

GELDGIDS

Voor iedereen met vragen over geldzaken en regelingen.

GEMEENTE NOARD EAST FRYS LÂN



Inhoudsopgave

Een woord vooraf 03
Normbedragen ..... Inlegvel

Ik wil graag hulp en/of advies 04
Ik heb moeite met lezen, schrijven en/of rekenen 05
Ik wil mijn administratie goed regelen 06
Ik heb moeite met rondkomen 10
Ik heb betaalproblemen of schulden 12
Geldstress 13
Hulp bij aanvragen van toeslagen 23

Gemeentelijke regelingen

AV-Frieso 16
Bijzondere bijstand 17
Individuele inkomenstoeslag 18
Studietoeslag 18
Regelingen voor kinderen 19
Volwassenfonds Sport & Cultuur 20
Lauwersregeling 21
Menstruatie- producten uitgiftepunten (MUP) 21
Vergoeding identiteitsbewijs 22
Kwijtschelding gemeentebelastingen 22

Landelijke regelingen

Belastingdienst
Huurtoeslag 24
Zorgtoeslag 24
Kindgebonden budget 24
Kinderopvangtoeslag 25
AOW 25
Kinderbijslag 25

Waar kunt u nog meer terecht

Fondsen 26
Hulp en ondersteuning 27
Ontmoeten 30
Kringloopwinkels 32
Afstand tot werk 33
Belangrijke adressen 34
Handige websites 36
Notities 37

GEMEENTELIJKE REGELINGEN

De regelingen met een blauwe balk aan de onderkant zijn gemeentelijke regelingen.

LANDELIJKE REGELINGEN

De regelingen met een donkergrijze balk aan de onderkant zijn landelijke regelingen, aan te vragen bij verschillende instanties. De contactgegevens van deze instanties staan achterin deze gids.

NUTTIGE INFORMATIE & TIPS!

Op pagina's met een oranje balk aan de zijkant/ onderkant staan tips of nuttige informatie over de gemeente maar ook over andere instanties.

Een woord vooraf

Met een laag inkomen kan het moeilijk zijn om alle kosten te kunnen betalen. Misschien moet u zelfs dingen laten omdat u er geen geld voor heeft. Dan is het goed om te weten dat de gemeente Noardeast-Fryslân regelingen heeft die u kunnen helpen.

In deze Geldgids vindt u alle regelingen die wij hebben en informatie over bijvoorbeeld bijzondere bijstand, schuldhulp, hulp bij het invullen van formulieren en nog veel meer. We hebben speciale aandacht voor kinderen die in armoede leven. Ieder kind moet de kans krijgen om mee te kunnen doen of dingen te leren. Speciale regelingen voor kinderen vindt u bij de Stichting Leergeld en het Jeugdfonds Sport & Cultuur. Zij werken samen onder het digitale loket Sam&.

Heeft u vragen of wilt u graag weten wat er voor u mogelijk is? Dan kunt u altijd bellen of mailen naar de gemeente (0519) 29 88 88 (optie 1) of info@noardeast-fryslân.nl. We hopen dat u veel aan deze gids hebt.

Namens het gemeentebestuur van
Noardeast-Fryslân,

Lysbeth Vellinga
wethouder Sociaal Domein



Ik wil graag hulp en/of advies

Gebiedsteam

Komt u er zelf niet meer uit en heeft u hulp nodig? Met uw hulpvraag kunt u terecht bij het gebiedsteam van de gemeente.

Bijvoorbeeld bij:

- Vragen over werk, uitkeringen en financiële regelingen
- Emotionele of psychische problemen
- Een lichamelijke beperking
- Problemen met het huishouden
- Woonproblemen
- Zorgen over iemand in uw omgeving
- Geldproblemen en schulden

Hoe vraag ik het gebiedsteam om hulp of advies?

Stuur een e-mail naar info@noardeast-fryslan.nl of bel (0519) 29 88 88, optie 1. Ma t/m do van 08.30-16.30 uur en op vrijdag van 08.30-12.00 uur. Een medewerker van het gebiedsteam neemt vervolgens contact met u op.

Ondersteuning bij het doen van een aanvraag

Heeft u ondersteuning nodig bij het aanvragen van zorg of hulp? Bijvoorbeeld bij het aanvragen van Jeugdhulp of ondersteuning uit de Wmo. Deze hulp wordt gegeven door medewerkers van:

- Stichting MEE-Noord, kijk op www.meenoord.nl
- Adviespunt Zorgbelang, kijk op www.adviespuntzorgbelang.nl

Ook bij een aanvraag die u niet bij de gemeente doet, maar bij een andere instantie, kunt u deze ondersteuning krijgen. De ondersteuner kan u ook helpen bij het keukentafelgesprek.



Ik heb moeite met lezen, schrijven, rekenen of computeren

Lezen, schrijven en rekenen is niet voor iedereen makkelijk. Bij de bibliotheek zijn er veel mogelijkheden om u hierbij te helpen. U hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek.

Digi-Taalhuis

Het Digi-Taalhuis is een plek in de bibliotheek voor mensen die moeite hebben met lezen, schrijven, rekenen of computeren. Een vrijwilliger helpt u met uw eigen leervraag. Het Digi-Taalhuis biedt gratis computerprogramma's, leuke en gemakkelijk te lezen boeken, een gratis (jaar-)abonnement en gratis begeleiding. Aanmelden kan via www.ikwilleren.nl of in de bibliotheek.

Digisterker

De Bibliotheek geeft korte cursussen om via de computer overheidszaken te regelen. Bijvoorbeeld voor het aanvragen of gebruik van DigiD of het gebruiken van digitale zorg zoals het patiëntenportaal. Deze cursussen zijn gratis, ook als u geen lid bent van de Bibliotheek!

Informatiepunt Digitale Overheid (IDO)

Als u vragen heeft over de digitale overheid (vragen over toeslagen, het regelen van zorg of het verlengen van uw rijbewijs) kunt u terecht bij het Informatiepunt Digitale Overheid in de Bibliotheek. Dit is gratis, ook als u geen lid bent van de Bibliotheek!

Algemeen computercursussen en spreekuren

Er zijn verschillende computercursussen en inloopspreekuren:

- Cursus Kennismaken met de computer
- Het digitaal spreekuur, voor vragen over digitale apparaten
- Cursus Starten met de iPad
- Het juridisch spreekuur
- Een les op maat

Bijna alle cursussen zijn gratis.

Contactgegevens van de bibliotheek

Mail : info@bnfrl.nl
Tel. : 088 - 16 56 123
Website : www.ontdekdebieb.nl

TIP!

- **www.steffie.nl**
  Hier worden moeilijke dingen makkelijk uitgelegd.
- **www.oefenen.nl**
  Hier kunt u oefenen met taal, rekenen, internetten en omgaan met geld.

Probeer een apparaat uit

De Slimotheek

Wilt u kijken welk apparaat bij u past? Bijvoorbeeld een iPad, seniorentelefoon, deurbel met video, slaaprobot, muziekkussen, OER radio en nog veel meer. De SlimoTheek laat u de mogelijkheden zien. Ook lenen zij uit. U kunt thuis het apparaat van uw keuze uitproberen.

U vindt de SlimoTheek in de Waadwente.
Adres: Birdaarderstraatweg 68, Dokkum.
Meer informatie en afspraak: Jordy Plantinga 06 31 08 40 31
of e-mail j.plantinga@kennislabnof.frl

Ik wil mijn administratie goed regelen

Het is fijn om een overzichtelijke administratie te hebben. Als uw administratie op orde is, kunt u alles makkelijk terugvinden. U weet dan wanneer de vaste lasten worden afgeschreven. Ook ziet u meteen of er geld over is om bijvoorbeeld een nieuwe wasmachine te kopen.

In 5 stappen uw administratie op orde!

1. **Bewaar uw administratie op een overzichtelijke manier**
   Kies voor bewaren digitaal of op papier (in een map). Waar u ook voor kiest, zorg dat u een duidelijk systeem heeft zodat u uw documenten snel weer terug kunt vinden.

2. **Bekijk elke dag uw (digitale) post**
   Maak e-mails en post die u ontvangt elke dag open. Kom direct in actie als dat nodig is. Gooi weg wat weg kan of kies voor een vast moment in de week waarop u uw (digitale) post afhandelt.

3. **Werk de administratie wekelijks bij**
   Om rekeningen op tijd te kunnen betalen is het belangrijk om wekelijks uw administratie bij te houden. Prik een vast moment in de agenda om uw rekeningen te betalen of in te plannen via online bankieren. Reageer op berichten en bewaar documenten in de juiste map. Een uurtje kan al voldoende zijn.

4. **Houd berichten van de overheid en belastingdienst in de gaten**
   De overheid en de belastingdienst sturen u regelmatig belangrijke berichten en documenten online. Zorg ervoor dat u hier een melding van krijgt via de mail. Dan kunt u meteen actie ondernemen als dat nodig is.

5. **Bespreek de financiën met uw partner**
   Als u een partner heeft, bespreek dan 1 keer per maand uw geldzaken. Twee weten meer dan één. Zorg ervoor dat u elkaars inlogcodes en wachtwoorden kunt vinden. Zo voorkomt u betalingsachterstanden in het geval van onverwachte omstandigheden.

Heeft u hulp nodig bij uw administratie?

Er zijn vrijwilligers die u kunnen helpen om uw administratie weer op orde te krijgen.

De Formulierenbrigade van welzijnsorganisatie Yfke
De formulierenbrigade bestaat uit een groep enthousiaste, kundige vrijwilligers. Zij kunnen u helpen met uw papieren administratie en het invullen van formulieren. Vrijwilligers van de formulierenbrigade ondersteunen vooral mensen met een inkomen rond het minimum en/of hoge onkosten.

Mail : info@wijzijnyfke.nl
Tel. : 0519 - 29 22 23
Adres : Zuiderschans 10, 9101 PZ Dokkum

Humanitas
Humanitas heeft vrijwilligers die u kunnen helpen uw financiële zaken op orde te brengen en op orde te houden. Niet één keer maar zo lang als nodig is. Zij zetten samen uw inkomen en uitgaven op een rij, en gaan na waar u recht op heeft. Hun doel is dat u na de hulp zelf weer verder kunt met uw administratie en financiën.

Mail : no.friesland@humanitas.nl
Tel. : 06 57 64 53 19
Website : www.humanitas.nl/noordoost-friesland

TIP!

Maak uw eigen kasboek. Zet uw inkomsten en uitgaven elke week of maand op een rijtje. Zo houdt u overzicht en voorkomt u dat u meer uitgeeft dan u krijgt.

Op de volgende twee pagina's vindt u een voorbeeld kasboek.



Kasboek

INKOMSTEN per maand

Salaris/uitkering

Salaris	€
Uitkering	€

Toeslag

Huur	€
Zorg	€
Kindgebonden budget	€
Kinderopvang	€

Belasting

Teruggave	€
Algemene heffingskorting	€

Pensioen

Uw eigen	€
Uw partner	€

Overig

Kinderbijslag	€
Kindalimentatie	€
Partneralimentatie	€

TOTAAL INKOMSTEN €

UITGAVEN per maand

Vaste lasten/uitgaven woonhuis

Huur / hypotheek	€
Gas + water + elektra	€
TV + internet + vaste telefoon	€
Gemeentebelastingen	€
Waterschapsbelasting	€

Vaste lasten/uitgaven verzekeringen

Zorgverzekering	€
Aansprakelijkheidsverz. (WA)	€
Uitvaart	€
Auto	€
Woonhuis	€

Abonnementen, lidmaatschappen etc.

Mobiele telefonie	€
Loterij	€
Krant/tijdschrift	€
Bus	€
Sportclub/muziekvereniging	€
Kosten bankrekening	€

Schoolkosten	€
Kinderopvang	€
Alimentatie	€
Afbetalingen	€
Mindering uitkering	€

Vervoer / bijv. auto

Wegenbelasting	€
Brandstof	€

Huishoudelijke uitgaven

Voeding	€
Overig	€

Reservering onvoorzien

Onderhoud huis en tuin	€
Eigen risico Zorgverzekering	€
Auto	€
Vrije tijd	€

TOTAAL UITGAVEN €

Ik heb moeite met rondkomen

Geldproblemen zijn heel lastig. Misschien ligt u er zelfs wakker van.
De oorzaak van geldproblemen is niet altijd een laag inkomen. Ook iemand met een hoog inkomen kan geldproblemen krijgen. Verschillende zaken kunnen invloed hebben op het krijgen van problemen met geld. Voorbeelden zijn:

- Problemen door bijvoorbeeld een scheiding
- Verliezen van een baan
- Te gemakkelijk geld uitgeven
- Administratie niet op orde hebben
- Niet aan de toekomst denken
- Geen of weinig spaargeld hebben

Kom in actie om uw geldproblemen aan te pakken. Door bijvoorbeeld uw inkomen te vergroten via speciale regelingen of hulp van een coach. In deze gids staan tips en informatie die u helpen beter om te gaan met geld.

Speciale regelingen

Wie weinig te besteden heeft, weet hoe lastig het is om alles te kunnen betalen. Maar lang niet iedereen weet dat er verschillende regelingen zijn waar mensen met een laag inkomen gebruik van kunnen maken. Sommige regelingen komen van de rijksoverheid, andere van de gemeente. Verderop in deze gids staan alle landelijke en gemeentelijke regelingen overzichtelijk op een rijtje, zie pagina 16 en 24.

Maak uw eigen geldplan via Startpunt Geldzaken

Startpunt Geldzaken stelt geldplannen beschikbaar voor gezinnen in verschillende situaties. Een geldplan is een hulpmiddel om meer uit uw geld te halen. Ga naar de website van Startpunt Geldzaken en ga aan de slag met uw plan:

www.startpuntgeldzaken.nl/noardeast-fryslan

Geldfit-test

Op de website van Geldfit, www.geldfit.nl kunt u een test doen. U geeft antwoord op een paar vragen. Binnen 2 minuten krijgt u een persoonlijk advies over uw financiële situatie. De test is anoniem. Ook vindt u op de website verschillende tips en adviezen over omgaan met geld.

TIP!

- **Het Nibud helpt u om meer grip te krijgen op uw geldzaken!**
  Het Nibud is een onafhankelijk instituut dat voorlichting geeft over geldzaken. Denk aan onderwerpen als sparen, rondkomen en lenen.

- **Jong geleerd is oud gedaan!**
  Mensen die als kind van hun ouders hebben geleerd met geld om te gaan, hebben als volwassene minder vaak financiële problemen. Wat ouders hun kinderen leren verschilt per leeftijd.

  www.nibud.nl

Wat geldt voor u?

Met De VoorzieningenWijzer weet u welke toeslagen en/of regelingen er voor u zijn. Ook bekijkt u gelijk of u wel het best passende energiecontract en zorgverzekering hebt. Hierdoor kunt u elk jaar tot wel € 500,- besparen. Maar misschien nog wel belangrijker: Er is weer rust en overzicht omdat de geldzaken op orde zijn. Controleer het zelf op **www.datgeldtvoormij.nl/noardeast-fryslan**

Controleer zelf

Als inwoner van onze gemeente, kunt u controleren wat voor u geldt. En als u wilt krijgt u gratis hulp van een opgeleide adviseur. Samen regelt u ook direct wat kan. Controleer het zelf op **www.datgeldtvoormij.nl/noardeast-fryslan**

Afspraak maken

Liever een persoonlijk adviesgesprek met een opgeleide adviseur? Dat kan! Ga naar **www.datgeldtvoormij.nl/noardeast-fryslan** en vul uw contactgegevens in. Of neem contact op met de gemeente.

Energie besparen

Met gedrag en kleine energiebesparende maatregelen kunt u al flink besparen op de energierekening. U kunt hiervoor een afspraak maken met de energiecoach of de Ljochtbus.

Energiecoach

Zonder dat mensen het in de gaten hebben verbruiken ze vaak veel meer energie dan nodig is. Zonde van de energie én van het geld. Door bewust om te gaan met energie kunnen mensen veel geld besparen op hun woonlasten. De energiecoach helpt hier graag bij. De energiecoach kijkt samen met u hoe en waar u het meest kunt besparen. Ook kan de energiecoach een afspraak voor u maken met de Ljochtbus, die gratis kleine energiebesparende maatregelen bij u aanbrengt.

Maak een gratis afspraak via **www.duurzaambouwloket.nl/noardeast-fryslan**.

Ljochtbus

Waar de energiecoach vooral advies geeft, komen de klusmannen van de Ljochtbus bij u thuis langs om de maatregelen voor u aan te brengen. Denk bijvoorbeeld aan het aanbrengen van radiatorfolie, tochtstrips, ledlampen en een waterbesparende douchekop. Het bezoek is gratis en u hoeft ook niet te betalen voor het aangebrachte materiaal.

Op **www.ljochtbus.nl** kunt u een afspraak maken.

Ik heb geldzorgen of schulden

Heeft u moeite om rond te komen van uw inkomen? Stapelen de rekening zich op? En lukt het steeds vaker niet om op tijd te betalen? Dat is een vervelend gevoel. U bent niet de enige die dit overkomt. Het is belangrijk om hulp te vragen.

Er zijn mogelijkheden om u te helpen en om schulden te voorkomen. Op deze pagina leest u wat de mogelijkheden zijn. Wij helpen u graag!

Hulp van de gemeente

De schuldhulpverlener van de gemeente zet samen met u al uw schulden op een rijtje. Samen bekijken jullie wat de beste oplossing is om zo snel mogelijk van uw geldzorgen en/of schulden af te komen.
Afhankelijk van uw situatie kunnen we:

- Informatie en advies geven
- Doorsturen naar andere hulpverlenende organisatie
- Een budgetplan maken
- Helpen bij het maken van betaalafspraken met schuldeisers
- Budgetbeheer starten
- U aanmelden voor een schuldregelingstraject

Gratis! **Hulp van de gemeente is gratis.**
Let op! **Er is ook hulp voor ondernemers.**

U kunt voor een vrijblijvend informatief gesprek contact opnemen met team Schulddienstverlening via:
Mail : info@noardeast-fryslan.nl
Tel. : (0519) 298 888, optie 1.

Wat gebeurt er nadat u zich heeft aangemeld?

Binnen twee weken neemt de schuldhulpverlener van de gemeente contact met u op voor het maken van een afspraak. Tijdens deze afspraak bekijken we samen uw situatie. We geven u informatie en advies over de mogelijkheden. Het eerste gesprek is zonder verplichtingen. Na het eerste gesprek beslist u zelf of u de hulp wilt.

TIP!

1. Bespreek uw gezondheid en financiële situatie met uw huisarts en/of werkgever.

2. Heeft u last van stress, zorgen of slaapproblemen en bent u benieuwd wat u hier zelf aan kunt doen? Kijk op www.thuisarts.nl voor informatie en tips!

3. Nuttige websites:
   - **zelfjeschuldenregelen.nl**
   - **juridischloket.nl**

www.noardeast-fryslan.nl schulden Zoeken

Geldstress

Sociale leven

Minder geld hebben kan ook gevolgen hebben voor uw sociale leven. Door een beperkt budget nemen de mogelijkheden om mee te doen aan activiteiten af. Het kan zijn dat gebruik maken van een auto of openbaar vervoer te duur wordt. Net als een telefoon, computer of internet. Daardoor wordt het leggen van contacten ook moeilijker.

Kinderen uit een gezin met een laag inkomen doen vaak minder aan sport, volgen minder muziekles en gaan minder vaak een dagje uit. Op pagina 19 van deze gids vindt u de informatie die u hier misschien bij kan helpen.

Het is belangrijk om hulp te zoeken en in contact te blijven! Neem contact op met het gebiedsteam om samen een oplossing te vinden.



Geldstress wat doet het met u?

Als u uw rekeningen niet meer kunt betalen, dan geeft dat waarschijnlijk geldstress. Daar kunt u 's nachts wakker van liggen. Of u merkt dat u ineens meer dingen vergeet dan anders. Het wordt ook moeilijker om vooruit te denken.

Schaamte, eenzaamheid en depressieve gevoelens kunnen een gevolg zijn van langdurig leven met weinig geld of het hebben van schulden.

Stress verlagen

Het is belangrijk om stress te verlagen, want door stress nemen we niet altijd de juiste (financiële) beslissingen. Als u geen rust en ruimte in uw hoofd heeft, doet u bijvoorbeeld vaker een (niet noodzakelijke) impulsaankoop.

Deel uw zorgen

Stresst u over geld? Deel dan uw zorgen. Er zitten, net als u, veel meer mensen in hetzelfde schuitje. Wees open over uw zorgen en deel ze met mensen in uw omgeving die u dierbaar zijn.

- GEMEENTELIJKE REGELINGEN
- TOESLAGEN EN BELASTINGTERUGGAVE
- PASSENDE ZORGVERZEKERING
- LAGERE ENERGIEREKENING
- HUURBEVRIEZING

DAT GELDT VOOR MIJ

"Ik wist niet dat ik daar recht op had!"

CHECK WAT VOOR JOU GELDT EN VRAAG EEN GRATIS ADVIESGESPREK AAN OP

DATGELDTVOORMIJ.NL

GEMEENTE NOORD EAST FRYSLÂN

Ben jij of word jij binnenkort 18?



Dan moet je veel dingen zelf regelen.

Kwikstart vertelt je precies welke dingen jij moet regelen en geeft je alle landelijke en lokale informatie die jij nodig hebt!

Download de app of check www.kwikstart.nl

Google Play App Store

KWIKSTART IS EEN INITIATIEF VAN STICHTING KINDERPERSPECTIEF



GEMEENTELIJKE REGELINGEN

De gemeente heeft aanvullende regelingen voor mensen met een laag inkomen. Op de volgende pagina's vindt u van elke regeling een korte omschrijving. Als u vragen heeft over deze regelingen neem gerust contact op met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 1 of info@noardeast-fryslan.nl.

Collectieve ziektekosten-verzekering AV-Frieso

Een goede zorgverzekering is belangrijk. In samenwerking met de Friesland Zorgverzekeraar biedt de gemeente twee collectieve zorgverzekeringen aan voor inwoners met een inkomen onder de 120% van de bijstandsnorm. U bent hierdoor beter verzekerd voor minder geld. Het gaat hierbij om de volgende verzekeringen:

- AV-Frieso Compleet
- Alles Verzorgd Polis in combinatie met de AV Budget en AV Tand Standaard

Advies

Verwacht u volgend jaar gemiddeld tot veel zorgkosten, dan past de AV-Frieso Compleet hier het beste bij. Anders is het andere pakket voor u de betere keus.

Op www.gezondverzekerd.nl vindt u alle informatie over beide verzekeringen. U ziet wat u betaalt en u kan gebruik maken van een handige keuzehulp.

Let op! U krijgt geen bijzondere bijstand voor kosten die door een zorgverzekering vergoed worden. Het is daarom belangrijk dat u een pakket kiest dat past bij de verwachte zorgbehoefte. Wordt u ziek tijdens het verzekeringsjaar en kunt u daarom geen passende verzekering afsluiten, dan kunt u mogelijk wel bijzondere bijstand krijgen. U moet het jaar daarop dan wel een passende verzekering afsluiten.

Hoe vraag ik de AV Frieso aan?

Kijk op de website van de gemeente als u meer informatie wilt over de voorwaarden of een aanvraag wilt doen. U kunt ook bellen met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 1.

www.noardeast-fryslan.nl **zorgverzekering** Zoeken

TIP!

- Met behulp van 'De Voorzieningenwijzer' kunnen we samen met u kijken of uw huidige zorgverzekering nog wel bij u past. U leest hier meer over op pagina 11 van deze geldgids.
- Voor kinderen tot 18 jaar is een bezoek aan de tandarts gratis.

Bijzondere Bijstand

Staat u onverwacht voor kosten en heeft u daarvoor geen geld opzij kunnen zetten? Als u deze kosten niet zelf kunt betalen en nergens anders (volledig) vergoed krijgt, kunt u misschien bijzondere bijstand van de gemeente krijgen. Denk bijvoorbeeld aan de eigen bijdrage voor advocaatkosten of reiskosten voor uw minderjarige schoolgaande kinderen. Ook woonkostentoeslag is een vorm van bijzondere bijstand. U krijgt alleen woonkostentoeslag als u plotseling minder geld heeft en u daardoor de lasten niet meer kunt betalen.

Let op! Bijzondere bijstand is niet bedoeld voor gewone kosten zoals boodschappen of de eigen bijdrage/risico ziektekosten. U kunt ook geen kosten vergoed krijgen die ergens anders ook vergoed worden.

Hoe vraag ik bijzondere bijstand aan?

Kijk op de website van de gemeente als u meer informatie wilt over de voorwaarden of een aanvraag wilt doen. U kunt ook bellen met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 1.

www.noardeast-fryslan.nl **bijzondere bijstand** Zoeken



Individuele inkomens-toeslag

Leeft u drie jaar of langer van een laag inkomen? Dan kunt u misschien individuele inkomenstoeslag krijgen van de gemeente. Dit is geld van de gemeente dat u overal voor kunt gebruiken. Bijvoorbeeld om rekeningen te betalen of een nieuwe koelkast of wasmachine van te kopen. Het geld is een 'extraatje'. Het wordt dus niet gezien als inkomen en wordt niet van uw uitkering afgetrokken.

Kijk op de website van de gemeente als u meer informatie wilt over de voorwaarden of een aanvraag wilt doen. U kunt ook bellen met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 1.

www.noardeast-fryslan.nl **inkomenstoeslag** Zoeken



Studie-toeslag

Veel studenten en scholieren hebben een bijbaan om naast de studie wat extra's bij te verdienen. Dit is vaak ook nodig om alle kosten te kunnen betalen. Wanneer je te maken hebt met langdurige ziekte of een beperking (fysiek en/of psychisch), dan is het vaak lastig om een opleiding te combineren met werk.

Geldt dit ook voor jou? Dan heb je mogelijk recht op studietoeslag voor een extra (financieel) steuntje in de rug.

Hoe vraag ik deze studietoeslag aan?

Kijk op de website van je gemeente als je meer informatie wilt over de voorwaarden of een aanvraag wilt doen. U kunt ook bellen met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 1.

www.noardeast-fryslan.nl **studietoeslag** Zoeken

Regelingen voor kinderen

Wil uw kind sporten of op muziekles? Moet uw kind op zwemles of heeft uw kind schoolspullen nodig? Maar kunt u die niet betalen? U kunt misschien een vergoeding krijgen van het Jeugdfonds Sport & Cultuur of Stichting Leergeld.

Hoe aanvragen?
Ga naar de website van **www.samenvoorallekinderen.nl**
U kunt verschillende vergoedingen tegelijk aanvragen voor alle kinderen binnen het gezin. Sam& zorgt ervoor dat uw aanvraag bij de juiste organisatie terecht komt.

Let op! Voor kinderen tussen de 0 en 4 jaar kunt u een vergoeding aanvragen vanuit de Lauwersregeling (zie pagina 21).

Sam&
voor alle kinderen

Leergeld · Jeugdfonds Sport & Cultuur · Jarige Job · Kinderhulp



TIP!

- Bij de bibliotheek kan uw kind gratis boeken lenen (en vaak ook tijdschriften, cd's en dvd's). Tot 18 jaar is dit gratis!
- Stichting Heppie voor kinderen (zie fondsen op pagina 26)

Volwassenen-fonds Sport & Cultuur

Wilt u graag sporten? Bijvoorbeeld voetballen, fitnessen of volleyballen? Of wilt u op muziek- of schilderles? Maar lukt het niet om het lesgeld of contributie te betalen door een laag inkomen? Dan kan het Volwassenenfonds Sport & Cultuur u misschien helpen.

Aanvragen

U kunt een aanvraag doen via een intermediair. Dit zijn medewerkers van: Sport Fryslân, Yfke of Humanitas. Hij of zij kent de spelregels en weet of iemand in aanmerking komt. Zelf een aanvraag doen kan niet. Intermediairs zijn te vinden via:
www.volwassenenfonds.nl/noardeast-fryslan

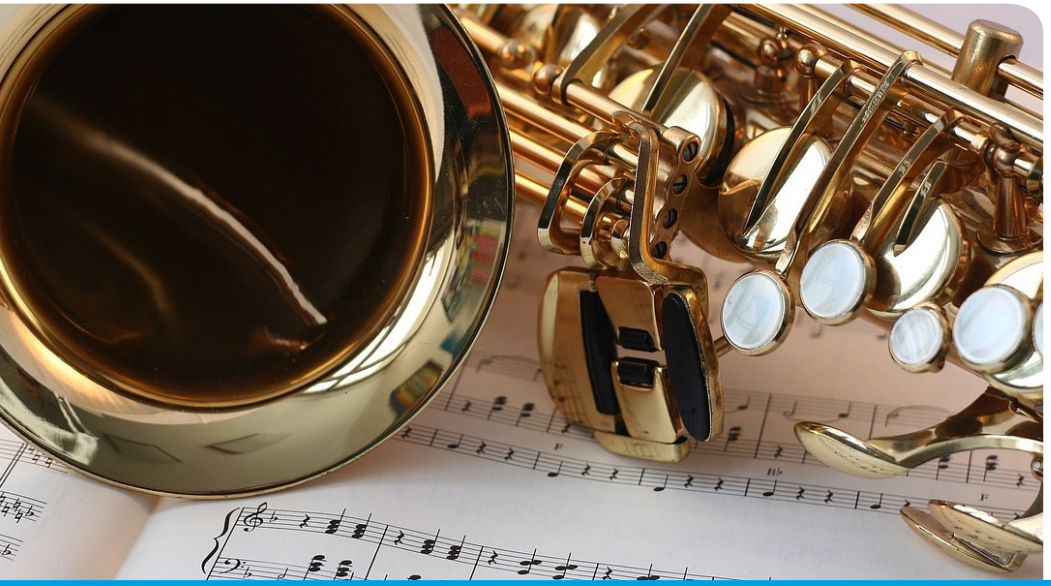
Wat is het bedrag?

Het Volwassenenfonds Sport & Cultuur bepaalt het bedrag dat u kunt krijgen. Ze kijken daarbij naar de hoogte van het lesgeld. Ook kijken ze naar de dingen die u eventueel moet kopen, zoals kleding, schoenen of bijvoorbeeld een instrument. Als uw aanvraag is goedgekeurd, betaalt het fonds het lesgeld of de contributie van uw keuze.

Meer weten?

Ga naar de website van het Volwassenenfonds Sport & Cultuur:
www.volwassenenfonds.nl of neem contact op met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 1.

www.noardeast-fryslan.nl **volwassenenfonds** Zoeken



Lauwers-regeling

Wilt u eens een dagje weg? Bijvoorbeeld naar het zwembad of een museum? Of wilt u meedoen aan een culturele workshop of voorstelling? Maar kunt u dit niet betalen? Vraag dan de Lauwersregeling aan.

Wat is het?

De Lauwersregeling is voor kinderen van 0 tot 4 jaar en voor volwassenen vanaf 18 jaar. De Lauwersregeling kunt u gebruiken voor leuke activiteiten of praktische zaken. Denk bijvoorbeeld aan:

- Abonnement bibliotheek
- Extra schoolkosten (b.v. het sinterklaasfeest, verjaardag meester/juf)
- Zwembadbezoek (inclusief zwemlessen)
- Muzieklessen
- Museumbezoek
- Een voorstelling

Let op! Voor de kosten van uw kinderen van 4 tot 18 jaar kunt u een beroep doen op het Sam& (voorheen Kindpakket), zie pagina 19 van deze gids.

Wanneer kom ik in aanmerking?

U kunt de Lauwersregeling aanvragen als uw inkomen per maand lager is dan 110% van de bijstandsnorm die voor u geldt. U vindt deze bedragen op het aanvraagformulier en op het inlegvel in deze gids. In bijzondere situaties kan een andere norm van toepassing zijn, bijvoorbeeld als er iemand bij u inwoont.

Hoe vraag ik de Lauwersregeling aan?

U vindt het online aanvraagformulier op de website van de gemeente. De Lauwersregeling moet u aanvragen voor 30 november van het lopende jaar.

www.noardeast-fryslan.nl **lauwersregeling** Zoeken

Menstruatie-producten uitgifte-punten (MUP)

Uit onderzoek blijkt dat 1 op de 10 meisjes en vrouwen in Nederland soms geen geld heeft voor menstruatieproducten. Voor deze inwoners stelt de gemeente gratis menstruatieproducten beschikbaar via lokale hulporganisaties en andere laagdrempelige locaties.

Er zijn diverse uitgiftepunten in de gemeente waar inwoners die dat nodig hebben menstruatieproducten kunnen pakken. Bijvoorbeeld bij de bibliotheken in Dokkum, Kollum en Hallum. Kijk op de website van de gemeente voor een actueel overzicht.

www.noardeast-fryslan.nl **mup** Zoeken

Vergoeding identiteits-bewijs

Heeft u een inkomen dat lager is dan 110% van de voor u geldende netto bijstandsnorm? Dan komt u mogelijk in aanmerking voor een vergoeding in de aanschaf van een ID-bewijs. De vergoeding is maximaal € 30,- en is nooit meer dan de werkelijke prijs. Kijk voor de bedragen op het inlegvel in deze gids of op de website.

Hoe vraag ik een vergoeding aan?

U vindt het online aanvraagformulier op de website van de gemeente, onder Lauwersregeling.

www.noordeast-fryslan.nl **lauwersregeling** Zoeken

Kwijtschelding van de gemeentelijke belastingen

Als u een laag inkomen heeft, kunt u in aanmerking komen voor kwijtschelding van de gemeentelijke belastingen. U hoeft de belasting dan niet of niet volledig te betalen. De gemeente maakt gebruik van de ruimst mogelijke kwijtscheldingsregels en houdt rekening met uw inkomen, uitgaven en bezittingen.

Het gaat om onderstaande belastingsoorten:

- Afvalstoffenheffing (exclusief extra containers)
- Rioolheffing
- Onroerende zaakbelasting (OZB)
- Belasting roerende woon- en bedrijfsruimten

Voor de andere belastingen kunt u geen kwijtschelding aanvragen.

Voordat u gaat aanvragen

Voordat u een verzoek om kwijtschelding indient, kijk dan u eerst op de website van de gemeente voor alle voorwaarden. U kunt ook bellen met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 3.

www.noordeast-fryslan.nl **kwijtschelding** Zoeken

TIP!

U kunt het beste zo snel mogelijk nadat u de aanslag gemeentelijke belastingen heeft gekregen, kwijtschelding aanvragen. Wacht u te lang, dan komen er invorderingskosten bij.

Hulp bij het aanvragen van toeslagen

Tegenwoordig kunt u van alles regelen via internet. Ook contact met de overheid gaat steeds vaker digitaal. Veel mensen vinden dit lastig. Kunt u wel wat hulp gebruiken of kent u iemand die hulp nodig heeft? Ga eens naar de Bibliotheek. Zij denken met u mee en geven u informatie zodat u verder kunt.

Informatiepunt Digitale Overheid

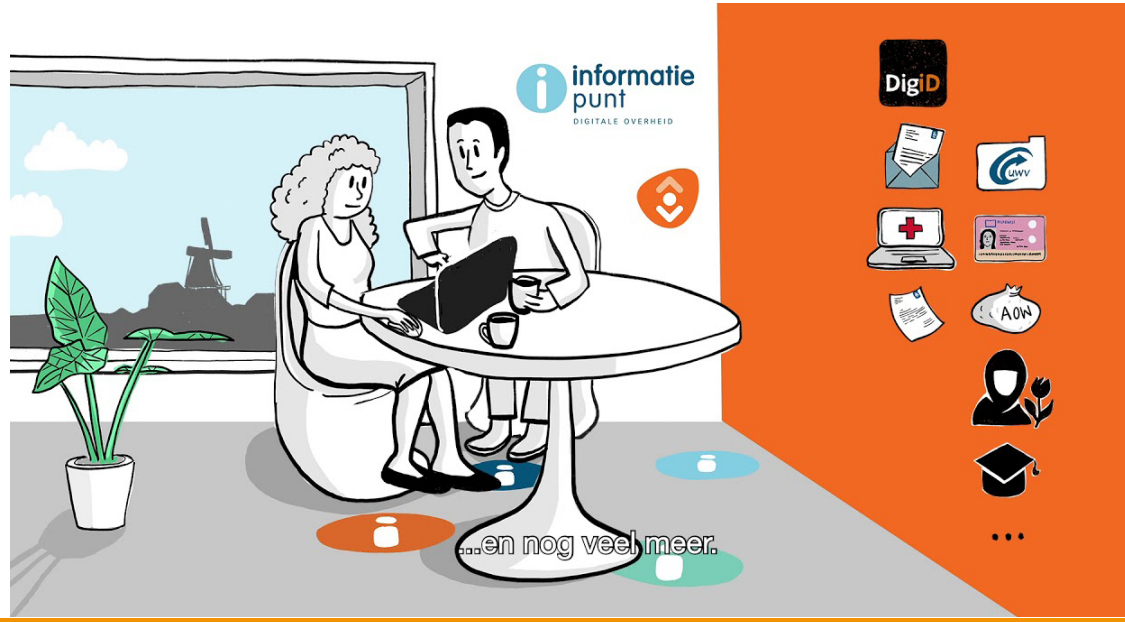
Steeds meer dingen kunt u via internet regelen met de overheid, zoals:

- Belastingen en toeslagen
- Zorg regelen
- Werk zoeken
- Rijbewijs verlengen
- AOW aanvragen
- Verkeersboetes betalen

En nog veel meer. U heeft daarvoor een DigiD nodig en moet met een computer kunnen omgaan. Veel mensen vinden dit lastig. We laten u in de bibliotheek graag zien waar u de informatie kunt vinden en hoe het werkt. Dat is gratis, ook als u geen lid bent van de Bibliotheek!

De Bibliotheek organiseert ook cursussen en spreekuren voor het leren omgaan met computers en telefoons (zie pagina 5 van deze gids).

Bibliotheken Noord Fryslân, locaties in o.a. Dokkum, Hallum en Kollum.
Telefoon : 088 1656 123
E-mail : info@bnfrl.nl
Website : www.ontdekdebieb.nl



LANDELIJKE REGELINGEN

De Belastingdienst en de Sociale Verzekeringsbank (SVB) hebben een aantal regelingen waar u misschien gebruik van kunt maken. Hieronder zijn er een paar omschreven. Als u vragen heeft over deze regelingen neem gerust contact op met de gemeente via tel. (0519) 298 888, optie 1 of info@noardeast-fryslan.nl.

Regelingen via de belasting-dienst

Huurtoeslag

Als u een woning huurt, kunt u misschien huurtoeslag krijgen. Dit regelt de Belastingdienst. Voor het krijgen van huurtoeslag mag u niet te veel verdienen. Ook mag de huur niet te hoog of te laag zijn. Maak een proefberekening op www.belastingdienst.nl. U vult uw situatie in en ziet dan of en hoeveel toeslag u krijgt. Daarna kunt u de toeslag meteen aanvragen.

Zorgtoeslag

Iedereen die in Nederland woont en 18 jaar of ouder is, moet een ziektekostenverzekering hebben. Een zorgverzekering is niet goedkoop. Daarom is er zorgtoeslag: een bijdrage van de overheid om de zorgverzekering betaalbaar te houden. Om zorgtoeslag te krijgen moet u in ieder geval een Nederlandse zorgverzekering hebben. Ook mag u niet te veel verdienen en mag uw vermogen niet te hoog zijn.

Alle voorwaarden vindt u op **www.belastingdienst.nl**. Voldoet u aan de voorwaarden dan kunt u meteen aanvragen.

Kindgebonden budget

Het kindgebonden budget is een maandelijkse bijdrage boven op de kinderbijslag voor gezinnen. Het is met name bedoeld voor gezinnen met lagere en middeninkomens.

Het gaat om een bijdrage in de kosten voor uw kinderen tot 18 jaar. Deze wordt meestal automatisch verleend. Hoe hoog de toeslag is, hangt af van uw inkomen, hoeveel kinderen u heeft en hun leeftijd.

Is uw vermogen te hoog? Dan krijgt u geen kindgebonden budget. Lees op **www.belastingdienst.nl** wat de voorwaarden zijn.

TIP!

Geef veranderingen op tijd door aan de belastingdienst. Zo voorkomt u dat u geld terug moet betalen!

TIP!

Wilt u weten op welke tegemoet-komingen u recht heeft? Kijk op **berekenuwrecht.nl**

Kinderopvangtoeslag

Gaan uw kinderen naar de kinderopvang? U kunt misschien kinderopvangtoeslag krijgen. Dit is een bijdrage in de kosten van kinderopvang. Hoeveel u precies krijgt, hangt af van uw inkomen, hoeveel kinderen u heeft en wat voor soort opvang u kiest. Er is ook een maximum uurtarief voor de opvang. Lees de voorwaarden en vraag de kinderopvangtoeslag aan via **www.belastingdienst.nl**.

Aftrek specifieke zorgkosten

Als u zorgkosten heeft, mag u bepaalde kosten aftrekken van de belasting. Dit zijn de specifieke zorgkosten. Denk aan kosten voor medicijnen of hulpmiddelen, zoals dokter of tandarts, een dieet of reiskosten voor ziekenbezoek. U moet aan bepaalde voorwaarden voldoen om zorgkosten te mogen aftrekken. U mag soms ook kosten aftrekken die u voor anderen maakt. Een aantal tegemoetkomingen hoeft u niet van het aftrekbare bedrag af te halen.

Alle voorwaarden en een overzicht van alle zorgkosten vindt u op **www.belastingdienst.nl.**

Regelingen via de Sociale Verzekerings-bank (SVB)

De Sociale Verzekeringsbank (SVB) betaalt de AOW, de kinderbijslag en een aantal andere regelingen.

Algemene Ouderdomswet (AOW)

Heeft u geen volledige AOW? Of heeft u helemaal geen AOW? Dan kunt u misschien een AIO-aanvulling krijgen. De AIO-aanvulling vult uw inkomen aan tot het sociaal minimum.

Kijk voor meer informatie op: **www.svb.nl/aio** of u kunt informatie opvragen bij de SVB, via tel. 050 316 90 85.

Kinderbijslag

Met de kinderbijslag betaalt de overheid mee aan de kosten die horen bij de opvoeding van een kind. Woont of werkt u in Nederland en heeft u kinderen jonger dan 18 jaar? Dan krijgt u waarschijnlijk kinderbijslag. U krijgt de kinderbijslag van de SVB.

Kijk voor alle regelingen op **www.svb.nl**

WAAR KUNT U NOG MEER TERECHT?

Fondsen

Stichting Heppie voor kinderen

Er zijn veel kinderen in Nederland die er om verschillende redenen niet met vakantie kunnen. Omdat er geen geld voor is, of omdat ze een stoornis of achterstand hebben waardoor extra begeleiding bij het spelen nodig is. Heppie Vakanties & Weekenden is er speciaal voor kinderen van 6 t/m 18 jaar. Ook zijn er begeleide gezinsvakanties.

Website : www.heppievakanties.nl
Mail : info@heppie.nl
Tel. : 085 065 3442



SUN Friesland

SUN geeft financiële hulp aan mensen die dat dringend nodig hebben. SUN helpt alleen als er geen of onvoldoende gebruik gemaakt kan worden van andere regelingen. *U kunt niet zelf een aanvraag doen, dit kan alleen via een hulpverlener (o.a. huisarts, gemeente, wijkteam, school).*

Website : www.sunfriesland.nl

Oranjefonds

Sociale initiatieven die aansluiten op ons werkterrein kunnen bij ons geld aanvragen. We werken vanuit vier pijlers: Betrokken Samenleving, Zorgen voor Elkaar, Gelijke Kansen en Kennis, Impact & Innovatie.

Opereert jouw sociale initiatief op één van deze werkterreinen en willen jullie een aanvraag doen? Kijk op www.oranjefonds.nl/richtlijnen-en-voorwaarden. Heb je daarna toch nog vragen? Neem dan gerust contact op met een van onze Programma Adviseurs via 030 656 45 24.

Hulp en onder-steuning

Kerken

De kerken zetten zich vaak in voor mensen die in nood zijn. De diaconieën bij de protestantse kerk en de vrijwilligers bij de Rooms-katholieke kerk, doen veel om mensen (in psychosociale of financiële nood) te ondersteunen. Ook worden er uitjes, bezoek en ontmoetingen georganiseerd voor mensen die eenzaam zijn. Vanuit de PKN in Kollum is met Solidair Fryslân samenwerking met meerdere kerken in de regio.

Een financiële, materiële hulpvraag binnen de kerkelijke gemeente PKN Kollum wordt behandeld door de diakenen met als speciale zorgtaak 'Stille Hulp'. Er wordt rekening gehouden met uw privacy. Mocht u hulp nodig hebben dan kunt u uw hulpvraag met uw naam en (adres) gegevens mailen naar stillehulp@pknkollum.nl

Welzijnsorganisatie 'Wij zijn Yfke'

Welzijnsorganisatie Yfke (voorheen Het Bolwerk en Timpaan) zorgt voor verbinding tussen mensen. Zij versterken de leefbaarheid en sociale samenhang in de wijken en dorpen. U kunt bij hen terecht voor:

- Jongerenwerk
- Steunpunt Mantelzorg
- Steunpunt Vrijwilligerswerk
- Burenhulpdienst in dorp en wijk
- Formulierenbrigade
- Maatjesprojecten voor dagbesteding en tegen eenzaamheid
- Netwerkcoach
- Taalvaardigheid verbeteren ook digitaal
- Armoede en uitsluiting verminderen
- Buurtbemiddeling

Welzijnsorganisatie Yfke
Tel. : (0519) 29 22 23 (ma t/m vrij: 9.00-12.00 uur)
Mail : info@wijzijnyfke.nl
Website : wijzijnyfke.nl
Adres : Birdaarderstraatweg 70 (in de Sionsberg)
9101 DC Dokkum

Hulp en onder-steuning

Stjoer
Stjoer is een organisatie die mensen met en psychische/sociale kwetsbaarheid wil laten meedoen in onze samenleving. U kunt vrijwilligerswerk doen en activiteiten ondernemen.
Stjoer werkt mee aan de buurtkamers en heeft maatjesprojecten.
Adres : Tesselschadestraat 8A, 8913 HB Leeuwarden
Tel. : 058 – 284 90 20
E-mail : info@stjoer.frl
Website : www.stjoer.frl

Armoedeplatform 'Voor Elkaar'
Het Platform 'Voor elkaar' wil veranderingen in gang zetten voor mensen met een laag inkomen. Ervaringsdeskundigen werken samen met organisaties en gemeente om zo tot oplossingen te komen. Wilt u meer weten over het platform? Neem dan contact op met welzijnsorganisatie Yfke.
Tel. : (0519) 29 22 23 (ma t/m vrij: 9.00-12.00 uur)
Mail : info@platformvoorelkaar.nl
Website : www.platformvoorelkaar.nl

Friese Rechtshulp (gratis juridisch advies)
De Friese rechtshulp organiseert op verschillende plaatsen spreekuren waar u terecht kunt voor gratis juridisch advies.
Op de vrijdagmiddag is er inloopspreekuur in de bibliotheek.
Adres : Brokmui 62, 9101 EZ Dokkum
Tel : 058 870 00 55
Mail : info@frieserechtshulp.nl
Website : www.frieserechtshulp.nl

Vluchtelingenwerk
Vluchtelingenwerk Noord Nederland is een organisatie die zich inzet voor vluchtelingen, asielzoekers, nieuwkomers en oudkomers. Als u als vluchteling nieuw bent in de gemeente, dan kan Vluchtelingenwerk u helpen bij dingen die u moet regelen.

Locatie Dokkum
Betterwird 34
9101 PB Dokkum
T (0519) 29 73 73

Website : www.vluchtelingenwerk.nl

Voedselbanken
Voedselbanken verstrekken tijdelijk gratis voedsel aan mensen die dat niet of nauwelijks zelf kunnen betalen.

Voedselbank Dokkum
Adres : Learmûne 1, 9102 ED Dokkum
Tel. : 06-31 09 17 22 (alleen voor urgente zaken)
E-Mail : secretariaatvbd@gmail.com
Website : www.voedselbankdokkum.nl

Voedselbank Kollum
Adres : Singelweg 5, 9291 ML Kollum
Tel. : 06-58 99 06 52.
E-mail : info@voedselbankkollumerland.nl
Website : www.voedselbankkollumerland.nl



Ontmoeten

De Buurtkamers

De Buurtkamer is een ontmoetingsplek voor iedereen. Er zijn een aantal vaste activiteiten, denk aan samen eten, wandelen en het Repair Café. Daarnaast wordt er op basis van behoeftes gekeken welke activiteiten er nog meer georganiseerd kunnen worden. Deelname aan activiteiten is vrijblijvend en meestal gratis. Website: **www.debuurtkamer.com**

Buurtkamer Dokkum
Oranjewal 28 (Bolwerk Noord), 9101 JV Dokkum

Buurtkamer Kollum
Voorstraat 122, 9291 CN Kollum

Buurtkamer Holwert
De Morgenzon 7 (MFA 'de Ynset'), 9151 KM Holwert

Bij Bosshardt Dokkum (Leger des Heils)
Oostersingel 15, 9101 KL Dokkum
Tel.: 06-29795966, e-mail: jolanda.heeringa@legerdesheils.nl

Wils huiskamer
Birdaarderstraatweg 68 Dokkum (gebouw de Waadwente)
Website: www.ikbenwil.nl/projecten/wils-huiskamer
E-mail: coordinator@ikbenwil.nl

Repair café

Iedere 3e woensdagmiddag tijdens de Buurtkamer is het Repair Café bij kringloopwinkel Raderwerk in Kollum. U kunt samen ka-potte spullen repareren, mensen ontmoeten en deskundig advies krijgen over een reparatie. www.debuurtkamer.com
Adres : Voorstraat 122, Kollum
Tel. : 0511-700204
Mail : ontmoetingspleksplekkollum@werkpro.nl

'De Ontmoeting' van Raderwerk Kollum

De Ontmoeting is een gezellige ingerichte plek in de kringloop van Kollum waar mensen van alle leeftijden elkaar kunnen ontmoeten. Dit kan door het drinken van een kopje koffie of thee met iets lekkers of door deel te nemen aan een van de vele activiteiten die Raderwerk Kollum aanbiedt. www.raderwerk.nl/kollum
Adres : Voorstraat 122, 9291 CN Kollum
Tel. : (0511) 70 02 04
Mail : ontmoetingsplekkollum@werkpro.nl

Het Lichtpunt, Kollumerzwaag

In het Lichtpunt kunnen mensen terecht voor ontmoeting, vrijwilligerswerk en dagbesteding. Het Lichtpunt werkt vanuit christelijke waarden.
Adres : Foarwei 111, 9298 JE Kollumerzwaag
Tel. : (0511) 44 15 42
E-mail : opvangboerderij@lichtpuntinfo.nl
Website : www.lichtpuntinfo.nl

Inloophuis Mind Up

Activiteitencentrum en inloophuis voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Hier kunt u terecht voor een kopje koffie, een spelletje of gewoon een gezellig praatje. Ook worden allerlei activiteiten georganiseerd.
Adres : Hogedijken 18-3, Dokkum
Tel. : (0519) 22 03 94
Website : www.mind-up.nl



Kringloop winkels



Kringloopwinkel Raderwerk te Kollum
Voorstraat 122, 9291 CN Kollum

Tel. : (0511) 700 204
Website : www.raderwerk.nl

Kringloop Lichtpuntloods
Harm Smidswei 4, 9104 ER Kollumerzwaag

Tel. : (0511) 44 12 12
Mail : administratie@lichtpuntloods.frl
Website : www.lichtpuntloods.frl

Kringloop 'De Wissel'
Betterwird 10, 9101 PB Dokkum

Tel. : (0519) 222 888
Mail : info@dewisseldokkum.nl
Website : www.dewisseldokkum.nl

Kringloopwinkel 'De Fûgelpits'
Rondweg-West 39, 9101 BE Dokkum

Tel. : (0519) 72 46 47
Mail : fugelpits@planet.nl
Website : www.fugelpits.nl

De Twadde Kâns
Op de Keppels 1, 9101 DG Dokkum

Tel. : 06 208 448 10
Website : zie facebookpagina @Kringlooptwaddekans

Afstand tot werk



Vrijwilligerswerk
Het kan veel voldoening geven om als vrijwilliger aan de slag te gaan. Bijvoorbeeld bij een maatjesproject, zorginstelling of buurtvereniging. Welzijnsorganisatie Yfke (voorheen het Bolwerk en Timpaan) heeft een vrijwilligerscentrale waar u zich kunt aanmelden. Er is een vacaturebank waar u kunt kijken of er een aantrekkelijke functie voor u tussen zit.

Yfke : (0519) 29 22 23, www.yfkesvrijwilligerscentrale.nl

Kringloopwinkel 'de Wissel' Dokkum
Bij De Wissel kunt u als vrijwilliger aan de slag. Dit is ook mogelijk voor mensen die behoefte hebben aan begeleiding.
Adres : Betterwird 10, 9101 PB Dokkum
Tel. : (0519) 222 888
E-mail : info@dewisseldokkum.nl
Website : www.dewisseldokkum.nl

Werk-/leerbedrijf Dokwurk
Helpt mensen in de regio met een afstand tot werk om deel te nemen binnen de arbeidsmarkt. De werkwijze is gericht op 'ontwikkeling door werk en werk door ontwikkeling', waarbij iedereen gelijk is; gewoon bijzonder én bijzonder gewoon! Er wordt altijd gekeken naar mogelijkheden.

Bij het re-integratiecentrum begeleiden we mensen die hulp kunnen gebruiken bij het vinden van werk. We werken samen met ondernemers uit de regio om mensen in beweging te krijgen, te ontwikkelen en weer mee te laten doen in de maatschappij. Twee routes worden aangeboden: activeren en re-integreren.

Tel. : (0519) 229 119
Mail : info@dokwurk.nl
Adres : **Dokwurk Kollum** Rijdstraat 2 **Dokwurk Dokkum** Hendoweg 26

Wurkstart
Wurkstart is een onafhankelijk buro in Noordoost-Friesland. We geven advies aan mensen die zich oriënteren op de arbeidsmarkt of op zoek zijn naar een nieuwe opleiding of baan. Een adviesgesprek en vervolgtraject is altijd gratis, onafhankelijk en op een locatie bij u in de buurt.

Adres : Hendoweg 26
Webiste : www.wurkstart.nl
Mail : info@wurkstart.nl

Belangrijke adressen

Belastingdienst
Website : www.belastingdienst.nl en www.toeslagen.nl
Belastingtelefoon : 088 - 0543 (gratis)
Bereikbaar van ma t/m do van 8.00- 20.00 uur
en op vrijdag van 8.00-17.00 uur.

Noordelijk belastingkantoor
Bezoekadres : Rozenburglaan 15, 9727 DL Groningen
Postadres : Postbus 88, 9700 AB Groningen
Geopend op werkdagen van 8.00-17.00 uur.
Telefoon : (0900) 49 38 837 (lokaal tarief)
Website : www.noordelijkbelastingkantoor.nl

SVB (Sociale Verzekeringsbank)
Regelt o.a. AOW, kinderbijslag en Persoons Gebonden Budget
Bezoekadres : Cascadeplein 5, Groningen
Postadres : Postbus 576, 9700 AN Groningen
Telefoon : 050 - 316 90 00
Bereikbaar ma t/m vrij van 08.00-17.00 uur
Website : www.svb.nl

Het CAK (Centraal administratiekantoor)
Regelt de eigen bijdragen in de zorg
Postadres : Antwoordnummer 1608, 2509 VB Den Haag
Telefoon : 0800 - 1925 (gratis).
Bereikbaar ma t/m vrij van 8.00 - 18.00 uur.
Website : www.hetcak.nl

DUO (Dienst Uitvoering Onderwijs)
Regelt studiefinanciering
Bezoekadres : Kempkensberg 12, Groningen
Postadres : Postbus 50103, 9702 GC Groningen
Klantenservice : 050 - 599 77 55
Bereikbaar op werkdagen van 09.00-17.00 uur
Website : www.duo.nl

Belangrijke adressen

Gemeente Noardeast-Fryslân
Postbus 1 (postadres)
9100 AA Dokkum
E-mail : info@noardeast-fryslan.nl
Internet : www.noardeast-fryslan.nl
Tel. : (0519) 29 88 88
Ma t/m Do: 08.30 - 16.30 uur
Vrijdag: 08.30 - 12.00 uur

Bezoekadres
Koningstraat 13
9101 LP Dokkum



Handige websites

Werk zoeken	www.werk.nl
Geldplannen	www.startpuntgeldzaken/ noardeast-fryslan
NIBUD: onafhankelijke stichting die informeert en adviseert over financiën van huishoudens.	www.nibud.nl
Op welke tegemoetkomingen heeft u recht?	www.berekenuwrecht.nl
Beginnende schulden? Met een goed plan kunt u eruit komen. Hier kun je een realistisch aflos-plan maken.	www.zelfjeschuldenregelen.nl
Geldfit.nl helpt om financieel fit te worden of te blijven. Op de website kunt u een anonieme test doen. U ontvangt binnen 2 minuten een advies.	www.geldfit.nl
Hoe leer je je kind omgaan met geld? Bereid je kinderen voor op financiële zelfstandigheid zodat ze zelf leren hoe ze met geld om moeten gaan, want op is op.	www.wijzeringeldzaken.nl
Sam& is er voor ouders van alle kinderen van 0 - 21 jaar die opgroeien in gezinnen die minder te besteden hebben.	www.samenvoorallekinderen.nl
Koken voor minder geld	www.budgetkoken.be www.eurokoken.nl
100+ tips en artikelen over geld besparen	www.bespaarinfo.nl
Overzichtspagina met bezuinigingswebsites	consuminderen.startpagina.nl
Het Juridisch Loket geeft gratis juridisch advies. Op de website staat informatie, tips en voor-beeldbrieven.	www.juridischloket.nl
Welzijnsorganisatie	wijzijnyfke.nl

Notities



Voor iedereen met vragen
over geldzaken en regelingen.

GEMEENTE
NOARD
EAST FRYS
LÂN