

FINANCIËLE ZEKERHEID EN VERZEKERINGEN

www.fempower.finance

Co-funded by the European Union

Deze publicatie valt onder een Creative Commons Naamsvermelding-NietCommercieel-GelijkDelen 4.0 Internationaal (CC BY-NC-SA 4.0) Licentie, met uitzondering van alle logo's en al het materiaal in dit document waar dit is aangegeven.

COLOFON & DISCLAIMER

Deze bron is ontwikkeld in het kader van het Erasmus+-project *"FEMpower in Finance: Upskilling women in sustainable financial literacy to raise their confidence and counter the threat of old age poverty."*

De informatie, toelichtingen, berekeningen, voorbeelden en gerelateerde materialen die via deze bron worden aangeboden, zijn **uitsluitend bedoeld voor educatieve en informatieve doeleinden**. Ze zijn ontworpen ter ondersteuning van leeractiviteiten op het gebied van financiële geletterdheid. Ze vormen **geen** financieel, beleggings-, juridisch, fiscaal, boekhoudkundig of ander professioneel advies.

Geen financieel of beleggingsadvies

Niets in de door het project verstrekte bronnen mag worden opgevat als een aanbeveling om enig financieel product te kopen, te verkopen, aan te houden of anderszins te verhandelen, noch als richtlijn voor een individuele beleggings- of financiële strategie. Gebruikers dienen onafhankelijk advies in te winnen bij gekwalificeerde professionals voordat zij financiële beslissingen nemen.

Geen garantie op juistheid of geschiktheid

Hoewel redelijke inspanningen zijn geleverd om ervoor te zorgen dat onze bronnen samenhangend en bruikbaar zijn, worden ze door de projectpartners en auteurs "as is" aangeboden en geven zij **geen enkele garantie of waarborg** (expliciet of impliciet) met betrekking tot volledigheid, juistheid, tijdigheid, geschiktheid voor een specifiek doel of de resultaten die met het gebruik ervan worden behaald. Financiële resultaten en prognoses kunnen sterk variëren, afhankelijk van persoonlijke omstandigheden, aannames, marktontwikkelingen en de invoer van de gebruiker.

Verantwoordelijkheid van de gebruiker voor invoer en resultaten in templates

Gebruikers zijn zelf volledig verantwoordelijk voor
i. de juistheid van alle gegevens die zij invoeren,
ii. de aannames die zij toepassen, en
iii. eventuele acties die zij ondernemen op basis van de resultaten die de aangeboden bronnen genereren. Alle getoonde cijfers zijn uitsluitend indicatief en kunnen worden beïnvloed door afronding, methodologische keuzes of instellingen van de spreadsheetsoftware.

Beperking van aansprakelijkheid

Voor zover maximaal toegestaan onder het toepasselijke recht, zijn de projectpartners, auteurs en aanverwante organisaties niet aansprakelijk voor directe of indirecte verliezen of schade (met inbegrip van financiële schade, gederfde winst of gevolgschade) die voortvloeien uit het gebruik van, de onmogelijkheid om gebruik te maken van, of het vertrouwen op de bronnen van het project.

Bronnen en links van derden

Wanneer bronnen verwijzen naar externe bronnen, tools of links, worden deze aangeboden voor het gemak en ter ondersteuning van het leerproces. De projectpartners hebben geen controle over dergelijke inhoud van derden en onderschrijven deze niet, noch aanvaarden zij hiervoor enige verantwoordelijkheid.

Erasmus+-context en verantwoordelijkheidsverklaring

Deze bron is geproduceerd voor leerdoeleinden in het kader van het project FEMpower in Finance. De standpunten die in dit document worden geuit, zijn die van de auteurs en geven niet noodzakelijk het officiële standpunt van de Europese Unie of enig Nationaal Agentschap weer; noch de Europese Unie, noch de verlenende autoriteit kan verantwoordelijk worden gehouden voor het gebruik dat van de hierin opgenomen informatie wordt gemaakt.

Ontwikkelaars van de inhoud

Het consortium van het project FEMpower in Finance (2024-2026) is een gezamenlijk project van

- Tvw GmbH - Duitsland
- UCLAN Cyprus Limited - Cyprus
- Momentum Educate and Innovate - Ierland
- The Hub Nicosia - Cyprus
- Stichting Go Woman Alliance Europe - Nederland

Publicatiedatum: mei 2026



Financiële Zekerheid en Verzekeringen

01 Inleiding 4

02 pagina 11
Vrouwen in de vroege loopbaan

03 pagina 20
Vrouwen in de middenloopbaan

04 pagina 32
Vrouwen in de late loopbaan

05 Conclusie 42

Co-funded by the European Union

Gefinancierd door de Europese Unie. De geuite standpunten en meningen zijn echter uitsluitend die van de auteur(s) en geven niet noodzakelijk de standpunten van de Europese Unie of het Europees Uitvoerend Agentschap onderwijs en cultuur (EACEA) weer. Noch de Europese Unie, noch EACEA kan daarvoor verantwoordelijk worden gehouden.

01

INLEIDING TOT FINANCIËLE ZEKERHEID EN VERZEKERINGEN

www.fempower.finance

Inleiding

"Financiële zekerheid gaat niet over rijk zijn - het gaat over voorbereid zijn."

Financiële zekerheid betekent jezelf beschermen tegen de risico's van het leven - van medische noodgevallen tot natuurrampen en economische onzekerheid. Verzekeringen en proactieve financiële planning bieden vrouwen essentiële instrumenten om stabiliteit en gemoedsrust op te bouwen, op elke leeftijd. Om dit te bereiken, gebruikt deze module eenvoudige financiële terminologie die gemakkelijk te begrijpen is voor vrouwen van verschillende leeftijden en loopbaanfasen, ongeacht hun opleidingsachtergrond.

Een verzekering is een financieel instrument dat je beschermt tegen onverwachte gebeurtenissen die anders tot aanzienlijke financiële problemen zouden kunnen leiden. Of het nu gaat om een auto-ongeluk, ziekte, diefstal of schade aan je huis, een verzekering helpt je risico's te beheren door ze met anderen te delen.

Deze module helpt je te begrijpen hoe verzekeringen jou en je dierbaren kunnen beschermen tegen onverwachte financiële klappen. Of je nu net aan je loopbaan begint, gezinsverantwoordelijkheden combineert of je voorbereidt op je pensioen, een verzekering is een essentieel onderdeel van je financiële gereedschapskist.

Het doel is om vrouwen te versterken door middel van financiële voorbereiding.

Leerdoelen

Aan het einde van deze module kun je:

- Je persoonlijke financiële risico's identificeren en weten hoe je hierop kunt plannen om financiële zekerheid te bereiken.
- De belangrijkste soorten verzekeringen begrijpen en weten wat ze dekken.
- Basisverzekeringspolissen lezen en begrijpen.
- Weten hoe je een claim indient en waar je hulp kunt krijgen als er iets misgaat.

Waarom een verzekering belangrijk is

- **Financiële stabiliteit**: voorkomt dat grote, onverwachte kosten je financiën ontsporen.
- **Gemoedsrust**: weten dat je beschermd bent, vermindert stress.
- **Wettelijke verplichting**: sommige verzekeringen (zoals een autoverzekering) zijn verplicht binnen de EU.
- **Steun voor je dierbaren**: een levens- en zorgverzekering kunnen de toekomst van je gezin beschermen.

Jouw persoonlijke situatie

Verzekeringsbehoeften verschillen van persoon tot persoon, afhankelijk van iemands individuele omstandigheden. Om ervoor te zorgen dat je op elk moment in je leven de juiste verzekeringsdekking afsluit, moet je eerst je persoonlijke situatie in kaart brengen.

Je verzekeringsbehoeften worden beïnvloed door verschillende factoren, waaronder:

1. Leeftijd

- Je leeftijd speelt een grote rol in het soort verzekering dat je nodig hebt.
- **Jongere vrouwen** hebben mogelijk minder dekking nodig, maar een levensverzekering kan belangrijk zijn als je kinderen hebt of iemand van jouw inkomen afhankelijk is.
- **Oudere vrouwen** richten zich vaker op pensioenplanning en hebben mogelijk een verzekering voor langdurige zorg nodig om toekomstige zorgkosten te dekken.

2. Gezondheidstoestand

- Je gezondheid beïnvloedt welke verzekering het beste bij je past.
- Als je te maken hebt met aanhoudende gezondheidsproblemen, heb je mogelijk een zorgverzekering nodig die meer behandelingen dekt.
- Als je een verhoogd risico loopt op ziekte of letsel, kan een arbeidsongeschiktheidsverzekering je inkomen vervangen als je niet kunt werken.

3. Gezinssituatie

- Je gezinsverantwoordelijkheden beïnvloeden je verzekeringsbehoeften.
- Als je kinderen, een partner of oudere ouders hebt die van jou afhankelijk zijn, kan een levensverzekering hen ondersteunen als jou iets overkomt.
- Ouders willen mogelijk ook extra dekking voor kinderopvang of onderwijskosten.

4. Beroep

- Je baan kan invloed hebben op het type verzekering dat je nodig hebt.
- Als je werkt in een risicovol beroep, zoals de bouw of hulpverlening, heb je mogelijk meer dekking nodig voor ongevallen of arbeidsongeschiktheid.
- Als je baan weinig risico met zich meebrengt, kun je je meer richten op een zorg- of woonverzekering.

5. Levensstijl

- Ook wat je in je vrije tijd doet, speelt een rol.
- Als je vaak reist of avontuurlijke hobby's hebt zoals skiën of duiken, is een reisverzekering of ongevallendekking een goed idee.
- Als je waardevolle bezittingen hebt zoals kunst, sieraden of verzamelobjecten, heb je mogelijk een speciale verzekering nodig om deze te beschermen.

6. Financiële doelen

- Je financiële plannen helpen je bij het maken van verzekeringskeuzes.
- Als je veel bezittingen hebt, kan een paraplu-aansprakelijkheidsverzekering je beschermen tegen juridische claims.
- Als je spaart voor je pensioen, kan een verzekering voor langdurige zorg helpen toekomstige zorgkosten te dekken.

Je moet je persoonlijke situatie in overweging nemen en hoe deze factoren jou beïnvloeden. Pas dan kun je bepalen welk type en welke hoeveelheid verzekeringsdekking je nodig hebt om jezelf en je gezinsleden te beschermen tegen financiële risico's.

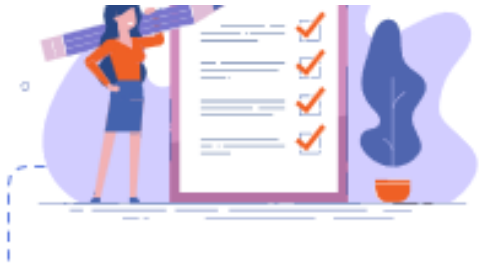
Vervolgens moet je bepalen welke verzekeringen het meest relevant zijn voor je huidige levensstijl, verantwoordelijkheden en financiële doelen. Raadpleeg de secties die aansluiten bij jouw levensfase voor meer informatie die specifiek op jouw behoeften is afgestemd.

Het is ook belangrijk om je verzekeringsdekking regelmatig te herzien naarmate je persoonlijke situatie in de loop van de tijd verandert.

Een checklist voor verzekeringsbehoeften is een prima hulpmiddel om je huidige behoeften in kaart te brengen. Je vindt er hier een.

Checklist Verzekeringsbehoeften

Deze checklist helpt je bepalen welke verzekeringen het meest relevant zijn voor jouw huidige **levensstijl, verantwoordelijkheden en financiële doelen**.



Instructies - Loop elke categorie na en denk na over je huidige situatie. Vink aan wat op jou van toepassing is.

01 Woonhuis- of inboedelverzekering

- ☐ Ben je eigenaar van je woning of huur je?
- ☐ Zou je financieel getroffen worden door diefstal, brand of waterschade?

02 Zorgverzekering

- ☐ Ben je afhankelijk van de publieke gezondheidszorg of heb je sneller toegang tot private zorg nodig?
- ☐ Heb je chronische aandoeningen of gezinsleden die regelmatig zorg nodig hebben?

04 Voertuigverzekering

- ☐ Rijd je regelmatig voor werk of privégebruik?
- ☐ Is je voertuig essentieel voor je inkomen of mobiliteit?

03 Levensverzekering

- ☐ Heb je kinderen, een partner of anderen die afhankelijk zijn van jouw inkomen?
- ☐ Heb je schulden die iemand anders zou kunnen erven?

05 Reisverzekering

- ☐ Reis je binnen de EU of internationaal?
- ☐ Zou je spoedeisende medische zorg of annuleringsdekking nodig hebben?

06 Arbeidsongeschiktheidsverzekering

- ☐ Zou het verlies van je inkomen door ziekte of letsel je financiële stabiliteit aantasten?
- ☐ Ben je zelfstandige of heb je geen dekking via een werkgever?

08 Verzekering langdurige zorg

- ☐ Plan je vooruit voor zorgbehoeften op latere leeftijd?
- ☐ Wil je voorkomen dat je familie wordt belast met toekomstige zorgkosten?

07 Huisdierenverzekering

- ☐ Heb je huisdieren met mogelijke dierenartskosten?
- ☐ Zou een onverwachte dierenartsrekening je budget belasten?

Co-funded by the European Union

De verzekering die je nu nodig hebt

Zodra je hebt bepaald wat je huidige verzekeringsbehoeften zijn, is de volgende stap het identificeren van de meest geschikte verzekeringsproducten voor jou op dit moment.

Het kan overweldigend lijken om de details van verzekeringspolissen te doorgronden en ze van elkaar te onderscheiden om de beste optie voor jou te vinden. Door het proces echter op een logische en gestructureerde manier te doorlopen, kun je ervoor zorgen dat je de dekking krijgt die je nodig hebt, tegen de beste prijs-kwaliteitverhouding.

Je moet de grenzen van de verzekeringsdekking die je aanschaft begrijpen, evenals eventuele uitsluitingen die van toepassing zijn, zodat de polis die je kiest het beste bij jouw behoeften past.

Kijk vervolgens naar je inkomen en bestaande financiële verplichtingen. Dit helpt je te plannen hoe je verzekeringspremies in je maandbudget kunt opnemen zonder in te leveren op sparen of essentiële uitgaven. Gebruik het meegeleverde budgetwerkblad om inzicht te krijgen in je huidige uitgaven en bestedingspatroon.

Zodra je de onderstaande activiteiten hebt afgerond, gaan we verder naar het volgende onderdeel, waarin we het belang bespreken van het zorgvuldig lezen en begrijpen van verzekeringspolissen voordat je tot aankoop overgaat. Het is belangrijk dat je alleen betaalt voor wat je nodig hebt, maar ook de dekking krijgt die je vereist.

Tips

- Houd verzekeringspremies bij voorkeur binnen 5-10% van je inkomen.
- Overweeg polissen te combineren voor kortingen.
- Herzie je budget jaarlijks of na grote levensveranderingen.

Activiteiten

- Vul de checklist verzekeringsbehoeften in om te bepalen wat je huidige verzekeringsbehoeften zijn.
- Vul het budgetwerkblad in om inzicht te krijgen in je huidige financiële situatie en het budget dat je beschikbaar hebt voor verzekeringen.

Budgetwerkblad

Het opstellen van een budgetwerkblad is een van de meest effectieve manieren om grip te krijgen op je financiën. Het helpt je om:

- Te begrijpen waar je geld elke maand naartoe gaat
- Gebieden te identificeren waar je kunt besparen of bijsturen
- Te plannen voor toekomstige doelen en onnodige schulden te vermijden
- Stress te verminderen door een duidelijk financieel overzicht

Instructies:

1. Noteer je totale maandinkomen.
2. Houd je uitgaven bij
3. Vergelijk inkomen en uitgaven om te zien of je een overschot of tekort hebt
4. Stel doelen bij en pas ze aan
5. Evalueer regelmatig

	MAANDELIJKSE UITGAVE	SUBTOTAAL CATEGORIE	TOTAAL
MAANDINKOMEN			
VASTE LASTEN			
Huur/Hypotheek			
Nutsvoorzieningen			
Vervoer			
Aflossingen leningen			
VERZEKERINGSPREMIES			
Zorg			
Woning			
Voertuig			
Leven			
Overig (bijv. huisdier, reizen enz.)			
SPAREN			
Noodfonds			
Pensioensparen			
VRIJE BESTEDINGEN			
Boodschappen			
Entertainment			
Kleding			
Fitness & verzorging			
Kinderopvang/onderwijs			
TOTALE UITGAVEN			
RESTEREND SALDO			

Woordenlijst

Soorten verzekeringen die je kunt tegenkomen

- **Zorgverzekering**: Dekt medische kosten.
- **Levensverzekering**: Biedt financiële ondersteuning aan je nabestaanden als je komt te overlijden.
- **Woonverzekering**: Beschermt je woning, particulier of zakelijk, en je bezittingen.
- **Voertuigverzekering**: Dekt schade aan of aansprakelijkheid met betrekking tot je voertuig.
- **Reisverzekering**: Dekt onverwachte gebeurtenissen tijdens het reizen.
- **Inkomensverzekering**: Ondersteunt je financieel als je door ziekte of letsel niet kunt werken.
- **Inboedelverzekering (huurders)**: Beschermt de persoonlijke bezittingen van huurders tegen verlies door diefstal, brand of andere gedekte gebeurtenissen, en biedt dekking voor aansprakelijkheid en extra woonkosten.
- **Verzekering langdurige zorg**: Dekking die zorgt voor verpleeghuiszorg, thuiszorg en persoonlijke of dagopvang.
- **Uitvaartverzekering**: Een specifiek type levensverzekering, bedoeld om onverwachte laatste kosten of kosten rond het levenseinde te dekken. Dit kan uitvaartdiensten, begrafeniskosten, medische rekeningen of openstaande schulden omvatten.

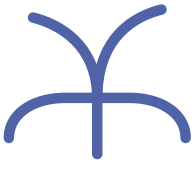
Belangrijke begrippen die je moet kennen

- **Premie**: Het bedrag dat je regelmatig betaalt (maandelijks, per kwartaal of jaarlijks) om je verzekeringsdekking te behouden.
- **Polis**: Een contract tussen jou en de verzekeraar waarin staat wat er gedekt is, onder welke voorwaarden en voor welk bedrag.
- **Eigen risico**: Het bedrag dat je zelf moet betalen voordat je verzekering in werking treedt.
- **Claim**: Een verzoek dat je bij je verzekeraar indient om een verlies of kosten vergoed te krijgen.
- **Dekking**: De specifieke risico's of gebeurtenissen waartegen je polis je beschermt.
- **Dekkingslimiet**: Het maximale bedrag dat de verzekeraar zal uitbetalen.
- **Uitsluitingen**: Wat niet gedekt is door de polis.
- **Eigen bijdrage**: Jouw aandeel in de kosten nadat het eigen risico is bereikt.
- **Indemniteitswaarde**: De vergoeding is gebaseerd op je werkelijke inkomen op het moment van de claim.
- **Overeengekomen waarde**: De vergoeding wordt vastgelegd op het moment dat je de polis afsluit, op basis van een inkomensbewijs op dat moment.

02

FINANCIËLE ZEKERHEID EN VERZEKERINGEN VOOR VROUWEN IN DE VROEGE LOOPBAAN

www.fempower.finance



Vrouwen in de vroege loopbaan

Leerdoelen:

- Financiële risico's herkennen waarmee jonge vrouwen te maken krijgen.
- Beginnen met het opbouwen van financiële vangnetten.
- Basissoorten verzekeringen begrijpen (zorg, auto, huur).
- Leren waarom een noodfonds essentieel is.

Inhoud:

- Waarom je ook op jonge leeftijd een noodfonds nodig hebt.
- Zorg-, huurders- en reisverzekering: wat je nu nodig hebt.
- Introductie tot verzekeringsterminologie (premie, eigen risico).
- Hoe je beoordeelt of een verzekeringspolis de moeite waard is.

Activiteiten:

- Checklist verzekeringsbehoeften.
- Stel een noodfondsplan van €2.500 op.
- Woordenspel: verzekeringstermen.

Formatieve toetsing:

- Quiz: welk type verzekering dekt elke situatie?
- Persoonlijke reflectie: welke risico's baren mij de meeste zorgen?

Bronnen:

- Woordenlijst financiële termen
- Beginnersgidsen voor verzekeringen
- Voorbeeldpolissen ter beoordeling
- Mobiele apps voor het vergelijken van verzekeringen

Vrouwen in de vroege loopbaan

Herken de financiële risico's waarmee jonge vrouwen te maken krijgen

1. De loonkloof tussen mannen en vrouwen

Jonge vrouwen verdienen doorgaans minder dan mannen in vergelijkbare functies, wat hun vermogen om te sparen, te beleggen en op termijn vermogen op te bouwen beperkt. Deze kloof is in bepaalde sectoren nog groter.

2. Grotere blootstelling aan hoge kosten van levensonderhoud

Jonge vrouwen worden onevenredig getroffen door stijgende kosten van levensonderhoud. Ze hebben vaak kleinere financiële buffers, waardoor ze kwetsbaarder zijn voor schulden en financiële onzekerheid. Velen melden moeite te hebben met het betalen van rekeningen, een beroep te doen op voedselbanken of extra schulden aan te gaan.

3. Beperkte financiële inclusie

Tussen de leeftijd van 15 en 24 jaar wordt de genderkloof in financiële inclusie groter. Jonge vrouwen hebben minder vaak een bankrekening, toegang tot krediet of gebruiken minder vaak digitale financiële tools, wat hun vermogen om effectief te sparen en geld te beheren beperkt.

4. Loopbaanonderbrekingen en lagere inkomsten over de levensloop

Vrouwen maken vaak loopbaanonderbrekingen mee vanwege zorgtaken of zwangerschap, wat hun inkomsten en pensioenopbouw over de gehele levensloop vermindert. Deze onderbrekingen beïnvloeden ook promoties en financiële zekerheid op lange termijn.

5. Lagere deelname aan beleggen

Jonge vrouwen beleggen doorgaans minder agressief en stappen minder vaak de aandelenmarkt op dan mannen, wat kan leiden tot lagere rendementen en tragere vermogensopbouw.

6. Schuldenlast

Studieschulden en creditcardschulden treffen jonge vrouwen onevenredig, vooral degenen met een lager inkomen. Hoogrentende schulden kunnen hen vastzetten in een cyclus van financiële stress.

7. Uitdagingen op de woningmarkt

Jonge vrouwen besteden een groter deel van hun inkomen aan huisvesting en hebben vaak moeite om het ouderlijk huis te verlaten, waardoor onafhankelijkheid en vermogensopbouw, zoals het kopen van een eigen huis, worden uitgesteld.

Notities

Meer informatie:

Young Women's Trust Annual Survey

Financial Inclusion for Young Women

The Biggest Financial Hurdles Facing Young People Today

Vrouwen in de vroege loopbaan

Zes stappen om een financieel vangnet op te bouwen

1. Bouw een noodfonds op

- Begin klein: streef naar €1.000 als eerste buffer en werk toe naar 3-6 maanden essentiële levenskosten.
- Houd het toegankelijk maar apart: gebruik een spaarrekening met hoog rendement voor een beter rendement met behoud van liquiditeit.
- Automatiseer het sparen: stel automatische overschrijvingen in om je fonds gestaag te laten groeien.

2. Zorg voor voldoende verzekering

- Zorgverzekering: zorg voor dekking die past bij je specifieke behoeften.
- Arbeidsongeschiktheidsverzekering: beschermt je inkomen als je niet kunt werken - vooral belangrijk voor zzp'ers of kostwinners.
- Levensverzekering: overweeg een tijdelijke levensverzekering als anderen van jouw inkomen afhankelijk zijn.
- Woonverzekering: een huurders- of woonhuisverzekering voorkomt financiële rampen door onverwachte gebeurtenissen.

3. Beheer schulden verstandig

- Geef prioriteit aan hoogrentende schulden (zoals creditcards).
- Doe minimale betalingen op andere schulden terwijl je extra geld richt op de duurste schulden.
- Vermijd het opbouwen van nieuwe schulden, tenzij absoluut noodzakelijk.

4. Begin vroeg met beleggen

- Zelfs kleine bijdragen aan pensioenrekeningen of indexfondsen kunnen dankzij rente-op-rente aanzienlijk groeien.
- Spreid je beleggingen om risico te beheersen.
- Overweeg goedkope opties zoals ETF's of robo-advisors als je nieuw bent in beleggen.

5. Bescherm je inkomen en loopbaan

- Onderhandel over salaris en arbeidsvoorwaarden** om de loonkloof te verkleinen.
- Investeer in opleiding en vaardigheden voor je verdiencapaciteit op lange termijn.
- Bouw een sterk professioneel netwerk op en zoek mentorschap.

6. Stel een financieel plan op

- Stel duidelijke doelen op korte en lange termijn (bijv. noodfonds, huis kopen, pensioen).
- Houd uitgaven bij en hanteer een realistisch budget.
- Plan regelmatige financiële check-ins om bij te sturen naarmate je leven verandert.

Tips

- Begin vandaag
- Bereken wat je nodig hebt voor 3-6 maanden
- Gebruik een bank-app om je geld te beheren
- Blijf consistent en spaar elke week
- Vul je fonds opnieuw aan zodra je het hebt gebruikt

Video

Bekijk deze video om een eenvoudig proces voor geldmapping te leren dat je helpt de eerste stappen te zetten naar het opbouwen van je financiële vangnet.

Lezen

Financiële onafhankelijkheid is de sleutel tot ware vrijheid en keuzevrijheid in het leven van elke vrouw. Vrouwen krijgen vaak te maken met unieke uitdagingen bij het bereiken van financiële zelfstandigheid, van loonkloven tot loopbaanonderbrekingen. Lees waarom het belangrijker is dan ooit voor vrouwen om financieel onafhankelijk te zijn.

Vrouwen in de vroege loopbaan

Als je net aan je loopbaan begint, is dit misschien de eerste keer dat je een verzekering moet afsluiten. Met een breed scala aan opties kan het in het begin overweldigend lijken, dus is het belangrijk om jezelf te informeren en de keuzes te maken die het beste bij jouw behoeften passen.

Belangrijke overwegingen

- Je begint misschien net aan je eerste baan, huurt een woning of begint met sparen. Mogelijk los je nog studieschulden af.
- Je hebt misschien nog geen gezinsleden die van je afhankelijk zijn, maar het is cruciaal om je inkomen te beschermen.
- Je moet begrijpen op welke werkgeversvoordelen je recht hebt.
- Nu is het moment om te beginnen met het opbouwen van een noodfonds.

Uitdagingen

- Beperkt inkomen
- Gebrek aan financiële geletterdheid
- Over het hoofd geziene arbeidsvoorwaarden

Verzekeringsprioriteiten

Zorgverzekering: zorg dat je gedekt bent via je werkgever of een publieke regeling.

Inboedelverzekering: bescherm je bezittingen, vooral als je huurt.

Inkomensverzekering: overweeg dekking bij ziekte of letsel.

Reisverzekering: zorg voor een upgrade naar wereldwijde dekking voor reizen buiten Europa, en upgrade ook voor risicovolle activiteiten zoals skiën voordat je op reis gaat.

Tips

- Controleer je arbeidscontract op verzekeringsvoordelen.
- Vergelijk polissen online met EU-brede vergelijkingstools.
- Begin klein - een basisdekking is beter dan geen.

Praktijkvoorbeeld

Emma, een 31-jarige grafisch ontwerper, verhuisde onlangs naar een nieuwe stad om aan haar droombaan te beginnen.

Met haar nieuwe onafhankelijkheid besefte ze hoe belangrijk het was om zich te verzekeren voor haar gezondheid, bezittingen en toekomst.

Emma had weinig ervaring met verzekeringen en voelde zich overweldigd door de beschikbare opties.

Lees hoe Emma de juiste verzekering voor haar situatie vond in ons interview

Soorten verzekeringen

1. Zorgverzekering

Wat het is:

Een zorgverzekering helpt de kosten van medische zorg te dekken, waaronder doktersbezoeken, ziekenhuisopnames, operaties, medicijnen en soms tandheelkundige of geestelijke gezondheidszorg.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een maandelijkse premie.
- Wanneer je medische zorg nodig hebt, dekt de verzekering een deel of alle kosten.
- Mogelijk betaal je ook een eigen risico (een vast bedrag voordat de dekking ingaat) en eigen bijdragen (een klein bedrag per bezoek of dienst).
- De meeste EU-landen hebben publieke zorgstelsels, maar een private zorgverzekering kan snellere toegang, private ziekenhuizen of dekking bieden voor diensten die niet in het publieke stelsel zijn opgenomen.

2. Woonverzekering

Wat het is:

Een woonverzekering beschermt je huis en bezittingen tegen schade, diefstal of rampen zoals brand of overstroming. Ze kan ook aansprakelijkheid dekken als iemand gewond raakt op je eigendom.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een maandelijkse of jaarlijkse premie.
- Als je huis of bezittingen beschadigd of gestolen zijn, dien je een claim in.
- De verzekeraar betaalt voor reparaties of vervanging, tot aan je dekkingslimiet.

Soorten:

- Opstalverzekering - voor huiseigenaren.
- Inboedelverzekering - voor huurders, dekt persoonlijke bezittingen en aansprakelijkheid.

3. Voertuigverzekering

Wat het is:

- Een voertuigverzekering dekt schade aan je auto, letsel door ongevallen en aansprakelijkheid als je schade veroorzaakt aan anderen of hun eigendom.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een **premie** gebaseerd op je auto, rijgeschiedenis en locatie.
- Als je betrokken raakt bij een ongeval, betaalt de verzekeraar voor reparaties, medische kosten of juridische kosten.
- **WA-verzekering** (aansprakelijkheid tegenover derden) is verplicht in alle EU-landen.
- Je kunt **allrisk-** of **cascodekking** toevoegen voor extra bescherming.

4. Levensverzekering

Wat het is:

- Een levensverzekering biedt een financiële uitkering aan je gekozen begunstigden als je komt te overlijden. Ze helpt uitvaartkosten, schulden of lopende levensonderhoud voor dierbaren te dekken.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een **maandelijkse of jaarlijkse premie**.
- Als je overlijdt tijdens de looptijd van de polis, ontvangen je begunstigden een **eenmalige uitkering**.

Soorten:

- **Tijdelijke levensverzekering** - dekt een vaste periode (bijv. 20 jaar).
- **Levenslange levensverzekering** - dekt je hele leven en kan een afkoopwaarde opbouwen.

5. Reisverzekering

Wat het is:

Een reisverzekering biedt financiële bescherming tegen onverwachte gebeurtenissen tijdens het reizen. Ze kan medische noodgevallen, annuleringen, verloren bagage en andere reisgerelateerde problemen dekken.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een eenmalige of jaarlijkse premie, afhankelijk van de polis.
- Als er iets misgaat tijdens je reis (bijv. ziekte, annulering, diefstal), dien je een claim in.
- De verzekeraar vergoedt de gedekte kosten, tot aan de polislimiet.

Soorten:

- **Enkelvoudige reisverzekering** - dekt één specifieke reis.
- **Doorlopende reisverzekering** - dekt meerdere reizen binnen een jaar.
- **Specialistische reisverzekering** - voor risicovolle activiteiten (bijv. skiën, duiken) of bestaande medische aandoeningen.

6. Huisdierenverzekering

Wat het is:

Een huisdierenverzekering helpt dierenartskosten te dekken als je huisdier ziek of gewond raakt. Ze kan ook routinematige zorg omvatten, afhankelijk van de polis.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een maandelijkse of jaarlijkse premie.
- Als je huisdier behandeling nodig heeft, betaal je de dierenarts en dien je een claim in.
- De verzekeraar vergoedt de in aanmerking komende kosten, minus het eigen risico.

7. Arbeidsongeschiktheidsverzekering

Wat het is:

Een arbeidsongeschiktheidsverzekering biedt inkomensvervanging als je door ziekte of letsel niet kunt werken. Ze helpt financiële stabiliteit te behouden tijdens je herstel.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een maandelijkse premie.
- Als je arbeidsongeschikt wordt en niet kunt werken, ontvang je regelmatige uitkeringen (meestal een percentage van je inkomen).
- De uitkeringen lopen door gedurende een vaste periode of totdat je hersteld bent.

Soorten:

- **Kortlopende arbeidsongeschiktheidsverzekering** - dekt tijdelijke aandoeningen (bijv. herstel na een operatie).
- **Langlopende arbeidsongeschiktheidsverzekering** - dekt langdurige of blijvende arbeidsongeschiktheid.
- **Overheidsuitkeringen bij arbeidsongeschiktheid** - beschikbaar in sommige EU-landen, maar mogelijk beperkt.

8. Verzekering langdurige zorg

Wat het is:

Een verzekering voor langdurige zorg helpt de kosten te dekken van zorgdiensten als je door leeftijd, ziekte of een beperking niet meer zelfstandig dagelijkse activiteiten kunt uitvoeren. Dit omvat thuiszorg, begeleid wonen of verpleeghuiszorg.

Hoe het werkt:

- Je betaalt regelmatige premies, vaak vanaf halverwege je leven.
- Als je langdurige zorg nodig hebt, vergoedt de polis diensten tot aan een dagelijks of maandelijks maximum.
- De dekking kan ingaan na een wachtperiode en is onderworpen aan toelatingscriteria.

Soorten:

Vrouwen in de vroege loopbaan

Bouw je noodfonds op

Een noodfonds is een financieel vangnet, bedoeld om onverwachte kosten te dekken - zoals medische rekeningen, autoreparaties of het verlies van je baan - zonder dat je een beroep hoeft te doen op hoogrentende schulden of langetermijnbeleggingen moet aanspreken. Het leven is onvoorspelbaar, wat betekent dat noodgevallen vaak toeslaan wanneer je het minst verwacht, en zonder een aparte buffer kun je gedwongen worden om creditcards of leningen te gebruiken, wat je financiële doelen kan doorkruisen en onnodige stress toevoegt. Een noodfonds biedt gemoedsrust en financiële stabiliteit, zodat je crises het hoofd kunt bieden zonder je toekomstplannen in gevaar te brengen.

Hoe je het noodfonds berekent dat je nodig hebt

Om te berekenen hoeveel je moet sparen, tel je eerst je essentiële maandelijkse uitgaven op - waaronder huisvesting, nutsvoorzieningen, boodschappen, verzekeringen en schuldaflossingen. Vermenigvuldig dit bedrag met het aantal maanden dat je wilt dekken. De meeste financiële experts raden drie tot zes maanden levenskosten aan als basis, maar als je inkomen onzeker is of je hebt gezinsleden die van je afhankelijk zijn, overweeg dan om meer te sparen (tot 12 maanden) voor extra zekerheid.

Als je maandelijkse uitgaven bijvoorbeeld €2.500 bedragen, zou een noodfonds voor zes maanden €15.000 zijn. Dit bedrag zorgt ervoor dat je je levensstijl kunt behouden tijdens onverwachte tegenslagen, zonder financiële druk.

Tips

Gebruik onze noodfondscalculator om te bepalen hoeveel je nodig hebt in je persoonlijke noodfonds

Video

Bekijk deze video en leer waarom een noodfonds een financieel vangnet is

Link naar video

Vrouwen in de vroege loopbaan

Toets je kennis

We hebben algemene informatie besproken over financiële zekerheid en verzekeringen, evenals factoren die specifiek invloed hebben op jou in jouw levensfase. Nu is het tijd om te controleren wat je hebt geleerd.

Quiz

- Doe onze Quiz Verzekeringstermen
- Los de FEMpower verzekeringskruiswoordpuzzel op

Reflectie

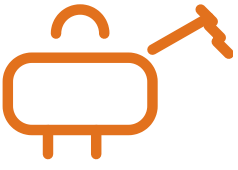
- Neem even de tijd om na te denken over de onderwerpen die in dit onderdeel aan bod kwamen.
- Wat zijn drie belangrijke dingen die je hebt geleerd?
- Welke risico's baren jou de meeste zorgen?
- Schrijf op welke actie je nu gaat ondernemen met deze nieuwe kennis

Bronnen

Een beginnersgids voor het lezen en begrijpen van je verzekeringspolis
Jouw gids voor verzekeringsproducten in de EU
9 praktijksituaties gedekt door een inboedelverzekering
European Insurance and Reinsurance Federation
Verzekerings-apps waaronder: Techniker Krankenkasse (TK), Allianz Sigorta A.S., MAPFRE Informatica

03

FINANCIËLE ZEKERHEID EN VERZEKERINGEN VOOR VROUWEN IN DE MIDDENLOOPBAAN



www.fempower.finance

Vrouwen in de middenloopbaan

Leerdoelen:

- Lacunes in je huidige financiële bescherming beoordelen.
- Meer leren over levens-, woon- en inkomensverzekeringen.
- Verzekeringen begrijpen bij gezinsplanning en vermogensbescherming.
- Polissen vergelijken en de kleine lettertjes lezen.

Inhoud:

- Zorgdekking naarmate gezinsverantwoordelijkheden toenemen.
- Wanneer en waarom je een levensverzekering moet overwegen.
- Verzekering voor eigendom, bedrijf en voertuigen.
- Veelvoorkomende valkuilen in polisvoorwaarden - waar je op moet letten.

Activiteiten:

- Analyseer drie verzekeringsoffertes voor hetzelfde scenario.
- Plan verzekeringsdekking voor een fictief huishouden.
- Stel een checklist op van je huidige verzekeringen.

Formatieve toetsing:

- Korte vraag: tegen welke risico's ben je onderverzekerd?
- Mini-quiz: waar of niet waar over leven- en inkomensbescherming.

Bronnen:

- Woordenlijst financiële termen
- Overheidsbrochures over verzekeringsgeletterdheid
- Tools voor polisvergelijking
- Sjablonen voor financiële beschermingsplanning

Vrouwen in de middenloopbaan

Als je in de middenloopbaan zit, jongleer je waarschijnlijk met veel verantwoordelijkheden, zowel thuis als op het werk. Je moet de juiste plannen en verzekeringen treffen om er zeker van te zijn dat jij en je dierbaren goed beschermd zijn.

Vrouwen in de middenloopbaan hebben te maken met een unieke combinatie van druk: ze hebben vaker dan mannen loopbaanonderbrekingen genomen voor zorgtaken, verdienen vaak minder door de loonkloof en dragen regelmatig de 'mentale last' van het beheren van de gezinsfinanciën naast professionele verantwoordelijkheden. Dit betekent dat verzekeringen en financiële planning in deze levensfase niet alleen over dekking gaan, maar over het compenseren van structurele lacunes die zich in de loop van de tijd hebben opgebouwd."

Belangrijke overwegingen:

- Je woonlasten, huur of hypotheek, vormen elke maand een aanzienlijke uitgave, en je vermogen om deze te betalen moet gewaarborgd zijn.
- Je hebt mogelijk zorgtaken voor kinderen, oudere familieleden of huisdieren, en hun behoeften moeten in je plan worden meegenomen.
- Met veel verantwoordelijkheden is het belangrijk dat je, naast het verzekeren van je bezittingen, ook voldoende zorg- en inkomensverzekering hebt.
- Naarmate je omstandigheden in de middenloopbaan veranderen, is het belangrijk om je verzekeringsdekking regelmatig te herzien en bij te werken.

Uitdagingen

- Veel huidige uitgaven die op je inkomen drukken
- Moeilijk om geld opzij te zetten voor toekomstige behoeften en sparen
- Gezins- en loopbaaneisen en -verantwoordelijkheden bereiken beide een piek in de middenloopbaan

Verzekeringsprioriteiten:

- Zorgverzekering naarmate gezinsverantwoordelijkheden toenemen
- Levensverzekering
- Bescherming van je bezittingen, waaronder inkomen en eigendom

Tips

- Voer een volledige controle uit van al je bestaande verzekeringspolissen
- Ga na of je lacunes in je dekking hebt, of dat je te veel betaalt voor verzekeringsdekking die je niet meer nodig hebt

Interview

Bekijk deze videoserie van Life Happens om meer te leren over ervaringen en uitdagingen uit het echte leven, en hoe de juiste verzekering je kan helpen deze te overwinnen en je financiële zekerheid te waarborgen.

Life Happens videoserie

Activiteit

Checklist Huidige Verzekeringen

Deze checklist helpt je bepalen welke verzekeringen je op dit moment hebt lopen.

Instructies - Loop elke categorie na en bepaal welke verzekeringen je momenteel hebt lopen.

01 Woonhuis- of inboedelverzekering

- ☐ Ben je eigenaar van je woning of huur je?
- ☐ Zou je financieel getroffen worden door diefstal, brand of waterschade?

02 Zorgverzekering

- ☐ Ben je afhankelijk van de publieke gezondheidszorg of heb je sneller toegang tot private zorg nodig?
- ☐ Heb je chronische aandoeningen of gezinsleden die regelmatig zorg nodig hebben?

04 Voertuigverzekering

- ☐ Rijd je regelmatig voor werk of privégebruik?
- ☐ Is je voertuig essentieel voor je inkomen of mobiliteit?

03 Levensverzekering

- ☐ Heb je kinderen, een partner of anderen die afhankelijk zijn van jouw inkomen?
- ☐ Heb je schulden die iemand anders zou kunnen erven?

05 Reisverzekering

- ☐ Reis je binnen de EU of internationaal?
- ☐ Zou je spoedeisende medische zorg of annuleringsdekking nodig hebben?

06 Inkomensverzekering

- ☐ Zou het verlies van je inkomen door ziekte of letsel je financiële stabiliteit aantasten?
- ☐ Ben je zelfstandige of heb je geen dekking via een werkgever?

08 Verzekering langdurige zorg

- ☐ Plan je vooruit voor zorgbehoeften op latere leeftijd?
- ☐ Wil je voorkomen dat je familie wordt belast met toekomstige zorgkosten?

07 Huisdierenverzekering

- ☐ Heb je huisdieren met mogelijke dierenartskosten?
- ☐ Zou een onverwachte dierenartsrekening je budget belasten?

Co-funded by the European Union

Vrouwen in de middenloopbaan

Het eerste wat je moet doen, is een uitgebreide beoordeling van al je bestaande verzekeringspolissen uitvoeren, om lacunes en polissen die moeten worden bijgewerkt te identificeren.

1: Verzamel al je huidige polissen

Verzamel documenten voor:

- Zorgverzekering (publiek en privaat)
- Levensverzekering
- Inkomensverzekering / arbeidsongeschiktheid
- Dekking voor kritieke ziekten
- Verzekering langdurige zorg
- Woon- en autoverzekering (indien van toepassing)
- Noteer polisnummers, dekkingslimieten, premies en verlengingsdata.

2: Bepaal je huidige levensfase-behoeften

Vrouwen in de middenloopbaan krijgen vaak te maken met:

- **Gezondheidsrisico's**: zorg gerelateerd aan de overgang, screenings (borst, baarmoederhals, botontkalking).
- **Financiële verantwoordelijkheden**: hypotheek, onderwijs van kinderen en zorg voor oudere ouders.
- **Pensioenplanning**: ervoor zorgen dat dekking aansluit bij langetermijndoelen.

Stel een checklist van behoeften op:

- Preventieve zorg
- Beheer van chronische aandoeningen
- Inkomensvervanging bij arbeidsongeschiktheid
- Gezinsbescherming (levensverzekering)
- Planning voor langdurige zorg

Let op voor vrouwen: loopbaanonderbrekingen voor moederschap of zorgtaken leiden vaak tot lacunes in werkgeversdekking, pensioenbijdragen en inkomensbescherming. Vlag bij het herzien van je polissen elke periode waarin je niet fulltime werkte, en controleer of die periodes tot onderverzekering hebben geleid.

Vrouwen in de middenloopbaan

3: Beoordeel elke polis tegen je behoeften

Voor elke polis:

- **Dekkingsomvang**: omvat het preventieve zorg, specialistenbezoeken en geestelijke gezondheidszorg?
- **Limieten en uitsluitingen**: zijn er maxima op kankerbehandeling, vruchtbaarheid of chronische aandoeningen?
- **Wachtperiodes**: voor bestaande aandoeningen of nieuwe voordelen.
- **Begunstigden**: zijn deze up-to-date?

4: Identificeer lacunes

Veelvoorkomende lacunes voor vrouwen in de middenloopbaan:

- Dekking voor kritieke ziekten: vaak ontbrekend of onvoldoende.
- Zorg rond de overgang en hormonale zorg: niet altijd opgenomen in standaard zorgplannen.
- Ondersteuning geestelijke gezondheid: beperkte sessies of hoge eigen bijdrage.
- Langdurige zorg: zelden gedekt tenzij specifiek aangeschaft.
- Inkomensverzekering: controleer of de dekking tot aan pensioenleeftijd doorloopt.

5: Kwantificeer het financiële risico

- Schat de mogelijke kosten uit eigen zak voor niet-gedekte gebieden.
- Vergelijk dit met je noodfonds en pensioenreserves.

6: Onderneem actie

- **Bestaande polissen upgraden**: voeg dekking toe voor kritieke ziekten of geestelijke gezondheid.
- **Extra dekking zoeken**: vergelijk private zorgplannen voor preventieve en specialistische zorg.
- **Begunstigden aanpassen**: zorg dat deze je huidige gezinssituatie weerspiegelen.
- **Jaarlijks herzien**: veranderingen in levensfase (lege nest, pensioen) vereisen updates.

Vrouwen in de middenloopbaan

5 veelvoorkomende valkuilen in verzekeringspolissen waar je als vrouw extra op moet letten

1. Uitsluitingen en beperkingen

- Veel polissen sluiten bepaalde aandoeningen uit (bijv. bestaande ziektes, geestelijke gezondheidsproblemen of risicovolle activiteiten).
- Sommige behandelingen of gebeurtenissen zijn mogelijk helemaal niet gedekt - controleer altijd de sectie met uitsluitingen.

2. Misverstand over "inkomensverzekering"

- Deze dekt **geen** ontslag of baanverlies - alleen ziekte of letsel dat je verhindert te werken.
- Veel mensen nemen ten onrechte aan dat het werkloosheid dekt, wat niet correct is.

3. Wachtperiodes

- Zorg- en inkomensverzekeringspolissen hebben vaak wachtperiodes voordat uitkeringen starten.
- Voor inkomensbescherming wordt dit de **uitkeringstermijn** genoemd (doorgaans 4-13 weken).

4. Onderverzekering

- Een lager dekkingsbedrag kiezen om op premies te besparen, kan je financieel kwetsbaar maken.
- Zorg er bij een levensverzekering voor dat het verzekerde bedrag schulden, hypotheek en de behoeften van je gezinsleden dekt.

5. Aanwijzing van begunstigden

- Het niet bijwerken van begunstigden na belangrijke levensgebeurtenissen (huwelijk, scheiding) kan geschillen veroorzaken.
- Herzie en werk deze altijd regelmatig bij.

En algemene valkuilen waar je ook rekening mee moet houden

Verval van de polis

Het missen van premiebetalingen kan ervoor zorgen dat je polis vervalt, waardoor je zonder dekking komt te zitten. Sommige verzekeraars bieden een respijtperiode, maar niet allemaal.

Niet-openbaarmaking

Het niet vermelden van je medische geschiedenis of leefstijlfactoren (bijv. roken) kan je polis ongeldig maken. Beantwoord aanvraagvragen altijd eerlijk.

Indexeringsclausules

Als je polis niet is geïndexeerd voor inflatie, kan de uitkering in de loop van de tijd aan waarde verliezen. Controleer of je polis automatische inflatiebescherming biedt.

Verlengingsvoorwaarden

Sommige polissen zijn gegarandeerd verlengbaar; andere vereisen herbeoordeling bij verlenging. Premies kunnen aanzienlijk stijgen naarmate je ouder wordt.

Optionele riders

Riders (bijv. kritieke ziekte, premievrijstelling) voegen waarde toe, maar ook kosten. Begrijp wat er is inbegrepen en of je het nodig hebt.

Vrouwen in de middenloopbaan

Zorgverzekering naarmate gezinsverantwoordelijkheden toenemen

In de EU mogen verzekeraars premies niet baseren op geslacht. Dit betekent dat vrouwen niet meer of minder mogen betalen dan mannen voor dezelfde dekking, ook al hebben vrouwen doorgaans een langere levensverwachting en andere gezondheidsrisico's. Binnen de EU hebben burgers recht op grensoverschrijdende zorg. Vrouwen kunnen medisch noodzakelijke zorg in andere EU-landen krijgen met de Europese Zorgpas (EHIC), maar dit vervangt geen private verzekering voor electieve of uitgebreide dekking.

Wat dekt een private zorgverzekering?

Voor vrouwen in de middenloopbaan dekt een private zorgverzekering doorgaans:

- **Preventieve zorg**: screenings voor borstkanker, baarmoederhalskanker en botontkalking.
- **Beheer van chronische aandoeningen**: diabetes, hart- en vaatziekten en overgangsgerelateerde zorg.
- **Geestelijke gezondheidszorg**: steeds vaker opgenomen na hervormingen post-COVID.
- **Zwangerschap en reproductieve gezondheid**: dekking voor late zwangerschappen of vruchtbaarheidsbehandelingen varieert sterk.

Verschillen per land

1. Duitsland (Bismarckmodel)

- Een private verzekering vult de wettelijke dekking aan.
- Uitgebreide plannen omvatten vaak geavanceerde screenings en private ziekenhuiskamers.
- Premies gebaseerd op leeftijd en gezondheidstoestand, niet op geslacht.
- Wachtperiodes voor bestaande aandoeningen kunnen van toepassing zijn.

2. Frankrijk

- Het publieke stelsel dekt de meeste essentiële zorg, maar een private verzekering is gebruikelijk voor snellere toegang en betere voorzieningen.
- Vrouwen in de middenloopbaan kiezen vaak voor "Mutuelle"-plannen voor tandheelkundige, oogheelkundige en specialistische zorg.
- Vruchtbaarheidsbehandelingen worden tot 43 jaar deels gedekt door het publieke stelsel; private plannen kunnen de dekking uitbreiden.

3. Ierland

- Publieke gezondheidszorg is gratis voor inwoners met een laag inkomen, maar lange wachttijden maken een private verzekering vrijwel essentieel.
- Private plannen omvatten vaak kankerscreenings en ondersteuning bij de overgang.
- Premies zijn gereguleerd; geen prijsstelling op basis van geslacht.

4. Noordse landen (bijv. Zweden, Denemarken)

- Sterke publieke stelsels; een private verzekering vooral voor snellere toegang.
- Preventieve zorg en screenings breed beschikbaar via het publieke stelsel.
- Private plannen zijn zelden nodig, behalve voor electieve ingrepen of comfortupgrades.

5. Oost-Europa (bijv. Polen, Bulgarije)

- Publieke stelsels zijn minder uitgebreid; een private verzekering is cruciaal voor kwalitatieve zorg.
- Dekking voor chronische aandoeningen en geavanceerde diagnostiek is in publieke regelingen vaak beperkt.
- Private plannen variëren sterk in kosten en omvang.

Notities

Links naar bronnen over zorgverzekeringen:
Algemene EU-brede gids
Gids per land: Duitsland Frankrijk Ierland

Vrouwen in de middenloopbaan

Welke andere verzekeringen moet je prioriteren?

Levensverzekering

Wat het is:

Een levensverzekering biedt een financiële uitkering aan je gekozen begunstigden als je komt te overlijden. Ze helpt uitvaartkosten, schulden of lopende levensonderhoud voor dierbaren te dekken.

Hoe het werkt:

Je betaalt een maandelijkse of jaarlijkse premie. Als je overlijdt tijdens de looptijd van de polis, ontvangen je begunstigden een eenmalige uitkering.
Soorten: Tijdelijke levensverzekering - dekt een vaste periode (bijv. 20 jaar). Levenslange levensverzekering - dekt je hele leven en kan een afkoopwaarde opbouwen.

Inkomensverzekering

Wat het is:

Een inkomensverzekering is bedoeld om je meest waardevolle bezit te beschermen - je vermogen om inkomen te verdienen. Als je door gezondheidsredenen niet kunt werken, kan deze verzekering een aanzienlijk deel van je gederfde inkomen vervangen, zodat je je levensstijl kunt behouden en aan je financiële verplichtingen kunt blijven voldoen in moeilijke tijden.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een maandelijkse premie
- Sommige polissen dekken alleen ernstige en blijvende arbeidsongeschiktheid, andere zijn flexibeler
- Vul een claimformulier in en wacht op de beoordeling
- Bij goedkeuring worden uitkeringen meestal maandelijks uitbetaald
- Je verzekeraar voert regelmatig controles uit om je situatie te volgen

Woonverzekering

Wat het is:

Een woonverzekering beschermt je huis en bezittingen tegen schade, diefstal of rampen zoals brand of overstroming. Ze kan ook aansprakelijkheid dekken als iemand gewond raakt op je eigendom.

Hoe het werkt:

- Je betaalt een maandelijkse of jaarlijkse premie.
- Als je huis of bezittingen beschadigd of gestolen zijn, dien je een claim in.
- De verzekeraar betaalt voor reparaties of vervanging, tot aan je dekkingslimiet.

Tips

- **Combineer polissen:** woon-, auto- en bedrijfsverzekering combineren levert vaak korting op.
- **Herzie regelmatig:** beoordeel je dekking elke 2-3 jaar of na grote levensveranderingen.
- **Noodfonds:** een verzekering vermindert risico, maar liquide reserves bieden extra flexibiliteit.

Activiteit

Download de Quiz Levens- en Inkomensverzekering

Activiteit

Download de Vergelijkingsactiviteit Woonverzekering

Vrouwen in de middenloopbaan

Wanneer moet een vrouw in de middenloopbaan een levensverzekering afsluiten?

- **Grote levensveranderingen**: huwelijk, scheiding, een gezin starten of uitbreiden, een huis kopen of aanzienlijke schulden aangaan zijn belangrijke aanleidingen voor dekking.
- **Piekjaren van financiële verantwoordelijkheid**: je 40's en 50's vallen vaak samen met:
  - Hypotheekverplichtingen
  - Onderwijskosten van kinderen
  - Ondersteuning van oudere ouders
- **Voordat gezondheidsrisico's toenemen**: premies stijgen sterk na 45-50 jaar, en gezondheidsproblemen kunnen opties beperken. Vroeg dekking vastleggen zorgt voor betaalbaarheid en verzekerbaarheid.
- **Overgang van dienstverband**: als je vertrouwt op een levensverzekering via je werkgever, overweeg dan een persoonlijke polis voordat je van baan verandert of met pensioen gaat, aangezien werkgeversdekking vaak eindigt.
- **Pensioenplanning**: in je 50's kan een levenslange levensverzekering helpen bij successieplanning, vermogensoverdracht en het dekken van laatste kosten.

Waarom is een levensverzekering belangrijk voor vrouwen in de middenloopbaan?

1. Vervanging van inkomen

Bijna 40% van de vrouwen is de primaire kostwinner, en de meeste huishoudens zijn afhankelijk van twee inkomens. Het verlies van één inkomen kan de financiën van een gezin destabiliseren.

2. Dekking van schulden en verplichtingen

Hypotheken, leningen en creditcardschulden verdwijnen niet na overlijden. Een levensverzekering voorkomt dat dierbaren financiële lasten erven.

3. Bescherming van kinderen en gezin

Middelen voor het onderwijs van kinderen, dagelijkse levenskosten en toekomstige zorgtaken zorgen voor stabiliteit als jij er niet meer bent.

4. Waardering van niet-inkomensgerelateerde bijdragen

Thuisblijvende moeders of verzorgers leveren diensten ter waarde van meer dan €180.000 per jaar. Een levensverzekering helpt kinderopvang- en huishoudkosten te dekken als zij komen te overlijden.

5. Successie- en pensioenplanning

Levenslange polissen kunnen afkoopwaarde opbouwen, pensioeninkomen ondersteunen en successiebelasting of legaten dekken.

6. Gemoedsrust

Weten dat je gezin geen financiële ontberingen zal ondervinden, biedt emotionele zekerheid tijdens een onvoorspelbare levensfase.

Beste soorten polissen voor vrouwen in de middenloopbaan

- **Tijdelijke levensverzekering**: betaalbaar, ideaal voor het dekken van verplichtingen zoals hypotheken en studiekosten gedurende 10-30 jaar.
- **Levenslange levensverzekering**: levenslange of universele levensverzekering voor levenslange dekking, successieplanning en opbouw van afkoopwaarde.
- **Hybride polissen**: combineren een levensverzekering met dekking voor langdurige zorg voor toekomstige gezondheidsbehoeften.

Vrouwen in de middenloopbaan

Wat je moet weten over inkomensverzekering

Vrouwen hebben statistisch gezien vaker te maken met onderbroken inkomen door zwangerschapsverlof, deeltijdwerk tijdens zorgjaren of loopbaanwendingen. Dit maakt een inkomensverzekering een van de belangrijkste, en meest over het hoofd geziene, financiële instrumenten voor vrouwen in de middenloopbaan."

1. Begrijp waarom het belangrijk is

Vrouwen krijgen vaak te maken met **unieke financiële uitdagingen**: langere levensverwachting, mogelijke loopbaanonderbrekingen en zorgverantwoordelijkheden. Een inkomensverzekering zorgt voor financiële stabiliteit als ziekte of letsel je verhindert te werken.

2. Bereken voldoende dekking

- De meeste polissen vervangen **50-70% van je bruto-inkomen**.
- Houd rekening met **essentiële uitgaven**: hypotheek/huur, nutsvoorzieningen, kinderopvang en schuldaflossingen.
- Reken met **langetermijndoelen** zoals pensioensparen en onderwijskosten.

3. Controleer wachtperiode en uitkeringstermijn

Wachtperiode: tijd voordat uitkeringen starten (doorgaans 30-90 dagen). Kortere periodes kosten meer, maar bieden sneller ondersteuning.

Uitkeringstermijn: hoe lang betalingen doorlopen (bijv. 2 jaar, 5 jaar of tot pensioen). Langere termijnen bieden meer zekerheid, maar hogere premies.

4. Bekijk polisdefinities en uitsluitingen

- Begrijp wat telt als **arbeidsongeschiktheid of ziekte**.
- Controleer uitsluitingen voor bestaande aandoeningen of bepaalde letsels.
- Zorg dat de polis je **specifieke beroep** dekt, vooral als je gespecialiseerde vaardigheden hebt.

5. Overweeg inflatiebescherming

Zonder indexering verliezen uitkeringen na verloop van tijd waarde. Kies een polis die uitkeringen aanpast aan inflatie.

6. Kies het juiste type polis

- **Indemniteitswaarde**: goedkoper, maar de uitkering hangt af van het inkomen op het moment van de claim.
- **Overeengekomen waarde**: duurder, maar garandeert een vaste uitkering ongeacht inkomensveranderingen.

7. Houd rekening met leeftijd, gezondheid en beroep

Premies stijgen sterk na 45-50 jaar. Leg dekking vroeg vast. Gezondheidsproblemen en risicovolle beroepen verhogen de kosten. Een gezonde levensstijl kan premies verlagen.

Vrouwen in de middenloopbaan

Woonverzekering

Belangrijke overwegingen:

Dekkingsomvang: zorg voor bescherming van de constructie, inboedel en aansprakelijkheid. Controleer of de polis extra woonkosten dekt als het huis onbewoonbaar wordt.

Polislimieten en eigen risico Bevestig dat de dekking gelijk is aan de volledige herbouwwaarde, niet alleen de marktwaarde. Een hoger eigen risico verlaagt de premie, maar verhoogt het risico uit eigen zak.

Uitsluitingen en aanvullingen: overstromingen, aardbevingen en bepaalde natuurrampen vereisen mogelijk aparte dekking. Overweeg riders voor waardevolle items (sieraden, kunst).

Reputatie verzekeraar en kortingen: kies financieel stabiele verzekeraars met een goede schadeafhandeling. Vraag naar kortingen bij het combineren van polissen of beveiligingsupgrades.

Levensstijlfactoren: ga je verkleinen of verhuizen? Test het gebied voordat je koopt (bijv. huur 6 maanden). Vermijd emotionele beslissingen - plan en onderzoek markttrends.

Reflectie

Welke dekkingslacunes heb je door tijd buiten het arbeidsproces?

Bronnen

- Vind hier een selectie van bronnen over verzekeringsgeletterdheid
- Insurance Europe
- European Insurance and Occupational Pensions Authority (EIOPA)
- Financial Literacy in Europe

Activiteit

- Neem even de tijd om na te denken: tegen welke risico's ben je onderverzekerd?

04

FINANCIËLE ZEKERHEID EN VERZEKERINGEN VOOR VROUWEN IN DE LATE LOOPBAAN

www.fempower.finance



Vrouwen in de late loopbaan

Leerdoelen:

- Verzekeringsbehoeften herzien na pensionering of een lager inkomen.
- Je voorbereiden op gezondheidsgerelateerde financiële risico's.
- Verzekering voor langdurige zorg en uitvaart begrijpen.
- Fraude met verzekeringen gericht op senioren herkennen en vermijden.

Inhoud:

- Heb je nog steeds een levensverzekering nodig?
- Private versus publieke zorgdekking herzien.
- Plannen voor langdurige zorg: opties en kosten.
- Waarschuwingssignalen herkennen in verzekeringsmarketing gericht op senioren.

Activiteiten:

- Praktijkvoorbeeld: een oudere vrouw herziet haar dekking.
- Onderling delen: welke verzekering heb je behouden? Welke opgezegd?
- Lees en beoordeel kritisch een voorbeeldpolis voor langdurige zorg.

Formatieve toetsing:

- Quiz: weet je wat je verzekering dekt?
- Prompt: voor welk financieel risico voel jij je het minst voorbereid?

Bronnen:

- Woordenlijst financiële termen
- Informatiebronnen over langdurige zorg
- Toolkits ter voorkoming van seniorenfraude
- Pensioenrisicocalculators

Vrouwen in de late loopbaan

Vrouwen die met pensioen gaan, staan voor een bijzonder scherpe financiële uitdaging: decennia van lagere gemiddelde inkomens, pensioengaten door loopbaanonderbrekingen en een langere levensverwachting betekenen dat dezelfde pensioenbesparingen voor vrouwen langer moeten meegaan dan voor mannen. Dit onderdeel helpt je te beoordelen waar je staat en gericht actie te ondernemen."

Belangrijke overwegingen

- **Zorgkosten en langdurige zorg**
  Vrouwen krijgen te maken met hogere zorgkosten tijdens hun pensioen, waaronder mogelijke behoeften aan langdurige zorg. Plannen voor deze kosten is cruciaal.
- **Beleggingsstrategie en risicobereidheid**
  Veel vrouwen neigen naar conservatieve beleggingen, wat groei kan beperken. Een uitgebalanceerde aanpak die rekening houdt met levensverwachting en inflatie is essentieel.
- **Nalatenschaps- en successieplanning**
  Overweeg testamenten, trusts en begunstigdenaanwijzingen om bezittingen te beschermen en ervoor te zorgen dat vermogensoverdracht aansluit bij persoonlijke doelen.

Uitdagingen

- Langer leven dan je spaargeld toelaat
- Lagere inkomsten over de levensloop
- Zorgverantwoordelijkheden
- Inflatie en stijgende kosten

Prioriteiten

- Maximaliseer je pensioenbijdragen
- Stel een plan op gericht op levensverwachting
- Bouw een noodfonds op
- Zorg dat je geregistreerd staat voor en aanspraak maakt op alle uitkeringen waar je recht op hebt
- Herzie je verzekerings- en nalatenschapsplannen

Video

Bekijk waarom vrouwen vaker in armoede leven als ze met pensioen gaan

Lezen

Ontdek waarom vrouwen een andere pensioenervaring hebben dan mannen

Praktijkvoorbeeld

In dit praktijkvoorbeeld neemt de 54-jarige Margaret haar huidige situatie onder de loep, overweegt welke aanvullende dekking ze nodig heeft en identificeert overlappingen waar ze te veel verzekerd is.

Vrouwen in de late loopbaan

Voer een jaarlijkse verzekeringscontrole uit om ervoor te zorgen dat je dekking aansluit bij je gezondheid, inkomen en veranderingen in levensstijl. Het is belangrijk om niet oververzekerd te zijn, dus zeg polissen op die niet langer nuttig zijn, bijv. overtollige levensdekking. Slechte gezondheid en de kosten van langdurige zorg vormen de grootste bedreigingen voor pensioenzekerheid, dus zorg dat je voldoende dekking hebt.

1. Beoordeel je pensioensituatie

- **Controleer je staatspensioenprognose** via het online pensioenoverzicht van je land (beschikbaar in de meeste EU-landen).
- Begrijp de **regels rond pensioenleeftijd** en bijdrage-eisen in jouw land (bijv. 40 jaar bijdragen voor volledig pensioen in veel EU-landen).
- Identificeer eventuele **lacunes door loopbaanonderbrekingen of deeltijdwerk** en overweeg vrijwillige bijdragen of private pensioenplannen.

2. Vul aan met privé sparen

- Verken **bedrijfspensioenen** (bijv. werkgeversregelingen) en **persoonlijke pensioenproducten** (Riester, Rürup of vergelijkbare EU-equivalenten).
- Gebruik **inhaalbijdragen** indien beschikbaar voor 50-plussers.
- Spreid beleggingen om groei en risico in balans te houden, rekening houdend met levensverwachting en inflatie.

3. Plan voor een langer leven

- Vrouwen in de EU leven gemiddeld **5+ jaar langer dan mannen**, dus plan voor **20-30 jaar pensioeninkomen**.
- Modelleer verschillende uitgavenfasen (actieve jaren versus latere jaren met hogere zorgkosten).

4. Zorg en langdurige zorg

- Controleer je **publieke zorgdekking** en overweeg een **private zorgverzekering** voor lacunes (vooral tandheelkundig, oogzorg of langdurige zorg).
- Begroot voor **langdurige zorg**, aangezien vrouwen deze vaker nodig hebben.

5. Noodfonds en liquiditeit

- Behoud een **noodfonds** dat 3-6 maanden aan uitgaven dekt voor onverwachte gebeurtenissen.
- Houd wat vermogen liquide voor onvoorziene zorg- of familiebehoeften.

6. Belasting- en grensoverschrijdende kwesties

- Als je in meerdere EU-landen hebt gewerkt, controleer dan de **regels voor pensioencoördinatie** onder de EU. Zie 'Meer weten over EU-maatregelen rond pensioenen' hieronder.
- Herzie de fiscale gevolgen voor pensioenen en beleggingen in jouw land.

7. Nalatenschap en gezinsplanning

- Werk **testamenten, volmachten en begunstigdenaanwijzingen** bij.
- Houd rekening met **erfrecht** in jouw land (veel EU-staten kennen verplichte erfregels).

8. Financiële onafhankelijkheid

- Vermijd het volledig overlaten van financiële beslissingen aan een partner; zorg dat je je eigen bezittingen en rechten begrijpt.
- Zoek **professioneel advies** voor strategieën op maat en zelfvertrouwen.

Bronnen

EIOP video over pensioenplanning
De pensioenstelsels in de Europese Unie
Meer weten over EU-maatregelen rond pensioenen
Financiële zekerheid voor vrouwen met pensioen in Duitsland

Vrouwen in de late loopbaan

Voer een behoefteanalyse uit om te bepalen of je nog steeds een levensverzekering nodig hebt.

Belangrijke vragen om jezelf te stellen

- Heb ik schulden of gezinsleden die bescherming nodig hebben?
- Zou mijn partner pensioeninkomen verliezen als ik kom te overlijden?
- Wil ik een erfenis nalaten of successiebelasting dekken?
- Kan mijn spaargeld de begrafenis- en laatste kosten dekken?
- Is de premiekost gerechtvaardigd door de uitkering?

1. Huidige financiële situatie

- Als je nog een hypotheek, persoonlijke lening of andere verplichtingen hebt, kan een levensverzekering voorkomen dat deze op je nabestaanden drukken.
- Als er gezinsleden (partner, kinderen, anderen) zijn die afhankelijk zijn van jouw inkomen of pensioen, zouden zij financiële problemen ondervinden zonder jou; dekking kan dan nog nodig zijn.
- Als je pensioen, spaargeld en beleggingen voldoende zijn om levenskosten en laatste kosten te dekken, neemt je behoefte aan een levensverzekering af.

2. Bestaande polissen herzien

- Premies stijgen met de leeftijd. Als de polis duur is en je financiële verplichtingen minimaal zijn, overweeg dan de dekking te verminderen of op te zeggen.
- **Type polis:**

❖ Tijdelijke levensverzekering: verloopt vaak vóór of tijdens je pensioen; mogelijk niet de moeite waard om te verlengen tenzij je kortetermijnverplichtingen hebt.

❖ Levenslange / universele levensverzekering: bevat afkoopwaarde; controleer fiscale gevolgen voordat je deze afkoopt.

3. Bepaal je doelen voor de polis

- **Vervanging van inkomen**: als jij of je partner afhankelijk is van je inkomen of pensioen, kan een verzekering dat inkomen vervangen.
- **Successieplanning**: een levensverzekering kan liquiditeit bieden voor belastingen of erfenisplanning, vooral als je onroerend goed in meerdere EU-landen bezit.
- **Nalatenschap of schenking aan een goed doel**: sommigen behouden polissen om een financieel geschenk of donatie na te laten.
- **Laatste kosten**: een kleine polis kan uitvaart- en medische kosten dekken, zodat dierbaren geen stress hebben.

Tips

Probeer onze Checklist Beoordeling Levensverzekering

Als de meeste vakjes **onaangevinkt** zijn, heb je mogelijk geen levensverzekering meer nodig. Als er meerdere zijn **aangevinkt**, kan het verstandig zijn om de dekking te behouden of aan te passen.

Bronnen

Levensverzekering met pensioen: heb je die nog nodig?

In het buitenland met pensioen - Your Europe

The Growing Protection Gap in European Insurance | BCG

Vrouwen in de late loopbaan

Waarschuwingssignalen herkennen in verzekeringsmarketing gericht op senioren

Veelvoorkomende waarschuwingssignalen bij verzekeringsaanbiedingen

1. Ongevraagd contact

- Telefoontjes, e-mails of berichten die beweren van een zorgverzekeraar, sociale dienst of een onbekende verzekeraar te zijn.
- Legitieme instanties nemen zelden contact op zonder voorafgaande toestemming.

2. Druk om onmiddellijk te handelen

- Zinnen zoals "Meld je vandaag aan of verlies je dekking" of "Beperkte tijd aanbieding".
- Echte verzekeraars geven je tijd om te vergelijken en te overwegen.

3. Verzoeken om gevoelige informatie

- Een burgerservicenummer, bankgegevens enz. via telefoon/e-mail.
- Officiële instanties vragen hier nooit ongevraagd naar.

4. Beloftes van "gratis" of onrealistische voordelen

- Aanbiedingen van gratis dekking, geldbeloningen of voordelen die te mooi klinken om waar te zijn.
- Deze verbergen vaak hoge kosten of slechte dekking.

5. Vage of onprofessionele communicatie

- Slechte grammatica, ontbrekende logo's, generieke e-mailadressen (bijv. info@gmail.com).

6. Verkoop aan de deur of met hoge druk

- Agressieve tactieken of weigering om schriftelijke details te verstrekken.
- Controleer referenties altijd via officiële registers

Hoe bescherm je jezelf

- **Verifieer de bron**: bel je verzekeraar of sociale dienst via officiële nummers.
- **Teken nooit onder druk**: neem de tijd om te overleggen met een vertrouwde adviseur.
- **Controleer vergunningen**: gebruik nationale registers voor verzekeringstussenpersonen.
- **Bescherm persoonlijke gegevens**: deel deze alleen met geverifieerde aanbieders.
- **Meld verdachte activiteiten**: neem contact op met lokale consumentenbescherming of de politie.

Bronnen

2025 cybersecurity toolkit voor oudere volwassenen (bijgewerkt)
Hoe je senioren beschermt tegen fraude: tips om te onthouden - SeniorThrive

Vrouwen in de late loopbaan

Beoordeel de voor- en nadelen van private versus publieke zorgdekking

Een publieke zorgverzekering wordt gefinancierd door belastingbetalers en dekt essentiële diensten, maar kan lange wachtlijsten en beperkte keuze van zorgverleners inhouden. Een private zorgverzekering kan snellere toegang en een bredere keuze bieden, maar brengt hogere premies of leeftijdsgerelateerde toeslagen met zich mee. Waarom is dit vooral belangrijk voor vrouwen? Vrouwen boven de 60 wonen vaker alleen, maken vaker gebruik van zorg en lopen een groter risico op kosten voor langdurige zorg.

1. Beoordeel je persoonlijke situatie

- **Woonplaats en recht op zorg**: controleer of je in aanmerking komt voor volledige publieke dekking in jouw land (bijv. Ierland biedt gratis publieke zorg voor inwoners, maar wachttijden voor specialisten kunnen oplopen tot 18 weken).
- **Gezondheidstoestand**: heb je chronische aandoeningen of verwacht je electieve ingrepen? Een private verzekering biedt hiervoor vaak snellere toegang en bredere dekking.
- **Inkomen en budget**: publieke stelsels zijn kostenefficiënt; private premies kunnen sterk stijgen met de leeftijd.
- **Levensstijl en voorkeuren**: hecht je waarde aan snelheid, comfort en de keuze van Engelssprekende artsen? Private plannen scoren hierop beter.

2. Financiële planningsoverwegingen

- **Begroot voor stijgende zorgkosten**: de zorgkosten in de EU stijgen jaarlijks met ~3-4%; private premies kunnen sneller stijgen. [mckinsey.com]
- **Langlevenrisico**: vrouwen leven gemiddeld langer; zorg voor dekking gedurende 20-30 jaar na pensionering.
- **Hybride aanpak**: veel gepensioneerden behouden publieke dekking en voegen een aanvullend privéplan toe voor snellere toegang en electieve zorg.

3. Stel een actieplan op

- Herzie je huidige dekking: controleer je publieke rechten en eventuele werkgeversvoordelen. Gebruik onze
- Vraag offertes op: vergelijk private plannen voor mensen in de late loopbaan; let op gegarandeerde verlenging en dekking voor chronische aandoeningen.
- Weeg kosten tegen baten af: gebruik een projectie van 10-15 jaar om te zien of private premies binnen je pensioenbudget passen.
- Houd rekening met EU-mobiliteit: als je van plan bent te reizen of in meerdere EU-landen te wonen, zorg dan voor overdraagbaarheid (EHIC + private internationale dekking). [nationalinsuranceguide.com]
- Raadpleeg een financieel adviseur: integreer beslissingen over zorgverzekering met pensioen, belasting en nalatenschapsplanning.

Notities

Private en publieke gezondheidszorg in Europa vandaag

Medische verzekering in de EU - National Insurance Guide

Link naar de FEMPOWER Vergelijkingschecklist Zorgverzekering

Vrouwen in de late loopbaan

Plannen voor langdurige zorg: opties en kosten

Wat is langdurige zorg?

Langdurige zorg omvat **ondersteuning bij dagelijkse activiteiten** (wassen, aankleden, eten) en soms medische zorg voor chronische aandoeningen. Diensten kunnen zijn:

- **Thuiszorg**: hulp bij huishoudelijke en persoonlijke taken.
- **Zorg in de gemeenschap**: dagopvang of respijtzorg.
- **Residentiële zorg**: verpleeghuizen of woonzorgcentra.
- **Hybride modellen**: begeleid wonen met toegang tot medische ondersteuning.

Waarom het belangrijk is voor vrouwen

- Op 80-jarige leeftijd hebben vrouwen twee keer zo vaak langdurige zorg nodig als mannen, door een langere levensverwachting en hogere percentages chronische ziekten.
- EU-prognoses tonen dat de vraag naar langdurige zorg tegen 2050 met meer dan 30% zal stijgen, en de kosten stijgen sneller dan de inflatie.

Gangbare opties in de EU

- **Publiek gefinancierde zorg**: de meeste EU-landen bieden gedeeltelijke dekking, maar de toelatingscriteria variëren.
- **Private zorgdiensten**: uit eigen zak betaald of via een private verzekering.
- **Informele zorg**: vaak verleend door familie, maar dit neemt af door maatschappelijke veranderingen.
- **Verzekering langdurige zorg**: verplicht in sommige landen (bijv. Duitsland), optioneel in andere.

Wat kost het?

- **Gemiddelde kosten uit eigen zak**: kunnen oplopen tot 70% van het mediane inkomen van een oudere persoon, zelfs na publieke voordelen.
- **Ernstige zorgbehoeften**: kosten kunnen 200-250% van het mediane inkomen bereiken zonder adequate dekking.

Tips

- **Begin vroeg**: overweeg een verzekering voor langdurige zorg of spaarplannen vóór je 60e.
- **Controleer nationale regelingen**: elk EU-land heeft andere voordelen - controleer je recht daarop.
- **Spreid financiering**: combineer publieke voordelen, een private verzekering en persoonlijke besparingen.
- **Preventieve gezondheid**: investeren in gezond ouder worden vermindert toekomstige zorgbehoeften.
- **Plan voor inflatie**: de kosten van langdurige zorg stijgen sneller dan algemene prijzen
- **Denk aan je eigen zorg**: als je jarenlang informeel voor een ouder of partner hebt gezorgd, vergeet dan niet dat jouw eigen zorgbehoeften op latere leeftijd mogelijk niet gedekt zijn. Neem dit mee in je plan voor langdurige zorg

Bronnen

Is zorg betaalbaar voor ouderen? | OECD
EUROSHIP-werkdocument 6 - regelingen voor langdurige zorg in Europa
De behoefte aan langdurige zorg in de EU stijgt door demografische veranderingen - EU Science Hub
Wat is een verzekering voor langdurige zorg? Pflegeversicherung uitgelegd | Feather

Vrouwen in de late loopbaan

Laten we het private LTC-verzekeringsmodel van Frankrijk vergelijken met het publieke LTC-stelsel van Duitsland (Pflegeversicherung)

Kenmerk	Frankrijk (Private LTCI)	Duitsland (Publieke LTCI)
Type	Vrijwillig, privaat	Verplicht, wettelijke sociale verzekering
Financiering	Individuele premies (gebaseerd op leeftijd en gezondheid)	Loonbijdragen (2,6-4,2% van het salaris, gedeeld)
Toelatingscriteria	Afhankelijkheid: onvermogen om 3 van de 6 ADL's uit te voeren	Pflegegrad 1-5 (zorgbehoefte ≥6 maanden)
Uitkeringsstructuur	Vast maandelijks bedrag (€500-€2.000)	Gedeeltelijke kostendekking: geld (Pflegegeld) of diensten
Zorgsettings	Flexibel: thuis of in een instelling	Thuiszorg en verpleeghuizen (gedeeltelijke dekking)
Uitsluitingen	Geestelijke gezondheid (niet-organisch), middelenmisbruik, zelfbeschadiging	Geen uitsluitingen op ziekte, maar er blijven dekkingshiaten
Wachttijd	Vaak 90 dagen voordat de uitkering start	Direct zodra de toelating is bevestigd
Toereikendheid dekking	Aanvullend - houdt mogelijk geen gelijke tred met inflatie	Basaal - aanzienlijke kosten uit eigen zak blijven
Financieel risico	Premiestijgingen, risico op verval van de polis	Stijgende bijbetalingen voor verpleeghuizen (~41% van de kosten)
Marktpenetratie	Laag (~14% van oudere volwassenen)	Universele dekking voor alle inwoners
Optionele aanvullingen	Inflatiebescherming, woningaanpassing	Geen (alleen basale wettelijke voordelen)

Belangrijkste inzichten

- Frankrijk: Private LTCI biedt flexibiliteit maar is optioneel, waardoor velen onverzekerd blijven. Inflatiebescherming is cruciaal.
- Duitsland: Publieke LTCI garandeert basale dekking maar elimineert het financiële risico niet - een private aanvullende LTC-verzekering komt vaak voor.

Quiz

Link naar de downloadbare quiz over Levens- en Inkomensverzekeringen

Reflectie

Neem even de tijd om na te denken over welk financieel risico jij het minst voorbereid voelt, en of zorgtaken of een loopbaanonderbreking hebben bijgedragen aan dat gat.

Welke stappen kun je nemen om dat risico te minimaliseren en financieel zekerder te worden?

Vrouwen in de late loopbaan

Stel je 10-jarenplan op, gericht op financiële zekerheid voor het leven.

Jaar 1-2: Beoordelen & Optimaliseren

- **Uitgebreide financiële beoordeling**: inventariseer bezittingen, schulden, pensioenen en spaargeld.
- **Maximaliseer bijdragen**: gebruik inhaalregelingen voor pensioenrekeningen.
- **Schuldafbouw**: betaal hoogrentende schulden af en overweeg te downsizen als de woonlasten hoog zijn.
- **Verzekeringscontrole**: herzie je dekking voor zorg-, levens- en langdurige-zorgverzekering.

Jaar 3-4: Fundament versterken

- **Noodfonds**: zorg dat er 6-12 maanden aan uitgaven zijn gereserveerd.
- **Beleggingsstrategie**: verschuif naar een gebalanceerde portefeuille (groei + inkomen) om inflatie te dekken.
- **Planning staatspensioen**: modelleer scenario's voor opname op 62, 67 of 70 jaar.

Jaar 5-6: Overgangsplanning

- **Budget voor pensioenlevensstijl**: schat uitgaven voor actieve versus latere jaren.
- **Zorgstrategie**: verken aanvullende verzekeringen en opties voor langdurige zorg.
- **Fiscale efficiëntie**: overweeg strategieën om je toekomstige belastingdruk te verminderen.

Jaar 7-8: Aanpassingen vóór pensionering

- **Bepaal je pensioendatum**: stem spaargeld en inkomstenstromen op elkaar af.
- **Estateplanning**: werk testamenten, trusts en begunstigdenaanwijzingen bij.
- **Risicobeheer**: verminder blootstelling aan marktvolatiliteit naarmate het pensioen nadert.

Jaar 9-10: Start van het pensioen

- **Opnamestrategie**: implementeer een duurzaam opnameplan (bijv. de 4%-regel, aangepast voor levensverwachting).
- **Monitoren & bijsturen**: evalueer jaarlijks op inflatie, marktveranderingen en zorgbehoeften.
- **Nalatenschapsdoelen**: zorg dat schenkingen aan goede doelen of erfenisplannen zijn vastgelegd.

Notities

Gebruik een pensioencalculator om het plan op te stellen dat het beste bij jou past.

Gids pensioencalculator: plan je EU-pensioen & financiële toekomst
Pensioencalculator
ETF-spaarplancalculator | justETF

05

CONCLUSIE

www.fempower.finance

Conclusie

Financiële zekerheid betekent jezelf beschermen tegen de risico's van het leven. Naarmate we door het leven gaan, veranderen die risico's, of het niveau van risico. Wat de levensfase ook is waarin je je bevindt, het is belangrijk om regelmatig je persoonlijke omstandigheden of situatie te herzien, de risico's waaraan je het meest blootstaat te beoordelen en stappen te nemen om zo goed mogelijk beschermd te zijn tegen die risico's.

Vroege loopbaan

- Het is nooit te vroeg om te beginnen met plannen voor de toekomst. Ook al is je inkomen misschien klein, nu al beginnen met pensioenbijdragen levert op lange termijn enorme voordelen op.
- Geef prioriteit aan een noodfonds.
- Regelmatig sparen, of beleggen, op dit punt in je leven legt goede gewoonten aan die bijdragen aan je financiële zekerheid op lange termijn.

Middenloopbaan

- Deze levensfase wordt vaak gekenmerkt door een toenemende verantwoordelijkheidslast. Gezinsverantwoordelijkheden, loopbaanontwikkeling die leidt tot meer verantwoordelijkheden, en de financiële lasten die kunnen voortkomen uit zorgtaken, bereiken vaak een piek in deze periode.
- Levensverzekering, zorgverzekering en inkomensverzekering worden prioriteiten, om ervoor te zorgen dat het welzijn van jou en de mensen voor wie je zorgt gewaarborgd is.

Late loopbaan

- Op dit punt zou je oog moeten hebben voor je toekomstige pensioen, en ervoor zorgen dat je correct hebt gepland om een adequate levensstandaard te bieden voor je latere jaren, en de nodige aanpassingen te maken om ervoor te zorgen dat dit ook zo is.
- Het is ook het moment om je te richten op zorgverzekering en verzekering voor langdurige zorg, om er nogmaals voor te zorgen dat je goed voorbereid bent op toekomstige gezondheidsproblemen en op je zorg op latere leeftijd.

Door je te blijven inzetten voor voortdurende herziening en analyse van je huidige financiële situatie, en door onvoorziene gebeurtenissen te anticiperen en je erop voor te bereiden, kunnen vrouwen plannen en hun financiële onafhankelijkheid en zekerheid waarborgen.

Financiële zekerheid gaat niet alleen over geld hebben - het gaat over het beschermen van wat je hebt. Met de juiste verzekeringen en waarborgen kunnen vrouwen de onzekerheden van het leven tegemoet treden met kracht en zelfvertrouwen.

"Financiële zekerheid gaat niet over rijk zijn - het gaat over er klaar voor zijn."

Bronnen

- Strategische financiële planning voor vrouwen: de ultieme gids voor financieel zelfvertrouwen (+interactieve toolkit) - womensoutfront.com
- Woordenlijst financiële termen: de complexe vaktaal ontrafeld!



Volg ons traject

Co-funded by
the European Union

www.fempower.finance