

HELP GIDS

rondkomen en meedoen
met een laag inkomen





gemeente | **tytsjerksteradiel**

Raadhuisweg 7
9251 GH Burgum

www.t-diel.nl
gemeente@t-diel.nl

Helpgids Tytsjerksteradiel
Maart 2026

Inleiding

Deze gids helpt u om rond te komen met een laag inkomen. U leest welke toeslagen er zijn, zoals zorgtoeslag en kinderbijslag. Ook vindt u informatie over hulp in de gemeente, zoals het gebiedsteam en het formulierenloket.

Heeft u (tijdelijk) geen inkomen, bijvoorbeeld omdat u geen werk heeft? In deze gids leggen we uit welke uitkeringen en regelingen de gemeente heeft. U leest ook hoe u deze kunt aanvragen.

U staat er niet alleen voor

De gemeente werkt samen met organisaties die u helpen bij geldzorgen of vragen over geld. U kunt hier gratis terecht, zonder verwijzing. Zij kunnen u bijvoorbeeld helpen met het invullen van formulieren of het aanvragen van een regeling.

Helpgids

De helpgids is een uitgave van de gemeente Tytsjerksteradiel. De gids is met uiterste zorg samengesteld. Er kunnen geen rechten aan worden ontleend en wijzigingen zijn voorbehouden.

WhatsApp

Heeft u een vraag? Dan kunt u ook een WhatsApp sturen naar **06 38 85 39 79**. Het is niet mogelijk om naar dit nummer te bellen of een sms te sturen.

Op t-diel.nl/helpgids staat meer informatie. Scan de QR-code voor de digitale Helpgids en meer handige linkjes en sneltoetsen!



Hoofdstuk 1

Inkomen

- › Kan ik een bijstandsuitkering aanvragen? 12
- › Hoe vraag ik een bijstandsuitkering aan? 14
- › Wat is een IOAW uitkering? 16
- › Hoe vraag ik IOAW aan? 17
- › Wat is een IOAZ uitkering? 18
- › Hoe vraag ik IOAZ aan? 18
- › Kan ik hulp krijgen bij het opstarten van een bedrijf? 19

Hoofdstuk 2

Ondersteuning bij inkomen

- › Vergoeding van bijzondere kosten 24
- › Individuele inkomenstoelage 26
bij langdurig laag inkomen
- › Meedoen aan sport en cultuur 27
- › Studeren met de individuele studietoelage 28
- › Ziektekostenverzekering AV Frieso 29
- › Kwijtschelding gemeentelijke 31
belastingen en waterschap

Hoofdstuk 3

Zorg, welzijn en wonen

› Het gebiedsteam	36
› Onafhankelijke cliëntondersteuner	37
› Ik heb geldzorgen, wat nu?	39
› Vergoedingen aanvragen bij andere organisaties	41
› Aftrek specifieke zorgkosten	42
› Kinderopvangtoeslag	43
› Kinderbijslag	44

Hoofdstuk 4

Voorzieningen in de gemeente

› Maatschappelijke voorzieningen	50
› Voedselbank en Energiecoach	50
› Humanitas-afdeling Noordoost Friesland	51
› IDO (Informatiepunt Digitale Overheid)	52
› Juridisch loket	53
› Cliëntenraad Werk en Inkomen	53
› KEARN Vrijwilligerscentrale	53



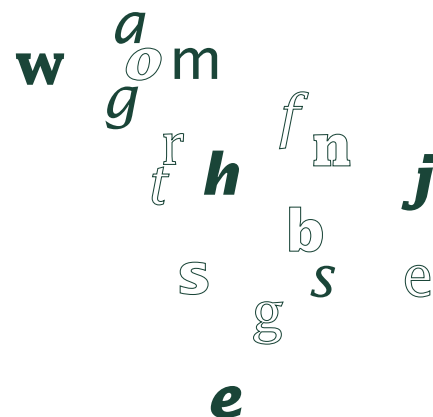
Als lezen, schrijven en/of rekenen moeilijk voor u is

Lezen, schrijven en rekenen is voor sommige mensen moeilijk.

Heeft u bijvoorbeeld moeite met:

- › brieven lezen
- › reizen met de trein of de bus
- › voorlezen aan uw (klein)kinderen
- › pinnen en digitaal betalen of werken met de computer

Kom eens langs bij het Digi-taalhuis in dbieb. Vrijwilligers helpen u bij het beter leren lezen en schrijven. U vindt er lesmateriaal en computers met programma's die helpen om beter te leren lezen, schrijven en rekenen. De lessen zijn gratis. U hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek.



Hoe vraag ik hulp aan?

Voor meer informatie en hulp kunt u terecht bij dbieb, Schoolstraat 27 in Burgum.

Kijk op www.dbieb.nl/helpt of op www.ikwilleren.nl. Hier vindt u informatie over het leeraanbod bij u in de buurt.

De VoorzieningenWijzer

Voor welke regelingen en toeslagen komt u in aanmerking?

Op de website **www.devoorzieningenwijzer.nl** checkt u eenvoudig op welke regelingen u mogelijk recht heeft.

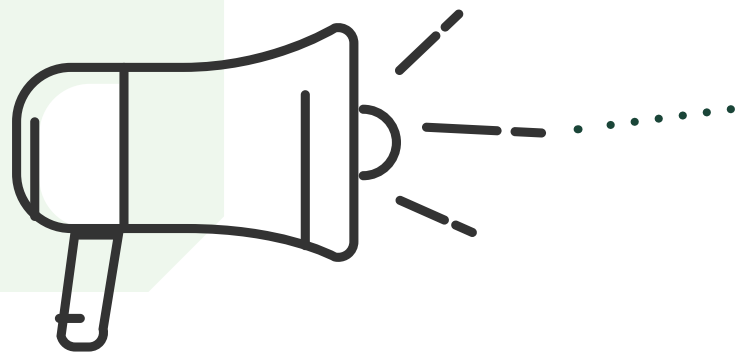
De site geeft een totaaloverzicht van gemeentelijke regelingen, landelijke toeslagen en de mogelijkheid om zorgverzekeringen en energiecontracten te vergelijken.

Op de website doet u direct een aanvraag.

Hulp nodig?

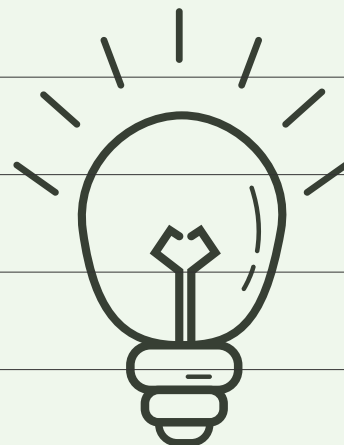
Vraag een adviesgesprek aan bij Humanitas.

Bel met **06 57 64 53 19** of stuur een e-mail naar **no.friesland@humanitas.nl**.



Aantekeningen en belangrijke telefoonnummers

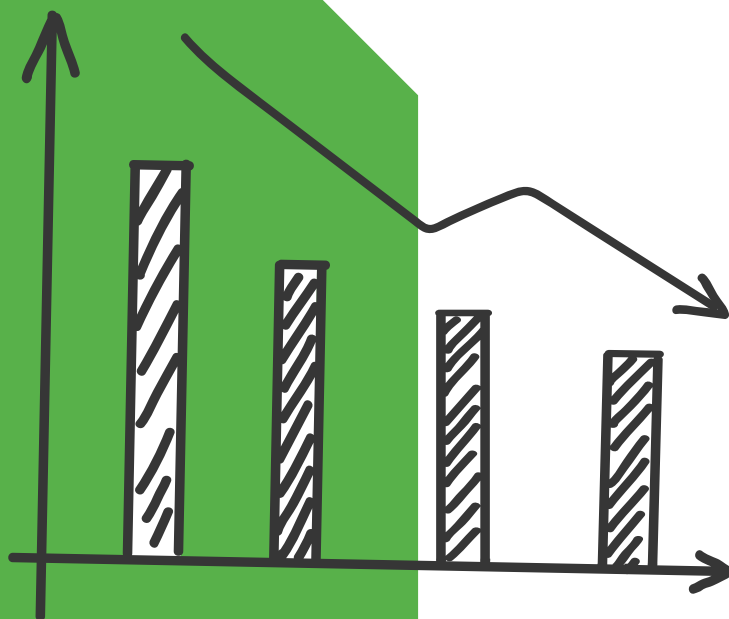
Na ieder hoofdstuk in de helpgids vindt u een handige pagina. Daar is ruimte voor belangrijke telefoonnummers. Of bijvoorbeeld om de naam op te schrijven van de persoon waar u vaak contact mee heeft bij de gemeente. Maak er gebruik van!



HOOFDSTUK 1

INKOMEN

Het eerste hoofdstuk
geeft veel informatie over
inkomen. Bijvoorbeeld
over hoe en waar u een
uitkering kunt aanvragen.





Kan ik een bijstandsuitkering aanvragen?

Een bijstandsuitkering is er voor mensen die:

- › een inkomen hebben wat lager is dan de bijstandsnorm
- › niet in aanmerking komen voor een andere uitkering

U krijgt een bijstandsuitkering van de gemeente om van te leven. Deze uitkering krijgt u totdat u zelf genoeg inkomen heeft. De gemeente kan u helpen, bijvoorbeeld bij het vinden van geschikt werk.

Andere uitkeringen

Wanneer u bijstand aanvraagt, bekijken we of u recht heeft op een andere uitkering. Zoals een Werkeloosheidsuitkering of Ziektewetuitkering van het UWV. Heeft u geen recht op een andere uitkering? Dan heeft u misschien recht op een bijstandsuitkering van de gemeente.

U kunt een bijstandsuitkering krijgen als u:

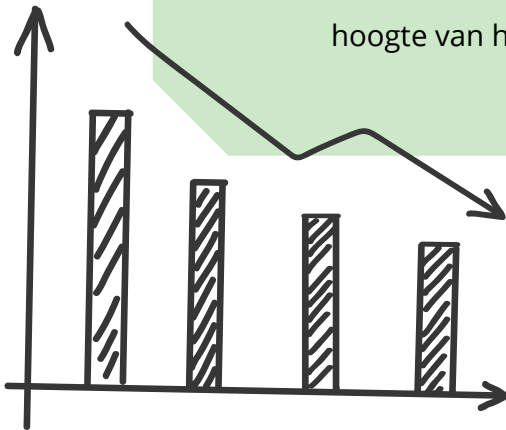
- › 18 jaar of ouder bent, en jonger dan de AOW-leeftijd
- › niet illegaal in Nederland woont
- › niet genoeg inkomen en weinig vermogen heeft (woont u samen, dan telt het inkomen en vermogen van uw partner mee)
- › niet in de gevangenis zit

Inkomenscheck en vermogen

Vraagt u een bijstandsuitkering aan, dan controleert de gemeente of uw inkomen lager is dan een bijstandsuitkering. Ook uw eigen vermogen telt mee in de beoordeling, zoals spaargeld of een eigen woning. Op www.t-diel.nl/bijstandsnorm leest u wat de bijstandsnorm is en hoeveel vermogen u mag hebben.

Wat is een laag inkomen?

Een laag inkomen is een inkomen rond het bijstandsniveau. U vindt de hoogte van de bijstandsbedragen op www.t-diel.nl/bijstandsnorm. Soms wordt door de overheid de term sociaal minimum gebruikt. Dit is het bedrag dat volgens de overheid minimaal per maand nodig is om van te leven. Het hangt van uw persoonlijke situatie af wat de hoogte van het bedrag is.



Hoe vraag ik een bijstandsuitkering aan?

Via **www.werk.nl** vraagt u een bijstandsuitkering aan. De gemeente bepaalt of u een bijstandsuitkering krijgt. Het recht op bijstand gaat normaal gesproken in op de dag dat u bijstand aanvraagt.

Laat u geld liggen?

Ontdek welke toeslagen en regelingen u kunt aanvragen. En of u kunt besparen op uw energiecontract of zorgverzekering.

Ga naar de website en doe de check
www.devoorzieningenwijzer.nl





Het Formulierenloket

Het Formulierenloket van KEaRN is onderdeel van het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO).

U vindt het Formulierenloket in dbieb in Burgum en in dbieb in Gytsjerk.

Tijdens een gratis inlooppreekuur zitten vrijwilligers voor u klaar om te helpen bij het invullen van formulieren. Ook beantwoorden zij uw vragen of verwijzen zij u door. U hoeft geen afspraak te maken.

Burgum

Schoolstraat 27
Elke dinsdag
15.30 – 17.30 uur

Gytsjerk

Simke Kloostermanstrjitte 6
Maandag (in even weken)
15.30 – 17.30 uur

- Meer informatie www.kearn.nl/formulierenlokettdiel
- Meer informatie over Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) leest u op bladzijde 52

Wat is een IOAW uitkering?

Bent u werkloos geworden na uw 50ste? Dan is de IOAW er misschien voor u. IOAW staat voor: Wet inkomensvoorziening oudere en gedeeltelijk arbeidsongeschikte werkloze werknemers. Deze uitkering is een aanvulling op uw (gezins) inkomen tot bijstandsniveau. De gemeente kijkt niet naar uw vermogen, zoals spaargeld en een eigen woning.

U kunt een IOAW-uitkering krijgen als u:

- › geboren bent voor 1 januari 1965 en op of na uw 50ste werkloos bent geworden en langer dan 3 maanden een WW-uitkering kreeg
- › geen WW-uitkering meer kunt krijgen
- › geboren bent voor 1 januari 1965 en op of na uw 50ste een WGA-uitkering (werkhervatting gedeeltelijk arbeidsgeschikten) kreeg, maar dat deze is gestopt omdat u nu minder dan 35% arbeidsongeschikt bent
- › een inkomen heeft dat lager is dan de bijstandsnorm.



Hoe vraag ik IOAW aan?

Een IOAW-uitkering vraagt u aan via **www.werk.nl**. Het recht op IOAW gaat normaal gesproken in op de dag dat u deze uitkering aanvraagt.

Laat u geld liggen?

Ontdek welke toeslagen en regelingen u kunt aanvragen. En of u kunt besparen op uw energiecontract of zorgverzekering.

Ga naar de website en doe de check
www.devoorzieningenwijzer.nl

Wat is een IOAZ uitkering?

Bent u van plan te stoppen met uw bedrijf en bent u 55 jaar of ouder? Dan komt u misschien in aanmerking voor de IOAZ.

IOAZ staat voor: Wet inkomensvoorziening oudere en gedeeltelijk arbeidsongeschikte gewezen zelfstandigen. Deze uitkering vult uw (gezins)inkomen aan tot bijstandsniveau en loopt door totdat u de AOW-leeftijd heeft bereikt.

Let op!

Een IOAZ-uitkering kunt u alleen aanvragen vóórdat u met uw bedrijf stopt. Dus voordat uw bedrijf is uitgeschreven bij de Kamer van Koophandel.

Hoe vraag ik IOAZ aan?

Bureau Zelfstandigen Fryslân (BZF) regelt de IOAZ namens de gemeente Tytsjerksteradiel. Dit bureau zit in Leeuwarden. Bel eerst met BZF, voordat u met uw bedrijf stopt. Bel met BZF op telefoonnummer **14 058** of stuur een e-mail naar **info@bureauzelfstandigenfryslan.nl**.



Kan ik hulp krijgen bij het opstarten van een bedrijf?

Bent u zelfstandig ondernemer of wilt u dat worden? De gemeente kan startende ondernemers helpen als zij (nog) niet genoeg met hun bedrijf verdienen. Bijvoorbeeld met een tijdelijke uitkering of met een geldlening voor het bedrijf. Ook zijn er mogelijkheden als u een bijstandsuitkering heeft en een bedrijf wilt beginnen. BZF onderzoekt in opdracht van de gemeente of er toekomst is voor uw bedrijfsplannen. Wilt u meer weten over financiële hulp bij een eigen bedrijf? Bel met BZF op telefoonnummer **14 058** of stuur een e-mail naar info@bureauzelfstandigenfryslan.nl.

Inloopspreekuur

BZF heeft elke 1e en 3e maandag van de maand een inloopspreekuur. Dit spreekuur is van 15.00 - 17.00 uur in dbieb in Burgum (Schoolstraat 27). Het inloopspreekuur is gratis. U krijgt onafhankelijk advies en kunt gewoon binnenlopen. Een afspraak maken is niet nodig.

Merkmale

w

a

o

m

g

f

n

r
t

h

j

b

s

s

e

g

e

HOOFDSTUK 2

ONDERSTEUNING BIJ INKOMEN

Het tweede hoofdstuk geeft veel informatie over ondersteuning bij uw inkomen. Bijvoorbeeld over bijzondere bijstand, ziektekostenverzekering, individuele inkomenstoeslag en de bijdrage Volwassenenfonds.





Onverwachte kosten betalen met de bijzondere bijstand

Heeft u (ineens) bijzondere noodzakelijke kosten? Dus kosten die niet iedereen heeft? Kunt u de kosten niet op een andere manier betalen of ergens anders vergoed krijgen? Dan kunt u misschien bijzondere bijstand van de gemeente krijgen.

Bijzondere bijstand is er niet alleen voor mensen met een bijstandsuitkering. Bijzondere bijstand is er ook voor mensen met een hoger inkomen. Maar het is dan misschien wel minder bijstand. U kunt niet voor alle kosten bijzondere bijstand aanvragen. U kunt geen bijzondere bijstand aanvragen voor normale kosten zoals boodschappen, huur en eten, meubels en elektrische apparaten.

De meest voorkomende soorten bijzondere kosten vindt u hieronder. Dit zijn voorbeelden. Vraag de gemeente wat er mogelijk is in uw situatie.

- kosten rechtsbijstand
- kosten bewindvoering
- compensatie eigen risico

Hoe vraag ik bijzondere bijstand aan?

Op www.t-diel.nl/bijzondere-bijstand vindt u meer informatie en het aanvraagformulier. Lukt dit niet? Bel ons dan op telefoonnummer **14 0511**.

Zodra u weet wat de kosten zijn, heeft u twee maanden de tijd om bijzondere bijstand aan te vragen.

Mijn inkomen

In deze online omgeving kunt u ook digitaal, met uw DigiD, een aanvraag doen voor bijzondere bijstand. Kijk op www.t-diel.nl/mijninkomen.





Individuele inkomenstoeslag ondersteunt bij een lang en laag inkomen

Heeft u minimaal 3 jaar een laag inkomen, weinig vermogen en blijft uw inkomen laag? Vraag dan de individuele inkomenstoeslag aan. U moet wel 21 jaar of ouder zijn en jonger dan de AOW-leeftijd. Het bedrag kunt u uitgeven aan alles wat u wilt.

Hoe vraag ik de individuele inkomenstoeslag aan?

Op www.t-diel.nl/individuele-inkomenstoeslag vindt u meer informatie, de voorwaarden en het aanvraagformulier. U kunt ons ook bellen op telefoonnummer 14 0511.



Meedoen aan sport en cultuur dankzij de bijdragen uit het Volwassenenfonds of Samen voor alle kinderen

Het Volwassenenfonds is er voor inwoners van 18 jaar en ouder met een laag inkomen. De regeling zorgt ervoor dat u kunt meedoen aan sport en cultuur. Voor kinderen van 4 tot 18 jaar uit gezinnen met een laag inkomen is er Samen voor alle kinderen. Dit voeren Leergeld en Jeugdfonds Sport en Cultuur samen uit.

Hoe vraag ik de bijdragen aan?

Op www.t-diel.nl/volwassenenfonds-sport-en-cultuur vindt u meer informatie, de voorwaarden en het aanvraagformulier. U kunt ons ook bellen op telefoonnummer **14 0511**. Een aanvraag voor kinderen doet u op de website www.samenvoorallekinderen.nl.

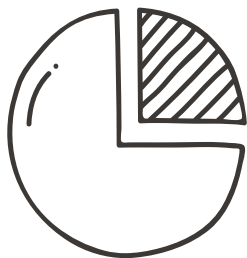
Studeren dankzij de Individuele studietoeslag

Kun je door een blijvende ziekte of beperking niet werken naast je studie? Dan kun je misschien een aanvulling krijgen op je studiefinanciering, zolang je studeert. Dit heet studietoeslag. Je kunt studietoeslag aanvragen als je:

- 15 jaar of ouder bent
- door een blijvende medische beperking niet kunt werken naast je studie
- je studiefinanciering of een tegemoetkoming voor schoolkosten (WTOS) krijgt

Meer informatie

Op www.t-diel.nl/studietoeslag vind je meer informatie en het aanvraagformulier.



Laat u geld liggen?

Ontdek welke toeslagen en regelingen u kunt aanvragen. En of u kunt besparen op uw energiecontract of zorgverzekering.

Ga naar de website en doe de check
www.devoorzieningenwijzer.nl

Goed verzekerd met ziektekostenverzekering AV Frieso

Het is voor iedereen belangrijk om een goede ziektekostenverzekering te hebben. De AV Frieso is een ziektekostenverzekering voor inwoners met een laag inkomen. De gemeente heeft deze verzekering afgesloten bij zorgverzekeraar De Friesland. De verzekering geeft een goede dekking en de gemeente betaalt mee aan de kosten.

De AV Frieso bestaat uit een basisverzekering én een aanvullende verzekering: Hierin zitten veel vergoedingen voor kosten die chronisch zieken en gehandicapten kunnen hebben. Ook kosten voor de tandarts, orthodontie (tot 18 jaar) en een bril zitten hierin. Hiervoor hoeft u dan geen bijzondere bijstand meer aan te vragen.

Een zorgverzekering is duur. Daarom is er Zorgtoeslag. Deze toeslag van de Overheid helpt bij het betalen van uw zorgkosten. Meer informatie over de Zorgtoeslag vindt u op pagina 41.

Hoe vraag ik de AV Frieso aan?

Op www.t-diel.nl/collectieve-ziektekostenverzekering-compleet vindt u meer informatie over het aanvragen. U kunt ons ook bellen op telefoonnummer **14 0511**.

Compensatie eigen risico

Heeft u een chronische ziekte (een aandoening waarvan u naar verwachting niet meer beter wordt) of een handicap? Of heeft u een CIZ-verklaring Wet langdurige zorg, een Wmo-voorziening of een Gehandicapten-parkeervoorziening? En heeft u daarom het volledige eigen risico betaald? Dan kunt u het wettelijk eigen risico gedeeltelijk vergoed krijgen.

Voorwaarden

- › u woont in de gemeente Tytsjerksteradiel
- › u bent 18 jaar of ouder
- › uw inkomen is niet hoger dan 110% van de bijstandsnorm
- › uw vermogen is niet hoger dan het bedrag dat in de Participatiewet wordt vrijgelaten.

Meer informatie en direct aanvragen

Ga naar www.t-diel.nl/compensatie-eigen-risico of bel naar 14 0511.

U kunt de aanvraag doen tot 1 maart van het volgend kalenderjaar.

Komt het bericht dat u uw eigen risico heeft betaald later? Het is mogelijk de compensatie later aan te vragen. Doe dit wel binnen twee maanden vanaf het moment dat u de afrekening heeft gekregen.



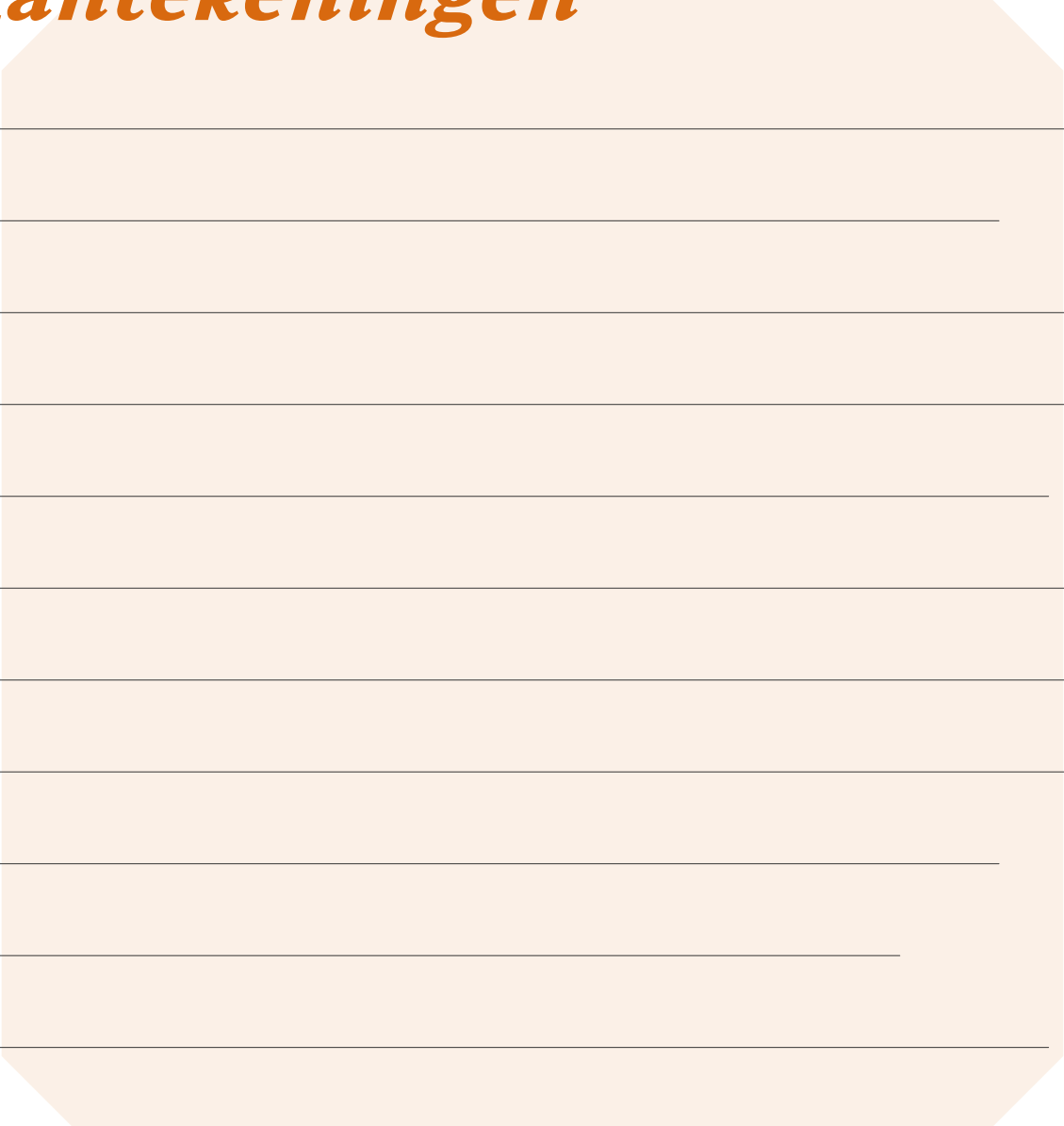
Kwijtschelding van de gemeentelijke belastingen en waterschap

Moet u rondkomen van een laag inkomen en heeft u weinig vermogen? Dan kunt u kwijtschelding aanvragen voor gemeentelijke belastingen en waterschapslasten. Dit doet u bij het Noordelijk Belastingkantoor. Heeft u recht op kwijtschelding? Dan hoeft u deze belastingen niet of voor een deel te betalen. Verandert er niets in uw inkomen of vermogen? Dan kunt u ieder jaar kwijtschelding krijgen als u dat wilt.

Hoe vraag ik kwijtschelding aan?

Op www.t-diel.nl/kwijtschelding-aanvragen vindt u meer informatie en de link naar het aanvraagformulier. U kunt ook bellen met het Noordelijk Belastingkantoor op telefoonnummer 088 7879 000.

Aantekeningen



A light orange notepad with a rounded top and bottom, featuring horizontal ruling lines. The notepad is positioned on a white background. The title 'Aantekeningen' is written in a bold, italicized, orange font at the top left of the notepad. The notepad has 12 horizontal ruling lines, with the first line starting below the title and the last line near the bottom of the notepad. The lines are evenly spaced and extend across the width of the notepad.

w

a
o m
g

r
t ***h***

f n

j

b

s

s

e

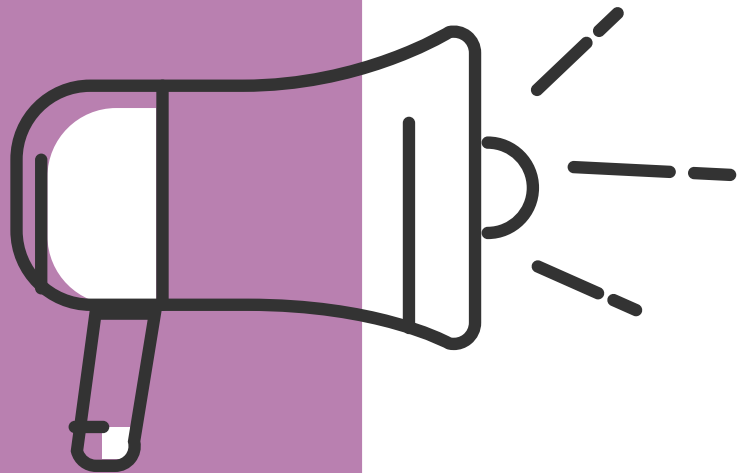
g

e

HOOFDSTUK 3

ZORG WELZIJN WONEN

Het derde hoofdstuk gaat over zorg, welzijn en wonen. Er staat veel informatie in over zorgtoeslag, huurtoeslag en kinderbijslag. En ook hoe en waar u dit aanvraagt.





Het gebiedsteam

Bij het gebiedsteam Tytsjerksteradiel kunt u terecht met al uw vragen over zorg, welzijn en wonen. Bijvoorbeeld over hulp in de huishouding, omgaan met een beperking, eenzaamheid, dagbesteding of ondersteuning bij uw (te lage) inkomen. Ook voor vragen of hulp voor kinderen van 0 tot 18 jaar kunt u terecht bij het gebiedsteam.

Bel met het gebiedsteam

Het gebiedsteam is bereikbaar op telefoonnummer **14 0511**. Ook kunt u digitaal een melding doen via **www.t-diel.nl/mijnzorg**. Na uw aanmelding belt een sociaal werker om een afspraak te maken voor een gesprek bij u thuis.

In dit gesprek bespreekt u uw hulpvraag en kijkt u samen welke oplossing past bij uw situatie. Wat kunt u zelf doen of met hulp van uw omgeving? Wat heeft u nodig om verder te komen? Als het nodig is, zorgt het gebiedsteam ervoor dat u professionele hulp krijgt, bijvoorbeeld vanuit de Wmo. De sociaal werker van het gebiedsteam blijft uw aanspreekpunt zolang dat nodig is.



Onafhankelijke cliëntondersteuner

Soms heeft u als inwoner een (ondersteunings)vraag. Bijvoorbeeld over (langer) zelfstandig wonen en leven, zorg, opvoeding, hulpmiddelen, jeugdhulp, meedoen, welzijn, onderwijs of werk en inkomen. De onafhankelijk cliëntondersteuner helpt u bij het vinden van de juiste zorg of ondersteuning. Deze hulp is gratis.

De onafhankelijk cliëntondersteuner kan onder andere:

- › helpen met uitzoeken wat uw vragen en wensen zijn en deze onder woorden brengen
- › meegaan naar gesprekken
- › helpen bij het zoeken naar de juiste informatie
- › uitleggen hoe een aanvraag verloopt
- › helpen bij het maken van uw keuzes
- › meedenken en helpen zoeken naar oplossingen
- › helpen als u problemen heeft met de zorg of ondersteuning die u krijgt

U kunt rechtstreeks contact opnemen met onderstaande organisaties voor onafhankelijke cliëntondersteuning. Zij helpen u gratis en wijzen u de weg.

Mee Noord

aanmeldpunt@meenoord.nl

088 023 1100

www.meenoord.nl

Stichting Clionn

info@clionn.nl

085 301 9712

www.clionn.nl

Zorgbelang Fryslân

adviespunt@zorgbelang-fryslan.nl

085 483 2432

www.zorgbelang-fryslan.nl

Ik heb geldzorgen, wat nu?

Eerste hulp bij geldzorgen

Heeft u een achterstand bij het betalen van uw huur, energie, water of uw zorgverzekering? Dan is de woningbouwvereniging, zorgverzekeraar of het water- en energiebedrijf wettelijk verplicht dit door te geven aan de gemeente.

Team Eerste hulp bij geldzorgen helpt u om te voorkomen dat uw geldzorgen groter worden. Een medewerker van dit team neemt na een signaal van een betalingsachterstand contact met u op. Dit kan via WhatsApp, telefonisch of met een brief. Zo bieden we een helpende hand om samen een oplossing te vinden voor uw situatie. U bepaalt zelf of u gebruik maakt van de hulp. De hulp is gratis.

Amargi

Heeft u nu nog geen geldproblemen, maar bent u wel bang dat dit gebeurt? Blijf hier niet mee rondlopen en vraag zelf om hulp bij Amargi. De hulp is gratis. Bel naar **0511 465 200** of stuur een e-mail naar **amargi@kearn.nl**.

Thuisadministratie

Heeft u hulp nodig bij het op orde brengen van uw post of administratie? Vraag hulp aan bij Humanitas. Een vrijwilliger komt bij u thuis en helpt om uw administratie op orde te brengen en te houden. De hulp is gratis.

Stuur een e-mail naar **no.friesland@humanitas.nl** of bel naar **06 57 64 53 19**.

Budgetbeheer

Budgetbeheer betekent dat uw geldzaken tijdelijk overgenomen worden. De budgetbeheerder zorgt ervoor dat uw vaste lasten, zoals huur, op tijd betaald worden.

U krijgt zelf geld voor boodschappen (leefgeld).

Wilt u meer weten over budgetbeheer? Bel naar **14 0511**.

Schuldhulpverlening

De schuldhulpverlener van de gemeente zet samen met u al uw schulden op een rijtje. Daarna proberen wij uw schulden met de schuldeisers te regelen.

Een schuldregeling duurt meestal 1,5 jaar. In die tijd lost u zoveel mogelijk schulden af. De rest wordt kwijtgescholden. U kunt daarna met een schone lei verder.

Hoe vraag ik budgetbeheer of schuldhulp aan?

Bel met het team Schuldhulpverlening op telefoonnummer **14 0511**.



Vergoedingen aanvragen bij andere organisaties

De Belastingdienst en de Sociale Verzekeringsbank (SVB) hebben een aantal regelingen waar u misschien gebruik van kunt maken.

Huurtoeslag

Woont u in een huurwoning? Dan heeft u misschien recht op huurtoeslag.

Deze toeslag vraagt u aan bij de Belastingdienst. Maak een proefberekening op **www.belastingdienst.nl**. U vult uw gegevens in en ziet dan of en hoeveel toeslag u krijgt.

Daarna kunt u de toeslag meteen aanvragen op **www.toeslagen.nl**.

Lukt het digitaal niet? Bel dan gratis met de belastingdienst **0800 0543**.

Zorgtoeslag

Iedereen die in Nederland woont en 18 jaar of ouder is, moet een zorgverzekering hebben.

Een zorgverzekering is duur. Daarom is er zorgtoeslag. Deze toeslag van de Overheid helpt bij het betalen van uw zorgkosten. 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? Vraag dan de toeslag aan op **www.toeslagen.nl**.

Regelingen inkomstenbelasting

Als u een inkomen heeft, omdat u werkt of een uitkering krijgt, dan zijn er kortingen mogelijk op uw belasting. Dit zijn onder andere 'heffingskortingen' en de regeling 'aftrek specifieke zorgkosten'. Meer informatie over heffingskortingen vindt u op www.belastingdienst.nl.

Aftrek specifieke zorgkosten

Heeft u hoge zorgkosten? Dan kunt u die misschien aftrekken van de belasting als u uw belastingaangifte invult. Dit heten specifieke zorgkosten. Zoals kosten voor medicijnen, maar bijvoorbeeld ook kosten voor hulpmiddelen of reiskosten. U mag soms ook kosten aftrekken die u voor anderen maakt. Alle voorwaarden en een overzicht van alle zorgkosten die u mag aftrekken vindt u op www.belastingdienst.nl.

Kindgebonden budget

Heeft u kinderen? Dan kunt u misschien kindgebonden budget krijgen. Dit is een bijdrage in de kosten voor uw kinderen tot 18 jaar. Kindgebonden budget krijgt u naast de kinderbijslag en wordt meestal automatisch toegekend. 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.

Krijgt u wel kinderbijslag, maar geen kindgebonden budget? En denkt u hier wel recht op te hebben? Maak dan een proefberekening op www.belastingdienst.nl of bel met de Belastingdienst **0800 0543**.



Kinderopvangtoeslag

Gaan uw kinderen naar de kinderopvang? Dan kunt u misschien kinderopvangtoeslag krijgen. Dit is een bijdrage voor 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.toeslagen.nl of bel met de Belastingdienst **0800 0543**.

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 Sociale Verzekeringsbank (SVB).

Voor wie krijgt u kinderbijslag?

- › uw eigen kinderen
- › geadopteerde kinderen
- › pleegkinderen
- › stiefkinderen
- › kinderen die u opvoedt en verzorgt alsof het uw eigen kinderen zijn

Hulp bij uw belastingaangifte of het aanvragen van toeslagen?

Bij het Formulierenloket (onderdeel van IDO) kunt u terecht voor hulp bij uw belastingaangifte. Er zitten vrijwilligers voor u klaar om te helpen bij het invullen van uw aangifte. Ook vragen over zorg- of huurtoeslag stelt u bij het Formulierenloket. U hoeft geen afspraak te maken. De hulp is gratis. Meer informatie over IDO leest u op bladzijde 52.

Burgum

Schoolstraat 27
Dinsdagmiddag
15.30 – 17.30 uur

Gytsjerk

Simke Kloostermanstrjitte 6
Maandagmiddag (in even weken)
15.30 – 17.30 uur

Wanneer krijgt u kinderbijslag?

U krijgt de kinderbijslag per kwartaal. De eerste keer dat u kinderbijslag krijgt, is in het kwartaal ná de geboortedatum van uw kind. Dat is in januari, april, juli of oktober. De SVB betaalt de kinderbijslag aan het einde van het kwartaal. Meer informatie vindt u op de website www.svb.nl.

Dubbele kinderbijslag

Geeft u intensieve zorg aan uw kind? Misschien krijgt u dan dubbele kinderbijslag. Meer informatie leest u op www.svb.nl.

Aantekeningen

w

a
o m
g

r
t **h**

f n

j

b

s

s

e

g

e

HOOFDSTUK 4

VOORZIENINGEN IN DE GEMEENTE

Het vierde hoofdstuk gaat over de voorzieningen die er in de gemeente zijn. Bijvoorbeeld de Voedselbank, Humanitas of de vrijwilligerscentrale.





Maatschappelijke voorzieningen

Voedselbank

Heeft u niet genoeg geld om eten te kopen, dan kunt u terecht bij de Voedselbank Tytsjerksteradiel in Burgum. Wilt u een aanvraag doen bij de Voedselbank? Vul het digitale aanvraagformulier in op **www.voedselbankt-diel.nl** of bel naar **0511 40 24 84**.

Een medewerker bespreekt bij u thuis uw situatie en beoordeelt of u een voedselpakket kunt krijgen. Het voedselpakket haalt u na goedkeuring om de week zelf op bij de Voedselbank.

Energiecoach

Een Energiecoach komt bij u thuis om samen te kijken waarmee u energie kunt besparen. Tijdens het bezoek neemt de coach gratis energiebesparende producten mee, zoals tochtstrips, ledlampen, radiatorfolie of een waterbesparende douchekop.

Zo verlaagt u uw energierekening en bespaart u direct geld. Het advies en de hulp van de Energiecoach is gratis. Een afspraak maakt u op **www.t-diel.nl/energiecoach**.

Laat u geld liggen?

Ontdek welke toeslagen en regelingen u kunt aanvragen. En of u kunt besparen op uw energiecontract of zorgverzekering.

Ga naar de website en doe de check
www.devoorzieningenwijzer.nl

Humanitas-afdeling Noordoost Friesland

De vrijwilligers van Humanitas helpen mensen die tijdelijk in de problemen zitten. Zij helpen om de regie over uw leven (weer) op te pakken. Bijvoorbeeld als u eenzaam bent, als een dierbare is overleden of als u iets anders heeft meegemaakt waar u nog last van heeft. Een vrijwilliger van Humanitas biedt een luisterend oor. Dit is tijdelijk en gratis.

Home-Start

In elk gezin komen weleens spanningen voor. Bijvoorbeeld door ziekte, overbelasting, problemen met kinderen, partner, werk of geld. Vaak kunnen ouders/verzorgers dat zelf oplossen. Maar soms lukt dat niet, dan is een luisterend oor of helpende hand heel fijn. Dan kunt u terecht bij Home-Start. Zij zijn er voor gezinnen met kinderen in de leeftijd van 0-14 jaar.

Speciaal voor kinderen

Humanitas heeft ook vrijwilligers die het leuk vinden om uw kinderen voor te lezen. Bijvoorbeeld als u zelf moeite heeft met de Nederlandse taal. De vrijwilliger komt bij u thuis. De ondersteuning is bedoeld voor kinderen tussen de 2 en 12 jaar.

Humanitas Kindervakantieweken

Als u door omstandigheden niet op vakantie kunt met uw kinderen, dan is er de Humanitas Kindervakantieweek. Tijdens de Kindervakantieweken kunnen kinderen sporten, spelletjes doen en er zijn creatieve activiteiten. De Kindervakantieweken zijn er voor kinderen tussen de 5 en 12 jaar.

Wilt u gebruik maken één van deze activiteiten? Stuur dan een e-mail naar no.friesland@humanitas.nl of kijk op www.humanitas.nl/noordoost-friesland.

IDO (Informatiepunt Digitale Overheid)

Bij het IDO kunt u terecht met uw vragen over allerlei overheidszaken, zoals het aanvragen van toeslagen en uitkeringen, regelen van zorg, hulp bij uw belastingaangifte of het verlengen van een rijbewijs. IDO bestaat uit een formulierenloket en een Digi-inloop.

Formulierenloket

Tijdens het inloopspreekuur zitten vrijwilligers voor u klaar om samen formulieren in te vullen. Meer informatie vindt u op www.kearn.nl/formulierenlokettdiel. Voor eenvoudige vragen kunt u ook iedere middag terecht bij de medewerkers van dbieb.

Digi-inloop

Bij het digi-inloopspreekuur in dbieb bent u zonder afspraak welkom met vragen over uw iPad, Android tablet, smartphone of computer. Deskundige vrijwilligers helpen u verder. Bijvoorbeeld bij het downloaden van een app, een vergeten wachtwoord of een update.

Burgum

Schoolstraat 27

Digi-inloop

13.30 – 15.30 uur (dinsdag)

Formulierenloket

15.30 - 17.30 uur (dinsdag)

Gytsjerk

Simke Kloostermanstrjitte 6

Digi-inloop

15.00 – 16.30 uur (vrijdag)

Formulierenloket

15.30 - 17.30 uur (maandag in even weken)



Juridisch loket

Het juridisch loket is een onafhankelijke organisatie waar u terecht kunt voor juridisch advies. Persoonlijk advies is gratis voor mensen met een laag inkomen en weinig spaargeld. Op de website www.juridischloket.nl vindt u antwoorden op veelgestelde vragen en voorbeeldbrieven die u kunt gebruiken.

Cliëntenraad Werk en Inkomen

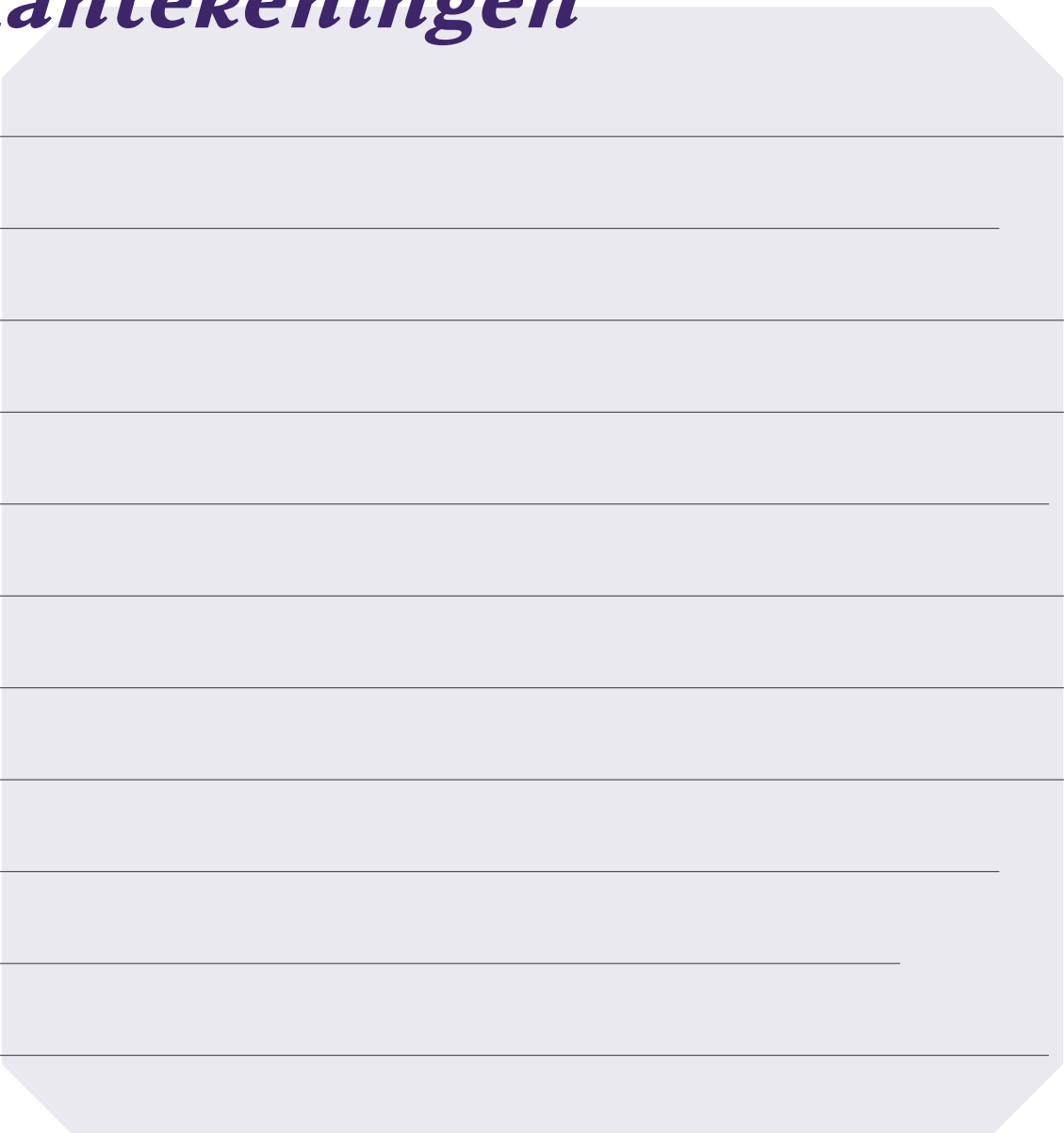
De Cliëntenraad Werk en Inkomen komt op voor de belangen van inwoners in Tytsjerksteradiel met een minimuminkomen. De Cliëntenraad geeft advies aan het college van burgemeester en wethouders van de gemeente.

Meer informatie over het werk van de Cliëntenraad en hoe u met hen in contact komt vindt u op www.clientenraadtdiel.nl.

KEaRN Vrijwilligerscentrale

Inwoners die graag midden in de samenleving staan, kunnen zich als vrijwilliger aanmelden bij KEaRN Vrijwilligerscentrale. Deze organisatie ondersteunt inwoners bij het zoeken naar een leuke vrijwilligersbaan. Daarnaast biedt de Vrijwilligerscentrale ook ondersteuning aan organisaties die vrijwilligers zoeken en/of met vrijwilligers werken.

Aantekeningen



w

a

o

m

g

f

n

r
t

h

j

b

s

s

e

g

e

HELP GIDS

rondkomen en meedoen
met een laag inkomen

gemeente | **tytsjerksteradiel**