

Laaggeletterdheid en schulden: een dubbel taboe

19/01/2026

Workshop Dag van de Financiële educatie - Wikifin



steunpunt mens
en samenleving

SAM versterkt & verbindt
sociale professionals
die maatschappelijk kwetsbare mensen
ondersteunen.



steunpunt mens
en samenleving

SAM is:

- een kennishub voor sociale professionals
- een netwerkpartner voor organisaties en partners
- een expertisecentrum voor beleid



Waarvoor kan je bij SAM terecht?

- ✓ Nieuwsbrief
- ✓ Kennisartikels en tools op de website www.samvzw.be
- ✓ Opleidingsaanbod
- ✓ Samenwerking over sectoren en thema's heen
- ✓ Ontwikkeling nieuwe methodieken
- ✓ Informatie over beleidswerk en nieuwe wetgeving

Volg SAM op LinkedIn en Facebook



Programma

1. (financiële) Laaggeletterdheid
2. Schulden
3. Weten is niet 'doen'
4. Chronische stress
5. Wat kan je zelf doen?

Test jezelf - Mentimeter



1. (financiële) Laaggeletterdheid

Brainstorm met je buur (5 min)

- Hoeveel mensen zijn laaggeletterd?
- Wat is financieel laaggeletterd?
- Wat moet je kennen/kunnen financieel geletterdheid te zijn?
- Hoe voelen mensen zich als ze laaggeletterd zijn?

Hoeveel mensen zijn laaggeletterd?

18

procent
heeft moeite
met lezen
en schrijven

17

procent
heeft moeite
met rekenen

46

procent heeft
moeite met ICT
en multimedia

Bron: www.Ligo.be

Financiële geletterdheid

“een combinatie van bewustzijn, kennis, vaardigheden, attitudes en gedrag die nodig zijn om gezonde financiële beslissingen te nemen en uiteindelijk individueel financieel welzijn te bereiken” (Bron: OESO)

- Administratie beheren
- Overzicht van inkomsten en uitgaven
- Verantwoord besteden
- Bewust kiezen voor financiële producten
- Zich informeren

Bron: Nibud.nl

Financiële geletterdheid

- **Gezondheid:** Meer stress, slapeloosheid, depressie en een slechtere fysieke en mentale gezondheid.
- Lagere kansen tijdens opleiding en op de arbeidsmarkt (viciieuze cirkel)
- Afhankelijkheid: Leidt tot schaamte, onzekerheid en afhankelijkheid van anderen of instanties.
- Barrière voor hulp: Schaamte en onbegrip

Schulden

- Wat zijn schulden? Wat zijn veel voorkomende schulden?
- Hoe komt dat? Hoe geraten mensen in de schulden?
- Welke impact heeft dat op mensen?

Welke schulden?



Bron: Cijfers soorten schulden, uitgebreide registratie SAM vzw, 2023

Nutsvoorzieningen - 53%

Medische kosten - 45%

Fiscale schulden - 36%

+ huur, telecom, boetes, krediet,...

Oorzaken schulden

VOORNAAMSTE SCHULDOORZAKEN



Bij 29% van de aanvragers is ziekte de schuldoorzaak.



Bij 22% zijn impulsaankopen de oorzaak.



Bij 21% is de opstapeling van invorderingskosten de oorzaak.



Bij 20% zijn er andere oorzaken (mentale beperking, dak- en thuisloosheid...).



Bij 19% zijn penale boetes de oorzaak.



Bij 19% is een structureel te laag inkomen de oorzaak.

Andere oorzaken: jobverlies (15%), scheiding (16%), verslaving (13%)

Druk op de consument

Buy Now, Pay Later

Kredieten



'Koop nu, betaal later': de verleiding is groot, maar bijna 1 op 3 jonge gebruikers krijgt incassobureau op bezoek

DeMorgen.

Abonneren vanaf 2,25 per week

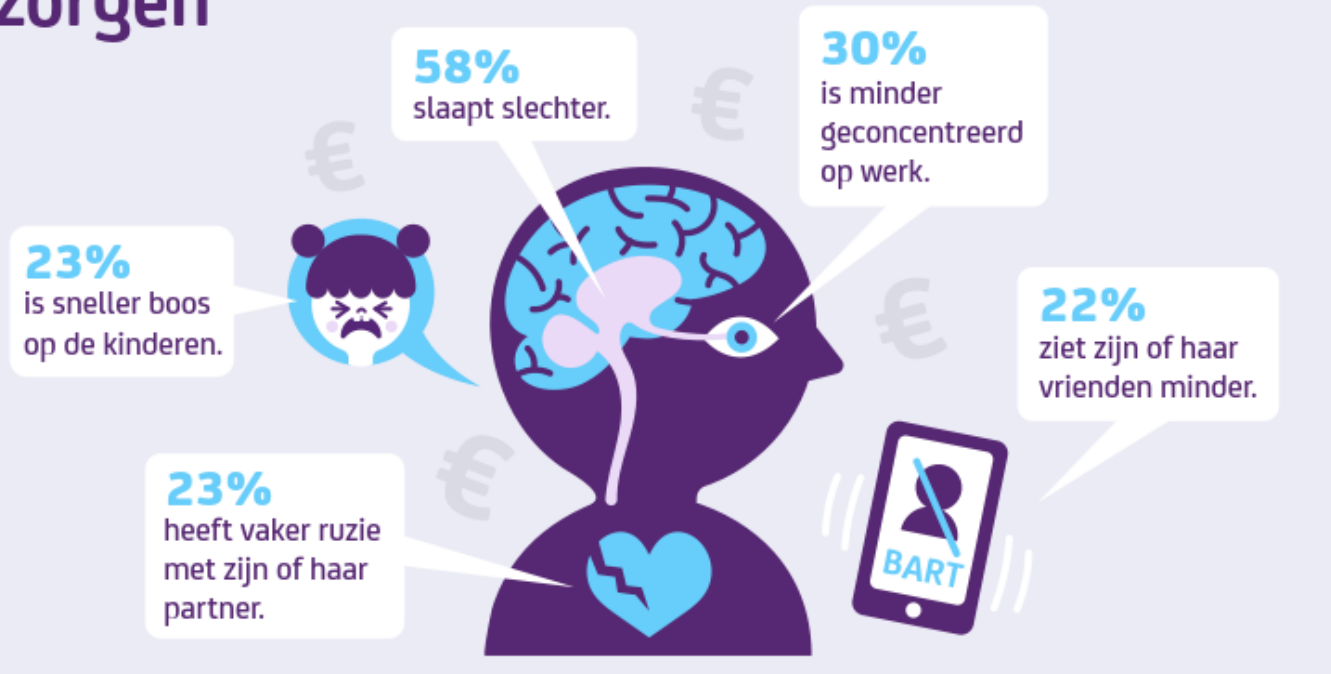
ALLE NIEUWS | BETER LEVEN | MENINGEN | POLITIEK | TV & CULTUUR | TECH & WETENSCHAP | SPORT

Achtergrond Klarna

Het Klarna-mes snijdt aan twee kanten: grote winst voor het bedrijf, massale schulden bij gebruikers

Welke impact hebben budget- en schuldenproblemen op de persoon zelf?

Effecten van financiële zorgen



Welke impact hebben budget- en schuldenproblemen op de persoon zelf?

Inzichten uit neurowetenschap

- Minder langetermijn denken
- Meer gevoelig voor confort
- Executieve vaardigheden dalen
- Kleine doelen stellen
- Moeilijk om informatie op te nemen

Getuigenis: Gormah kon niet lezen en kreeg zo een schuld van 50.000 euro



Weten is geen doen

Wat biedt dan de oplossing?

Mogelijke oorzaken:

- Puberbrein
- life-events (ziekte, scheiding, verhuis,...)
- andere prioriteiten op dit moment
- motivatie
- (digitale) basisvaardigheden

Weten is niet doen

Structurele voorwaarde:

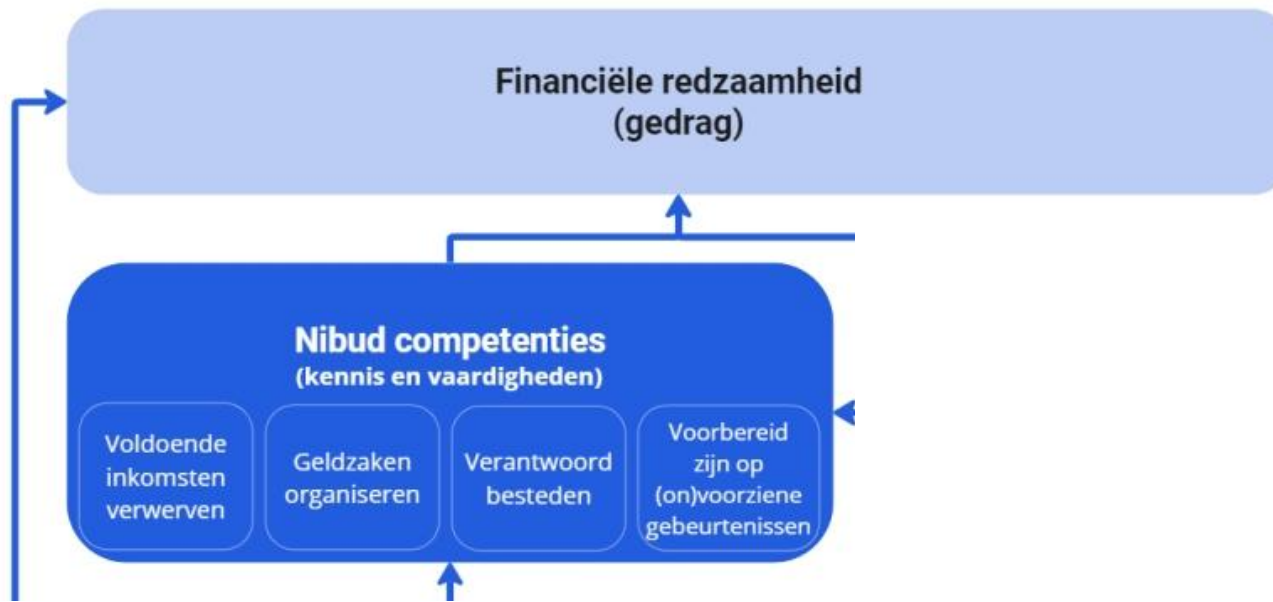
1. Te lage inkomens
2. Rechten laten gelden
3. Crisissituaties

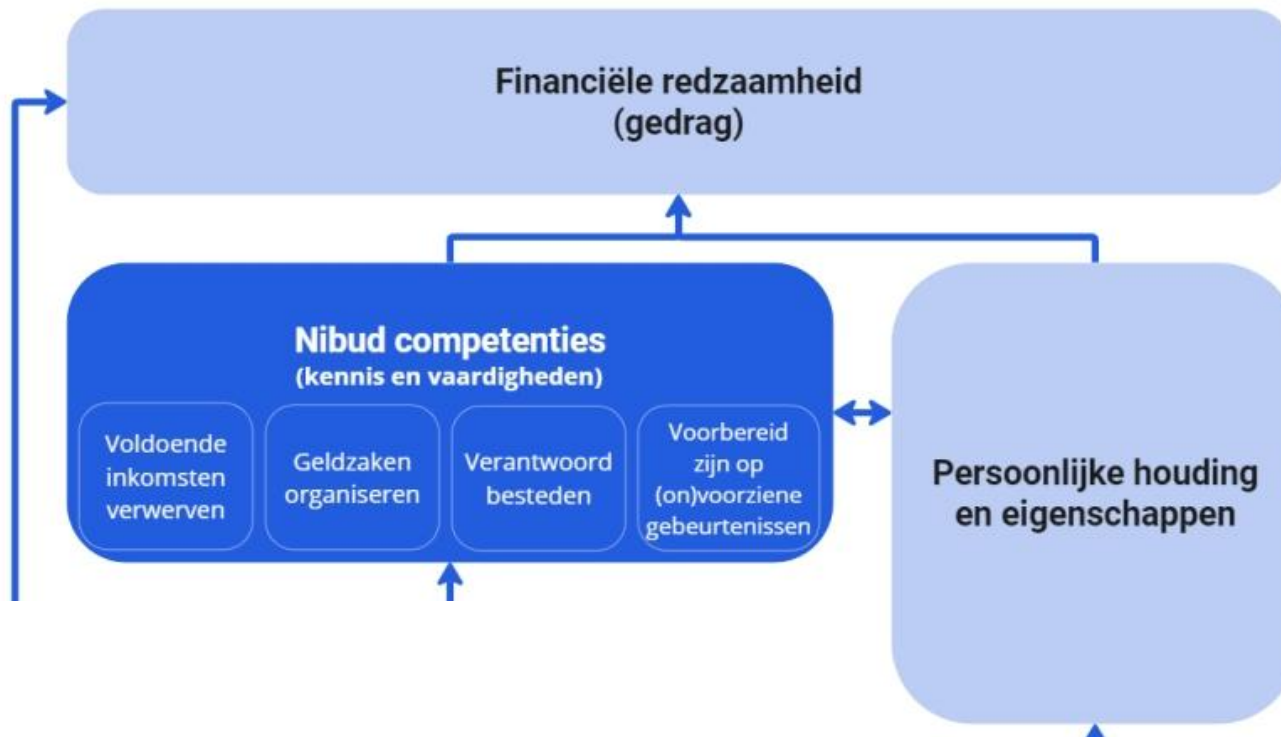
Andere factoren die invloed hebben:

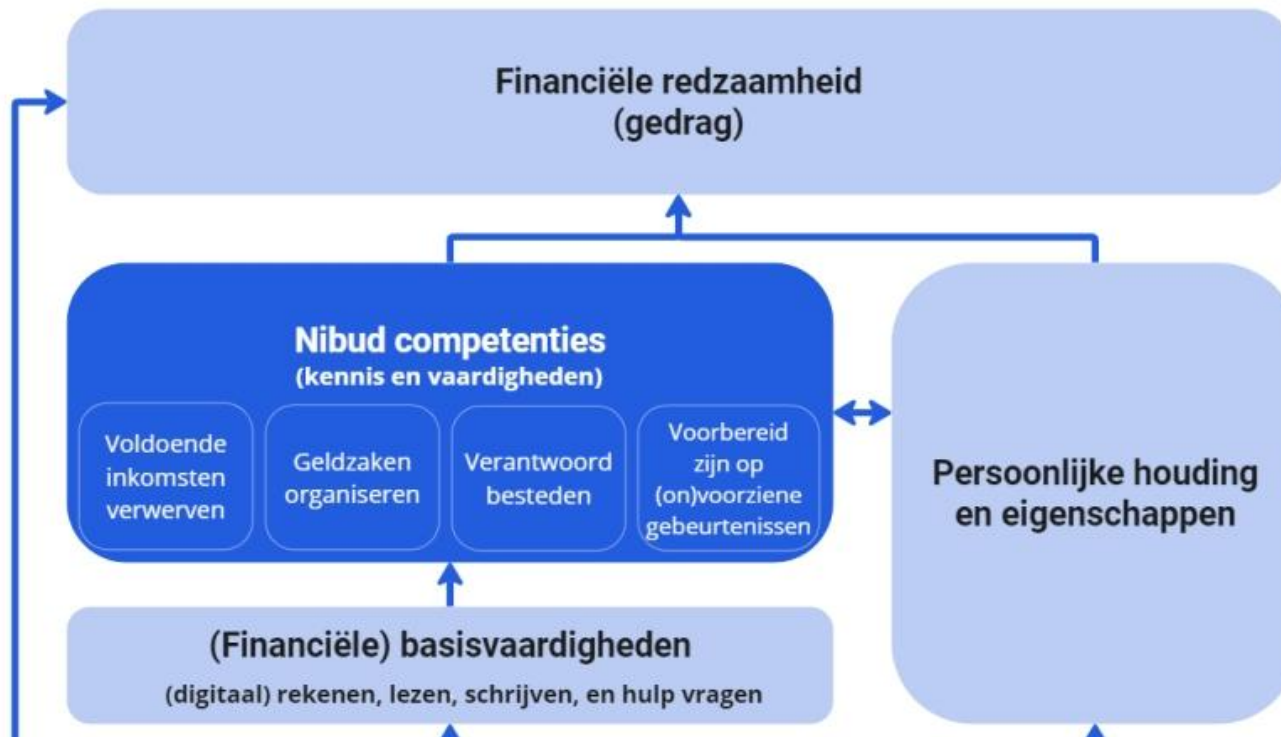
1. Verandering in huishouden, levenssituatie
2. (Digitale) basisvaardigheden
3. Persoonlijke houding en eigenschappen

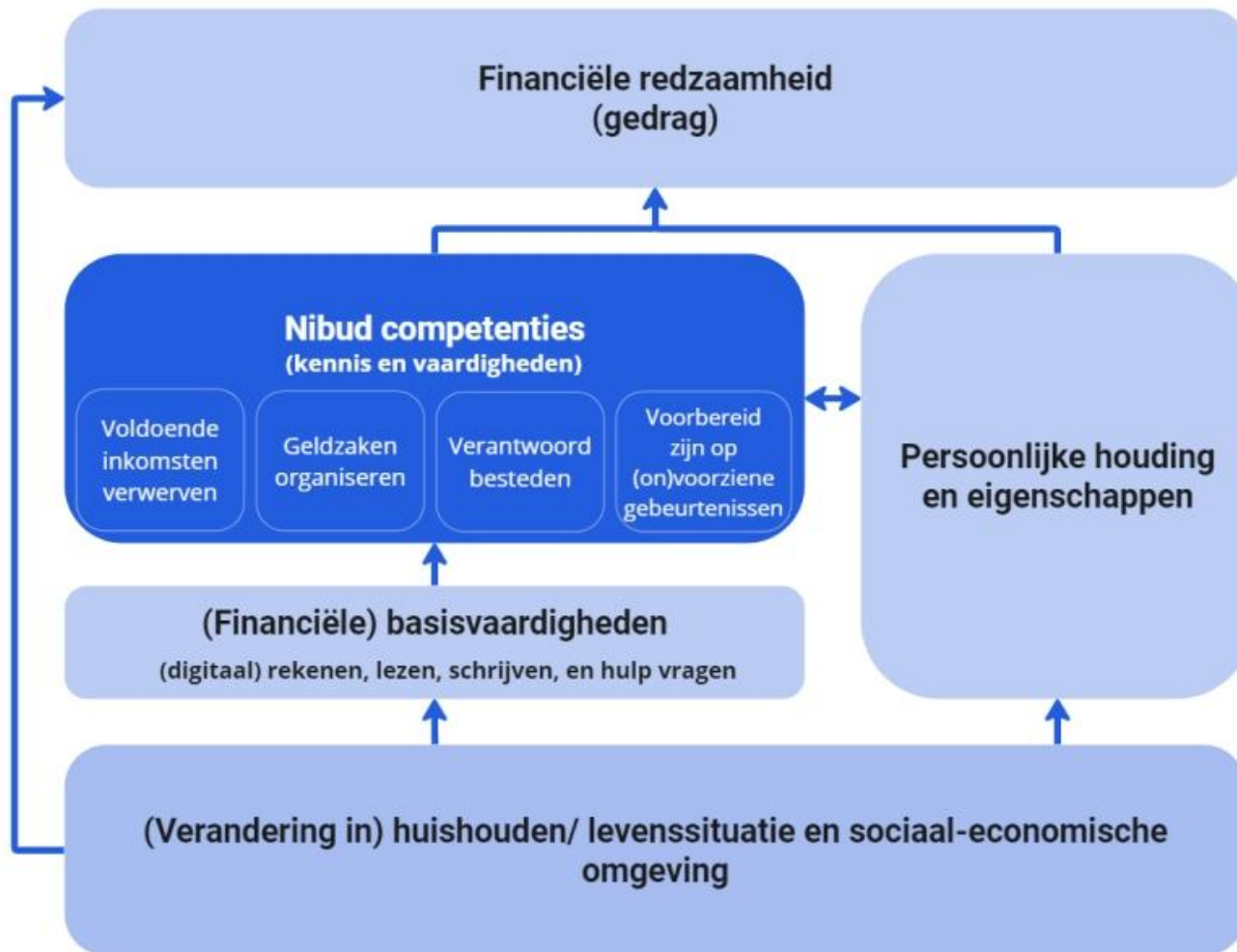


Financiële redzaamheid
(gedrag)









Figuur 1. Schematische weergave van de factoren die bijdragen aan financieel redzaam gedrag

Bron: Nibud-competenties voor financiële redzaamheid, herziene uitgave 2023

Chronische stress

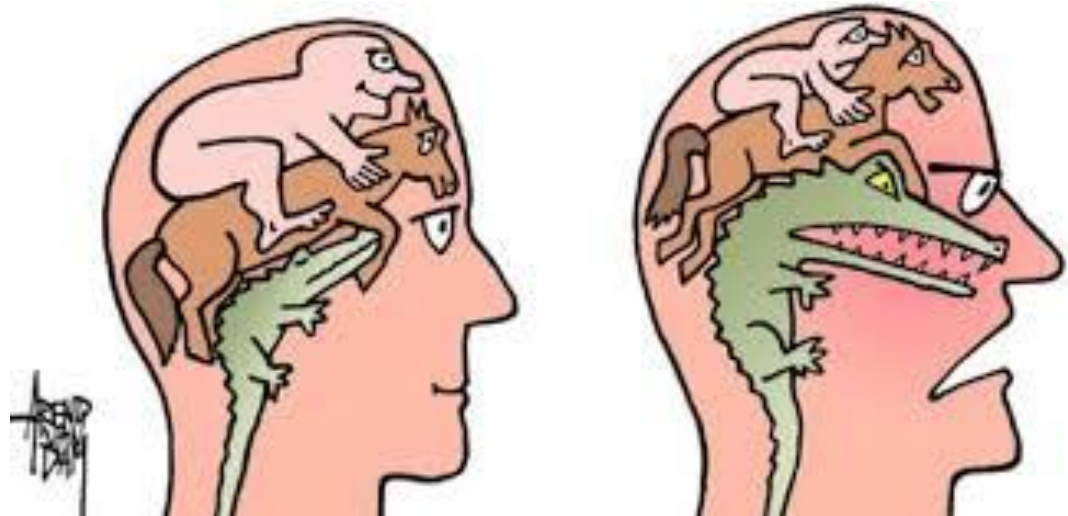
Brainstorm met je buur (5 min)

- Welk gedrag vertonen mensen in (chronische) stress?
- Wat herken je bij jezelf?

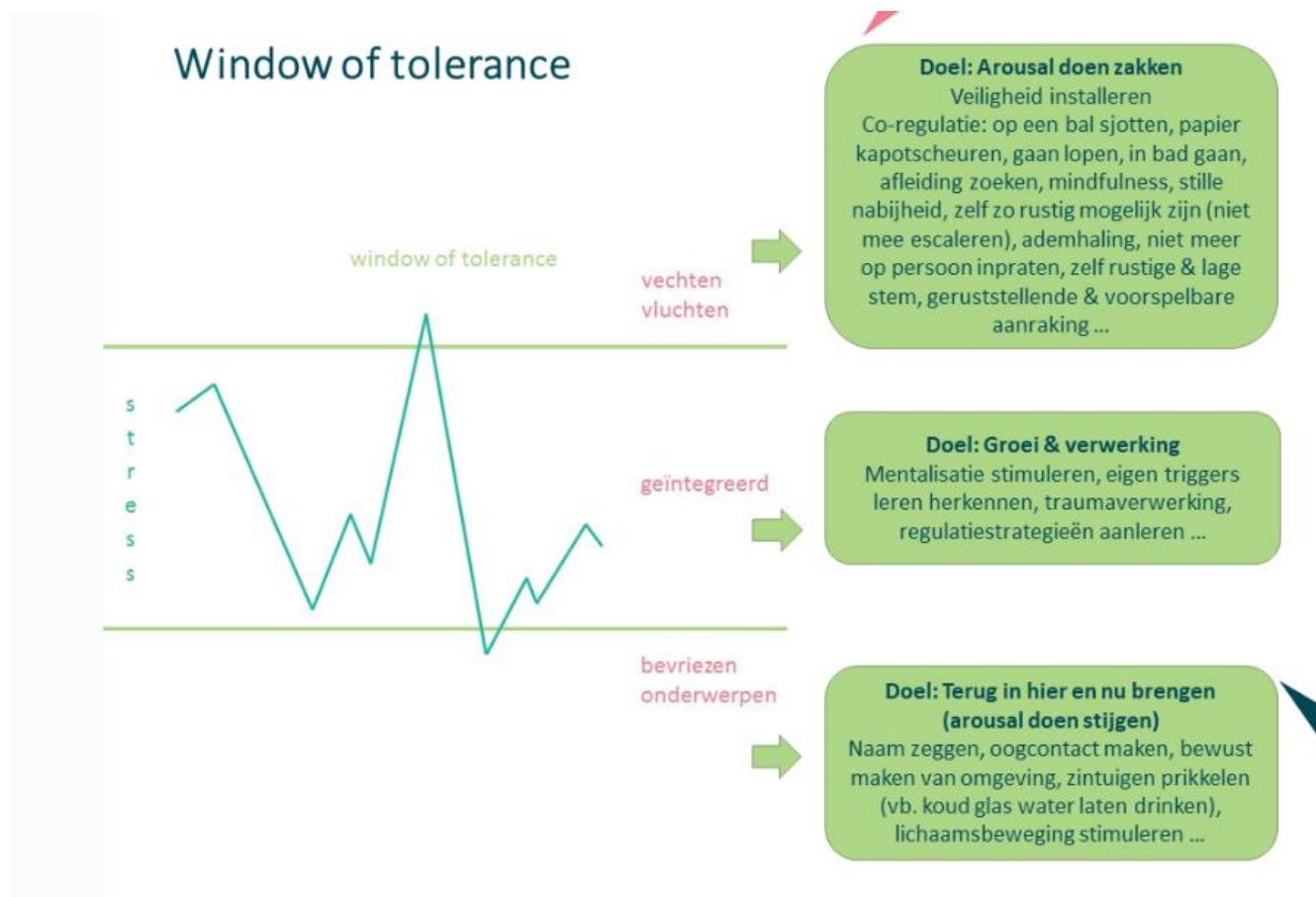
Chronische stress

Hersenen:

- Mensenbrein (plannen, inleiving, controle)
- Zoogdierenbrein (emotioneel)
- Reptielenbrein (overleven, eigenbelang, vechten, vluchten of bevriezen)



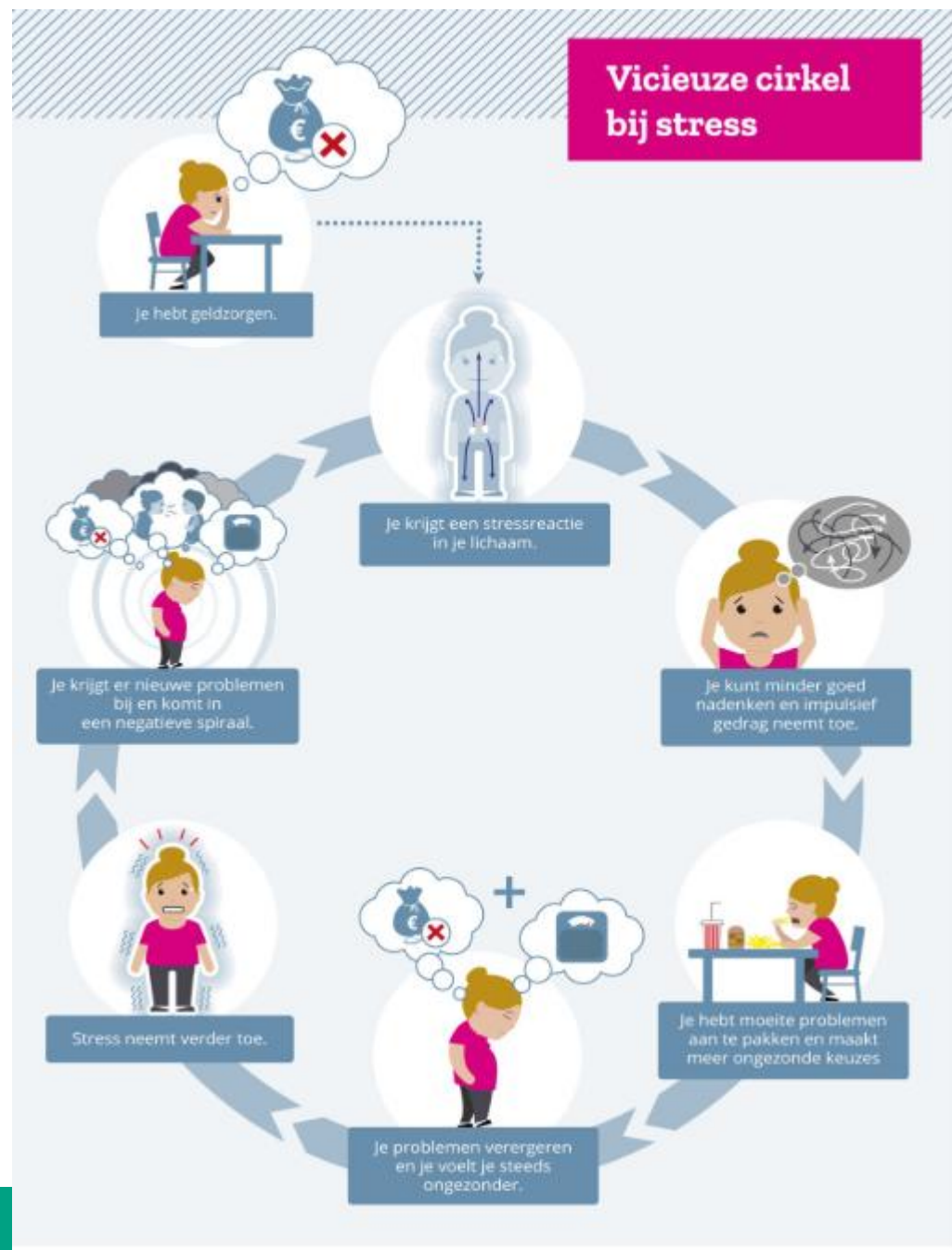
Chronische stress



Bron: Window of tolerance: Kinderen helpen weer tot rust te komen - Kennisdatabank - Steunpunt Adoptie

Chronische stress

Bron: Chronische stress
belangrijk bij ontstaan
gezondheidsachterstand
en - Pharos



Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?



Bron: Factsheet: The EU financial literacy strategy - Finance

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

Wat kan je zelf doen?

Wat kan je betekenen vanuit je rol als leerkracht?

Wat vind je makkelijk, wat vind je moeilijk?

Op welke drempels bots je?

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

Bespreekbaar maken

Erken de uitdagingen in de maatschappij

Inzicht in stress en de symptomen

Niet enkel kennis, ook houding en attitude

Tools

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

Ouders zijn de belangrijkste gesprekspartner en hebben de grootste invloed

2 op 3 jongeren (66 %) praten met hun ouders over geld; 58 % van de jongeren met vrienden en 38 % met andere familieleden. De jongste groep jongeren (18-20 jaar) praat meer met de ouders over geld (70 %). Ouders zijn niet alleen de favoriete gesprekspartners voor geldzaken, ze hebben ook de grootste invloed op de financiële beslissingen van jongeren. Naarmate ze ouder worden en behoefte hebben aan meer specifieke expertise, wordt meer met professionals - zoals bankier, beleggingsadviseur, boekhouder, overheidsinstelling, verzekeringsmakelaar, notaris - over geld gepraat. Dat is vooral het geval bij jongeren van 24-25 jaar.

Bron: 10de editie van De Week van het Geld - Jongeren willen nog meer leren over geld | Wikifin

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

Bespreekbaar maken

- Niet iedereen praat over geld
- Ouders zijn referentie
- Grote kloof tussen wie thuis over geld spreekt en wie niet

Wat kan je doen?

* Geldtypetest - Nibud

- Geef een opdracht over de 'gezinssituatie' zonder in detail te gaan
- Zorg voor (meer) woordenschat door uitwisseling in de klas
- Benoem wat er moeilijk is in de maatschappij
- Vertrek niet vanuit het IK perspectief

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?



www.mijngeldenik.be

Chuki Beats

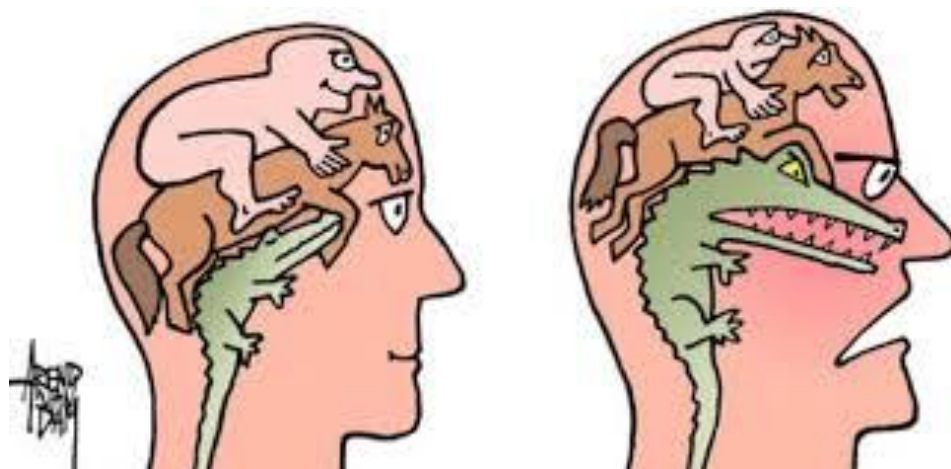
Ik was een beetje vergeten dat het jaar erna, je uw afrekening van de belastingen krijgt en euh was niet zo prepared om die rekeningen te betalen.

Bron: Febelfin.be I got my mind on my money and my money on my mind | Mijn geld en ik

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

Inzicht in de doorwerking van hersenen/stress

- Inzicht in puberbrein
- Video wat zijn executieve functies?
https://youtu.be/pMM75qEmmoE?si=d8gnnJ_OEXPJQ8aI
- Autometafoor DE AUTOMETAFLOOR - Home



Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

De impact van zorgen en stress

Zorgen en stress werken bij iedereen anders uit. Op deze plaat staan voorbeelden van wat zorgen en stress met je kunnen doen. Naast deze voorbeelden zijn er ook nog allerlei andere veel voorkomende reacties.

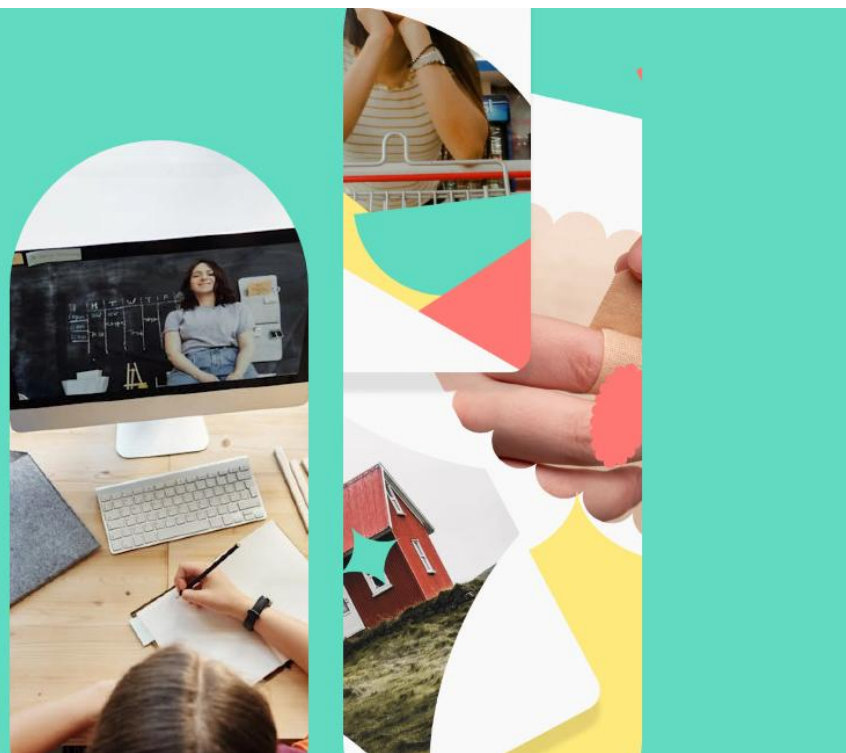


Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

Online budgetspel | Wakosta

Online budgetspel

Klik en probeer een maand te leven met het geld dat je krijgt.



Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?



Lessenpakket “Blij dat je betaald hebt”

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?



Bron: Campagne “Later betalen? Pas op voor de Payback!”

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen? BNPL

5 tips om schulden te vermijden

1. **Vergeet niet dat “buy now, pay later” een vorm van betalingsuitstel is.** Ook al staat de term “rente” niet met grote letters vermeld, de consument verbindt zich ertoe een bedrag binnen een bepaalde termijn terug te betalen.
2. **BNPL is geen oplossing voor impulsieve aankopen** maar een valse comfortzone. Gebruik die optie voor noodzakelijke, geplande aankopen.
3. **Ken je echte terugbetalingscapaciteit.** Het is niet omdat je 25 euro/maand betaalt in plaats van 100 euro ineens, dat het een goed idee is. Maak de berekening van alle betalingen die je doet (abonnementen, huur, uitgaven, andere BNPL-aankopen...) en vraag je af of je echt alles kunt betalen aan het einde van de maand.
4. **Lees (ten minste één keer) de algemene voorwaarden.** Het is niet leuk, dat weten we. Maar sommige BNPL-diensten rekenen hoge kosten aan bij te late betalingen, en dat kan snel pijn doen. Let vooral op boetes bij laattijdige betalingen, de duur van de afbetaling en eventuele verborgen kosten.
5. **Deactiveer de “betaaloptie in termijnen”.** Veel websites activeren automatisch de BNPL-optie, zonder dat je het doorhebt. Ga naar je klantvoorkeuren en deactiveer deze optie op je favoriete sites. Zo betaal je in één keer.

Bron: FOD Economie

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

[Www.budgetwijzer.be](http://www.budgetwijzer.be)

Zelf budgetteren

Om je budget te beheren moet je heel wat doen; moeilijke brieven lezen, een budgetplan maken, prijzen vergelijken,... Met deze zes stappen kan jij je budget en schulden zélf aanpakken.

stap 1



**Administratie
lezen, ordenen en
betalen**

Een overzicht van je administratie zorgt voor rust in je huis en in je hoofd.

- > [Administratie via de post](#)
- > [Administratie online](#)
- > [Betalingen doen](#)

stap 2



**Een budgetplan
opmaken**

Een budgetplan helpt om je budget in evenwicht te houden.

- > [Hoe en waarom een budgetplan gebruiken?](#)
- > [Budgetplan op papier](#)
- > [Budgetplan in excel, app of website](#)

stap 3



**Inkomsten
verhogen**

Bekijk hier of je recht hebt op premies of andere voordelen.

- > [Chat met een hulpverlener van het CAW](#)
- > [Zelf je inkomsten verhogen](#)

stap 4



**Uitgaven
verminderen**

Bekijk waar je kan besparen of op welke kortingen je recht hebt.

- > [Prijzen vergelijken](#)
- > [Recht op korting](#)

stap 5



Sparen

Hoe start je met sparen en hoe hou je dit vol?

- > [Waarom en hoeveel sparen](#)
- > [Beginnen met sparen](#)
- > [Volhouden met sparen](#)

stap 6



**Zelf schulden
aankpakken**

Maak een overzicht van je schulden en start een afbetalingsplan.

- > [Overzicht van je schulden](#)
- > [Communiceren met de schuldeiser](#)
- > [Afbetalingsplan voorstellen](#)

Tools: Checklist financiële redzaamheid

1. ADMINISTRATIE

	Ja	Mee bezig	Nee
Toegang tot documenten			
• Post- of brievenbus			
• Mail			
• MyMinfin			
• My e-box			
• Mutualiteit			
• Gemeentelijke diensten			
• ...			
Veilig gebruik van ltsme			
Veilig gebruik van online bankieren			
Reageren op brieven en informatie			
Een bewaarplaats voor documenten			
Herkennen van frauduleuze berichten per post of online			

Bron: checklist financiële vaardigheden_analyse_meth hand.pdf

Tools: Checklist financiële redzaamheid

Administratie

Administratie via de post | Budgetwijzer

Je administratie op orde - Financieelredzaam.be

www.123digit.be

Home | Safeonweb

Digiwatte?-videoreeks | Mediawijs

Leessimpel.nl

Tools: Budgetoverzicht

- Budgetplanner
- Inkomsten, vaste en variabele uitgaven, onvoorziene kosten
- Plannen

Zelf budgetteren | Budgetwijzer (Stap 2 en stap 6)

Wakosta?! App

Budget in Beeld van BLZ

Budgettool XL | Wikifin

Tools: Prijzen vergelijken en Weerbaarheid

informatieve tools:

- Vergelijken van prijzen
- Veilig online
- www.safeonweb.be
- www.wikifin.be (vergelijkingstools)
- [Wat weet jij over crypto? https://youtu.be/l4MS87lwh-w](https://youtu.be/l4MS87lwh-w)

Bespreekbaar maken:

- Assertiviteit
- Groepsdruk
- Rust scheppen om impulsieve aankopen tegen te gaan
- Kleine tussendoelen afspreken
- Sparen, hoe volhouden? [Volhouden met sparen | Budgetwijzer](#)

Tools: zich informeren

Hoe zoek je informatie op?

- Wie is er in het netwerk?
- Professioneel of informeel
- Praten over geld in het gezin

Veilig omgaan met informatie:

- Wat zijn de informatiebronnen?
- Let op finfluencers

Wat kan jij als leerkracht daarin betekenen?

Klassebank.be



**Samen jongeren
voorbereiden op
een financieel
bewuste
toekomst**

Tools: aandacht voor laaggeschoolden

Een boosterprik voor financiële geletterdheid: nieuw lesmateriaal voor (laaggeschoolde) volwassenen | Scriptiebank



Home / Een boosterprik voor financiële geletterdheid: nieuw lesmateriaal voor (laaggeschoolde) volwassenen

Een boosterprik voor financiële geletterdheid: nieuw lesmateriaal voor (laaggeschoolde) volwassenen

Wietske Van Gils

Conclusie

- Kennis, houding en vaardigheden
 - BudgetInZicht
 - Tools op Budgetwijzer.be
 - Methodisch handelingskader

Andere factoren;

- Life-events
- Basisvaardigheden
- Houding en persoonlijke kenmerken
 - Stress-sensitieve hulpverlening
 - Motiverende gespreksvoering
 - Integrale aanpak
 - BIZ/Methodisch handelingskader

Bedankt voor jullie aandacht!

Wietske.vangils@samvzw.be



steunpunt mens
en samenleving