



## Goed omgaan met geld

Als je rekeningen niet of nauwelijks meer kunt betalen, kunnen de problemen zich snel opstapelen. Je durft post niet meer te openen, moet leuke sociale gelegenheden missen of smoesjes verzinnen om je problemen te verdoezelen. Er zijn zoveel redenen om financieel in de problemen te komen zoals te hoge maandlasten, verandering in inkomen of een onverwachte tegenvaller. Praten over je geldzaken is niet altijd makkelijk. Je staat er echter niet alleen voor, er zijn genoeg professionals om je te helpen.

### Voorkomen is beter dan genezen

Het spreekwoord voorkomen is beter dan genezen ken je vast. Het lijkt lastig om geldproblemen te voorkomen. Meestal ontstaan ze door onverwachte gebeurtenissen. Denk aan het overlijden van een partner, een scheiding, een onverwachte hoge rekening van de zorgverzekering of de belastingdienst die terugbetaald moet worden, een auto die stuk gaat. Een kleine verandering kan grote financiële gevolgen hebben. Welke maatregelen kun je zelf nemen om schulden of problemen te voorkomen?

- **Spaargeld**

Het is altijd handig om een spaarpotje te hebben voor onverwachte gebeurtenis. Veel mensen sparen voor een nieuwe auto, een bruiloft, verbouwing of noem maar op. Ook zonder concreet doel is het verstandig om regelmatig een bedrag aan de kant te zetten voor onverwachte uitgaven. Indien er dan een tegenvaller zich voordoet, levert dit niet direct een probleem of stress op.

- **Betalingsregeling**

Vaak kun je bij een onverwacht hoge rekening een betalingsregeling aanvragen en het bedrag spreiden over een aantal maanden. Natuurlijk is het fijner om dit bedrag in één keer te betalen en er niet meer aan te hoeven denken. Dit is echter niet altijd mogelijk of misschien dien je hiervoor bijna al je spaargeld aan te spreken. Indien er hierna nog een financiële tegenvaller komt, heb je geen buffer meer om deze op te vangen en kun je in de problemen komen.

- **Preventieve coaching**

Vind je het lastig om goed met je geld om te gaan? Bij de gemeente kun je hulp van een vrijwilliger inschakelen. Deze kijkt met je mee naar je inkomsten en uitgavepatroon en helpt je bij je administratie. Is deze drempel te hoog? Je kunt ook anoniem de FiKks app downloaden. Je online buddy helpt je dan op een gezonde manier met je geld om te gaan!

### Tijd om hulp in te schakelen?

Het is niet makkelijk om hulp te vragen op dit gebied, echter hoe eerder je erbij bent hoe beter. Je kunt zo een heleboel ellende voorkomen. Misschien is je werkgever niet de eerste waar je aan denkt, deze heeft vaak voldoende kennis en middelen om je te adviseren en helpen op dit gebied. Wil je dit liever bij een onpartijdige persoon aankaarten? Ga dan na of er een vertrouwenspersoon is vanuit de organisatie. Deze kan nagaan of er hulp van een budgetcoach of budgetbeheer kan worden ingeschakeld.

## 32% van Nederlandse huishoudens heeft betalingsachterstand

Volgens het Nibud (instituut voor Budgetvoorlichting) heeft 32% van de huishoudens betalingsachterstanden. Dit is dus niet iets waar je je voor hoeft te schamen. Grote kans dat degene waar je hulp bij zoekt hier ook al eens mee te maken heeft gehad. Twijfel niet, trek aan de bel!

### Eerst zelf aan de slag?

Wil je meer weten over dit onderwerp of zelf aan de slag om beter om te gaan met geld? Op [Aevitaal](#) vind je allerlei interessante artikelen en filmpjes om je op weg te helpen.

