



PERSBERICHT

8 november 2022

Gratis webinar 'Financiële gezondheid' voor inwoners met een middeninkomen

De inflatie en de energiekosten stijgen, het leven wordt steeds duurder. Heb jij een modaal inkomen en wil je meer rust creëren als het gaat over de uitgaven? Of verwacht je financiële problemen en moeite om rond te komen? Volg het gratis webinar 'Financiële gezondheid' op maandag 21 november 2022, om 19.00 uur, van het Sociaal Team Gouda.

Tijdens het webinar vertellen sociaal werkers hoe financiële gezondheid werkt. Hoe geldzorgen kunnen zorgen voor effect op je geestelijk en lichamelijk functioneren. Hoe je grip krijgt op je inkomsten en uitgaven en welke toeslagen er zijn.

Waar gaat het webinar Financiële gezondheid over?

1. Geld en Stress

Wanneer je geldzorgen hebt kan dit uitmonden in stress. Wat voor invloed heeft stress op je functioneren? Je leert hoe stress invloed heeft op je brein en je geestelijke functioneren, maar ook wat voor invloed stress kan hebben op het creëren van lichamelijke klachten. Door deze signalen te herkennen kun je het beter begrijpen en er op anticiperen, zo blijf je financieel gezond.

2. Rondkomen met inkomen

Je leert hoe je grip krijgt op je inkomsten en uitgaven. Wat voor soorten inkomstenposten heb je en wat voor uitgaven doe je? Waarop kan je besparen?

3. Geld en gedrag

Noot voor de redactie

Neem voor meer informatie contact op met Annelies de Wit, Communicatieadviseur Sociaal Team Gouda.

T: 06 3619 23 72

E: communicatie@sociaalteamgouda.nl

- Heb jij voldoende inkomen? Maak je al gebruik van regelingen en toeslagen wanneer je hier recht op hebt? Of zijn er misschien manieren om zelf meer inkomen te werven?
- Wat voor uitgavenpatronen heb je? En moet je hier aanpassingen aan doen?
- Ook geven de sociaal werkers besparingstips.

4. Afsluiting

Het webinar wordt afgesloten met informatie over organisaties en instanties die jou kunnen helpen wanneer het je zelf niet lukt om grip te krijgen op je financiën.

Kun je niet aanwezig zijn bij het webinar?

Meld je dan alsnog aan. Dan sturen we je rond eind november een link naar het webinar, zodat je deze alsnog kunt kijken.

Meer informatie en aanmelden?

Meld je aan via www.sociaalteamgouda/webinar, bel naar 088 900 4321 of stuur een e-mail naar info@sociaalteamgouda.nl.

Noot voor de redactie

Neem voor meer informatie contact op met Annelies de Wit, Communicatieadviseur Sociaal Team Gouda.

T: 06 3619 23 72

E: communicatie@sociaalteamgouda.nl