

**Brabantse Uitkeringsgerechtigden Samen
Burgerkracht Uit Samenwerking.**

Brabantse Koepelorganisatie BUS, Hoefstraat 175, 5014 NK Tilburg
Contacten: per e-mail: info@debus.nl en voor info: web: www.debus.nl

De oprisser:

Schulden voorkomen – 5 tips van het Nibud

Hoge energieprijzen en dure boodschappen geven veel Nederlanders geldzorgen. Daardoor slapen ze slecht, hebben ze weinig concentratie en functioneren ze niet goed op hun werk. In het ergste geval blijven zelfs ziek thuis. Hoe zorg je ervoor dat je niet in de schulden terecht komt? Expert Marion Weijers, al 23 jaar voorlichter bij het Nibud, deelt 5 bruikbare tips die volgens haar iedereen zou moeten toepassen.

Tip 1: Hou grip op geld met handige tools

‘Het voorkomen van schulden begint met een helder overzicht van je geld. Zorg er dus voor dat je precies weet wat je inkomsten en uitgaven zijn. Een begroting helpt daarbij. Het Nibud heeft voorbeeldbegrotingen die je kunt gebruiken. Als je je gegevens invult zie je in één oogopslag of je geld overhoudt of tekortkomt.’

Maak een bespaarplan

‘Meer grip? Reken uit wat jouw vaste lasten zijn en maak dit bedrag over naar een aparte rekening. Laat je vaste lasten bovendien automatisch afschrijven, zodat je geen betalingen over het hoofd kunt zien. Wat overblijft op de betaalrekening is voor boodschappen en andere uitgaven. Kijk vervolgens kritisch naar je uitgaven. Kun je ergens besparen? Een bespaarplan geeft inzicht welke financiële keuzes bij jou passen.’

Tip 2: Check of je recht hebt op toeslagen of regelingen

‘Laat geen geld liggen. Ga na of je recht hebt op toeslagen, zoals huur- of zorgtoeslag of kind gebonden budget. Er zijn vaak ook specifieke regelingen binnen je gemeente: verdiep je hier dus in. Zeker als je inkomen in de loop van het jaar verandert, of je een wisselend inkomen hebt, is dat belangrijk. Met de website Berekenuwrecht.nl kun je snel nagaan wat voor jou geldt.’

Eigen risico in termijnen betalen

‘Ook handig: bij meerdere zorgverzekeraars kun je tegelijk met de maandpremie het eigen risico vooraf in termijnen betalen. Wat je aan het eind van het jaar niet hebt gebruikt, krijg je terug. Zo ben je dus voorbereid op eventuele zorgkosten én heb je misschien later een meevaller.’

Tip 3: Bouw een financiële buffer op

‘Zorg als het maar even kan altijd voor wat geld achter de hand. Als je dan een kleine tegenslag hebt – stel: je wasmachine gaat stuk of je hebt een reparatie aan je auto – kun je dit opvangen zonder meteen met andere betalingen in de problemen te komen. De vuistregel van het Nibud is om maandelijks 10 procent van je inkomen op een spaarrekening te zetten. Doe je dat, dan bouw je aan een veilige buffer. Probeer dus ‘10 procent sparen’ in je maandbegroting te verwerken.’

Tip 4: Betalingsachterstanden? Tref een regeling

‘Lukt het niet om de rekening van de energiemaatschappij of zorgverzekeraar te betalen? Neem dan direct contact op met de betreffende instantie. Vaak kun je een betalingsregeling treffen. Wacht dus niet af, daarmee vergroot je het probleem.’

Maak je eigen aflosplan

‘Wie digitaal handig is, kan zelf een aflosplan maken met de online tool zelfjeschuldenregelen.nl. Je rekent daarmee uit hoeveel geld er in jouw situatie per maand overblijft om de openstaande bedragen af te kunnen betalen. Lukt het niet om zelf een betalingsregeling te treffen? Neem dan contact op met je gemeente. Zij zijn wettelijk verplicht gratis hulp te bieden. Meestal kennen mensen de gemeente alleen als plek waar ze hun paspoort aanvragen, en niet als partner voor hulp bij schulden. Maar gemeenten kunnen veel voor je doen. Het is zeker een belletje waard!’ Of bel (anoniem) met 0800 – 8115 voor hulp bij geldzorgen.’

Tip 5: Maak schulden bespreekbaar

‘Hoe verleidelijk het misschien ook is, steek je kop niet in het zand! Praat erover als je financiële zorgen of geldproblemen hebt. Ook een huisarts, bedrijfsmaatschappelijk werker of het lokale wijkteam kunnen je verder helpen. De groep huishoudens die moeite heeft om rond te komen, wordt steeds groter. Misschien is dit wel hét moment om het taboe over geldproblemen te doorbreken! We moeten echt af van het stigma dat schulden eigen schuld, dikke bult zijn.’

Bron: UWV / NIBUD

Samenwerkingsverband: De Pijler – BUS

Tilburg: 31 mei 2023

Bestuur BUS