



**Er is meer mogelijk dan je denkt!**

# **REGELINGEN- WIJZER 2026**

**Wij wijzen je de weg**



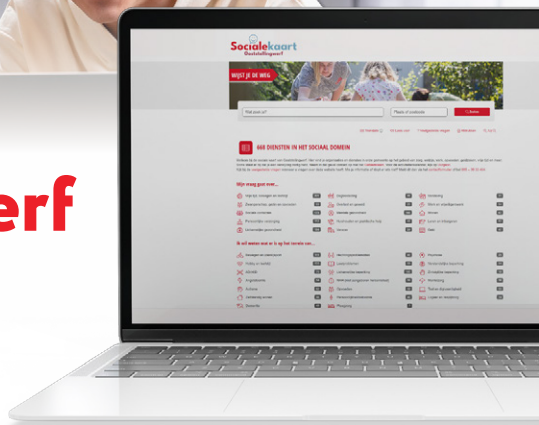
**gemeente**

**ooststellingwerf**

# Sociale kaart Ooststellingwerf wijst je de weg

Heb je een vraag over de opvoeding van je kind? Is je vader aan het dementeren? Wil je meer bewegen of iets nieuws leren? Wil je weten waar je hulp kan krijgen als je gaat scheiden? Of wil je gewoon weten welke verenigingen er allemaal zijn in jouw dorp?

[socialekaartooststellingwerf.nl](https://socialekaartooststellingwerf.nl) wijst je de weg naar diensten, organisaties en hulp op het gebied van zorg, welzijn, werk, opvoeden, geldzaken of vrije tijd.



## Je kan organisaties en diensten vinden voor bijvoorbeeld:



Sociale contacten en gezelligheid



Vervoer



Steun bij geldzorgen



Vrije tijd en bewegen



Leven met een beperking



Gezin en opvoeden

Je staat er niet alleen voor. Kijk op:

[socialekaartooststellingwerf.nl](https://socialekaartooststellingwerf.nl)



gemeente

ooststellingwerf

# REGELINGENWIJZER 2026

## ER IS MEER MOGELIJK DAN JE DENKT!

Iedereen heeft op een bepaald moment in zijn leven wel eens extra hulp of ondersteuning nodig. Dat kan verschillende oorzaken hebben. Misschien heeft u geldzorgen of moeite met de administratie. Of vindt u het lastig om een baan te vinden. Dan is het fijn als iemand u helpt en met u meedenkt.

U staat er niet alleen voor. Vaak is er meer mogelijk dan u denkt. Deze regelingenwijzer geeft u een overzicht van alle regelingen die er zijn in Ooststellingwerf. U vindt hierin informatie over wat verschillende organisaties in onze gemeente voor u kunnen betekenen.

Komt u er niet uit? Neem dan contact op met het Gebiedsteam. Het Gebiedsteam kent alle regelingen die er zijn en wijst u de weg. We denken in oplossingen en starten bij wat u belangrijk vindt. Samen met u – en als het kan met de mensen om u heen - vinden we een passende oplossing.

Wethouder Esther Verhagen  
Gemeente Ooststellingwerf



# INHOUDSOPGAVE

|                     |   |
|---------------------|---|
| Inleiding .....     | 3 |
| Adresgegevens ..... | 7 |

## Geld

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| 1 Bijzondere bijstand .....                              | 9  |
| 2 Individuele inkomenstoeslag ..                         | 10 |
| 3 Studietoelage .....                                    | 11 |
| 4 Kwijtschelding gemeentelijke belastingen .....         | 13 |
| 4a Kwijtschelding waterschapslasten .....                | 13 |
| 5 Premie voor het vinden van werk: uitstroompremie ..... | 14 |
| 6 Bijstand voor zelfstandige ondernemers .....           | 15 |
| 7 Budgetadviseur .....                                   | 17 |
| 8 Schuldhelpverlening .....                              | 18 |
| 9 Schuldhelpverlening voor ondernemers .....             | 18 |
| 10 Betaaldata PW, IOAW, IOAZ, BBZ .....                  | 19 |
| 12 Verandering in uw persoonlijke situatie .....         | 20 |
| 13 Toeslagen Belastingdienst ....                        | 21 |
| 14 Heffingskortingen .....                               | 22 |
| 15 Meer te besteden door De VoorzieningenWijzer .....    | 23 |
| 16 Onafhankelijke cliëntondersteuning .....              | 24 |

## Werk

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| 1 Hulp bij het zoeken naar werk. .                                 | 26 |
| 2 Begeleiding van een klant-manager bij het zoeken naar werk ..... | 26 |
| 3 Arbeidsverplichting .....                                        | 27 |
| 4 Tegenprestatie .....                                             | 28 |
| 5 Vrijwilligerswerk .....                                          | 29 |

## Gezondheid en zorg

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| 1 Méér zorgverzekering voor minder geld ..... | 31 |
| 2 Compensatie eigen risico ziektekosten ..... | 32 |



## Welzijn

- 1 Stimuleringslening langer thuis 34
- 2 Verzilverlening ..... 35
- 3 Elektrische duofiets ..... 36
- 4 Activiteiten en ontmoeten van  
anderen ..... 37

## Jeugd

- 1 Leerlingenvervoer ..... 39
- 2 Kleding- en schoenen-  
bonnenactie ..... 40
- 3 Sam& ..... 41

## Vrijwilligersorganisaties die u kunnen helpen & aanvullende informatie

- 1 Adviesraad Sociaal Domein ... 43
- 2 Bibliotheek ..... 44
- 3 Humanitas ..... 47
- 4 Leergeld Ooststellingwerf ..... 49
- 5 Jeugdfonds Sport & Cultuur  
Friesland ..... 50
- 6 Volwassenenfonds Sport & Cul-  
tuur ..... 51
- 7 Voedselbank Ooststellingwerf . 51
- 8 Stichting Scala ..... 52
- 9 Geldfit Ooststellingwerf ..... 59
- 10 Gratis advies energiecoach .... 59

# OP DE VOLGENDE TERREINEN KAN HET GEBIEDSTEAM U ONDERSTEUNEN:

## **Geld**

Voor al uw financiële vragen kunt u terecht bij het Gebiedsteam. Wij weten welke regelingen voor u gelden. Denk bijvoorbeeld aan een bijstands-uitkering, diverse individuele toeslagen en schuldhulpverlening. De budget-adviseur van het Gebiedsteam kan u advies en ondersteuning geven en kan hierbij hulp inzetten van vrijwilligers of de Kredietbank. Er wordt samen met u besproken waar u advies of ondersteuning bij wilt hebben en welke mogelijkheden u heeft. Samen werken we aan een oplossing. Heeft u wel inkomen, maar is het best moeilijk om de eindjes aan elkaar te knopen? Dan komt u misschien in aanmerking voor bijzondere bijstand.

## **Werk**

Wilt u bijvoorbeeld weten of u in aanmerking komt voor een uitkering? Of wat u moet doen om deze te behouden? Wellicht heeft u talloze sollicitatiepogingen gedaan, maar lukt het u maar niet om een baan te vinden? Onze mensen staan voor u klaar. Ook kunt u terecht bij Werkcentrum Fryslan.

## **Jeugd**

Er zijn veel regelingen voor kinderen. Denk aan leerlingenvervoer, de aanschaf van kleding, schoenen of schoolspullen en aan financiële

ondersteuning bij sport- of cultuuractiviteiten.

U kunt ook bij het Gebiedsteam terecht voor informatie over begeleiding of specialistische zorg. Bijvoorbeeld omdat uw kind een verstandelijke of lichamelijke beperking heeft of een psychiatrische aandoening.

## **Gezondheid en zorg**

Zelfstandig meekomen in de samenleving kan moeilijk worden wanneer u ouder wordt, langdurig ziek bent, of een (lichamelijke) beperking heeft. U kunt bij het Gebiedsteam terecht voor hulp en ondersteuning hierbij. Zo is er een collectieve zorgverzekering en komt u wellicht in aanmerking voor compensatie van het eigen risico.

## **Welzijn**

Slaapt u slecht vanwege zorgen over uw gezin, uw relatie of uw werk? Is er iets gebeurd en weet u niet goed hoe u hier mee om kunt gaan? Voelt u zich weleens eenzaam? Ook met deze vragen kunt u terecht bij het Gebiedsteam.

We wijzen u de weg naar de instanties die u hierbij gericht kunnen helpen. Daarnaast biedt de gemeente diverse financiële regelingen aan waarmee u zo lang mogelijk in uw huis kan blijven wonen.

# HET GEBIEDSTEAM IN HET GEMEENTEHUIS IN OOSTERWOLDE

## VRIJE INLOOP

Elke werkdag heeft het Gebiedsteam van 9.00 uur tot 13.00 uur een vrije inloop. U kunt dan zonder afspraak langskomen bij het Gebiedsteam als u vragen of zorgen heeft. Bijvoorbeeld over geld, opvoeden, zorg of iets anders.

## BEL, MAIL OF KOM LANGS

- (0516) 820 100
- [GBT@ooststellingwerf.nl](mailto:GBT@ooststellingwerf.nl)
- Vrije inloop op werkdagen van 9.00 tot 13.00 uur

### Gemeentehuis Oosterwolde

't Oost 11  
8431 LE Oosterwolde

**[WWW.OOSTSTELLINGWERF.NL/GEBIEDSTEAM](http://WWW.OOSTSTELLINGWERF.NL/GEBIEDSTEAM)**





# GELD

Heeft u een laag inkomen, bijstandsuitkering, minimumloon of alleen AOW? Dan kunt u wellicht gebruik maken van één van de volgende regelingen.

# 1 BIJZONDERE BIJSTAND

Door bijzondere omstandigheden kunt u in een situatie terecht komen waarin uw inkomen onvoldoende is om bepaalde noodzakelijke kosten te betalen. Kunt u geen beroep doen op daarvoor beschikbare regelingen of eigen middelen? Dan kan de gemeente u bijzondere bijstand geven. Dit kan bijvoorbeeld gaan om de kosten voor maaltijdvoorzieningen of reiskosten naar een polikliniek.

## Wat is individuele bijzondere bijstand?

Het is een vergoeding van de gemeente voor extra kosten die u vanwege bijzondere omstandigheden moet maken en die u niet zelf kunt betalen. Bijzondere bijstand kan deze kosten (gedeeltelijk) vergoeden. Die kosten moeten dan wel aan een aantal voorwaarden voldoen:

- Het zijn bijzondere kosten die u normaal gesproken niet maakt, maar door omstandigheden nu wel;
- Het zijn noodzakelijke kosten die u móet maken. Soms moet die noodzaak door een arts of andere deskundige zijn vastgesteld;
- Als de kosten ergens anders vergoed worden, dan dient u uw verzoek om vergoeding van de kosten daar in.

U moet altijd aantonen dat u de kosten maakt, anders kunt u er geen bijzondere bijstand voor krijgen. Vraag altijd bijzondere bijstand aan vóórdat u de kosten maakt. De gemeente kan anders niet meer beoordelen of de kosten echt noodzakelijk zijn.

## Hoe vraag ik bijzondere bijstand aan?

U vindt het aanvraagformulier bijzondere bijstand op de website [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder: **Bewoners & bezoekers > Geld > Bijzondere bijstand.**

U kunt het formulier downloaden, uitprinten en opsturen naar het gemeentehuis. Het is ook mogelijk om het formulier digitaal in te vullen (met behulp van uw DigiD) en digitaal op te sturen.

U kunt het formulier ook telefonisch opvragen, dan krijgt u het opgestuurd (☎ **(0516) 820 100**). U kunt het ook ophalen bij de publieksbalie van het gemeentehuis. Mocht dit voor u te ingewikkeld zijn, neem dan contact met ons op. We helpen u graag.

## 2 INDIVIDUELE INKOMENSTOESLAG

De individuele inkomenstoeslag is een bedrag (€ 420,-) dat de gemeente u één keer per jaar kan geven wanneer u al lange tijd weinig inkomsten hebt. U kunt het geld vrij besteden, bijvoorbeeld aan spullen die u met een minimum-inkomen soms moeilijk kunt betalen. Denk daarbij aan een nieuwe koelkast, wasmachine of televisie. Er gelden een paar voorwaarden om de toeslag te kunnen krijgen:

- U bent 21 jaar of ouder, maar niet ouder dan de AOW-leeftijd;
- Uw inkomen is de afgelopen drie jaar niet hoger geweest dan het voor u geldende bijstandsbedrag;
- U bezit niet méér eigen vermogen dan u voor de bijstand mag hebben;
- U ontving voor de afgelopen periode van twaalf maanden niet eerder een individuele inkomenstoeslag;
- U bent niet in staat om een hoger inkomen te krijgen door werk;
- Aan u is in de twaalf maanden voorafgaand aan de datum waarop u de individuele inkomenstoeslag aanvraagt geen maatregel opgelegd vanwege het niet nakomen van de arbeidsverplichtingen;
- U heeft geen recht op de individuele inkomenstoeslag als u onderwijs volgt met studiefinanciering (WSF of WTOS).

### Hoe vraag ik individuele inkomens- toeslag aan?

U kunt deze toeslag aanvragen met het aanvraagformulier bijzondere bijstand. U vindt het formulier op de website

 [ooststellingwerf.nl](https://www.ooststellingwerf.nl) onder:

**Bewoners & bezoekers > Geld**

**> Bijzondere bijstand.**

U kunt het formulier downloaden, uitprinten en opsturen naar het gemeentehuis. Het is ook mogelijk om het formulier digitaal in te vullen (met behulp van uw DigiD) en digitaal op te sturen.

U kunt het formulier ook telefonisch opvragen (  **(0516) 820 100**) of ophalen bij de publieksbalie van het gemeentehuis. Mocht dit voor u te ingewikkeld zijn, neem dan contact met ons op. We helpen u graag.



### 3 STUDIETOESLAG

Deze regeling is bedoeld om studenten met een medische beperking een financiële ondersteuning te geven.

Als u door een medische beperking niet in staat bent om naast de studie structureel inkomsten te verdienen, kunt u in aanmerking komen voor een studietoeslag als u studeert.

#### Voorwaarden

Om in aanmerking te komen voor een studietoeslag moet u:

- Recht hebben op studiefinanciering op grond van de WSF of de WTOS;
- Geen recht hebben op een Wajong-uitkering;
- Door een medische beperking tijdens de studie geen structurele inkomsten kunnen verdienen.

Voor het recht op een studietoeslag bestaat geen vermogensgrens. Ook staat inkomen in principe niet in de weg van het recht op studietoeslag. Denk bijvoorbeeld aan inkomsten uit een uitkering. Inkomen uit loondienst of zelfstandige kan wel van belang zijn. Niet zozeer vanwege dat inkomen, want de studietoeslag kent geen inkomstenkorting. Maar wel in verband met het oordeel of de student structureel niet in staat is om naast de studie inkomsten te verdienen. Door het inkomen uit arbeid of loondienst blijkt dat de student dit wel kan.

U kunt slechts 1 keer in aanmerking komen voor de studietoeslag. Als de studie wordt onderbroken of afgebroken, dan vervalt het recht op verdere toeslag. De toeslag kan niet met terugwerkende kracht (voorafgaand aan de datum van aanvraag) worden toegekend.

#### Bewijsstukken

Stuur een bewijs van inschrijving van de opleiding/studie mee, een bewijs van de WSF/WTOS en een bewijs waaruit blijkt dat u niet in staat bent tijdens de studie inkomsten te verkrijgen uit arbeid. Dit kan blijken uit een medische keuring, een verklaring van deelname aan het voortgezet speciaal onderwijs (VSO) of praktijk onderwijs (PRO) of een verklaring van opname in het doelgroepenregister (via het UWV).

#### Hoe hoog is de bijdrage?

De studietoeslag bedraagt voor een student van

- 21 jaar en ouder € 385,14;
- 20 jaar € 308,12;
- 19 jaar € 231,09;
- 18 jaar € 192,57;
- 17 jaar € 152,14;
- 16 jaar € 132,88 en bij
- 15 jaar € 115,55 netto per maand.

De individuele studietoeslag is een belaste uitkering. We betalen de toeslag elke maand uit. De normbedragen wijzigen per 1 juli 2026.

## 3 VERVOLG

### Hoe moet ik studietoeslag aanvragen?

De studietoeslag kan alleen op aanvraag worden verstrekt. U kunt deze toeslag aanvragen op  [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder: **Bewoners & bezoekers > Geld > Bijzondere bijstand**.

Hier vindt u het aanvraagformulier. U kunt het formulier downloaden, uitprinten en opsturen naar het gemeentehuis. Het is ook mogelijk om het formulier digitaal in te vullen (met behulp van uw DigiD) en digitaal op te sturen. U kunt het formulier ook telefonisch opvragen (☎ **(0516) 820 100**) of ophalen bij de publieksbalie van het gemeentehuis. We helpen u graag.



## 4 KWIJTSCHELDING

### GEMEENTELIJKE BELASTINGEN

Eind februari 2026 ontvangt u de aanslag gemeentelijke belastingen.

Gemeentelijke belastingen bestaan onder andere uit afvalstoffenheffing, rioolheffing, Onroerende Zaak Belasting (OZB) en containerledigingen. U kunt kwijtschelding van deze belastingen krijgen. Voor de container ledigingen geldt een maximum bedrag tot € 100,-. Het bedrag boven de € 100,- moet altijd betaald worden.

Over het algemeen krijgen personen met een inkomen rond het bijstandsniveau en weinig vermogen kwijtschelding.

#### Wat voor aanslag heeft u ontvangen?

1. U ontvangt een 0-aanslag. U heeft kwijtschelding gekregen en u hoeft niet te betalen.
2. U ontvangt een aanslag die u moet betalen. Denkt u in aanmerking te komen voor kwijtschelding? Dan kunt u een verzoek om kwijtschelding indienen.

#### Hoe vraag ik een kwijtschelding aan?

Kwijtschelding aanvragen kan zodra u de aanslag heeft ontvangen. Dien de

aanvraag zo snel mogelijk in. Hiermee voorkomt u extra invorderingskosten. U kunt online kwijtschelding aanvragen via de website van de gemeente. U heeft hiervoor DigiD nodig. U vindt het formulier op de website [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder **Bewoners & bezoekers > Wonen > Belastingen en Heffingen > Kwijtschelding**

Liever schriftelijk een formulier invullen? Haal deze op bij het gemeentehuis of vraag deze telefonisch aan via ☎ **14 0516**.

Dit formulier kunt u invullen en zonder postzegel in een envelop sturen naar: Gemeente Ooststellingwerf, Antwoordnummer 12, 8400 XC Oosterwolde.

Voor vragen kunt u ook mailen naar [invordering@owo-gemeenten.nl](mailto:invordering@owo-gemeenten.nl).

#### 4a Kwijtschelding waterschapslasten

Kwijtschelding van waterschapslasten moet u apart aanvragen bij het Noordelijk Belastingkantoor.

Kijk op [noordelijkbelastingkantoor.nl](https://noordelijkbelastingkantoor.nl) voor meer informatie.

## 5 PREMIE VOOR HET VINDEN VAN WERK: UITSTROOMPREMIE

Als u na minimaal 1 jaar bijstand een (vaste) baan hebt gevonden, heeft u misschien recht op een extra geldbedrag van maximaal 2 keer € 600,00. We noemen dit een uitstroompremie.

### Wanneer hebt u recht op een uitstroompremie?

Er bestaat recht op uitstroompremie als er aan de volgende voorwaarden wordt voldaan:

- U heeft minimaal 12 maanden aaneengesloten een bijstandsuitkering ontvangen van de gemeente Ooststellingwerf en;
- aansluitend heeft u een dienstverband aanvaard van algemeen geaccepteerd werk en;
- daardoor heeft u meer dan 6 maanden en/of 12 maanden geen bijstand meer nodig gehad.
- U moet 27 jaar of ouder zijn, tenzij u aan het werk bent met loonkostensubsidie. Dan kunt u de uitstroompremie ook aanvragen als u jonger bent dan 27 jaar.

### Hoe het werkt

U hebt een baan gevonden voor meer dan 6 maanden?

Nadat u zes maanden heeft gewerkt kunt u in de 7e maand een uitstroompremie aanvragen van € 600,00.

### U hebt een baan gevonden voor meer dan 12 maanden?

Nadat u de eerste aanvraag heeft gedaan (in de 7e maand) kunt u nadat u 12 maanden heeft gewerkt in de 13e maand wederom een uitstroompremie aanvragen van € 600,00.

### Vergeten aan te vragen?

Dit is geen probleem als de aanvraag maar niet later is ingediend dan 18 maanden na de ingangsdatum van het arbeidscontract.

### Hoe vraag ik de uitstroompremie aan?

U kunt deze premie aanvragen met het aanvraagformulier. U vindt het formulier op de website [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder **Bewoners & bezoekers > Geld > Premie**. U kunt het formulier digitaal invullen (met behulp van uw DigiD) en digitaal versturen. Het is ook mogelijk om het formulier te downloaden, uit te printen en op te sturen naar het gemeentehuis.

U kunt het formulier ook telefonisch opvragen ☎ (0516) 820 100 of ophalen bij de publieksbalie van het gemeentehuis. Mocht dit voor u te ingewikkeld zijn, neem dan contact met ons op. We helpen u graag.

### Bewijsstukken

Naast het aanvraagformulier dient u een kopie van uw bankrekeningnummer en arbeidscontract aan te leveren.

## 6 BIJSTAND VOOR ZELFSTANDIGE ONDERNEMERS

In bepaalde gevallen kunt u bijstand aanvragen als zelfstandig ondernemer. Bijvoorbeeld als u een bedrijf wilt starten of als uw bedrijf financiële problemen heeft. In deze gevallen kunt u een beroep doen op het Besluit bijstandverlening zelfstandigen (Bbz).

U vraagt deze Bbz-uitkering aan bij de gemeente. Dit kunt u doen door te bellen met ☎ (0516) 820 100 of te mailen met ✉ [GBT@ooststellingwerf.nl](mailto:GBT@ooststellingwerf.nl). Met een Bbz-uitkering kunt u de kosten van uw eigen levensonderhoud blijven betalen. U kunt ook een lening krijgen voor investeringen in uw bedrijf. Bovendien kan hulp geboden worden als u schulden heeft. Welke bijstand u precies krijgt, hangt af van uw situatie.

### U stopt met uw bedrijf

U kunt een uitkering van de gemeente krijgen als u 55 jaar of ouder bent en uw bedrijf onvoldoende opbrengt om van rond te komen. Dit heet een IOAZ-uitkering (Wet inkomensvoorziening oudere en gedeeltelijk arbeidsongeschikte gewezen zelfstandigen). U kunt de uitkering aanvragen als u moet stoppen als zelfstandige of uw eigen bedrijf verkoopt. U vraagt de uitkering aan bij de gemeente. U moet de aanvraag wel indienen binnen drie maanden na beëindiging van uw bedrijf.

Lees verder op de volgende pagina >>

## 6 VERVOLG

### Hoe werkt het?

U kunt een IOAZ-uitkering krijgen als u voldoet aan de volgende voorwaarden:

- U bent 55 jaar of ouder, maar u heeft de AOW-leeftijd nog niet bereikt.
- U heeft de afgelopen 10 jaar onafgebroken gewerkt, waarvan de laatste 3 jaar als zelfstandige. Daarvoor werkte u 7 jaar als zelfstandige of in loondienst.
- U heeft 1.225 uur of meer per jaar in uw eigen bedrijf gewerkt. Dit is gemiddeld zo'n 24 uur per week.
- Uw partner wordt als zelfstandige aangemerkt en heeft zelf recht op IOAZ als deze 55 jaar of ouder is, maar de AOW-leeftijd nog niet heeft bereikt. En minimaal 525 uur per jaar meewerkt in het bedrijf.
- De inkomsten (de winst) uit uw bedrijf zijn de laatste 3 jaar gemiddeld minder geweest dan € 33.467,-. Bij de inkomsten worden ook eventuele andere inkomsten gerekend. Als uw partner meewerkt in het bedrijf dan tellen deze inkomsten mogelijk mee. Dit geldt voor de meewerkvergoeding (boven de € 5.000) en het winstaandeel. Andere inkomsten van uw partner, bijvoorbeeld loon of een WW-uitkering, tellen niet mee.
- Voor de toekomst verwacht u een inkomen van minder dan € 36.090,-. De gemeente zal dit onderzoeken.
- Het inkomen per maand is, na beëindiging van het bedrijf, lager dan de toepasselijke uitkeringsnorm.
- U dient de aanvraag voor een IOAZ-uitkering in voordat het bedrijf wordt beëindigd. Na de aanvraag beëindigt u het bedrijf binnen een periode van 18 maanden. Het recht op een IOAZ-uitkering ontstaat niet eerder dan dat het bedrijf beëindigd is.

Kijk voor meer informatie op [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder **Bewoners & bezoekers > Geld > Minimaregelingen > Ondernemers** of neem contact op met onze consulent Zelfstandigen; [gemeente@ooststellingwerf.nl](mailto:gemeente@ooststellingwerf.nl)

## 7 BUDGETADVISEUR

Soms is het moeilijk om het overzicht in uw administratie te houden, om rekeningen op tijd te betalen of om een regeling te treffen voor een betalingsachterstand. Dan is het prettig als iemand eens mee kan kijken naar uw inkomsten, uitgaven en administratie. Zeker wanneer uw persoonlijke situatie verandert. Gelukkig hebben we daar iemand voor bij de gemeente Ooststellingwerf: de budgetadviseur.

De budgetadviseur kijkt samen met u waar u hulp kunt gebruiken. Vaak bent u na enkele gesprekken al in staat zelfstandig verder te kunnen met uw financiën. Soms lukt het niet om samen met de budgetadviseur een oplossing te vinden. In dat geval begeleidt de budgetadviseur u naar de instantie die u het beste kan helpen. Bijvoorbeeld schuldhulpverlening of beschermingsbewind. Lees hierover meer op pagina 18.

De budgetadviseur kan u ook in contact brengen met een vrijwilliger. Die helpt u met de zaken die u zelf lastig vindt. Denk aan het op orde houden van uw administratie, het aanvragen van financiële regelingen of advies over hoe u overzicht kunt houden over uw financiën.

Dit kan bijvoorbeeld een vrijwilliger zijn van Humanitas of Budgetmaatjes. Lees meer hierover op pagina's 47 en 52.

### Contact

Neem contact op met de budgetadviseur via het Gebiedsteam:

-  (0516) 82 01 00  
(Op werkdagen van 9.00 tot 17.00)
-  [budgetadvies@ooststellingwerf.nl](mailto:budgetadvies@ooststellingwerf.nl)
-  [ooststellingwerf.nl](http://ooststellingwerf.nl) onder  
Bewoners & bezoekers > Geld

## 8 SCHULDHULPVERLENING

Wanneer het u niet lukt om zelf een oplossing te vinden voor uw schulden, komt u misschien in aanmerking voor schuldhelpverlening. Kredietbank Nederland voert de schuldhelpverlening uit voor de inwoners van de gemeente Ooststellingwerf.

### Aanvragen

Wilt u schuldhelpverlening aanvragen? Dan kunt u zich online aanmelden op de website van Kredietbank Nederland. Twijfelt u? Of wilt u uitzoeken welke andere mogelijkheden er zijn? De budgetadviseur van het Gebiedsteam denkt graag met u mee, zie pagina 17.

 [kredietbanknederland.nl](https://kredietbanknederland.nl)  
 088 - 6262 777  
 Postbus 7695  
 8903 JR Leeuwarden

## 9 SCHULDHULPVERLENING VOOR ONDERNEMERS

Bent u ondernemer of heeft u net uw bedrijf beëindigd? Zuidweg & Partners is gespecialiseerd in schuldhelpverlening voor (ex-)ondernemers en voert dit uit voor de ondernemende inwoners van gemeente Ooststellingwerf. U kunt zich melden bij:

Zuidweg & Partners  
 [info@zuidweg-partners.nl](mailto:info@zuidweg-partners.nl)  
 035-5385350

U kunt ook eerst in contact gaan met ons budgetteam. De budgetadviseur van het Gebiedsteam kan samen met u bekijken wat er mogelijk is, zie pagina 17.

Neem dan contact op met de budgetadviseur via het Gebiedsteam:

 (0516) 82 01 00  
 (Op werkdagen van 9.00 tot 17.00)  
 [GBT@ooststellingwerf.nl](mailto:GBT@ooststellingwerf.nl)  
 [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder  
 Bewoners & bezoekers > Geld

## 10 BETAALDATA PW, IOAW, IOAZ, BBZ

Wij betalen uw uitkering elke 5<sup>de</sup> van de maand. In de loop van de dag krijgt u de uitkering op uw rekening bijgeschreven.

U krijgt de uitkering dus ook niet meer vlak voor de kerst, maar gewoon op 5 december, 5 januari en 5 februari.



## 12 VERANDERING IN UW PERSOONLIJKE SITUATIE PW, IOAW, IOAZ, BBZ

Hetzelfde geldt voor wijzigingen in uw inkomen en vermogen. Verandert er iets in uw woon-/leefsituatie? Geef dit dan zo snel mogelijk door aan de gemeente. Dit doet u via het mutatieformulier\*.

Denk hierbij bijvoorbeeld aan:

- Iemand is uit huis gegaan of juist bij u in huis komen wonen;
- Een medebewoner is gedetineerd en woont daardoor tijdelijk niet bij u thuis;
- Een medebewoner is 27 jaar geworden;
- Een medebewoner is begonnen of gestopt met een opleiding/studie;
- De aanschaf van een andere auto/brommer/motor;
- Het openen van een ander rekening-nummer;
- Het ontvangen van een erfenis of een afkoopbedrag van een pensioen;
- Aan,- en verkoop van Crypto, zoals Bitcoins, XRP, etc.

Als u een wijziging niet of te laat doorgeeft, dan kan dit vervelende consequenties voor u hebben. Als u teveel uitkering heeft ontvangen, dan moet u het teveel ontvangen bedrag volledig terugbetalen. Daarnaast riskeert u een boete, deze boete kan maximaal oplopen tot het bedrag dat u te veel hebt ontvangen.

- \* Bij de toekenning van uw uitkering heeft u een mutatieformulier ontvangen. Op het formulier staan al enkele gegevens voorgevuld, zoals uw naam, adres, woonplaats en uw BSN. Heeft u geen mutatieformulier (meer) in uw bezit en u wilt een wijziging doorgeven die van invloed is op uw uitkering? Vraag dan bij de gemeente om een nieuw mutatieformulier (via telefoonnummer ☎ (0516) 820 100).

U ontvangt dan zo snel mogelijk een nieuw formulier. U kunt het mutatieformulier ook digitaal invullen (met uw DigiD) en digitaal opsturen naar de gemeente.

U vindt het mutatieformulier op de website: 🏠 [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) met de zoekterm: mufo

## 13 TOESLAGEN BELASTINGDIENST

### Zorgtoeslag

Met zorgtoeslag krijgt u een deel van uw ziektekostenverzekering vergoed. Om zorgtoeslag te krijgen moet u in ieder geval een Nederlandse ziektekostenverzekering hebben.

### Huurtoeslag

Woont u in een huurhuis? Dan heeft u misschien recht op huurtoeslag. Met huurtoeslag krijgt u een deel van de huurkosten vergoed.

### Kinderopvangtoeslag

Gaan uw kinderen naar de kinderopvang? Dan kunt u misschien een kinderopvangtoeslag krijgen.

### Kindgebonden budget

Het kindgebonden budget is een bijdrage voor ouders in de kosten voor kinderen tot 18 jaar. Dat krijgt u naast de kinderbijslag. Het is een bedrag per maand dat de Belastingdienst uitbetaalt.

### Voorwaarden

Voor alle toeslagen gelden afzonderlijke voorwaarden. De toeslagen zijn o.a. afhankelijk van uw inkomen en uw vermogen. Meer info vindt u op [belastingdienst.nl](https://belastingdienst.nl).  
Belastingtelefoon: ☎ 0800 - 0543.

### Waar aanvragen?

Vraag de toeslagen aan bij de Belastingdienst: [toeslagen.nl](https://toeslagen.nl)



## 14 HEFFINGSKORTINGEN

Heffingskortingen zijn een soort kortingen op de belasting die u moet betalen. De hoogte van de heffingskortingen verschilt per soort. Er zijn verschillende heffingskortingen, afhankelijk van uw situatie. De meeste daarvan worden automatisch verrekend met uw loon of uitkering. Daar hoeft u niets voor te doen. We noemen hier twee die van belang kunnen zijn voor mensen met een laag inkomen. U kunt deze heffingskortingen maandelijks uitbetaald krijgen. Dat heet een 'Voorlopige teruggaaf'. Deze moet u apart aanvragen bij de Belastingdienst.

### **Inkomensafhankelijke combinatiekorting**

De combinatiekorting is speciaal voor werkende ouders. Als u in 2026 meer dan € 6.239,- verdient met werken, het kind is jonger dan 12 jaar én het kind woont in 2025 langer dan 6 maanden bij u, dan heeft u recht op deze korting. De inkomensafhankelijke combinatiekorting kan maximaal € 3.032,- zijn.

### **Algemene heffingskorting minstverdienende partner**

Iedere belastingplichtige heeft recht op de algemene heffingskorting. Bij een echtpaar heeft elke partner een zelfstandig recht op deze algemene heffingskorting. Als één van de partners echter geen of weinig inkomsten heeft, kan de algemene heffingskorting niet (volledig) worden verrekend.

Deze niet of weinig verdienende partner kan zijn algemene heffingskorting laten uitbetalen door de Belastingdienst. Deze heffingskorting wordt aangeduid als 'algemene heffingskorting minstverdienende partner'. De algemene heffingskorting bedraagt in 2026 maximaal € 3.115,-.

### **Hoe kan ik de heffingskorting aanvragen?**

De inkomensafhankelijke combinatiekorting en de algemene heffingskorting minstverdienende partner kunt u bij de Belastingdienst aanvragen via de aangifte inkomstenbelasting of de voorlopige teruggaaf.

De inkomensafhankelijke combinatiekorting en de algemene heffingskorting minstverdienende partner worden voor een bijstandsuitkering als inkomen gezien (ook als u deze kortingen niet heeft aangevraagd bij de Belastingdienst!) en maandelijks gekort op uw uitkering. Vraag deze heffingskortingen daarom tijdig aan als u aan de voorwaarden van deze heffingskortingen voldoet.

Kijk op  [belastingdienst.nl](https://belastingdienst.nl) voor meer informatie. Of bel met de Belastingtelefoon:  0800 - 0543.

## 15 MEER TE BESTEDEN DOOR DE VOORZIENINGENWIJZER

Wist u dat erg veel huishoudens in Nederland moeite hebben om financieel rond te komen? En, wist u dat dat te vaak niet nodig is? Er zijn heel veel regelingen en toeslagen waar deze huishoudens gebruik van kunnen maken. Maar dat is direct ook het probleem: het is veel en het is ingewikkeld geworden. Want waar heeft wie recht op en hoe vraag je dat aan? En dat geldt niet alleen voor toeslagen en regelingen: ook bij het afsluiten van een zorgverzekeringspakket, energieleverancier en het invullen van de Belastingaangifte zien we vaak kansen. Misschien heeft u ook recht op bepaalde bijdragen of toeslagen. Of kunt u overstappen naar een meer passende verzekering of energieleverancier. Wij wijzen u graag de weg en helpen u direct bij het aanvragen of overstappen.

### **Wat geldt voor u?**

Als u in onze gemeente woont kunt u gratis en vrijblijvend gebruik maken van De VoorzieningenWijzer. De adviseur die bij u thuis komt kijkt samen met u of u in aanmerking komt voor de gemeentelijke regelingen, rijkstoeslagen, of uw zorgverzekeringspakket en het energiecontract het meest passend is en of u recht heeft op teruggave vanuit de inkomstenbelasting. Alleen bij uw akkoord zal de adviseur het geadviseerde ook daadwerkelijk meteen in werking brengen. Het adviesgesprek is gratis en vertrouwelijk. Wat geldt voor u?

Vraag ook een gratis adviesgesprek via [www.geldfitooststellingwerf.nl](http://www.geldfitooststellingwerf.nl).

## 16 ONAFHANKELIJKE CLIËNTONDERSTEUNING

OCO betekent: onafhankelijke cliëntondersteuning. Heeft u vragen over geldzaken, wonen of zorg? Of speelt er iets anders in uw leven, waar u alleen niet uitkomt? Dan denkt een OCO graag met u mee. Zonder oordeel. Omdat iedereen af en toe wel een steuntje in de rug kan gebruiken. Hulp van een OCO is gratis en onafhankelijk.

Een onafhankelijke cliëntondersteuner (OCO):

- biedt een luisterend oor,
- helpt vragen helder te krijgen,
- denkt mee over passende oplossingen en beschikbare hulp,
- gaat mee naar gesprekken met instanties.

Een OCO bepaalt niet wat u moet doen of waar u naar toe gaat. Een OCO kijkt zo breed mogelijk naar uw situatie en gaat samen met u opzoek naar antwoorden en oplossingen.

Voor meer informatie kijkt u op [www.ocodenktmee.nl](http://www.ocodenktmee.nl)



# WERK

Het valt niet altijd mee om een passende baan te vinden. Gelukkig staat u er niet alleen voor; wij helpen u graag.

# 1 HULP BIJ HET ZOEKEN NAAR WERK

U bent actief op zoek naar werk en doet wat u kunt. Wij kunnen daarbij helpen. Hoe werkt het? U ontvangt een uitkering van de gemeente en u heeft een case-manager. U bespreekt met uw case-manager of u hulp kunt krijgen bij het zoeken naar werk. Of dat u hulp kunt krijgen om uw kans op werk te vergroten.

Uw casemanager maakt met u een plan voor de komende tijd.

We gaan altijd uit van wat u kunt, maar er is ook aandacht voor eventuele problemen die het zoeken naar werk moeilijker

maken.

Wanneer u geen bijstandsuitkering heeft kan het Werkcentrum u ook (gratis) helpen met het vinden van (ander) werk. Bijvoorbeeld als u op zoek bent naar ander werk, maar niet weet waar de mogelijkheden liggen of u uw baan bent kwijtgeraakt. Of u bent ZZP-er en u wilt graag een vaste baan. Of u bent al aan het werk maar zoekt iets anders. Het Werkcentrum is er ook voor werkgevers die persoonsvragen hebben of op zoek zijn naar personeel. Kijk voor meer informatie op [www.werkcentrumfryslan.nl](http://www.werkcentrumfryslan.nl)

# 2 BEGELEIDING VAN EEN CASEMANAGER BIJ HET ZOEKEN NAAR WERK

Als u onder de Participatiewet valt, krijgt u van de gemeente ondersteuning bij het vinden van werk. Dit kan via een jobcoach, een re-integratiebedrijf of andere vormen van begeleiding. De gemeente kijkt samen met u naar wat voor werk passend is (rekening houdend met uw gezondheid, ervaring en mogelijkheden), maar ook naar vormen van maatschappelijke participatie, indien dit meer passend voor u is. Ook als u geen uitkering ontvangt, mag u toch contact opnemen met de gemeente voor ondersteuning richting werk. Tijdens een gesprek zal met u worden bekeken of, en hoe wij u verder kunnen helpen.

Ook heeft de gemeente een belangrijke rol in het ondersteunen van werkzoeken-

den met een arbeidsbeperking. Wij kijken samen met u naar de juiste ondersteuning, bijvoorbeeld begeleiding bij het zoeken naar werk of het aanbieden van een passende cursus of opleiding. Daarnaast is het de taak van de gemeente om te bepalen wat als passend wordt beschouwd.

Heeft u al een toekenning Indicatie Banenafpraak of een toekenning Indicatie Beschut Werk van het UWV ontvangen? Dan helpen wij u bij het onderzoeken van uw mogelijkheden en het vinden van een passende werkplek.

## Meer informatie?

Neem telefonisch contact op met de casemanagers Werk van het Gebiedsteam via 14 0516.

### 3 ARBEIDSVERPLICHTING

Wie een bijstandsuitkering heeft, heeft meestal ook arbeidsverplichtingen. Die houden in dat u er zelf zo veel mogelijk aan moet doen om weer aan werk te komen of om actief mee te doen in de samenleving. De arbeidsverplichtingen zijn niet nieuw, die staan al langer in de wet. Maar in de Participatiewet zijn ze uitgebreider beschreven. Tijdens een persoonlijk gesprek zal hier aandacht aan worden besteed. Als u zich niet aan deze verplichtingen houdt, kunt u met strenge maatregelen te maken krijgen.

#### **Enkele arbeidsverplichtingen zijn:**

- U staat als werkzoekende ingeschreven bij het UWV voor minimaal 36 uur per week. U probeert betaald werk te vinden. Daarvoor moet u bijvoorbeeld vacatures zoeken, solliciteren, een werkmap aanmaken op  **werk.nl** en ingeschreven staan bij één of meer uitzendbureaus.
- U zoekt niet alleen naar werk in uw eigen woonplaats, maar ook in uw regio of nog verder weg.
- U gaat samen met uw casemanager een trajectplan voor uw re-integratie maken en uitvoeren. U houdt zich aan de afspraken die u hierover met de gemeente maakt. U neemt de re-integratievoorzieningen die de gemeente u biedt aan.
- U doet geen dingen die het krijgen of behouden van werk of andere vormen van participeren in de weg staan.

## 4 TEGENPRESTATIE

U ontvangt een uitkering van de gemeente. De gemeente mag u vragen daarvoor een tegenprestatie te doen. Die tegenprestatie bestaat uit onbetaald werk dat nuttig is voor de samenleving. Als u al onbetaald nuttig werk doet, zoals bijvoorbeeld vrijwilligerswerk of mantelzorg of als u deelneemt aan een opleiding Nederlandse taal, dan hoeft u geen tegenprestatie te doen.

De gemeente kan u ook werkervaring laten opdoen op een participatieplaats of vrijwilligerswerk als onderdeel van uw re-integratietraject. Het kan zijn dat u dan geen tegenprestatie hoeft te doen. Hierover overlegt u met uw casemanager.

### Wat zijn de kenmerken van een tegenprestatie?

Een tegenprestatie bestaat uit activiteiten met de volgende kenmerken:

- Het zijn activiteiten voor een paar uur per dag of per week;
- Het zijn activiteiten voor enkele weken of maanden, dus niet voor lange tijd (er kan wettelijk maximaal 26 uur in 12 maanden een tegenprestatie van u worden gevraagd. In overleg met uw casemanager kunnen meer uren worden vastgelegd.);
- Het is geen werk waarvoor u eigenlijk betaald moet worden. Het mag dus geen 'gewone baan' zijn;
- Het hoeft geen activiteit te zijn waarmee u uw kansen op betaald werk vergroot, zoals bij een participatieplaats of vrijwilligerswerk vaak wel het geval is;
- De activiteit mag uw kansen op betaald werk niet in de weg zitten;
- En het zijn activiteiten die u in staat bent om te doen. Dat wil zeggen dat de gemeente bij een tegenprestatie rekening houdt met:
  - lichamelijke of psychische beperkingen;
  - de zorg voor (jonge) kinderen;
  - uw beheersing van de Nederlandse taal en
  - de reistijd van uw huis naar de werkzaamheden.

### Wat kan ik doen als tegenprestatie?

Als tegenprestatie voor uw bijstandsuitkering kunt u verschillende dingen doen. Tegenprestaties zijn bijvoorbeeld klussen die door verenigingen, organisaties en maatschappelijke instellingen worden aangeboden. Denk hierbij aan:

- Koffie schenken in een wijkcentrum;
- Leesouder zijn op school;
- Het opknappen van speelplekken in de wijk;
- Taalmaatje zijn voor inburgeringsplichtigen;
- Mantelzorg;
- Na een storm de takken van wandelpaden in het park verwijderen en ander klein natuuronderhoud.

Misschien bent u al actief als vrijwilliger. Dan kunt u de gemeente voorstellen om dat als tegenprestatie te laten gelden.

### **Hoe kom ik aan een tegenprestatie?**

U mag zelf iets uitkiezen. U kunt bellen of langs gaan bij iemand of een organisatie die vrijwilligers zoekt.

U kunt ook contact opnemen met Scala Vrijwilligerscentrale, dé plek waar u kunt zoeken naar een geschikte tegenprestatie die past bij uw talenten. U kunt samen met hen een organisatie of vereniging uitkiezen die u aanspreekt. Indien u geen geschikte plek kunt vinden, dan kan de gemeente u verder helpen.

Contactgegevens Scala Vrijwilligerscentrale:

 06 15 37 06 67

 [vrijwilligerscentrale@scala-welzijn.nl](mailto:vrijwilligerscentrale@scala-welzijn.nl)

 [scala-vrijwilligerscentrale.nl](https://scala-vrijwilligerscentrale.nl)

### **Wat zijn de voordelen voor mij?**

Een tegenprestatie kan heel nuttig zijn. Niet alleen voor de samenleving, maar ook voor uzelf. U ontmoet andere mensen, ontwikkelt vaardigheden die u bij een betaalde baan goed kunt gebruiken en u betekent iets voor andere mensen.

### **Wat gebeurt er als ik niet meewerk?**

Als de gemeente van u een tegenprestatie vraagt, maar u hier niet aan mee wilt werken, kan de gemeente u een maatregel opleggen. Bijvoorbeeld een of een aantal maanden een lagere uitkering of helemaal geen uitkering toekennen. Hoeveel lager en hoelang, dat bepaalt de gemeente aan de hand van regels die zijn vastgesteld.

## **5 VRIJWILLIGERSWERK**

Krijgt u een vergoeding voor vrijwilligerswerk? Wij korten deze alleen op uw uitkering als deze hoger is dan € 210,- per maand € 2.100,- per jaar.

Een vergoeding voor reiskosten wordt nooit gekort op uw uitkering.



# GEZONDHEID EN ZORG

Wanneer u een laag inkomen heeft, kunnen  
zorgkosten een flinke uitgave zijn.  
De gemeente Ooststellingwerf  
heeft enkele regelingen om  
die kosten zo laag  
mogelijk te  
houden.

# 1 MÉÉR ZORGVERZEKERING VOOR MINDER GELD

Heeft u een laag inkomen (maximaal 120% van de bijstandsnorm) en wilt u voor een betaalbare premie uitgebreid verzekerd zijn? Maak dan gebruik van de speciale zorgverzekering die de gemeente Ooststellingwerf aanbiedt in samenwerking met De Friesland Zorgverzekeraar: de AV Frieso. U kunt kiezen uit twee varianten.

## 1. AV Frieso Compleet

De AV Frieso Compleet biedt ruime vergoedingen, waaronder een vergoeding voor de Wmo eigen bijdrage (max. € 252,- per kalenderjaar).

Bijna iedereen die gebruik maakt van hulp of ondersteuning vanuit de Wmo betaalt een eigen bijdrage. U krijgt de eigen bijdragen voor hulp en ondersteuning vanuit de Wmo, die u in rekening worden gebracht door het Centraal Administratiekantoor Bijzondere Zorgkosten (CAK), vergoed.

## 2. AV Budget + AV Tand Standaard

Verwacht u minder zorg nodig te hebben? De AV Budget + AV Tand Standaard is een pakket met een lagere premie en met minder ruime vergoedingen.

Iedereen is welkom en er is geen sprake van medische selectie. Ook kunt u uw eigen risico in termijnen betalen.

Op basis van uw inkomensgegevens bepalen wij of u in aanmerking komt voor de AV Frieso Compleet of AV Budget + AV Tand Standaard. Meld u aan vóór 1 januari van het nieuwe jaar!

Op  [gezondverzekerd.nl](https://gezondverzekerd.nl) vindt u meer informatie en kunt u de voorwaarden van de aanvullende verzekeringen bekijken. U kunt hier ook toetsen of u in aanmerking komt voor deze verzekering. Doe via bovenstaande site een vergelijking met uw huidige zorgverzekering. U vindt hier ook het aanmeldingsformulier.

## Hulp nodig?

Dat kan. Neem contact op met de gemeente Ooststellingwerf via  (0516) 820 100 of 14 0516.

Wilt u weten of u in aanmerking komt, dan kunt u een afspraak maken. Komt u in aanmerking voor deze verzekering? Dan kunnen we uiteraard ook samen met u het aanmeldformulier invullen.

Indien u inhoudelijk vragen heeft over de zorgverzekering van uw gemeente, neem dan contact op met de klantenservice van De Friesland Zorgverzekeraar via

 (058) 291 31 31.

## 2 COMPENSATIE EIGEN RISICO ZIEKTEKOSTEN

De gemeente Ooststellingwerf biedt, naast de AV Frieso, een vergoeding aan van het 'eigen risico zorgkosten'. Via de 'Compensatie eigen risico ziektekosten' wordt hier een deel van vergoed. Om hiervoor in aanmerking te komen, moet worden voldaan aan de volgende voorwaarden:

- U verdient maximaal 110% van de bijstandsnorm:
  - € 1.506,- (exclusief vakantiegeld) voor alleenstaande en alleenstaande ouder;
  - € 2.152,- (exclusief vakantiegeld) voor gehuwden/samenwonenden;
  - Voor pensioengerechtigden zijn deze bedragen respectievelijk € 1.684,- en € 2.305,-
- U heeft minimaal € 125,- van uw wettelijk eigen risico gebruikt;
- U bezit niet méér eigen vermogen dan u voor de bijstand mag hebben;
- U kunt uw aanvraag indienen tot 1 januari van het erop volgend jaar.

De vergoeding die u kunt ontvangen van de gemeente is altijd € 125,-, ook al heeft u meer eigen risico betaald.

### Aanvragen

U kunt deze toeslag aanvragen met het aanvraagformulier bijzondere bijstand. U vindt het formulier op de website [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder **Bewoners & bezoekers > Geld > Bijzondere Bijstand**.

U kunt het formulier downloaden, uitprinten en opsturen naar het gemeentehuis. Het is ook mogelijk om het formulier digitaal in te vullen (met behulp van uw DigiD) en digitaal op te sturen. U kunt het formulier ook telefonisch opvragen (☎ (0516) 820 100 of 14 0516) of ophalen bij de publieksbalie van het gemeentehuis. Mocht dit voor u te ingewikkeld zijn, neem dan contact met ons op. We helpen u graag.

### Geen AV Frieso verzekering?

Geen probleem. U kunt ook gebruik maken van de compensatieregeling zonder deelname aan de AV Frieso van de Friesland Zorgverzekeraar.

### Hulp nodig?

Dat kan. Neem contact op met de gemeente Ooststellingwerf via ☎ (0516) 820 100. Wilt u weten of u in aanmerking komt of meer informatie dan kunt u een afspraak maken.



# WELZIJN

Blijft u graag zo lang mogelijk in uw eigen huis wonen? Ook wanneer de gezondheid wat achteruit gaat? De gemeente biedt voordelige leningen om uw huis aan te passen.

Houdt u van sociaal contact en gaat u er graag op uit? Ook daarvoor zijn volop mogelijkheden binnen onze gemeente.

# 1 **STIMULERINGSLENING LANGER THUIS**

Niet alle woningen zijn geschikt om lang in thuis te blijven wonen. Om dit wel te bevorderen, stelt de gemeente via Stichting Volkshuisvesting Nederland (SVn) geld beschikbaar om leningen te verstrekken voor woningaanpassingen.

Om zo lang mogelijk in uw eigen huis te kunnen blijven wonen, vraagt uw woning misschien om aanpassingen. De Stimuleringslening langer thuis is een lening waarmee u uw woning levensloopbestendig maakt. Hierdoor kunt u langer zelfstandig in uw eigen huis blijven wonen.

## **Hoe werkt het?**

Voorwaarden om in aanmerking te komen voor een Stimuleringslening langer thuis:

- U (of 1 van de aanvragers) bent jonger dan 76 jaar;
- U bent huurder van de woning of;
- U bent zelf eigenaar-bewoner van de woning;
- Bij een hypothecaire Stimuleringslening langer thuis mag de totale financiering van de woning (alle lopende hypotheek en de Stimuleringslening langer thuis) niet boven de 80% van de WOZ-waarde komen;
- Op het moment van aanvragen van de lening mogen de werkzaamheden nog niet zijn gestart.

Het te lenen bedrag voor huurders is minimaal € 2.500,- en maximaal €20.000,-  
en voor eigenaar-bewoners minimaal € 2.500,- en maximaal € 40.000,-.

## **Aanvragen**

U vindt het aanvraagformulier op de website [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder **Bewoners & bezoekers > Geld > Leningen**

## 2 VERZILVERLENING

Met de verzilverlening kunt u de woning naar eigen smaak aanpassen om veilig en comfortabel te kunnen blijven wonen. Bij de verzilverlening wordt gekeken naar de overwaarde van uw woning. Deze kunt u gebruiken om te investeren in uw huis. U betaalt maandelijks geen rente en aflossing. De rente wordt jaarlijks bij de restschuld van uw woning opgeteld. De lening wordt afgelost aan het einde van de looptijd, bij verkoop van uw woning of bij overlijden van de langstlevende schuldenaar.

De verzilverlening heeft dus geen invloed op wat u maandelijks kunt uitgeven. Bij het verstrekken van de verzilverlening houden we rekening met uw leeftijd en de huidige hypotheek(en) om de overwaarde te bepalen. Er wordt dan een variant op het bouwdepot gecreëerd waarin het geld wordt gestort. De lening moet dus wel in het huis worden gestopt.

### Voorwaarden

Om een verzilverlening aan te kunnen vragen, moet u aan een aantal voorwaarden voldoen:

- Voor de aanvrager(s) geldt een minimumleeftijd van tien jaar vóór de wettelijke AOW-leeftijd;
- U moet eigenaar zijn van het huis waarvoor u een lening aan wilt vragen;
- U moet in het huis waarvoor u een lening af wilt sluiten wonen of gaan wonen;
- Het huis waarvoor u een lening wilt afsluiten, moet ten minste 1 jaar oud zijn;
- Indien er sprake is van een huwelijk/ geregistreerd partnerschap of gezamenlijk eigendom, moet de verzilverlening gezamenlijk aangevraagd worden. De partner dient dan ook aan de voorwaarden van de verzilverlening te voldoen.

Het te lenen bedrag is minimaal € 2.500,- en maximaal € 40.000,-.

Op  [svn.nl](https://svn.nl) kunt u een leencheck doen om te zien of u in aanmerking komt voor een verzilverlening. Komt u in aanmerking? Dan heeft u eerst een Toewijzingsbrief van de gemeente nodig. Deze kunt u aanvragen op de website [ooststellingwerf.nl](https://ooststellingwerf.nl) onder **Bewoners & bezoekers > Geld > Leningen**. Zodra u uw toewijzing hebt ontvangen, kunt u via  [svn.nl](https://svn.nl) uw aanvraag indienen.

### 3 ELEKTRISCHE DUOFIETS

Inwoners kunnen een elektrische duo-fiets huren bij Het Fytshûs in Appelscha. Het huren van de duo-fiets kost 10 euro per rit. Zoek je iemand om samen mee te kunnen fietsen dan kan dat ook. Scala koppelt je aan een duo-fietsmaatje. Kijk op de website van Het Fytshûs ([www.fietsverhuurappelscha.nl/duo-fiets](http://www.fietsverhuurappelscha.nl/duo-fiets)) of neem contact op met Scala Vrijwilligerscentrale via telefoonnummer 0516-567220 of stuur een mail naar [duofiets@scala-welzijn.nl](mailto:duofiets@scala-welzijn.nl).



## 4 ACTIVITEITEN EN ONTMOETEN VAN ANDEREN

Ooststellingwerf heeft een activiteitenkalender [Uutgoan.nl](http://Uutgoan.nl) waarop actuele activiteiten in de hele gemeente te vinden zijn. Op [Uutgoan.nl](http://Uutgoan.nl) kunt u ook vinden in welke dorpen u terecht kunt voor gezellig samen zijn (Welzijn op dorpse schaal in Oldeberkoop, de Buurthaven in Haulerwijk en Dorpskamer de Den in Appelscha).

Ook kunnen inwoners met cognitieve problematiek zonder indicatie naar de dagbesteding in het Dagcentrum in Oosterwolde van ZuidOostZorg en bij Zorgboerderij De Fochtel in Fochteloo. Samen met begeleiders en vrijwilligers kunnen zij deelnemen aan leuke activiteiten en worden hun mantelzorgers of familie even ontlast.

In het Dagcentrum van ZuidOostZorg kunt u ook terecht voor de Slim-o-theek, waar u voorzieningen kunt uitproberen die speciaal ontworpen zijn voor gebruikers met cognitieve problematiek.



# JEUGD

Opgroeiende kinderen brengen aardig wat kosten met zich mee. Er zijn regelingen om ouders tegemoet te komen wanneer dat nodig is.

# 1 LEERLINGENVERVOER

Leerlingenvervoer is vervoer van en naar school, voor kinderen die speciaal onderwijs volgen of omdat de school ver weg ligt. Leerlingenvervoer kan vervoer per taxi, met eigen auto, maar ook met openbaar vervoer of fiets zijn. De gemeente bespreekt samen met u welke vorm het beste past bij uw kind, waarbij ouders soms een deel van het vervoer zelf kunnen doen.

## Drempelbijdrage schooljaar

Wanneer de school ver weg ligt wordt er een bedrag van de eventuele vergoeding afgehaald. Dit heet een drempelbijdrage. Meer informatie hierover is op de website van de gemeente te vinden:  [ooststellingwerf.nl/regeling-leerlingenvervoer](https://ooststellingwerf.nl/regeling-leerlingenvervoer). Voor leerlingen die speciaal onderwijs bezoeken geldt de drempelbijdrage en/of financiële draagkracht niet.

## Financiële draagkracht

Wanneer de school meer dan 20 kilometer van het woonadres ligt en de ouders financieel draagkrachtig zijn, wordt er een bedrag op de vergoeding in mindering gebracht.

Voor vragen over de voorwaarden kunt u contact opnemen met het Gebiedsteam.

 (0516) 82 0100 (op werkdagen tussen 09.00 en 17.00 uur)

 [leerlingenvervoer@ooststellingwerf.nl](mailto:leerlingenvervoer@ooststellingwerf.nl).

Voor informatie en aanvragen van de tegemoetkoming, kijk op  [ooststellingwerf.nl/regeling-leerlingenvervoer](https://ooststellingwerf.nl/regeling-leerlingenvervoer)

## 2 KLEDING- EN SCHOENENBONNENACTIE

Ooststellingwerf ondersteunt gezinnen met kinderen tot en met 17 jaar met kleding- en schoenenbonnen. Per kind is er € 150,- beschikbaar voor nieuwe kleding of schoenen.

### Hoe werkt het?

Heeft u kinderen in de leeftijd van 0 t/m 17 jaar? Bent u een alleenstaande ouder en verdient u maximaal € 1.780,- (exclusief vakantiegeld)? Of bent u getrouwd/samenwonend en is uw inkomen maximaal € 2.543,- (exclusief vakantiegeld)? Dan kunt u in aanmerking komen voor kleding- en schoenenbonnen voor uw kind(eren). Dit zijn de normbedragen per 1 januari 2026, per 1 juli 2026 worden deze bedragen gewijzigd.

Let op: bij woningdeling/kostendeling gaan we uit van de draagkrachtberekening van de bijzondere bijstand.

### Wat moet ik doen?

Aanvragen van de bonnen kan van 15 oktober 2026 tot 1 december 2026 met het aanvraagformulier op [ooststellingwerf.nl](https://www.ooststellingwerf.nl) onder **Bewoners & bezoekers > Geld > Minimaregelingen**. Op dit formulier vindt u ook de voorwaarden.

Heeft u de bonnen over het jaar 2025 nog niet ingewisseld? Dit kan tot 1 mei 2026.

### 3 SAM&

Sam& is een samenwerkingsverband van Leergeld, Jeugdfonds Sport & Cultuur, Nationaal Fonds Kinderhulp en Stichting Jarige Job. Samen bieden zij één portaal waar ouders en intermediairs een aanvraag kunnen doen voor de voorzieningen die de organisaties bieden. Sam& bestaat uit een aantal regelingen, in samenwerking met andere fondsen, om uw kind(eren) volop mee te laten doen op school en op het gebied van sport en cultuur of een verjaardag.

**Stichting Leergeld** kan u financieel bijstaan als het gaat om zaken rondom vrije tijd en school.

**Het Jeugdfonds Sport & Cultuur** maakt het gemakkelijker voor uw kind om mee te doen aan sport en stimuleert de deelname aan kunst en cultuur.

**Jarige Job** verzorgt een verjaardag box voor uw kind zijn/haar verjaardag en **Kinderhulp** kan u helpen met zaken waar andere fondsen niet in kunnen voorzien. Aanvragen bij kinderhulp kunnen alleen gedaan worden door een instantie.

Meer informatie vindt u op pagina 49 (Leergeld) en pagina 50 (Jeugdfonds Sport & Cultuur Friesland) en op [samenvoorallekinderen.nl](https://www.samenvoorallekinderen.nl).





Er zijn verschillende  
organisaties in de gemeente of  
provincie die u kunnen helpen op diverse  
terreinen. Hierna vindt u een overzicht.

# VRIJWILLIGERS- ORGANISATIES

die u kunnen helpen & aanvullende informatie.

# 1 ADVIESRAAD SOCIAAL DOMEIN

De Adviesraad Sociaal Domein geeft gevraagd en ongevraagd advies aan het college van burgemeester en wethouders op het brede sociaal terrein. Denk daarbij aan advies over voorzieningen voor mensen met beperkingen, werk en inkomen, jeugdzorg of huishoudelijke hulp. Maar ook over zaken als wonen en schuldhulpverlening kunnen adviezen worden gegeven.

## De Adviesraad is er voor u

De Adviesraad Sociaal Domein staat volledig los van het college van B&W. De vergaderingen vinden in het gemeentehuis plaats en iedereen mag de vergadering bijwonen. Mocht u iets opvallen aan het huidige beleid of heeft u suggesties hoe het beter zou kunnen? Dan kunt u dit doorgeven aan de Adviesraad Sociaal Domein. De Adviesraad kijkt daar dan naar. Indien de opmerking relevant wordt bevonden, wordt deze aan het college voorgelegd. Er wordt alleen advies gegeven over zaken die op meerdere personen van toepassing zijn. Voor alle duidelijkheid: de Adviesraad neemt geen individuele klachten in behandeling.

Door haar werkwijze vormt de Adviesraad een brug tussen inwoners en de gemeente Ooststellingwerf. De Adviesraad is een klankbord voor zowel de inwoners als voor het college van burgemeester en wethouders.

## Meer weten?

Voor meer informatie kunt u mailen met de secretaris van de Adviesraad, of de webpagina bekijken:

✉ [secretarisadviesraad@ooststellingwerf.nl](mailto:secretarisadviesraad@ooststellingwerf.nl)

🏠 [ooststellingwerf.nl/adviesraad](https://ooststellingwerf.nl/adviesraad)

## 2 BIBLIOTHEEK: VEEL MEER DAN ALLEEN BOEKEN LENEN!

In de bibliotheek kunt u terecht voor heel veel zaken:

### **Informatiepunt Digitale Overheid (IDO)**

Heeft u vragen over de overheid? Bibliotheekmedewerkers helpen u verder bij het Informatiepunt Digitale Overheid. Dingen regelen met de overheid: het gebeurt steeds vaker op de computer via internet. Veel mensen vinden dit nog lastig. Wilt u iets regelen via de computer en kunt u wel wat hulp gebruiken?

Hebt u hulp nodig bij digitale toeslagen aanvragen? Of het verlengen van uw rijbewijs? Het zoeken naar informatie over WMO? En wilt u zelf beter leren omgaan met de websites van de overheid? Of kent u iemand die wel wat hulp kan gebruiken? Bij het Informatiepunt Digitale Overheid in de Bibliotheek luisteren medewerkers naar uw vraag en denken met u mee. Of u krijgt direct informatie waarmee u verder kunt. Of u wordt doorverwezen naar de juiste organisatie.

U bent welkom zonder afspraak.  
U hoeft geen lid te zijn van de Bibliotheek. De hulp is gratis.

### **Klik & Tik**

Bij de bibliotheek kunt u gratis de cursus 'Klik & Tik' volgen om uw computervaardigheden te verbeteren. Online vanuit huis of met begeleiding van een computercoach in de bibliotheek. Het gebruik van de computers en de begeleiding is gratis. Zie ook  [bzof.nl](http://bzof.nl)

### **Bibliotheek aan huis**

Bent u slecht ter been en leest u graag? Als u zelf niet naar de bibliotheek kunt komen, komt de bibliotheek naar u toe. Een vaste vrijwilliger komt bij u thuis om te bespreken welke boeken u graag leest. Hij of zij komt de boeken bij u thuis bezorgen en weer ophalen op tijden dat het u schikt. Het thuisbezorgen van de boeken is geheel gratis, maar u moet wel lid zijn of worden van de bibliotheek. Meer info vindt u op

 [bzof.nl/bibliotheekaanhuis](http://bzof.nl/bibliotheekaanhuis)

### **Digisterker**

Met de cursus Digisterker leert u stap voor stap hoe u handig en veilig informatie kunt vinden en hoe je digitaal iets bij de overheid regelt. Hoe vraagt u een DigiD aan? En hoe gebruikt u die? De websites van UWV, SVB, de Belastingdienst en de gemeente komen aan de orde. Net als Mijnoverheid.nl. Bij deze cursus is het van belang dat u kunt omgaan met een computer. Zie

ook  [bzof.nl](https://bzof.nl)

### Gratis theorie-examen oefenen

Gratis oefenen voor uw theorie-examen voor bromfiets, motor of auto? Dat kan in de Bibliotheek. En er zijn nog meer cursussen te doen. Helemaal gratis als u lid bent van de bibliotheek.

Meer weten?

 [bzof.nl/collectie/digitaal-aanbod/leren-en-ontwikkelen.html](https://bzof.nl/collectie/digitaal-aanbod/leren-en-ontwikkelen.html)

### Digi-Taal-Huis

In het DigiTaalhuis kunt u hulp vragen bij taal, rekenen of handiger worden op de computer. U kunt hierbij denken aan bijvoorbeeld het voorlezen aan uw kleinkind, een brief van de gemeente begrijpen, een kaartje sturen, online een formulier invullen, hoeveelheden voor het maken van een taart uitrekenen. Dit zijn maar een paar voorbeelden van wat er in de les kan worden geoefend. Het gaat om praktische vaardigheden die u in uw dagelijks leven tegenkomt. In het eerste gesprek bespreken we wat u wilt leren. Onder begeleiding van een vrijwilliger gaat u aan de slag. We nemen tijd om te leren, u leert in uw eigen tempo.

U gaat merken dat u meer kunt dan u altijd heeft gedacht. In Nederland zijn 2,5 miljoen mensen die het moeilijk vinden om goed deel te nemen aan de maatschappij. U bent dus echt niet de enige, ook al voelt dat zo nu en dan wel zo. het DigiTaalhuis is elke maandag tussen 12.30 en 14.30 uur in de bibliotheek Oosterwolde. U kunt zich aanmelden via de site van  [ooststel-](https://ooststellingwerf.nl)

[lingwerf.nl](https://lingwerf.nl) of [ikwilleren.nl](https://ikwilleren.nl). U mag, als online aanmelden lastig is, ook mailen naar contactpersoon Marrit Schaafsma.  [marrit.schaafsma@firda.nl](mailto:marrit.schaafsma@firda.nl).

Kijk voor meer informatie op: <https://www.bzof.nl/leren/taalplein-ooststellingwerf.html>

### Taalplein Ooststellingwerf

Wil jij beter worden in:

- Nederlands lezen;
- Nederlands schrijven;
- Nederlands praten;
- Omgaan met andere mensen;
- Sollicitatiebrieven schrijven;
- Sollicitatiegesprekken voeren.

Kom dan op donderdagmiddag van 12.30 tot 16.30 uur naar de Bibliotheek in Oosterwolde. Aanmelden vooraf via  [bzof.nl/leren/taalplein-ooststellingwerf.html](https://bzof.nl/leren/taalplein-ooststellingwerf.html)

Daar zijn mensen die u willen helpen. Op andere dagen kunt u zelf oefenen op de computers van de Bibliotheek of thuis. Meedoen kan zo vaak en zo lang als u wilt. Meedoen is gratis. Meer weten? Bel dan met de Bibliotheek of kijk op onze website  [bzof.nl/leren/taalplein-ooststellingwerf.html](https://bzof.nl/leren/taalplein-ooststellingwerf.html)

### Gratis inloopspreekuur SeniorWeb

Hebt u vragen over het gebruik van uw tablet, laptop, computer of smartphone? Bezoek dan het gratis inloopspreekuur van SeniorWeb op woensdag tussen 10.30 en 11.30 uur. De vrijwilligers kunnen u helpen met bijvoorbeeld

vragen over het bewerken van foto's of het gebruik van social media. De spreekuren zijn in bibliotheek Oosterwolde.

Voor meer informatie:

 [bzof.nl](https://bzof.nl)

### Gratis juridisch spreekuur in de bibliotheek

Juridische problemen? Dan kunt u naar het juridisch spreekuur. U krijgt daar gratis advies van een advocaat. U hoeft geen afspraak te maken, melden bij de balie volstaat. De spreekuren worden verzorgd door Advocatenkantoor Van Lee in samenwerking met Rjocht Advocatuur en Mediation en Advocatenkantoor Hoen. Mocht u niet tot het eerstvolgende spreekuur kunnen wachten met uw vraag, bel of mail dan voor een afspraak tussentijds. Hieraan zijn geen kosten verbonden.

De spreekuren zijn elke eerste woensdag van 16.00 tot 17.00 uur in de bibliotheek van Oosterwolde. Of kijk alvast op  [bzof.nl](https://bzof.nl)

### Inloopspreekuur Welzijnscoaches

Als het tegenzit in het leven kun je je uit balans voelen. Misschien ervaar je lichamelijk of mentaal ongemak, of maak je je zorgen. Of ontspannen lukt niet meer zo goed. Je denkt er wel over na om hierin verandering te krijgen, en weet niet zo goed hoe dat aan te pakken. Je zou graag weer meer betrokken willen zijn bij je omgeving en kunt daarbij iemand gebruiken die met je meedenkt. In een persoonlijk gesprek met de welzijnscoach onderzoek je je

wensen om je leven terug in balans te brengen, op de manier die bij je past. De welzijnscoach denkt met je mee. Het spreekuur is in de oneven weken op donderdagmiddag van 13.00 - 15.00 uur in bibliotheek Oosterwolde.

 [bzof.nl/spreekuren---inloop/inloop-spreekuren-welzijnscoaches-ooststellingwerf.html](https://bzof.nl/spreekuren---inloop/inloop-spreekuren-welzijnscoaches-ooststellingwerf.html)

### Contactgegevens

Bibliotheek Oosterwolde

 **Quadoelenweg 29 b  
8431LN Oosterwolde**

 **+31 (0)516 51 20 75**

 **[bzof.nl](https://bzof.nl)**

 **[bibliotheekoosterwolde@bzof.nl](mailto:bibliotheekoosterwolde@bzof.nl)**

### 3 HUMANITAS

De vrijwilligers van Humanitas kunnen u op vele terreinen helpen:

#### **Thuisadministratie**

Een vrijwilliger helpt u uw financiële zaken op orde te brengen en op orde te houden. Niet één keer, maar wekelijks. We zetten samen uw inkomsten en uitgaven op een rij, gaan na waar u recht op heeft en maken een overzichtelijk huishoudboekje. Ook helpt Humanitas u met het tot stand komen van betalingsregelingen met schuldeisers, mits de schulden niet te hoog zijn. Hierbij wordt het wettelijk vrij te laten bedrag gehanteerd, zodat u er zeker van bent dat deze regelingen na te komen zijn.

#### **Vriendschappelijk huisbezoek**

Eenzaam en op zoek naar een luisterend oor? Of er even op uit met iemand?

Het Vriendschappelijk Huisbezoek helpt. Een gesprekje, wandeling of samen boodschappen doen met een leuke vrijwilliger; net waar u behoefte aan hebt. We zijn er ook om eventuele mantelzorgers even te ontlasten.

#### **Voorlezen**

Er wordt voorgelezen in de bibliotheek te Oosterwolde en Appelscha. Onder de noemer Voorleespret wordt in het Nederlands en Turks voorgelezen in Oosterwolde. In de thuissituatie wordt hulp geboden aan kinderen die het Nederlands niet als moedertaal hebben. Ook wordt hulp geboden onder schooltijd aan kinderen die moeite hebben met de taal. Met name het begrijpend lezen en woordenschat wordt dan onder de loep genomen.

#### **Begeleiding van A-Z (arts tot ziekenhuis)**

Ziet u op tegen een bezoek aan een arts of apotheek? Een vrijwilliger van Humanitas kan met u meegaan. Dat maakt het minder spannend en twee weten meer dan een!

#### **Rouwbegeleiding**

Rouwen om het verlies van een dierbare is zwaar. Een vrijwilliger van 'Steun bij rouw' reikt u graag de hand en bezoekt u thuis. Vaak is de vrijwilliger een lotgenoot; iemand die weet wat u meemaakt en zich goed in u kan verplaatsen. De vrijwilliger bezoekt u gedurende een half jaar tot een jaar en is opgeleid om u zo goed mogelijk bij te staan. Uiteraard gaat de vrijwilliger vertrouwelijk om met alles wat u vertelt.

### Speelgoedactie

Ieder jaar organiseert afdeling De Stellingwerven in samenwerking met andere organisaties de speelgoedactie met Sinterklaas. Deze actie is bedoeld voor kinderen in de leeftijd van 0 tot 12 jaar, waarvan de ouders/verzorgers in een financieel moeilijke situatie zitten. Op deze wijze kunnen ook deze kinderen Sinterklaas vieren. De cadeautjes worden door vrijwilligers uitgezocht en door Pieten bij de kinderen thuisgebracht.

### Kindervakantieweken

Er zijn kinderen en tieners die om medische, financiële of sociale redenen niet op vakantie gaan. Vrijwilligers van Humanitas organiseren in de maand juli een aantal vakantieweken voor hen. Een fijne week in een kampeerboerderij in Friesland of Drenthe. Aanmelding: voor 1 april.

Meer informatie over Humanitas vindt u op:

🏠 [humanitas.nl/afdeling/DeStellingwerven](https://humanitas.nl/afdeling/DeStellingwerven)

✉ [destellingwerven@humanitas.nl](mailto:destellingwerven@humanitas.nl)

## 4 LEERGELD OOSTSTELLINGWERF

### LAAT ALLE KINDEREN MEEDOEN

Heeft u kinderen die naar school gaan? Dan wilt u natuurlijk dat uw kind mee kan doen. Met een excursie, met sport, met muziekles, met school. Ooststellingwerf werkt samen met Leergeld, Sportfonds en Cultuurfonds. Leergeld helpt met sportschoenen, een schoolreisje of contributie als daar even geen geld voor is. Leergeld komt bij u thuis, u hoeft dus niet naar een loket. Thuis bekijkt een vrijwilliger van Leergeld uw situatie. Wat zijn de dingen waar uw kind nu niet aan mee kan doen? Wat kunnen andere instanties voor u betekenen? En wat kan Leergeld voor u doen? Leergeld werkt samen met verenigingen, scholen en bedrijven. Zo kan Leergeld ervoor zorgen dat u bijvoorbeeld maar de helft van de contributie betaald. Of dat uw kind op een goede fiets naar het voorgezet onderwijs kan fietsen. Voor een schoolreisje kan Leergeld bekijken of er speciale afspraken met de school gemaakt kunnen worden. Kan dat allemaal niet, of is het nog steeds te duur voor u, dan kan Leergeld misschien financieel bijspringen.

#### Voor wat?

U kunt bij Leergeld terecht voor (gedeeltelijke) steun bij:

- Zwemles diploma A voor kinderen van 6 tot en met 12 jaar;
- Schoolkosten, schoolreis, excursie laatste schooldag en de schoolspullenpas;
- Contributie voor sportverenigingen en sportkleding;
- Contributie voor muziekverenigingen of iets anders op gebied van cultuur, muzieklessen en eventueel huur instrument;
- Overige contributies, zoals de scoutingclub en vakantiespelweken;
- Een verjaardagsbox (4 t/m 12 jaar);
- Een Gezinslaptop als er geen in het gezin aanwezig is.

De vrijwillige ouderbijdrage en andere kosten voor school wordt niet vergoed door Leergeld.

#### Voor wie?

Leergeld is er voor schoolgaande kinderen in de leeftijd van 4 tot en met 17 jaar, die opgroeien in gezinnen met een inkomen tot 120% van het bijstandsniveau.

Alle aanvragen gaan via Stichting Leergeld. De afhandeling van aanvragen is als volgt verdeeld:

- Leergeld: de aanvragen rondom vrije tijd en school.
- Jeugdfonds Sport & Cultuur: de aanvragen over sport en cultuur.

Een aanvraag doet u via  
🏠 [samenvoorallekinderen.nl](https://samenvoorallekinderen.nl).

Stichting Leergeld Friesland-Oost heeft in gemeentehuizen, scholen en bij verschillende hulpverlenende instanties folders liggen.

U kunt ook kijken op  
🏠 [leergeldfrieslandoost.nl](https://leergeldfrieslandoost.nl) voor meer informatie.

### Contactgegevens

✉ Stichting Leergeld Friesland-Oost  
Postbus 255, 9200 AG Drachten

U kunt ook bellen met de coördinatoren: ☎ **06 - 456 513 14** op dinsdag en woensdag van 9.30 uur tot 14.00 uur of een e-mail sturen aan:

✉ [info@leergeldfrieslandoost.nl](mailto:info@leergeldfrieslandoost.nl)

---

## 5 JEUGDFONDS SPORT & CULTUUR FRIESLAND

Het Jeugdfonds Sport & Cultuur Friesland betaalt de contributie / het lesgeld voor kinderen en jongeren uit gezinnen waar te weinig geld is voor een sportclub, muziek- of dansles, schilderen, theaterschool of een andere creatieve cursus. Voor die kinderen betaalt deze organisatie de volledige contributie en leselden en eventuele kleding en attributen.

Zijn er meerdere kinderen in uw gezin die iets willen doen? Geen probleem!

Aanvragen kunnen door zowel ouders als intermediairs (bijvoorbeeld gebiedsteammedewerker, buurtsportcoach, leerkracht, huisarts, schuldhulpverlener, enz.) gedaan worden via

🏠 [samenvoorallekinderen.nl](https://samenvoorallekinderen.nl)

Kijk voor meer informatie en de spelregels over de fondsen op  
🏠 [jeugdfondssportencultuur.nl/friesland](https://jeugdfondssportencultuur.nl/friesland)

## 6 VOLWASSENENFONDS SPORT & CULTUUR

Is er thuis geen geld voor sport of cultuur?

Ben jij 18 jaar of ouder en blijft er geen geld over om mee te doen aan activiteiten als zwemles, muziekles, fitness, voetbal, theater- of dansles?

Het Volwassenenfonds Sport & Cultuur zorgt ervoor dat het lesgeld en/of materialen worden betaald voor volwassenen die leven rond het bestaansminimum. De gemeente Ooststellingwerf hanteert een grens van 130% van het sociaal minimum. Een aanvraag wordt

gedaan door een intermediair. Dat zijn o.a. de budgetadviseurs van het gebiedsteam en de buurtsportcoaches en budgetmaatjes van Scala.

Voor meer informatie kijk op  
 [www.volwassenenfonds.nl](http://www.volwassenenfonds.nl).

## 7 VOEDSELBANK OOSTSTELLINGWERF

De Voedselbank is een stichting die voedselpakketten verstrekt aan mensen die op of onder de armoedegrens leven. Sinds januari 2020 verstrekken zij wekelijks een voedselpakket.

De Voedselbank heeft twee doelen:

1. Het (helpen) terugdringen van armoede en
2. het tegengaan van verspilling van voedsel.

U kunt zelf een voedselpakket aanvragen of dit via een hulpverleningsinstantie doen. Uw aanvraag wordt getoetst aan (landelijk vastgestelde) criteria. Deze zijn te vinden op  [voedselbanken.nl](http://voedselbanken.nl).

De Voedselbank heeft een eigen website:  [voedselbankooststellingwerf.nl](http://voedselbankooststellingwerf.nl). Uw aanvraag kunt u doen op  [intakers@voedselbankooststellingwerf.nl](mailto:intakers@voedselbankooststellingwerf.nl) of  06 - 216 200 15

Voor de kinderen van hun cliënten werkt de Voedselbank samen met de stichting Jarige Job. Deze organisatie zorgt ervoor dat kinderen op hun verjaardag een pakket krijgen met daarin een cadeautje en iets lekkers om te trakteren op school.

Bij de Stichting Kinderen van de Voedselbank kunnen klanten van de Voedselbank kledingpakketten aanvragen voor hun kinderen.

 [kinderenvandevoedselbank.nl](http://kinderenvandevoedselbank.nl) 51

## 8 STICHTING SCALA

Stichting Scala is een brede welzijnsinstelling die met name werkzaam is in de gemeente Ooststellingwerf. Scala werkt met ruim 70 beroepskrachten en meer dan 150 vrijwilligers aan allerlei activiteiten die het welzijn in Ooststellingwerf bevorderen. In peuterspeelgroepen, in dorpen en buurten, in brede scholen, in jongerenruimtes, en ook gewoon op straat. Ze ondersteunen bij vrijwilligerswerk, bemiddelen bij burenruzies, bevorderen het sporten en bewegen voor alle leeftijden, ontwikkelen samen met bewoners (sport) activiteiten en ondersteunen de ontwikkeling van kinderen. Scala brengt mensen letterlijk en figuurlijk (weer) in beweging. En ondersteunt mensen bij het (zelf) oplossen van problemen. Ze werken samen met allerlei organisaties en instanties en niet te vergeten met grote inzet van vrijwilligers en bewoners zelf! Zo werken zij gezamenlijk aan welzijn in Ooststellingwerf!

### Budgetmaatjes

De getrainde budgetmaatjes helpen u bij het op orde brengen van uw financiële administratie en wat u zelf kunt doen om overzicht te houden. Belangrijk is het geven van handvatten zodat u zelf leert welke stappen u kunt nemen. De budgetmaatjes proberen u de regie terug te geven over uw leven vanuit gelijkwaardigheid en eigen verantwoordelijkheid. U kunt hiervoor terecht bij Marleen van der Heijden:

☎ 06 - 46 13 46 18

✉ [mvanderheijden@scala-welzijn.nl](mailto:mvanderheijden@scala-welzijn.nl)

### Koffieclub en Creacub

Op zoek naar een gezellige plek om nieuwe mensen te ontmoeten? Elk dinsdagochtend kunt u van 10:00-11:30 uur terecht bij de Koffieclub. Hier kun je biljarten, darten, ontspannen en plezier hebben in een andere omgeving. Houdt u van knutselen en creatief bezig zijn of wilt u dit eens proberen? En wilt u dit

samen met anderen doen? Kom dan naar de Creacub. Elke donderdag van 10:00 - 11:30 uur kunt u creatief bezig zijn met anderen. Voor meer informatie kunt u terecht bij Lisk Marije Stel:

☎ 06 - 25 28 74 14

✉ [welzijnscoaches@scala-welzijn.nl](mailto:welzijnscoaches@scala-welzijn.nl)

### Automaatje

Bent u minder mobiel en lukt het niet om zelf vervoer te regelen? Is hierdoor bijvoorbeeld boodschappen doen, naar de kapper of een bezoek aan familie niet vanzelfsprekend? Of heeft u vervoer nodig naar bijvoorbeeld de dokter of tandarts? Neem dan minimaal twee dagen van tevoren contact op met ANWB Automaatje Ooststellingwerf.

We zijn bereikbaar op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 09.00-11.00 uur op ☎ 06 520 11 433 of via

✉ [automaatje@scala-welzijn.nl](mailto:automaatje@scala-welzijn.nl)

We kijken naar de beschikbaarheid van onze vrijwillige chauffeurs en koppelen

u dan. U betaalt een onkostenvergoeding van € 0,35 per km aan de chauffeur.

### Ouder en kind ochtend

Kom samen met je kind(eren) spelen, ontmoet andere ouders en deel met elkaar ervaringen. Tijdens de ouder en kind ochtend gaan we regelmatig knutselen. Af en toe is er een workshop en maken we bijvoorbeeld samen muziek. Bij mooi weer kunnen (groot)ouders en (klein)kinderen buiten spelen. Locatie: De Kompaan Moskampweg 3-5 in Oosterwolde.

### DRIVE

Wanneer u vanwege vervoersproblemen niet naar dagbesteding kunt is dat erg vervelend. Wellicht kan DRIVE voor u daar iets in betekenen. Vrijwillige chauffeurs brengen u dan, indien u dit zelfstandig of met hulp van uw familie niet meer kunt. Zij kunnen de oplossing zijn voor uw knelpunten in het vervoer. DRIVE is een project van Scala in samenwerking met gemeente Ooststellingwerf en Taxi Kort. Voor meer informatie kunt u terecht bij Willy Greijdanus:

☎ 06 - 27 38 18 26 / (0516) 56 72 20 of

✉ [wgrijdanus@scala-welzijn.nl](mailto:wgrijdanus@scala-welzijn.nl)

### Scala Vrijwilligerscentrale

Wilt u iets betekenen voor een ander? Als vrijwilliger kunt u bijvoorbeeld mensen rond rijden, koffie schenken in een verzorgingstehuis, meehelpen in

de natuur of helpen bij een vereniging. Voor passend vrijwilligerswerk kunt u altijd contact met ons opnemen of even binnenwandelen bij Scala. We vertel-

len u graag over de mogelijkheden en leggen wanneer gewenst contact met de vrijwilligersorganisatie.

Alle vrijwilligersvacatures en informatie kunt u bekijken op:

🏠 [www.scala-vrijwilligerscentrale.nl](http://www.scala-vrijwilligerscentrale.nl)

Voor contact kunt u bellen naar

☎ 06 - 15 37 06 67 of mailen naar

✉ [vrijwilligerscentrale@scala-welzijn.nl](mailto:vrijwilligerscentrale@scala-welzijn.nl)

## Jongerenwerk

Ben je een jongere in de gemeente Ooststellingwerf? Kom dan eens langs tijdens één van de activiteiten in onze jongerencentra. De jongerenwerkers organiseren samen met jongeren activiteiten, bijvoorbeeld een voetbaltoernooi, een meidenmiddag, een LHBTIQ+ bijeenkomst of een bijeenkomst over het invullen van de belasting. Wil je een activiteit organiseren? Wij gaan graag met je hierover in gesprek. Ook over andere zaken gaan we graag met je in gesprek. Bijvoorbeeld over wanneer je niet goed meer weet wat je moet doen als je mantelzorger bent. Of als je wilt ontdekken waar jouw talenten liggen, dan kun je meedoen aan Young Leaders.

Meer weten?

Volg de jongerenwerkers op Instagram:

**jongerenwerk\_scala**

of neem telefonisch contact op via

 (0516) 56 72 20.

## Holiday Games

Wilt u iets leuks doen met uw kinderen in de vakantie maar weet u niet goed wat?

In elke schoolvakantie organiseren de buurtsportcoaches de Holiday Games.

Kijk voor meer informatie op

 [scala4kids.nl](https://scala4kids.nl) of volg Buurtsport via

Facebook en Instagram: **Buurtsport**

**Ooststellingwerf**

## Stapprogramma's

Instapje, Opstapje en Opstap helpen uw kind bij de ontwikkeling. Kinderen in de leeftijd van 1 t/m 6 jaar leren van en

oefenen met hun ouders.

Stapmedewerkers ondersteunen u bij het op een speelse manier werken aan het vergroten van de vaardigheden van uw kind.

Voor meer informatie kunt u terecht bij Karijn Nijenhuis, coördinator Kind en Gezin. Bereikbaar via

 06 - 55 00 11 54 of

 [stap@scala-welzijn.nl](mailto:stap@scala-welzijn.nl)

## Sporten

Team Buurtsport helpt inwoners die graag willen bewegen, maar voor wie dit financieel niet altijd mogelijk is. Wil je inzicht in je gezondheid, conditie of een gezondere leefstijl? Wij bieden diverse gratis of voordelige activiteiten aan voor kinderen, volwassenen, ouderen en kwetsbare doelgroepen.

Een greep uit ons aanbod:

- Gezonde Helden waar kinderen met overgewicht spelenderwijs werken aan een gezonde leefstijl,
  - Real Life Gamen waar jongeren actief buitenspelen aan de hand van populaire games,
  - Fit-testen (vanaf 18 jaar) voor inzicht in je conditie en gezondheid, maar ook fietsgroepen, leefstijltrajecten, Walking Football,
  - Wandelgroepen, Valpreventie of Stoelfitness.
- Wil je meedoen of heb je vragen? Neem gerust contact met ons op: **buurtsport@scala-welzijn.nl**

## Peuterspeelgroepen

Elk kind tussen de 2 en 4 jaar kan een Peuterspeelgroep bezoeken. Om te spelen, spelenderwijs te leren en 'vrienden voor het leven te maken'. Veel informatie staat in de folders die u online kunt vinden op  [scala-welzijn.nl](http://scala-welzijn.nl) of op kunt halen bij Scala. U bent natuurlijk ook van harte welkom om een keer te komen kijken op één van de peuterspeelgroepen. Als uw peuter naar de peuterspeelgroep gaat, betaalt u een ouderbijdrage. U komt in aanmerking voor kinderopvangtoeslag of voor subsidie van de gemeente Ooststellingwerf. Als u meer wilt weten, kunt u contact opnemen met Marianne Hooijsma (manager Het Jonge Kind)

✉ [mhooijsma@scala-welzijn.nl](mailto:mhooijsma@scala-welzijn.nl) of met Ella van den Berg (peuteradministratie) via  **0516 – 56 72 20**

## Ouderbetrokkenheid

Ouder en kind activiteiten Peuters die peuterspeelgroepen van Scala bezoeken worden op een speelse manier uitgedaagd de wereld om hen heen te ontdekken. Het VVE programma waar op de peuterspeelgroepen mee gewerkt wordt heet Piramide. Als uw peuter in aanmerking komt voor VVE dan zal het een derde dag naar de peuterspeelgroep gaan. Het consultatiebureau bepaalt vaak samen met de pedagogisch medewerker of uw peuter hiervoor in aanmerking komt. Om de ouder betrokkenheid te stimuleren houden wij ouder en kind activiteiten op de verschillende peuterspeelgroeplocaties. De activiteiten vinden op de groep plaats en sluiten aan bij het thema van

dat moment. Met de concrete tips en ideeën kunt u als ouder thuis ook aandacht besteden aan het thema.

 **(0516) 56 72 20**

## Buurtbemiddeling

Ergernissen, irritaties of ruzie met uw burens? Het komt regelmatig voor. Het kan gaan om een opeenstapeling van relatief kleine voorvallen: geluidsoverlast, rommel in de directe omgeving of een meningsverschil over het parkeren van auto's in de straat. Als u er samen niet uitkomt, dan kunt u een buurtbemiddelaar inschakelen. Een buurtbemiddelaar is onpartijdig, denkt mee en probeert een oplossing te zoeken. Buurtbemiddeling is kosteloos. Voor meer informatie over de Buurtbemiddeling kunt u contact opnemen met de coördinator via:

✉ [buurtbemiddeling@scala-welzijn.nl](mailto:buurtbemiddeling@scala-welzijn.nl) of telefonisch via  **06 - 54 35 08 55**

 [www.problemenmetjeburen.nl](http://www.problemenmetjeburen.nl) of [www.scala-welzijn.nl](http://www.scala-welzijn.nl)

## De Welzijnscoach

Heeft u behoefte aan nieuwe contacten of wilt u graag deelnemen aan een activiteit, starten met vrijwilligerswerk of een andere draai geven aan uw leven? Wellicht kan de welzijnscoach u op weg helpen. De welzijnscoach denkt met u mee en kan een luisterend oor bieden, bijvoorbeeld in tijden dat u te maken heeft met verlies of wanneer u niet lekker in uw vel zit en moeite heeft te ontspannen. De welzijnscoach denkt met u mee in mogelijkheden die er zijn. Zij weten welke activiteiten er zijn in de buurt en helpen de drempel te verlagen om deel te nemen. De gesprekken met de welzijnscoach zijn kosteloos. Heeft u een vraag of wilt u graag in contact komen met de welzijnscoach? Dat kan op werkdagen via telefoonnummer: ☎ **06 - 54 35 09 20** of per mail: ✉ **welzijnscoaches@scala-welzijn.nl**

## Naschoolse activiteiten

Alle kinderen in Ooststellingwerf mogen ontdekken. Zij kunnen ontdekken waar ze blij van worden en hoe ze hier hun hobby van kunnen maken. Plezier staat bij de naschoolse activiteiten voorop. Stichting Scala organiseert samen met dorpsgenoten, organisaties en verenigingen naschoolse activiteiten. Wilt u het aanbod zien? Kijk dan op 🏠 **www.scala4kids.nl** of neem contact op met coördinator Silvia Bosgraaf via ☎ **06 - 27 34 0732**.

## Maatschappelijke begeleiding nieuwkomers

Statushouders die in de gemeente Ooststellingwerf komen wonen, krijgen in de eerste twee jaar van Scala bege-

leiding. Deze begeleiding is gericht op het regelen van praktische zaken en het vergroten van de kennis van de Nederlandse samenleving. Het doel van de maatschappelijke begeleiding is het versterken van de zelfredzaamheid en de participatie van statushouders en om de juiste randvoorwaarden te scheppen, zodat statushouders zo snel mogelijk kunnen beginnen met de inburgering. Meer info? Bel met Team maatschappelijke begeleiding nieuwkomers **0516 - 56 72 20** of mail naar **teammbn@scala-welzijn.nl**

## De inloop

Statushouders die in het maatschappelijke begeleidingstraject zitten kunnen iedere maandag van 13.00 uur - 16.00 uur in ruimte 39 (ingang achterzijde) bij Scala terecht voor hulpvragen op allerlei gebieden. Meer info? Bel met Team maatschappelijke begeleiding nieuwkomers **0516 - 56 72 20** of mail naar **teammbn@scala-welzijn.nl**

## Sleutelpersonen

Sleutelpersonen zijn mensen met een migratie- of vluchtachtergrond die als brug fungeren tussen overheid of organisaties en de gemeenschap. Ze helpen nieuwkomers, zoals statushouders, om zich wegwijs te maken in het Nederlandse systeem, bijvoorbeeld op het gebied van zorg, onderwijs of sociaal domein. Ze doen dit vaak door te vertalen, voor te lichten, te bemiddelen of te adviseren.

Wilt u gebruik maken van de dienst sleutelpersonen dan kunt u contact opnemen met Femke Kiewiet (coördinator

sleutelpersonen) op telefoonnummer 06-29 08 988. Er wordt 13,50 euro per uur in rekening gebracht en de minimale afname is 1 uur.

### Participatieverklaringstraject (PVT)

Een participatieverklaringstraject (PVT) is een verplicht onderdeel van de inburgering, waarbij nieuwkomers kennis maken met de kernwaarden, plichten en grondrechten van de Nederlandse samenleving. Het traject duurt minimaal 12 uur, wordt in opdracht van de gemeente Ooststellingwerf uitgevoerd door Scala en wordt afgesloten met het ondertekenen van de participatieverklaring, waarmee de nieuwkomer aangeeft te willen bijdragen aan de samenleving. Meer info? Bel met Team maatschappelijke begeleiding nieuwkomers 0516 - 56 72 20 of mail naar [teammbn@scala-welzijn.nl](mailto:teammbn@scala-welzijn.nl)

### Powervrouwen

Iedere donderdag zijn vrouwen welkom bij de Powervrouwen: een groep vrouwen met uiteenlopende (culturele) achtergronden die samen oefenen met de Nederlandse taal. Een vrijwilliger geeft taalles, waarbij thema's aan bod komen die vrouwen helpen hun zelfvertrouwen en zelfredzaamheid te vergroten. De onderwerpen sluiten aan bij het dagelijks leven, zoals een afspraak maken bij de huisarts, praten met de leerkracht van uw kind, of omgaan met geld en gezondheid. Aanmelden is niet nodig, u bent van harte welkom.

Meer info? Bel met Team maatschappelijke begeleiding nieuwkomers 0516 - 56 72 20 of mail naar [teammbn@scala-welzijn.nl](mailto:teammbn@scala-welzijn.nl)

### Landingsprogramma voor nieuwkomers

Stichting Scala biedt in de gemeente Ooststellingwerf een landingsprogramma voor nieuwkomers. Bent u nieuwkomer? Dan krijgt u gedurende twee jaar maatschappelijke begeleiding die is bedoeld om uw zelfredzaamheid en integratie te ondersteunen. Het landingsprogramma helpt u uw weg te vinden in de gemeente, kennis te maken met lokale voorzieningen en deel te nemen aan het lokale leven. Via activiteiten, themabijeenkomsten en vrijwilligerswerk kunt u uw taalvaardigheid versterken en nieuwe contacten opdoen.

Het landingsprogramma is bedoeld voor wanneer u de zelfredzaamheidsroute volgt binnen de Wet inburgering. U combineert hierbij school met 800 participatie-uren over drie jaar, zodat zowel uw taalontwikkeling als uw integratie worden bevorderd.

### Meehelpen of vragen?

Inwoners en organisaties die ideeën hebben voor bijeenkomsten of activiteiten, kunnen contact opnemen met MetteMarit Smeding, coördinator Landingsprogramma: ☎ 06 - 55001140 of mail naar ✉ [msmeding@scala-welzijn.nl](mailto:msmeding@scala-welzijn.nl).

### Sport

In samenwerking met Scala- Buurtsport worden er regelmatig fiets en/of zwemlessen voor nieuwkomers (-kinderen).

Aanmelden kan via de mail :

✉ [teammbnieuwkomers@scala-welzijn.nl](mailto:teammbnieuwkomers@scala-welzijn.nl).

### Taalmaatjes

Uw kennis van de Nederlandse taal bevorderen? Er zijn maatjes die u kunnen helpen met het oefenen van de Nederlandse taal. Aanmelden kan bij de coördinator Maatschappelijke Begeleiding Nieuwkomers Femke Olijve, te bereiken via ☎ 06 – 29 08 98 88 of via

✉ [folijve@scala-welzijn.nl](mailto:folijve@scala-welzijn.nl).

### Re-integreren en participeren

Binnen onze stichting ondersteunen wij u graag wanneer u wilt re-integreren of meer wilt participeren in de samenleving. Samen met u kijken we naar wat wél mogelijk is en welke stappen passen bij uw situatie.

Onze begeleiding en activiteiten helpen u om structuur op te bouwen, fitter te voelen, nieuwe mensen te ontmoeten en met meer vertrouwen toe te werken naar werk, vrijwilligerswerk of een passende daginvulling. Dit gebeurt altijd op een manier en in een tempo dat bij u past.

### Wij bieden onder andere:

- Groepsactiviteiten die zorgen voor ritme, sociale contacten en plezier.
- Beweeg- en leefstijlprogramma's die uw gezondheid ondersteunen.
- Persoonlijke begeleiding om passende activiteiten voor u te vinden. Mogelijkheden om nieuwe vaardigheden te ontdekken en te ontwikkelen.

Als stichting staan wij voor u klaar om u te helpen weer in beweging te komen — zowel fysiek als sociaal.

Wilt u meer weten of meedoen? Neem dan gerust contact op via ✉ [communicatie@scala-welzijn.nl](mailto:communicatie@scala-welzijn.nl)

## 9 GELDFIT OOSTSTELLINGWERF

Geldfit Ooststellingwerf helpt u gratis om grip op uw geld te krijgen. U kunt hierbij denken aan hulp bij:

- Het uitvoeren van een financiële check,
- Hulp bij moeilijke brieven,
- Overzicht maken van inkomsten en uitgaven,
- Invullen van formulieren,
- Bellen met organisaties,
- Aanvragen van een uitkering of toeslagen,
- Contact opnemen met een schuldeiser om een rekening in delen te betalen,
- Aanvragen van landelijke en lokale regelingen/voorzieningen zoals voedselbank, volwassenenfonds, etc.

### Spreekuur

Heeft u vragen over geld? Kom gerust langs bij het gratis spreekuur. U hoeft geen afspraak te maken.

### Waar?

De Kompaan Moskampweg 3-5 8431 GB, Oosterwolde

Team Geld en Grip

☎ 0516-567 220

✉ [info@scala-welzijn.nl](mailto:info@scala-welzijn.nl)

### Wanneer?

Dinsdag van 10.00 uur tot 12.00 uur

Woensdag van 17.00 uur tot 19.00 uur

Donderdag van 14.00 uur tot 16.00 uur

Kijk voor meer informatie op: 🏠 [www.ooststellingwerf.nl/geld-besparen](http://www.ooststellingwerf.nl/geld-besparen).

## 10 GRATIS ADVIES ENERGIECOACH

Wilt u een gratis energiecoach op bezoek bij u thuis? De gemeente Ooststellingwerf helpt inwoners met energie besparen in huis. Vraag gratis een gesprek aan met een van de energiecoaches. Een energiecoach komt graag langs om samen met u te kijken hoe u energie kunt besparen. U bepaalt zelf wat u van het advies overneemt. Het maakt niet

uit of u in een koopwoning of huurwoning woont, de energiecoach is er om u te helpen. U kunt een afspraak maken via de website van de gemeente Ooststellingwerf: 🏠 [www.ooststellingwerf.nl/advies-energiecoach](http://www.ooststellingwerf.nl/advies-energiecoach)

**SAMEN  
KIJKEN WE  
NAAR WAT  
WÉL KAN**



gemeente



ooststellingwerf