



Verborgen gezichten van energiearmoede

Colofon

Dit is een publicatie van 75inQ, mei 2025

Interviews: Marga de Waard

Fotograaf: Jaap Vork

Layout: Pleun de Goede

Samenstelling: Willemijn Bloem

75in@

DIVERSITY IN ENERGY

Vrouwen worden onevenredig hard getroffen door de energiecrisis. De hardnekkige inkomenskloof tussen mannen en vrouwen gecombineerd met een grotere zorgtaak voor kinderen en/of mantelzorg bij vrouwen, een oververtegenwoordiging van vrouwen in (sociale) huurwoningen én het demografische feit dat vrouwen ouder worden dan mannen, zorgt voor meer vrouwen in energiearmoede. Tegenover een EU-gemiddelde van 8-10% van huishoudens die zich in situaties van energiekwetsbaarheid bevinden, stijgen de cijfers explosief onder alleenstaande vrouwen. Schattingen suggereren dat 31% van alle alleenstaande vrouwen het zich niet kan veroorloven om hun woning voldoende comfortabel te houden of achterloopt met het betalen van energierekeningen.

Wanneer je de focus versmalt naar alleenstaande moeders, stijgt dit aandeel naar 44%.

In dit magazine brengen we een urgente boodschap: energiearmoedebeleid moet veranderen en verbeteren om deze vrouwen niet langer in de kou te laten zitten. Hoe? Door in dialoog te gaan en te luisteren naar de ervaringen van degenen die het direct raken. We onthullen het gezicht van energiearmoede door de verhalen van krachtige vrouwen die vechten of gevochten hebben om hun energierekening betaalbaar te houden. Veel van deze ervaringen zijn onvoldoende belicht en blijven daardoor onbekend terrein voor beleidsmakers, hulpverleners en energiebedrijven. Houria vat het glashelder samen: "Armoede is niet simpelweg een gevolg van slecht omgaan met geld, maar wordt vaak veroorzaakt door externe factoren zoals falende wetgeving en gebrekkige regelingen."

Deze interviews laten de gemeenschappelijke strijd zien van vrouwen die vanwege complexe factoren afhankelijk waren van uitkeringen, toeslagen, en soms zelfs schuldhulpverlening. Ze worstelen met slechte woonkwaliteit, en dragen vaak de verantwoordelijkheid van mantelzorger of alleenstaande ouder.

De verhalen in dit magazine maken één ding duidelijk: energie is geen luxe, en armoede is geen keuze. Laat deze krachtige getuigenissen beleidsmakers inspireren om een rechtvaardiger energiebeleid te formuleren waarin iedereen toegang heeft tot betaalbare energie voor een menswaardig leven.

Zoals Riane treffend zegt:

“Iedereen verdient een plek om tot rust te komen zonder zich zorgen te maken over de vraag of de kachel of de douche aan kan.”

Dr. Mariëlle Feenstra
Wetenschappelijk Directeur 75inQ





Houria

“Tijdens de afhandeling van de scheiding kreeg ik de verrassing van mijn leven toen bleek dat mijn ex-man op mijn naam 80.000 euro had geleend tijdens ons huwelijk”

Ik trouwde toen ik drieëntwintig was. We kregen twee kinderen, een meisje in 1997 en een jongen in 2002. De relatie met mijn man was niet goed, hij mishandelde mij en trok zich weinig aan van de kinderen. Ik bleef in eerste instantie bij hem omdat ik mijn kinderen niet in een gebroken gezin wilde laten opgroeien en omdat scheiden in mijn cultuur taboe was. De situatie werd onhoudbaar en ik ging toch bij hem weg in 2004.

Hij bleek achter mijn rug om een huis te hebben gekocht in Marokko.

Nu lukt zoiets niet meer door betere wetgeving maar toen nog wel. Mijn ex-man had ook heel slim het huis op naam van zijn broer gezet zodat ik geen aanspraak kon maken op het huis. Hij had het goed geregeld voor zichzelf. Ik heb nooit alimentatie gekregen en hij heeft geen cent aan de lening betaald, want die stond op mijn naam. Dat was mijn probleem, letterlijk.

Ik werkte al een paar jaar als manager bij McDonalds en probeerde in eerste instantie de lening op eigen kracht af te betalen.

Maar het was óf de lening betalen, óf de huur, óf de energierekening.

Allemaal grote posten in een huishouden, alles betalen lukte gewoonweg niet. De schuld werd niet kleiner maar groter. Ik zocht hulp en kwam via de schuldsanering (WSNP) in een traject terecht. In 2010 veranderde ik van baan, ik werkte veel bij McDonalds waardoor ik mijn kinderen, vrienden en familie amper zag. Ik werkte in de thuiszorg, later deed ik catering in de haven, nachtwerk. Maar ik was op en in 2012 vroeg ik een uitkering aan. Op 8 december in datzelfde jaar was ik eindelijk schuldevrij, het traject dat 3,5 jaar had geduurd zat erop. Ik was ondertussen ook aan een opleiding tot assistent gezinscoach begonnen, het leven lachte me weer toe.

Tot een maand later, begin 2013, mijn toeslagen stopten. Ik begreep niet waarom en probeerde uit te vinden wat de reden was.

Dat bleek een onmogelijke opgave waarbij ik tegen alle denkbare muren aanliep.

De Belastingdienst gaf geen antwoord, de uitkeringsinstantie niet. Ik kwam geen stap verder. Ik stond machteloos maar ik had die toeslagen wel nodig om alle rekeningen te kunnen betalen. Weer stond ik voor dezelfde keus: betaal ik de huur, de energie of het water? De situatie werd in 2014 zo nijpend dat ontruiming dreigde en ik met mijn kinderen op straat zou komen te staan. Ik zocht weer hulp, onder andere bij de gemeente, bij Vraagwijzer.

Hun reactie was: je spreekt goed Nederlands dus je komt er wel

Uiteindelijk kreeg ik bewindvoerders die me zouden helpen mijn situatie op te lossen. De eerste twee wilden alleen geen leefgeld opnemen in het plan. Op de vraag waar ik dan van moest leven bleven ze het antwoord schuldig. De laatste bewindvoerder regelde het wel goed en zo kwam ik weer in een lang traject terecht.

Maar ik was allang blij dat er een oplossing was gevonden. Ik had in die tijd zoveel stress dat ik de kachel op vijftig graden zette; ik voelde me letterlijk zo in de kou staan dat ik die warmte gewoon nodig had.

Maar ik ging door en rondde in 2016 mijn opleiding af. Ik vond betaald werk, onder andere als wooncoach en ambulant forensisch medewerker

voor mensen met een dubbele diagnose.

Helaas eisten al die jaren van stress hun tol en kreeg ik een burn-out. Rond 2019 kwam de toeslagen-affaire naar buiten en bleek dat ik één van de slachtoffers was. Uiteindelijk heb ik al het geld teruggekregen waar ik recht op had en zijn de schulden die door toedoen van de Belastingdienst waren ontstaan gecompenseerd.

Ik was weer schuldenvrij, al voelde het heel dubbel, want dit had natuurlijk nooit mogen gebeuren. Ik had nog steeds een bewindvoerder en ondanks dat aantoonbaar was dat de schulden niet door mij waren ontstaan zei deze: "We laten je niet gaan, want je kunt niet met geld omgaan." Dat was zo schandalig dat ik een boze brief aan de burgemeester schreef.

Dat hielp en in 2021 was ik eindelijk vrij, écht vrij.

Uit mijn verhaal blijkt wel dat armoede geen kwestie is van 'eigen schuld' omdat je niet met geld om kunt gaan. Ik ben door toedoen van anderen, falende wetgeving en regelingen in de problemen gekomen.

Ik ben er ook weer uitgekomen maar makkelijk was het niet, ik gun niemand de machteloosheid en paniek die ik gevoeld heb.

In 2022 werd ik zelfstandig-ondernemer en ik help nu mensen die problemen hebben door de toeslagenaffaire, met de woningbouw of door de energiecrisis.

Het is leed achter de voordeur en niet altijd even zichtbaar.

De Belastingdienst, energiematschappijen of woningcorporaties zijn grote, machtige partijen om je tegen te verzetten en moeilijk in beweging te krijgen. Het blijven delen van ervaringen is belangrijk om te laten zien waar slecht beleid toe leidt en wat het betekent in het dagelijks leven van mensen.





Riane

“De realiteit was echter dat ik mijn dochter niet alleen durfde te laten met haar vader waardoor ik geen werk kon zoeken”

In 2002 raakte ik door een reorganisatie mijn baan bij een bank kwijt. Ik was zwanger van mijn dochter en woonde met mijn toenmalige man in Den Haag. De relatie met hem was moeizaam, mijn ex-man had psychische problemen en gebruikte drugs. Ik bleef bij hem omdat ik hoopte dat het allemaal goed zou komen, ook voor mijn dochter die in 2003 geboren was. Ik gunde haar een gezin.

Mijn ex-man mocht in eerste instantie niet werken omdat hij een Amerikaan was en nog geen werkvergunning had. Later, toen het wel mocht, werkte hij zo hier en daar maar door zijn gedrag werd hij net zo vaak ontslagen als dat hij werk had.

We kwamen in de bijstand terecht en ondertussen werd de situatie in huis steeds alarmerender. Mijn ex-man werd agressiever en dreigender.

In 2007 ging ik samen met mijn dochter bij hem weg. Eerst bleven we nog in Den Haag, maar mijn ex-man dreigde én om mij te doden én/of onze dochter mee te nemen naar Amerika. De situatie was onhoudbaar

en met hulp van vrienden dook ik onder op een geheim adres waar ik drie maanden bleef. Later kreeg ik, met sociale urgentie, een huis op het platteland van Groningen toegewezen en ik kreeg eenhoofdig gezag over mijn dochter.

De jaren erna heb ik in een staat van permanente alertheid geleefd, me constant bewust van het feit dat hij mij en mijn dochter zou kunnen vinden.

Daar kwam een einde aan toen hij in 2019 overleed, mijn dochter was toen zestien jaar. Vermoedelijk is hij overleden aan longkanker en ik begreep van het hospice dat hij schizofreen was, iets wat ik altijd al had gedacht. Ondanks dat de dreiging was weggenomen kostte het me nog een flinke tijd om uit

mijn overlevingsmodus te komen en weer te gaan leven.

Ik had al die jaren geen betaald werk gedaan, wel onbetaald vrijwilligerswerk met een uitkering. Op mijn vijfenvijftigste keerde ik terug naar de schoolbanken en was na twee jaar gediplomeerd ervaringsdeskundige. Ik ging betaald aan de slag als cliënt-ondersteuner voor mensen met verslavingsproblematiek, niet aangeboren hersenletsel en mensen met een forensische titel. Na het faillissement van die stichting ging ik, ook als ervaringsdeskundige, werken bij het landelijk expertisecentrum 'Sterk uit Armoede'.

En wat ik nooit had verwacht: ik ontmoette een man terwijl ik op de opleiding zat. Na verloop van tijd zijn we getrouwd en kochten we

een huis. Mijn inmiddels volwassen dochter woont er ook maar wel in een kangoeroe-woning waarin ze zelfstandig is.

Op persoonlijk vlak is het goed gekomen maar de herinnering aan de lange periode van armoede en stress zal ik nooit vergeten.

Niet alleen de stress die de situatie rond mijn ex-man veroorzaakte maar ook de constante geldzorgen gaven zo'n enorme spanning. Huur, ziektekosten en energie nemen de grootste hap uit je inkomsten. Je bent altijd aan het rekenen en probeert steeds te bezuinigen.

Hele zondagen lag ik 's winters met mijn dochter onder de dekens in bed om maar niet te hoeven stoken, bang voor de afrekening.

Hoe je woont, bepaalt mede hoe

hoog die rekening wordt. Het huis dat ik kreeg toen ik met mijn dochter de Randstad ontvluchtte was een sociale huurwoning, een hoekwoning. Ik was allang blij maar het huis was niet geïsoleerd, in de spouwmuur was de isolatie vergaan, het had ramen met enkelglas, onder de voordeur zat zo'n grote kier dat je naar buiten kon kijken en er zat schimmel in huis door vocht. Ik heb de problemen aangekaart bij de woningcorporatie. Ze stuurden een inspecteur, die rondkeek en zei dat er geen vochtprobleem kon zijn want er zaten spinnen in de gang en spinnen houden niet van vocht. Over de kier bij de deur zei hij dat een ruimte van één centimeter aanvaardbaar was. Hij nam mijn problemen niet serieus. Een paar jaar later ging de woningcorporatie het blok waarin ik woonde verduurzamen door de

ramen te voorzien van dubbelglas, maar ze wilden niet de buitenmuur isoleren die voor de meeste kou zorgde. Halve maatregelen waar je wel meer huur voor moet betalen. En wat ook bijna schokkend is, is dat er bij verduurzaming van een huurwoning een energievergoeding in rekening mag worden gebracht door de woningcorporatie, de energieprestatievergoeding (EVP). De wereld op zijn kop want je betaalt huur en in dat bedrag zit onderhoud verrekend. Die energievergoeding zit niet in het huurbedrag, dus je krijgt er ook geen huurtoeslag over. Zo blijft energiearmoede ook in stand na verduurzaming. Dat deugt niet, net zomin als het deugt dat Shell miljardenwinsten maakte tijdens de energiecrisis terwijl andere mensen ieder

dubbeltje moesten omdraaien om de energiekosten te kunnen opbrengen.

Ik zet me er als ervaringsdeskundige voor in om dit soort zaken aan de kaak te stellen en te stimuleren dat verduurzaming van sociale huurwoningen effectiever wordt aangepakt, bijvoorbeeld door gezamenlijke materiaalinkoop.

**Energie is geen luxeproduct,
armoede is geen keuze, daar
kun je in terecht komen door
omstandigheden.**

Ik vind het belangrijk om ervaringen te bundelen en te delen, zodat bij mensen die beleid maken en bij mensen die de armoede niet kennen duidelijk wordt wat de effecten zijn van beleid en van armoede.



Iedereen verdient een plek waar je tot rust kan komen zonder zorgen of de kachel of de douche wel aan kan. Op dit moment is dat niet het geval, wat raar is in een welvarend land als Nederland.



Els

**als ze gaat douchen tel ik in
gedachten de minuten want
jongeren kunnen niet kort douchen.**

Mijn jongste dochter woont sinds een paar maanden weer tijdelijk thuis. Ze had een kamer 'antikraak' maar de woningbouwvereniging ging het pand opknappen om er studentenkamers van te maken. Of ze weer terug kan is onduidelijk, ze wil met haar vriend samenwonen maar het valt natuurlijk niet mee om dat gerealiseerd te krijgen. Dus hoe lang tijdelijk is valt niet te voorspellen. Het brengt wel extra kosten met zich mee dat ze weer thuis is;

Ik heb lange tijd een bijstandsuitkering gehad, tussendoor ook wel periodes gewerkt. Maar na het verbreken van mijn relatie wilde ik er als alleenstaande moeder voor mijn, toen jonge, kinderen zijn, dat was moeilijk te combineren met werk.

Nu zijn de kinderen volwassen en ben ik weer begonnen met werken. Ik heb een opleiding gedaan als ervaringsdeskundige armoede en sociale uitsluiting. Dat was heel leuk om te doen en ik wilde na het afronden van de opleiding graag aan de slag in de wijk of bij een woningbouwstichting. De functie ervaringsdeskundige was echter nieuw, er waren nog geen salarisschalen bij bedacht. Dus moest



ik maar iets anders doen, maar dat wilde ik niet. Ik heb het traject niet voor niets afgerond tenslotte. Ik ben toen weer aan de slag gegaan in mijn oorspronkelijke vak, pedagogisch werker. Eerst in de kinderopvang, nu als woonbegeleider. Ik wilde graag uit de bijstand, het is allemaal net aan en je wilt het ook weleens wat breder hebben. Maar dat is helemaal niet zo makkelijk als het klinkt. Heb je aan de ene kant meer inkomen, gaan aan de andere kant de lasten weer omhoog omdat regelingen niet meer voor jou gelden of potjes niet meer beschikbaar zijn. Plus dat je zaken als bijvoorbeeld gemeentebelastingen eerst zelf moet betalen, want zo'n herberekening doen ze achteraf. Dan weet je niet wat je feitelijk moet betalen. Financieel gezien kom ik nu in een

soort niemandsland terecht waar je helemaal niet weet waar je aan toe bent. In de bijstand is dat duidelijk: je weet wat je wanneer krijgt, welke toeslagen er zijn en welke potjes je kunt gebruiken. Daar stem je je leven op af. Ik heb geen reserves. Als er een onverwachte rekening komt geeft dat stress en je bouwt alsnog niks op. Zo blijf je in de armoede zitten.

De energienota zorgde ook voor stress, daar werd ook achteraf het voorschot aangepast. Ik ben vorige jaar verhuisd. Het voorschot werd vastgesteld op 250 euro per maand, aan de hand van het historisch verbruik. Dat is natuurlijk hartstikke hoog maar daar was niks aan te doen. Eerst moet je een jaar betalen, daarna kon het eventueel gewijzigd worden. Nu is het verlaagd naar 175 euro.

Dat is nog steeds hoog en dan stook ik alleen de woonkamer en de keuken. De kachel staat op veertien, soms even op zestien graden.

Dit huis is niet verduurzaamd. Toen ik hier kwam nam ik een energiecoach in de arm, die schreef een rapport: er is geen isolatie, niet op het dak, niet in de muren, niet onder de vloer, het is vochtig, de keuken is zelfs enkel steens, er is geen goede afzuiging en het dubbelglas is nog uit het bouwjaar 1964.

Ik heb het allemaal doorgegeven aan de woningbouw maar die zeiden: in 2026 ben je aan de beurt voor renovatie, tot die tijd doen we niks. En voor tijdelijke maatregelen zoals tochtstrippen of folie ga je maar naar de bouwmarkt. Dat vond ik raar, tijdens de energiecrisis kreeg iedereen een

tas met dat isolatiemateriaal maar de vorige bewoner had daar niks mee gedaan. Nu moest ik het zelf betalen.

Ze denken niet met je mee, ze verplaatsen zich niet in jou.

Dat zie ik ook bij beleidsmakers of ambtenaren. Ze staan veel te ver af van de mensen voor wie ze regels of beleid maken. En niemand stelt de vraag: hoe kan ik je helpen? Er wordt niet aan de mensen gevraagd wat ze concreet nodig hebben om verder te komen of wat daarvoor een obstakel vormt.

Ik voel me weleens kwetsbaar, als alleenstaande, je moet altijd alles in je eentje voor elkaar krijgen. Ik ben ook mantelzorger wat weer vervoerskosten met zich meebrengt en ook maakt dat je niet fulltime kan werken. De hoge vaste lasten, wat

betekent die aankomende renovatie qua kosten? Je houdt zo weinig geld over, het blijft een gevecht.

Dat zou ik graag eens uitleggen aan de mensen die beleid maken. Er moet veel meer aandacht komen voor de persoonlijke ervaringen van mensen, alleen dan kun je beleid maken dat écht werkt.

En natuurlijk ook belangrijk, zeker na de toeslagenaffaire: stop met het wantrouwen, de achterdocht of je de regels niet zult misbruiken. Er zullen vast mensen zijn die dat doen maar veel meer mensen doen dat niet. Achterdocht creëert allemaal onnodige regels die zaken zo complex maken dat je er makkelijk in verdwaalt. Soms denk ik weleens: je hebt een Hbo-opleiding nodig om alle do's en don'ts te begrijpen.



Het beleid moet anders en beter en een manier om dat te bereiken is om meer te vragen naar ervaringen van de mensen die het betreft en eerlijke gesprekken te voeren.



Andrea

Ik was twintig toen ik een opleiding volgde om ziekenverzorger te worden. Dat wilde ik graag want mijn oma leed aan dementie en daar wilde ik meer over weten. Ik heb mijn diploma wel gehaald maar ben nooit gaan werken. Op mijn tweeëntwintigste kreeg ik een ongeluk. Ik ben in een smeerput gevallen in een garage waarbij mijn kniekapsel scheurde. Ik kreeg gips maar dat hebben ze verkeerd gedaan waardoor ik posttraumatische dystrofie kreeg.

Mijn been is stijf en doet vierentwintig uur per dag pijn.

Ik loop met een kruk en gebruik sinds vier jaar ook een rollator. Mijn been valt ook weleens uit tegenwoordig. Dan val ik en dat loopt soms goed af, soms fout.

Maar ik zit niet bij de pakken neer, dat zit gewoon niet in mijn aard. Ik ben de hele dag bezig, maar gedoseerd. Ik neem pauzes door even op bed te gaan zitten, letterlijk even de benen strekken. Ik doe vrijwilligerswerk bij de stichting Mendo. Die vangen honden op van vrouwen die tijdelijk onder moeten duiken in een blijf van mijn lijf huis. Ik doe ook vrijwilligerswerk in een verzorgingstehuis hier in de straat. Eerst op de afdeling; ik bracht ontbijt rond maar dat ging niet meer door die uitval aan mijn been. Nu zit ik in de cliëntenraad.

Ik heb een uitkering en sinds kort ga ik naar de voedselbank. Als ik mijn vaste lasten betaald heb hou ik maar tweehonderd euro per maand over, dat gaat gewoon niet.

Het is niet dat ik niet met geld om kan gaan, dat kan ik heel goed, maar de lasten zijn gewoon hoog.

Ik heb eerder wel in de schuld-hulpverlening gezeten, maar dat had ik aan mijn ex te danken. In 1999 ontmoetten we elkaar toen ik tweeëndertig was en we zijn vijftien jaar samengebleven. We kregen twee dochters van nu tweeëntwintig en negentien. Die meiden waren een onverwacht cadeautje. Ik heb ook endometriose en vanaf mijn veertiende wist ik niet beter dan dat ik geen kinderen kon krijgen. Dat hadden ze me verteld.

Maar dat bleek dus niet te kloppen! We gingen in 2015 uit elkaar omdat mijn ex vreemdging. Toen we samen waren hadden we een normaal inkomen, waren we financieel gezond, dacht ik althans.

Mijn ex bleek echter een grote verrassing voor me te hebben achtergelaten, een schuld van 85.000 euro.

Ik kreeg op een dag een rekening van de gemeente van 700 euro. Ik had geen idee waar dat voor was. Toen ik het navroeg zeiden ze bij de gemeente dat het de gemeentebelasting was en dat er ook nog een bedrag openstond van 10.000 euro. Ik schrok me rot. Mijn ex had gewoon niks betaald, geen ziektekosten, geen hypotheek, geen belasting, gewoon niks.

Maar hij had wel van alles op mijn naam gezet. Ik wist dat niet. Hij deed de administratie, ik vertrouwde hem. Ik heb een regeling getroffen met de gemeentelijke kredietbank en vier jaar lang afbetaald, toen was ik klaar. Sinds 2016 woon ik in het huis waar ik nu woon. Eerst met mijn dochters, nu met mijn kat. Het is een kleine eengezinswoning met één slaapkamer beneden, twee boven, jaren tachtig bouw. Mijn huis staat al negen jaar stijf van de schimmel en is vochtig.

Nu wordt er, pas sinds kort, iets aan gedaan want eerst namen ze me niet serieus.

**“Zet maar een raam open”
zeiden ze bij de woningstichting.**

Dat er in mijn huis nu eindelijk iets wordt gedaan komt omdat ik, in mijn

geval letterlijk, mijn poot stijf heb gehouden. Keer op keer ben ik teruggegaan naar de woningstichting om ze over de problemen in huis te vertellen.

Ze hebben nu de schimmel weggehaald in de woonkamer, de keuken en de douche, maar de schimmel komt gewoon weer terug. Ook hebben ze alle deuren met drie centimeter ingekort, wat niet zo fijn is voor de stookkosten. Ik heb aan de voorkant ramen met dubbelglas gekregen maar het echte probleem wordt niet opgelost. De kruipruimte onder mijn huis lijkt wel een zwembad. Waar het water vandaan komt weten ze niet en ze hebben wel maatregelen genomen, maar niets om de toestroom van water te stoppen. Dus het blijft hier vochtig en schimmelen.





Mijn dochters en ik hebben alle drie eczeem en migraine maar sinds mijn dochters het huis uit zijn hebben ze nergens meer last van. Ik heb ook artrose en artritis, daar is al dat vocht ook niet goed voor. Ik probeer wel om een ander huis te krijgen maar na acht jaar inschrijving ben ik nog steeds nummer vierentachtig als ik op een woning reageer.

Dat mijn lasten hoog zijn komt ook door de energiekosten: ik betaal 200 euro per maand en ik stook alleen beneden. Mijn vakantiegeld heb ik deels uitgegeven aan isolatie voor achter de verwarming. Ik hou de gordijnen dicht en heb kleden om de kieren onder de deuren dicht te maken. Twee uur voor ik ga slapen draai ik de verwarming naar vijftien en overdag staat hij op zeventien. Ik draai 's avonds ook de radiatoren

dicht zodat ze niet aanslaan als het te koud wordt en ik haal van elk apparaat in huis de stekker uit het stopcontact om sluipverbruik te voorkomen.

Maar het blijft 200 euro per maand. Zoals ik al zei:

**ik zit niet bij de pakken neer,
ben actief zover ik dat kan maar
financieel is het wel sappelen.**

En het gevecht met zo'n woningstichting kost zoveel energie. Terwijl je toch huur betaalt en zij verantwoordelijk zijn voor een gezonde, prettige woonomgeving.



Heleen

M

et zeventien jaar vertrok ik uit huis, ik heb altijd een grote vrijheidsdrang gehad. Ik wilde zelfstandig zijn, reizen, werken, gewoon levenservaring opdoen.

De tien jaar daarna had ik allerlei baantjes. Zo was ik filiaalhouder bij een contactlenzenbedrijf, werkte ik in de optiek en na een aantal cursussen werd ik directiesecretaresse bij een consultancybureau.

Ik vond het allemaal leuk om te doen.

Ik had altijd al moeite met lopen, ik had spitsvoeten. Mijn kuitspier staat veel te strak gespannen, het lijkt of je altijd op je tenen loopt. Ik loste het op door op mijn werk pumps te dragen, dan viel het tenminste niet op.

De spitsvoeten waren slechts een deel van mijn medische problemen.

Ik bleek een autoimmuunziekte te hebben, al heette dat toen niet zo en is dat de samenvatting van een lang, complex traject. Vrij vertaald keert je lichaam zich tegen je.

Het resulteerde in een herseninfarct op mijn negentiende en het bleef niet bij één. Door de jaren heen kreeg ik allerlei aandoeningen die me steeds verder beperkten.

Ik heb verschillende relaties gehad maar me nooit vastgelegd door te trouwen, dat vond ik niet zo nodig. Tegenwoordig woon ik alleen, in een aangepaste benedenwoning.

Ik heb zelf nooit kinderen gekregen; ik wilde niets doorgeven van waar ik genetisch bekend mee was maar ik heb wel bonuskinderen.

De moeder van de toen nog jonge kinderen had ik via een bevriende kok ontmoet. We raakten bevriend en ik leerde haar gezin ook kennen. Toen zij op jonge leeftijd overleed en een man met drie kleine kinderen achterliet ben ik er, ook op hun verzoek, meteen ingesprongen. De bonuskinderen zijn nu volwassen maar ze wonen vlakbij, net als hun vader, het onderlinge contact is goed. Rond 1995 kwam ik in de bijstand terecht, vanaf mijn dertigste ongeveer.

Ik ben daar nooit meer echt uitgekomen al probeerde ik dat wel. Ik heb nog een opleiding als doktersassistente gedaan, nog een jaar voor een huisarts en een jaar voor een longarts gewerkt, maar het ging op den duur niet meer.

Achteraf gezien had ik van jongs af aan arbeidsgehandicapt verklaard moeten worden.

Rond mijn zesendertigste legde ik me erbij neer dat ik in de bijstand zat. Dat heeft natuurlijk een schaduwkant, financieel ben je zo beperkt dat ik ook wel eens de voedselbank nodig heb gehad. Maar het bracht me ook terug bij de passie uit mijn kindertijd, dierenwelzijn. Ik ging toen, als vrijwilliger, thuis honden opvangen; zwervhonden uit allerlei landen. Ik resocialiseerde ze en probeerde ze



indien nodig ook (her)op te voeden zodat ze naar een nieuw baasje konden.

Nu ben ik vrijwilliger bij 'De Gouden Poot', een voedselbank voor dieren. Ik heb meer gedaan, ben altijd actief gebleven.

De bijstand is natuurlijk nooit een vetpot geweest maar in verhouding tot vroeger hou je veel minder geld over: de stookkosten zijn hoger, de huur is hoger, de ziektekosten zijn hoger, het leven is flink duurder geworden.

Ik heb ook een lening nodig gehad, de bijstand is gewoon niet toereikend. En al helemaal niet als je niet alle medische kosten of noodzakelijke aanpassingen vergoed krijgt. Mijn ziektebeeld is complex en werd niet altijd begrepen door instanties.

Tegenwoordig snappen ze het maar het heeft door de jaren heen veel energie gekost om te krijgen wat ik nodig had.

Die energie kun je eigenlijk wel beter gebruiken als je chronisch ziek bent.

Op dit moment zie ik slecht, loop ik slecht, mijn motoriek is verstoord, ik ben gevoelig voor overprikkeling door beeld, geluid en licht, ik heb epilepsie en 's nachts heb ik beademingsondersteuning nodig.

Ik leef zuinig, dat moet wel. De kachel zet ik 's morgens aan en dan zet ik hem langzaam ietsje hoger tot achttien graden. Om tien uur 's avonds, ruim voor ik naar bed ga, zet ik de kachel weer op vijftien graden.

Maar aan sommige dingen kun je weinig veranderen: ik gebruik de wasmachine vaker dan gemiddeld.

Als je zoals ik slecht ziet, knoei je ook meer en krijg je dus meer wasgoed. Wat bijvoorbeeld ook lastig is als je slecht ziet is het in- en uitdoen van je lenzen. Ik heb heel speciale, dure ook. De verzekering vergoedt drie paar lenzen per twee jaar.

Maar juist doordat je zo slecht ziet, raak je er weleens een kwijt. Maar op is op, als je er meer nodig hebt moet je ze zelf betalen. Zo zijn er meer dingen, je bent constant aan het rekenen en kijken hoe dingen moeten.

Ik woon wel in een fijn huis, dertig jaar alweer. De buurt, de tuin en de rust vind ik heel prettig.

Het is een naoorlogse woning die wel nog verduurzaamd moet worden. Groot onderhoud, wat voor mij kan betekenen dat mijn stookkosten omlaag gaan. Maar door al mijn

medische problemen kan het niet zo makkelijk uitgevoerd worden.

Het geeft veel te veel prikkeling voor mij, te veel lawaai, stof. Maar ik kan ook niet 'even' naar een andere plek verkassen, dat is ook te belastend.

Dus die stookkosten gaan nog niet omlaag.

Ik heb pech gehad met mijn gezondheid maar ik neem het zoals het komt. Ik vind het niet meer erg.

Maar ik maak me soms wel zorgen om de toekomst, alles wordt alleen maar duurder.

En als we straks gas gaan krijgen uit Amerika, hoe gaat dat dan? Donald Trump ziet er natuurlijk geld in maar wat betekent dat dan weer voor mij?



A woman with short, wavy brown hair is smiling warmly at the camera. She is standing in a doorway, with her right hand on the door handle and her left hand resting on the door frame. She is wearing a light green t-shirt, white pants, a white cardigan, a silver necklace with a small pendant, and large hoop earrings. The background shows a wooden door with a decorative circular handle and a white rope curtain. The wall to the left of the door has horizontal wooden siding.

Marjan

Ik heb heel lang in het hart van Mijdrecht gewoond maar ik voelde me nooit echt thuis. Dat kwam pas toen ik mijn tweede man leerde kennen in 2013. Hij was de liefde van mijn leven en wat het helemaal compleet maakte was dat hij buiten, in een caravan woonde. Eindelijk was ik thuis, alles viel op zijn plek. Door die ervaring en omdat mijn broer ook slecht kon aarden in een huis ben ik mijn familiegeschiedenis gaan onderzoeken. Er bleken Reizigers tussen mijn voorouders te zitten. Toen

was het plaatje helemaal compleet. Mijn grote liefde en ik zijn maar drieënhalve jaar samen geweest. Het eerste half jaar dat we samen waren was er niks aan de hand. Maar hij bleek een hersentumor te hebben en overleed in 2016, pas negenendertig jaar oud.

Het voelde zo oneerlijk, hij was een stuk jonger dan ik en we waren zo vreselijk blij met elkaar.

Ik woon nog steeds in de caravan waar we samenwoonden maar het heeft niks gescheeld of ik was hem kwijt geweest. De SVB, de Sociale Verzekeringsbank die mijn weduwepensioen uitkeerde, bleek een fout te hebben gemaakt en kwam daar vier jaar later mee op de proppen. Toen mijn man nog leefde had ik een WAO-uitkering. Ik heb in 1997 borstkanker gehad met

uitzaaiingen in de lymfeklieren, in mijn baarmoeder en in mijn eierstokken.

Het is oprecht een wonder dat ik er nog ben.

Maar de behandelingen waren agressiever dan nu en ik hield er veel nevenschade aan over: een auto-immuunziekte die heel veel vermoeidheid met zich meebrengt, ik heb wekelijks een lymfedrainage, mijn hart is aan de linkerkant beschadigd, mijn schildklier werkt nauwelijks en ik heb tinnitus. Kortom, mijn lijf doet vierentwintig uur per dag pijn. Maar ik ben blij dat ik er nog ben, nog steeds. Op een zeker moment ging het werken niet meer, werd ik arbeidsongeschikt verklaard en kreeg ik een WAO-uitkering. Die werd gekort toen ik samenwoonde maar toen mijn man was overleden werd die uitkering

weer verhoogd. Ik heb toen een brief gestuurd aan de SVB of dat klopte, ze zeiden van wel. Ze krijgen ook jaarlijks een belastingoverzicht dus het leek me verder in orde. Maar dat was dus niet zo en na vier jaar zeiden ze: je hebt te veel ontvangen en we willen 14.700 euro terug. Ik schrok me rot natuurlijk. Mijn weduwepensioen en de WAO waren samen 1200 euro, dat was al geen vetpot. Hoe moest ik dat betalen? En hoe kon het überhaupt gebeuren? Ik had zelf navraag gedaan of alles klopte. Wat volgde waren verschillende rechtszaken, tot de hoogste rechter aan toe.

De SVB zei bij de eerste zitting al dat ik mijn caravan maar moest verkopen.

Ik zei dat ik dan op straat stond maar daar hadden ze geen boodschap aan. Ze konden niet verklaren hoe de fout kon worden gemaakt, waarom

er niet eerder was ingegrepen en waarom de belastinggegevens niet waren gecheckt, maar ze hielden vast aan hun eis. Gelukkig had ik op een gegeven moment een heel goede advocaat die voor me bleef vechten. De rechter besloot uiteindelijk het bedrag te halveren, wat ik nog steeds onrechtvaardig vond. "Je had een jaar later nog een keer moeten checken of het wel goed zat", zeiden ze. Maar als je er niet op kunt vertrouwen dat een overheidsorganisatie haar taken goed uitvoert, waar blijf je dan? Sinds twee jaar betaal ik maandelijks af, nog vier jaar te gaan. Het heeft wel tot gevolg dat ik naar de voedselbank moet. Ik woon niet duur maar de andere vaste lasten zijn hoog. In verhouding betaal ik veel voor energie. Gelukkig zijn vorig



jaar de leidingen onder de caravan geïsoleerd en de kozijnen vervangen en heb ik dubbelglas gekregen. Dat scheelt, maar ook mijn medische kosten zijn hoog. Je krijgt lang niet alles vergoed, hoe hard je het ook nodig hebt. Ik hou niet genoeg over voor de boodschappen.

**Vroeger had ik een beetje
vooroordelen over mensen bij de
voedselbank of over daklozen, maar
die heb ik niet meer.**

Ik was zelf op een haar na dakloos terwijl ik tot 2016 mijn hele leven voldoende inkomen heb gehad. En nu kom ik zelf bij de voedselbank. Je ziet er steeds meer 'gewone' mensen en ik ben niet de enige die daar komt door toedoen van een overheidsinstantie.

Die toeslagenaffaire is natuurlijk ook zo'n drama voor veel mensen.

Je bent aan de goden overgeleverd en ik heb geluk gehad met een advocaat die voor me knokte.

Maar wat als je een pro deo hebt die zijn schouders ophaalt?

Dat mijn man overleed voelde als onrechtvaardig maar dat is niemands schuld, dat ik borstkanker kreeg idem dito, maar dat je dankzij falend beleid gedupeerd wordt door je eigen overheid is niet alleen onrechtvaardig maar ook een grote schande.

**Ze hebben geen flauw idee wat
ze aanrichten en het interesseert
ze ook niet want regels zijn
belangrijker dan mensen, lijkt het
wel.**





Mirjam

Van verdere verduurzaming is het nooit gekomen, daar heb ik geen geld voor.

Ik let goed op mijn energieverbruik. Ik douche heel kort en als ik mijn haren was, zet ik de kraan uit tijdens het inzepen. Ik ben sowieso heel zuinig met water en ik kook voor meerdere dagen. Op de app kijk ik wanneer er goedkope stroom is en de kachel gaat nooit hoger dan zestien graden. Zo hou ik de rekening laag. In 1992 heb ik dit huis samen met mijn man gekocht. Het heeft dubbelglas, wel het soort dubbeglas uit die tijd.

In 2004 kreeg mijn man een ongeluk tijdens zijn werk. Hij werkte als elektricien aan een woonhuis en werd op de oprit aangereden door de eigenaresse. Ze had hem niet gezien. Hij kwam met zijn hoofd op de motorkap terecht, daarna op de stenen en raakte in een coma waar hij nooit meer uitkwam. Onze twee zoons waren vier en zes jaar oud toen dat gebeurde. Ik werkte op dat moment parttime in de kinderopvang en studeerde aan het ROC voor onderwijsassistente, aansluitend wilde ik de PABO doen. Bij mij in de familie zitten veel mensen in het onderwijs; het trok mij ook maar het ging gewoon niet. Niet alleen omdat het verdriet nog zo vers was



maar ook omdat kort na het overlijden van mijn man, mijn oudste zoon werd gediagnosticeerd met ADHD en Asperger. Een superslimme jongen maar hij had heel veel aandacht en begeleiding nodig, zowel thuis als op school.

Mijn baan moest ik ook opgeven, ik concentreerde me op de zorg voor mijn kinderen.

Vanaf dat moment had ik alleen mijn nabestaandenuitkering, de ANW, wat geen vetpot was en is.

Mijn twee zoons zijn nu volwassen en hebben hun eigen weg gevonden. Mijn oudste zoon heeft een Hbo-opleiding afgerond, werkt als softwaretester en gaat dit jaar trouwen. Mijn jongste zoon volgt een Hbo-opleiding fotografie in Rotterdam en woont samen. Ik ben echt trots op ze.

Maar het was niet altijd makkelijk, zeker financieel niet. Toen ze in de puberteit waren ben ik jaren afhankelijk geweest van de voedselbank omdat ik echt niet rondkwam. Er waren zoveel extra kosten voor school, vervoer, een hobby, een mobiele telefoon. Je wilt je kinderen ook geen dingen ontfemen die voor een ander doodnormaal zijn. In 2017, toen de jongste bijna achttien was, er meer ruimte voor mezelf kwam en ik weer aan werk kon gaan denken, kreeg ik een ongeluk.

Ik deed aan wielrennen en tijdens een fietstoer tikte ik met mijn voorwiel het achterwiel aan van degene die voor me reed en kwam ik ten val. Ik brak zo ongeveer al mijn botten en moest maanden revalideren. De schade is blijvend, de zenuwen in mijn rug waren al kwetsbaar door een eerdere operatie maar door de klap zijn mijn

wervels in elkaar geduwd en zitten er zenuwen klem.

Ik kan tien minuten stofzuigen of tien minuten achter de computer maar ik moet steeds afwisselen, anders heb ik pijn en ik ben snel moe.

Ik vind het best lastig om mijn leven vorm te geven, zingeving te vinden. Vroeger had ik de kinderen maar die zijn groot. Ik doe vrijwilligerswerk bij een ouder echtpaar hier in de buurt, ik zoek wat dingetjes voor ze uit of ga gewoon even koffiedrinken, dat vinden ze heel fijn. Ik sport ook regelmatig, omdat het moet maar ook omdat ik het leuk vind. Ik ken daar veel mensen dus dat is ook wel gezellig. Ik lees veel, hou mezelf op de hoogte van ontwikkelingen in het onderwijs bijvoorbeeld.

Maar toch, als ik aan de toekomst denk, voel ik ongemak want wat ga ik doen met de tijd die voor me ligt? Of beter gezegd: wat kán ik ermee doen? Op dit moment heb ik geen relatie maar als ik er een zou hebben en we zouden willen samenwonen, dan vervalt mijn uitkering wat betekent dat ik honderd procent afhankelijk ben van een partner. Dat vind ik niet prettig en ook niet van deze tijd.

Ik voel me soms gevangen in een vicieuze cirkel van zowel financiële als lichamelijke beperkingen die me hinderen bij het invullen van mijn leven op een manier die ik bevredigend vind. 2Daar moet ik mijn weg in zien te vinden.



Nawoord

Met dit project willen we de zichtbaarheid van energiearmoede vergroten door persoonlijke verhalen te delen. De verhalen die u heeft gelezen, zijn met zorg en betrokkenheid verteld door vrouwen die langdurig met deze situatie hebben geworsteld. Hun openhartigheid biedt een waardevol inzicht in de impact van energiearmoede op het dagelijks leven. Door deze verhalen een podium te geven, hopen we niet alleen bewustwording te creëren maar ook bij te dragen aan meer begrip en solidariteit.

Dit magazine is een publicatie van 75inQ; een onafhankelijk kennisinstituut inclusieve energietransitie. Wij zetten ons in voor meer diversiteit in de energiesector én

voor meer oog voor een inclusieve en rechtvaardige energietransitie.

Deze publicatie is mede mogelijk gemaakt door bijdrage van Shell Impact Fund en de Europese Unie. In september 2024 ging het tweejarige project Women in Solidarity for Energy (WISE) van start, gefinancierd door het EU-programma Burgers, Gelijkheid, Rechten en Waarden (CERV). Het is een samenwerkingsproject tussen negen NGO's en academische instellingen uit zeven EU-landen (Bulgarije, Frankrijk, Griekenland, Hongarije, Italië, Kroatië en Nederland) dat onderzoek doet naar en aandacht vraagt voor het recht op energie, energietoegang in Europa, en de deelname aan de energietransitie van vrouwen in Europa, met een specifieke focus op alleenstaande vrouwen. We richten

ons onder andere op het recht op energie van studenten, oudere vrouwen, alleenstaande moeders en vrouwelijke vluchtelingen.

Wij danken alle geïnterviewde vrouwen voor hun openhartigheid om hun ervaringen met ons te delen. Sommige vrouwen hebben ervoor gekozen onder pseudoniem hun verhaal te delen. Marga de Waard heeft de interviews afgenomen en de teksten geschreven. Jaap Vork heeft de vrouwen vastgelegd in krachtige beelden. Pleun de Goede heeft de layout verzorgd. Willemijn Bloem is de project coordinator van WISE en deze uitgave.

Niets uit deze uitgave mag gedeeld worden zonder nadrukkelijke bronvermelding.

75in@

DIVERSITY IN ENERGY