

Zzp'ers en AOW'ers melden zich bij voedselbank: 'Zijn ook mensen met koophuis en auto'

Huiseigenaren en werkenden melden zich steeds vaker bij de voedselbank, ziet Voedselbanken Nederland. De organisatie maakt zich zorgen over de groeiende groep zzp'ers en AOW'ers in nood. Tegelijkertijd neemt het aanbod van eten uit supermarkten af. „We zien veel schaamte, maar het kan iedereen overkomen.”

Sanne Wolters

PZC 2 februari 2026, 15:00Laatste update: 2 februari 2026, 16:38

In de toch wel welvarende gemeente Lansingerland in Zuid-Holland is het aantal mensen bij de voedselbank [toegenomen van 100 naar 200](#). Opvallend is de toename onder inwoners met een koopwoning en een auto. Die ontwikkeling is ook landelijk te zien. De populatie van mensen die aanklopt bij voedselbanken verandert, zegt Eva Hersbach, woordvoerder van overkoepelende organisatie Voedselbanken Nederland. „We kijken niet naar salaris, maar naar wat iemand overhoudt na het betalen van zijn vaste lasten”, zegt zij. „Dan kan het dus ook zijn dat iemand met een koophuis en een auto voor de deur bij ons langskomt.”

Zzp'ers zonder opdrachten

De hulporganisatie ziet dat steeds meer zzp'ers (zelfstandigen zonder personeel) zich aanmelden. Hersbach: „Dat zijn bijvoorbeeld ondernemers die sinds de controle op schijnzelfstandigheid zonder opdrachten zitten, maar wel een leaseauto hebben die doorbetaald moet worden. Dan houd je gewoon te weinig over voor je boodschappen.”

Het is echt allang niet meer zo dat hier alleen mensen komen die in de bijstand zitten

Eva Hersbach, woordvoerder Voedselbanken Nederland

Ook het aantal AOW'ers dat hulp zoekt vanwege de stijgende kosten voor levensonderhoud neemt toe. „De gevolgen van de vergrijzing zien wij natuurlijk ook”, stelt Hersbach. „Maar het is echt allang niet meer zo dat hier alleen mensen komen die in de bijstand zitten. Er komen ook steeds meer werkende armen bij.”

Cijfers over hoeveel mensen zich het afgelopen jaar hebben aangemeld bij een van de 181 voedselbanken in ons land heeft Voedselbanken Nederland nog niet. Wel zien zij een toename. „Dat wat ze in Lansingerland zien, een verdubbeling, speelt niet bij iedere voedselbank”, legt Hersbach uit. „Het aantal aanmeldingen verschilt sterk per locatie. Wel zien we dat het aantal aanmeldingen het afgelopen jaar is gestegen.”

Armoede verdiept zich

In 2024 kregen 144.750 Nederlanders hulp van de voedselbank. Ruim 32.000 huishoudens waren wekelijks afhankelijk van voedselhulp. „De armoede verdiept zich in Nederland. We zien dat mensen langer in armoede zitten en dat steeds meer mensen hun boodschappen niet meer kunnen betalen, terwijl ze wel werk hebben. Daar maken we ons zorgen over.”

Eind januari bleek uit de nieuwste cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) dat het [aantal armen onder werkenden is gestegen](#).

Momenteel telt ons land 175.000 arme werkenden, dat is 2 procent van het totaal.

Toch durft niet iedereen in armoede de stap te zetten richting een voedselbank, zegt Hersbach. „We zien veel schaamte, maar het kan iedereen overkomen. Je kunt in de schulden raken, ziek worden en daardoor moeite hebben je vaste lasten te betalen.”



Bij Albert Heijn gaan producten die tegen de houdbaarheidsdatum zitten weg met oplopende korting. © Albert Heijn

Supermarkten verspillen minder

Voorlopig zijn er nog genoeg gevulde kratten met boodschappen om uit te delen aan de groeiende groep Nederlanders in nood. Maar Voedselbanken Nederland vraagt zich wel af of dat zo blijft. Er blijven namelijk steeds minder producten over uit supermarkten. Retailers zijn een stuk beter geworden in het tegengaan van verspilling. Zo biedt Albert Heijn klanten een oplopende korting voor producten die tegen de houdbaarheidsdatum aanlopen.

„Er wordt steeds minder weggegooid bij de supermarkten. Dat is natuurlijk goed nieuws, maar dat zijn wel de producten die bij mensen in armoede

terechtkomen. Nu kunnen we onze klanten nog van voldoende spullen voorzien. Maar als de restproducten elk jaar blijven afnemen, wordt het lastig voor ons om nog aan voedsel te komen en dan moeten we naar oplossingen gaan zoeken.”