



## **Geldzorgen? Bekijk deze gratis tips en adviezen**

**Sommige gebeurtenissen kunnen ervoor zorgen dat je inkomsten veranderen en je in financiële problemen komt. Om een paar voorbeelden te noemen: je gaat scheiden, je partner zit ineens zonder werk of je kind wordt ernstig ziek. Of je hebt aanhoudende geldzorgen door gestegen kosten voor bijvoorbeeld energie en boodschappen. En daardoor pieker je je suf, slaap je minder goed en heb je minder energie. Ineens zit je in de vicieuze cirkel van stress. En hoe kom je daar weer uit?**

Om van je geldzorgen af te komen, zijn er gelukkig steeds meer instanties die je kunnen helpen. Maar er is één ding wat nog veel belangrijker is en wat je zelf moet doen: stop met je te schamen! Wat zou je tegen een vriend(in) zeggen als die vertelt dat hij/zij schulden heeft? Precies, je toont begrip en probeert een oplossing te bedenken. Vraag dus hulp en kom in actie!

### **Gratis videogesprek met een budgetcoach**

Medewerkers die collectief verzekerd zijn bij Menzis, kunnen gebruikmaken van een gratis videogesprek met een budgetcoach. Dit geldt ook voor meeverzekerde gezinsleden. De budgetcoach helpt om beter inzicht te krijgen in je financiële situatie. Je krijgt hulp bij het ordenen van financiële zaken, om een realistisch budget op te stellen en je krijgt tips en adviezen voor jouw specifieke situatie. Het gesprek is met een professionele budgetcoach op een door jou gekozen moment.

### **Gratis online cursus 'Geldzorgen'**

Daarnaast kun je ook deelnemen aan de gratis online cursus over geldzorgen. Iedereen heeft wel eens geldzorgen. Omdat we hier niet graag over praten kunnen zorgen over gaan in problemen. Heb jij geldzorgen en wil je hiermee leren omgaan? Dan is deze online cursus een goed idee. Je vindt er tips en oefeningen om de situatie onder controle te krijgen.

Je kunt deze gratis voordelen vinden na het inloggen [op de pagina extra voordelen](#).