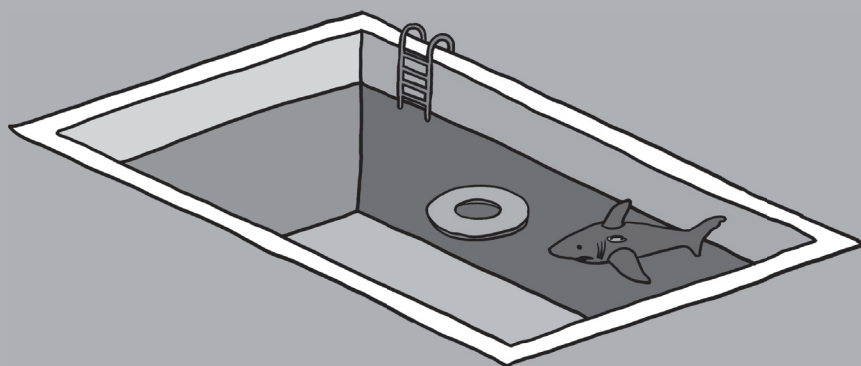


Milou Brand

Bekend van Jong Beleggen, BNR en het FD

ZWEMMEN IN HET GELD



*Zo voorkom je dat je
slapend arm wordt*

POM

Eerste druk, augustus 2026

Tweede druk, september 2026

© 2026 Milou Brand / POM.press (een imprint van Maven Publishing bv,
Amsterdam)

www.pom.press

Omslag en art direction Pankra.com

Illustraties © Milou Brand

Zetwerk Coco Bookmedia

Drukwerk Wilco

Foto auteur Mark David

ISBN boek 978 94 934 3435 6

ISBN e-boek 978 94 655 2055 1

NUR 794

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden
verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/
of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch,
mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op welke andere manier ook,
zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave mag niet worden gebruikt voor tekst- en datamining of voor
het trainen of ontwikkelen van systemen voor artificiële intelligentie (AI),
zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Dit boek is bedoeld ter informatie en vermaak en vormt geen beleggings-
advies. De inhoud is algemeen van aard en houdt geen rekening met
jouw persoonlijke situatie. De auteur en de uitgever aanvaarden geen
aansprakelijkheid voor schade die voortvloeit uit keuzes die op basis van dit
boek worden gemaakt.

***‘Only when
the tide goes out
do you discover
who’s been
swimming naked.’***

– Warren Buffett

INHOUD

Proloog: Ik wilde niets van beleggen weten	9
---	----------

DEEL I

Waarom beleggen noodzakelijk is	13
--	-----------

Hoofdstuk 1

Let op: geld sparen kost geld	14
-------------------------------	----

Hoofdstuk 2

Hoe beleggen je geld oplevert	32
-------------------------------	----

Hoofdstuk 3

Zeven misverstanden over beleggen ontkracht	53
---	----

DEEL II

Zo pak je beleggen verstandig aan	76
--	-----------

Hoofdstuk 4

Zeven regels om het rente-op-rente-effect optimaal te benutten	77
--	----

Hoofdstuk 5

Je hoeft geen bedrijven uit te kiezen	103
---------------------------------------	-----

Hoofdstuk 6

Laat je niet gek maken door de koersen	119
--	-----

DEEL III

Zo maak je een krachtige start (en houd je het vol)

136

Hoofdstuk 7

Met deze vaardigheden schop je het ver als belegger

137

Hoofdstuk 8

Stel je ideale portefeuille samen

150

Hoofdstuk 9

In zeven stappen van start

166

Appendix: je beleggerskit

206

Woordenlijst

221

Proloog

Ik wilde niets van beleggen weten

Als dit een roman was, zou ik het hoofdpersonage in beginsel als volgt omschrijven:

Milou, eind twintig. Tekstueel geaard. Verruilt met plezier haar laatste geld voor een theaterkaartje, boek of dichtbundel. Houdt van verhalen in alle vormen. Behalve verhalen met getallen erin. Denkt in beelden, metaforen, analogieën – niet in percentages. Gezonde afkeer van spreadsheets en snelle finance bro's & girls die haar dingen willen uitleggen. Krimpt ineen bij het woord 'obligatie'. Zet maandelijks wat geld op haar spaarrekening en vindt dat verstandig van zichzelf.

De hoofdpersoon zou in mijn hypothetische roman vervolgens een ontwikkeling doormaken. Niet omdat dat de enige manier is om een goed boek te schrijven (denk bijvoorbeeld aan Sally Rooney, die in haar mateloos populaire boek *Normal People* haar personages vooral rondjes laat draaien in hun eigen existentiële modderpoel), maar omdat romans met een ontwikkeling nu eenmaal mijn voorkeur hebben. Neem *Veranderen: méthode* van de Franse schrijver Édouard Louis, waarin de hoofdpersoon stap voor stap zijn eigen transformatie ontleedt van Noord-Frans 'provinciaaltje' (vrij naar Louis lui-même) naar jonge veelbelovende schrijver. Hij beschrijft hoe hij de ingesleten gewoonten die zijn afkomst verraden systematisch vervangt door 'betere'. Zijn manier van lopen, eten, kleden, praten. 'Wat ik was geweest, stond in mijn vlees geschreven.' Vrienden die hem op zijn weg omhoog helpen, zoals Elena, die hem tafelmanieren leerde, worden gedumpt zodra zij hun doel gediend hebben. Vrij meedogen-

loos, maar zó goed beschreven dat je als lezer bijna niet anders kunt dan het begrijpen.

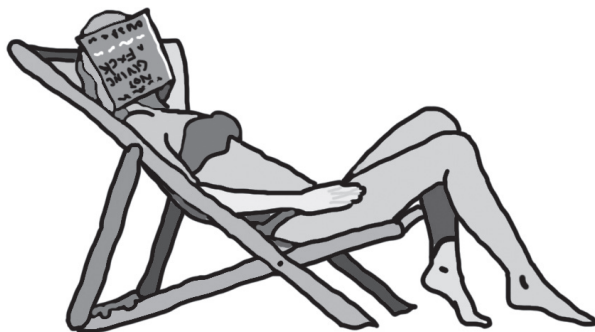
Dit boek gaat óók over een ontwikkeling. Van iemand die aandeelhouders beschouwde als genadeloze geldwolven, naar iemand die zelf belegt. Van iemand die jeuk kreeg van woorden als rente, inflatie en *personal finance*, naar iemand die kan uitleggen wat samengesteld rendement is. Van iemand wiens droom het was ooit een roman te publiceren naar iemand die in plaats daarvan met plezier een boek over beleggen schrijft. Met plezier, nota bene.

Dat was – net als bij Louis – geen plotselinge ommezwaai. Ik werd niet op een dag wakker met een onstuitbare liefde voor indexfondsen. Het ging – net zoals in mijn favoriete boeken – met kleine, soms nauwelijks merkbare stapjes. Zou je mijn leerpad uittekenen, dan lijkt het waarschijnlijk nog het meest op een schilderij van Jackson Pollock (ook wel ‘Jack the Dripper’): een wirwar aan kronkelende wegen, omleidingen, asverspringingen en U-bochten – de parcours-app Strava zou ervan op tilt slaan.

Zoals het een waar romanpersonage betaamt, ben ik onderweg ook de nodige drempels tegengekomen. Zo waren er genoeg momenten dat ik dat hele beleggen eigenlijk niet zo nodig (lees: totaal onbelangrijk) vond, bijvoorbeeld. Wat blijkt: je kunt niet veranderen als je de drang niet voelt.

Dat er iets móest gebeuren, begon met een inzicht. Als kind durfde ik tijdens een vakantie in Zuid-Frankrijk een zomer lang de Middellandse Zee niet in. Het was na het zien van de film *Jaws*. Het idee dat er ergens, onzichtbaar voor het oog aan de oppervlakte, iets zwom dat zijn zinnen op mij had gezet, vond ik onverdraaglijk. Vanzelfsprekend is de kans om aan de Franse Riviéra door een haai te worden aangevallen nihil, maar de angst was echt. Het kost me nog altijd weinig moeite om me die driedubbele rij tanden voor de geest te halen.

Zo is het ook met beleggen. Wie denkt aan beleggen, kan zich makkelijk allerlei ‘haaien’ levendig voor de geest halen. Beurs-



crashes, rode cijfers. In mijn geval ook Excelsheets. Daardoor bleef ik er lang van weg. Sparen *it is*. Dan kan er tenminste niets met mijn geld gebeuren!

Het voelt veilig. Maar is het dat ook? De prijzen voor boodschappen, huur en energie stijgen al tijden harder dan de rente op je spaarrekening, die hardnekkig laag blijft. Door inflatie wordt alles duurder. Sinds 2016 tot nu moet je 35 procent salarisverhoging hebben gehad. Anders ben je armer geworden.

Ondertussen zijn de beurzen meer dan 356 procent gestegen. Wie belegt, profiteert daarvan. Voor mij is beleggen daarom geen bijzaak of hobby voor mensen met te veel tijd. Het is gewoon iets wat ik moet kunnen, net als zwemmen. Niet omdat ik zo nodig rijk moet worden. Maar omdat ik niet armer wil worden.

Niets doen is óók een keuze. De dingen die we nalaten te doen, blijven onopgemerkt. Tót je opeens existentieel ligt te spartelen.

Beleggen is bovendien een ervaringssport. Ik kan niet voor jou in het diepe springen – dat moet je toch echt zelf doen. Maar ik kan je wel vertellen hoe ik het heb gedaan. Zodat jij kunt leren van mijn tegenzin, mijn foutjes, mijn ‘metamorfose’ en misschien zelfs van de nieuwe twijfels die ik nu heb – en uiteindelijk zult kunnen zwemmen in het geld!

Dit boek is geen roman. Maar stel dat het dat wél was, dan zou dit de eerste zin zijn:

De dag dat ik mezelf ten overstaan van de rest van de wereld zonder al te veel gêne een belegger durfde te noemen, was dezelfde dag dat een vrouw met een rode sjaal me bij wijze van spreken een financiële massamoordenaar noemde.



DEEL I

*Waarom
beleggen
noodzakelijk
is*

Hoofdstuk 1

Let op: geld sparen kost geld

De Vrouw met de Rode Sjaal

‘Hoe háál jij het in je hoofd?’ Een felle schijnwerper van achter uit de zaal verduistert haar gezicht, maar uit de intonatie maak ik op dat deze vrouw me woest aankijkt. Ik vraag om zaallicht en zie haar staan: witte krullen, een brilletje met dun montuur en een rode sjaal. Ze moet zo rond de zestig zijn, en kijkt me inderdaad aan alsof ik zojuist een plan heb ontvouwd om kittens te verdrinken. ‘Hoe haal jij het in je hoofd om mensen aan te sporen om te gaan beleggen? Weet je niet hoe gevaarlijk dat is? Hoeveel mensen daar geld mee verliezen?’

Ik sta op het podium in Pakhuis de Zwijger in Amsterdam. We bespreken een nieuw verschenen VPRO-serie van regisseur Marije Meerman, *Planet Finance*, waar ik als gast uitgenodigd ben voor het ‘jonge perspectief’ op geld verdienen met geld. Door mensen uit te leggen hoe ze kunnen beginnen met beleggen, ben ik totaal onverantwoord bezig, vindt de Vrouw met de Rode Sjaal.

En ik snap haar wel. Lange tijd zag ik beleggen zelf ook als risikant. Dacht ik dat de beurs een soort casino was, waar mannen in krijtstreepjassen dagelijks gokken op stijgende en dalende koersen. Waar je voortdurend schermen vol rode en groene cijfers moet doorgronden, en alleen kunt winnen als je sneller of slimmer bent dan anderen.

Bij het horen van woorden als obligatie, winst en omzet haakte ik mentaal af en schoot mijn brein als een reflex op stand-by. Tot zeker halverwege de twintig snapte ik weinig van bedrijven, de beurs en beleggen – en had ik ook geen enkele behoefte daar verandering in te brengen. Geld was een middel, geen doel op zich. Ik had wel betere dingen te doen.

Maar waarom stond ik hier dan nut en noodzaak van beleggen te bepleiten tegenover een zaal vol vreemden, met als gevolg dat de

Vrouw met de Rode Sjaal me aankeek alsof ik een of andere financiële sekteleider was? Nou, omdat er niet lang daarvoor een Onwaarschijnlijke Omslag in mijn denken en doen had plaatsgevonden.

Om die omslag te begrijpen, moeten we terug in de tijd.

Over geld werd bij ons thuis nauwelijks gepraat

Ik ben opgegroeid tussen de ‘mooie dingen’ van het leven. En waar sommigen dan wellicht denken aan een glas koude chardonnay in een sloep op de Loosdrechtse Plassen, bedoel ik: cultuur. Het was rond het jaar 2000, mijn ouders waren naast hun werk actief bij het enige theater in Wijk bij Duurstede. Mijn moeder schreef de programma’s en organiseerde de Literaire Salon, mijn vader zat bij het amateurtheatergezelschap. Het was niet meer dan logisch dat ik me thuis begon te voelen op het toneel. Als achtjarige gaf ik er concerten met mijn driekwartviooltje, op de piano begeleid door mijn broer (ons ensemble heette MiMoSa: Milou en Morris, samen). Sprak ik buik met mijn cavia Pluk (die D66 stemde en een Pentium 4 had – dat kon mijn buik zo goed articuleren). En bracht ik samen met mijn zusje een geheel eigen versie van ZAAI ten tonele, onze lievelings-serie. Muziek! Theater! Verbeelding! Noem het een rijk leven.

Over geld werd er bij ons thuis nauwelijks gepraat. Achteraf bezien is dat een teken van de relatieve luxe waarin ik ben opgegroeid. Geld is onbelangrijk, tot het er niet meer is, begrijp ik nu, maar dat heb ik vroeger niet zo gevoeld. Ik scheurde eens per ongeluk een tientje doormidden. Dat vond mijn vader niet leuk, maar we aten er geen aardappel minder om. We hadden geen zwembad in de tuin, maar er waren in ieder geval geen financiële zorgen. Ik zat op twee sporten, hockey en tennis. Speelde piano én viool. Op vakantie naar het buitenland was geen uitzondering.

Die vrij comfortabele financiële situatie deelde ik met velen van mijn generatie. Wij – de millennials – groeiden op in een relatief zorgeloze tijd van economische voorspoed. Enorme beige kasten met een scherm erop verzezen, met grote knoppen en knipperende

lampjes, al dan niet draaiend op een Pentium 4, warme lucht door de ventilatieroosters blazend. Modems begonnen geluid te maken, met één klik zat ik opeens aan de andere kant van de oceaan. Vierkante beeldbuizen werden verwisseld voor steeds bredere tv-schermen. Doorleren na de middelbare school was voor mijn vrienden en mij vanzelfsprekend. Sterker nog: we moesten iets gaan doen wat in de eerste plaats léuk was.

Baanzekerheid na je studie? Ben jij gek. Dat was van ondergeschikt belang.

Naast al die ‘mooie dingen’ die ik te doen had, verdiende ik mijn eerste geld met een krantenwijk in de binnenstad en duizend kopjes wassen in het lokale eetcafé. Noodzaak was het niet, ik kreeg kleedgeld. Ik was een tropisch visje in een warme zee. Een mak lammetje in de veilige, afgerasterde omgeving van een kinderboerderij.

En plots was ik 28, afgestudeerd in de journalistiek en redacteur bij een journalistiek radioprogramma en kreeg ik een berichtje dat het begin markeert van mijn Onwaarschijnlijke Omslag.

Hoe ik erachter kwam dat ik slapend arm werd

Het is eind 2019 als ik in mijn LinkedIn-inbox een berichtje zie van ene Pim. Hij komt uit de *digital agency* (wat dat ook moge betekenen) en daar wil hij van af. Hij heeft me gehoord in een podcast en speelt met het idee er ook eentje op te zetten. Een helder omlijnd idee voor een onderwerp heeft hij nog niet, maar hij denkt aan iets in de hoek van ondernemerschap, tech, design of beleggen. Wil ik eens samen koffie drinken?

Niet helemaal mijn onderwerp. Maar ik heb net zelf een podcast-set à €800 aangeschaft. En wie krijgt er nou al een opdracht binnen nog vóór ze door de draaideur van de Kamer van Koophandel is geschuifeld? ‘Ik ben benieuwd wat je in gedachten hebt,’ stuur ik terug.

Niet veel later zit ik met Pim in een Amsterdams café. Hij heeft net zijn softwarestart-up verkocht, waardoor hij meer geld op zijn reke-

ning heeft dan ik waarschijnlijk ooit zal hebben. Dan volgt natuurlijk de vraag: wat moet je met al dat geld?!

Dat vraagt Pim zich ook af. Het frustreert hem dat er nergens goede informatie te vinden is over hoe je nou het beste voor je vermogen kunt zorgen.

Je kunt drie dingen doen, denk ik op dat moment: het weggeven, het uitgeven of sparen! Vooral dat laatste is verstandig – en zo vat ik meteen even mijn hele financiële opvoeding samen. Mijn portemonneebeheer op dat moment: er komt wat In, er gaat wat Uit, en dat wat Overblijft gaat op de spaarrekening.

Waar ik tot dan toe nooit bij stil heb gestaan, is wat er precies met je geld gebeurt als het op een spaarrekening staat. Tijdens het gesprek met Pim wordt dat me voor het eerst écht duidelijk.

Wie een spaarrekening heeft, ontvangt elk jaar rente. Rente op spaargeld is de beloning die de bank je geeft voor het feit dat jij je geld daar laat staan. Stel, je hebt €1000 op een spaarrekening staan met 3 procent rente per jaar. Na een jaar krijg je dus €30 van de bank.

Op het moment dat ik met Pim in het café zit, februari 2020, is de gemiddelde spaarrente geen 3 procent. Hij staat historisch laag. Sommige banken hebben hem zelfs op bijna 0 procent staan.

Prima – kun je denken. Dan wordt het niet veel meer waard, maar het wordt in ieder geval niet minder. Op een spaarrekening staat mijn geld veilig. Maar dat klopt niet, en dat heeft alles te maken met inflatie.

Tot dan toe kende ik inflatie vooral als een theoretisch begrip. Maar Pim maakte me de praktische implicatie ervan duidelijk. ‘Kijk,’ zei hij, ‘stel dat de inflatie 2 procent is. Dan wordt alles wat je koopt gemiddeld 2 procent duurder per jaar. Neem de supermarkt: brood, eieren, melk – alles 2 procent duurder dan het jaar ervoor. Dat betekent dat je voor die €1000 op je spaarrekening volgend jaar 2 procent minder kunt kopen.’

Hij pakte zijn telefoon erbij en rekende het voor. ‘Je hebt €1000 op je rekening staan. De spaarrente is 0 procent, de inflatie is 2 pro-

cent. Na een jaar heb je nog steeds €1000 op je rekening staan. Maar door inflatie kun je er nog maar voor €980 aan spullen mee kopen. Je bent dus €20 aan koopkracht kwijtgeraakt. En het jaar daarna verlies je weer 2 procent. En het jaar daarna weer.'

Die avond zoek ik uit wat dit precies voor mij betekent. Concreet: met zo'n €10.000 op mijn spaarrekening kreeg ik het jaar daarvoor €200 aan rente, maar verloor ik – door 2,6 procent inflatie – €260 aan koopkracht. Mijn spaargeld was effectief gekrompen tot €9940, zonder dat ik daar ook maar één cent zelf van heb uitgegeven.

Mijn spaargeld smolt. Als een ijsje in de zomerzon.

Zoom uit, en je schrikt je een hoedje. Bij een inflatie van 2 procent per jaar – dat is waar de Europese Centrale Bank op mikt, al viel de werkelijke inflatie al sinds 2021 hoger uit – halvéert de koopkracht van je spaargeld elke 35 jaar. Dat betekent dat €100.000 nu, over 35 jaar nog maar €50.000 waard is in termen van wat je ermee kunt kopen. Voor iemand die op zijn dertigste begint met sparen en op zijn vijfenzestigste lekker met pensioen wil, is dat nogal wat: de helft van de koopkracht van dat spaargeld is tegen die tijd verdampt.

Sparen kent risico's, u kunt uw koopkracht verliezen

De boodschap die ik van huis uit had meegekregen – sparen is veilig, beleggen is riskant – staat ineens op zijn kop. 'Veilig' sparen betekent: gegarandeerd geld verliezen. Langzaam, maar zeker. Is dat nou veilig? En waarom heeft niemand me dit eerder verteld?

Mijn financiële opvoeding was in de eerste plaats natuurlijk de taak van mijn ouders. Hebben zij verzaakt? Misschien – maar zij wisten dit ook niet. In zijn boek *The Psychology of Money* legt Morgan Housel uit hoe de economische omstan-

