



gemeente
Zoetermeer

Zoetermeer voor minder 2.0

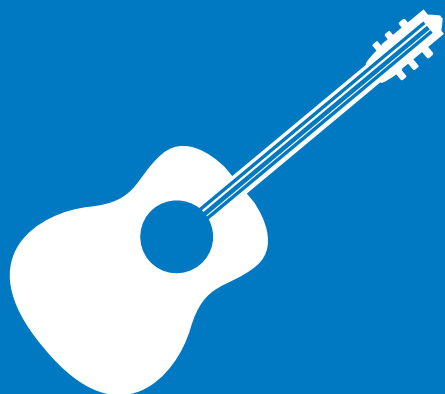


Zoetermeer voor minder 2.0

Inhoudsopgave

HOOFDSTUK 1 ZOETERMEER VOOR MINDER	5
HOOFDSTUK 2 WERK	7
HOOFDSTUK 3 GELD	13
HOOFDSTUK 4 GEZONDHEID EN WELZIJN	25
HOOFDSTUK 5 WONEN	31
HOOFDSTUK 6 KINDEREN	37
HOOFDSTUK 7 JONGEREN	43
HOOFDSTUK 8 OUDEREN	47
HOOFDSTUK 9 HANDIGE WEBSITES	51
HOOFDSTUK 10 OVERZICHT ONDERSTEUNERS	54
ADRESSEN	56
INDEX	67

Sporten, of ontspannen doe je met de ZoetermeerPas gratis of met korting.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

Zoetermeer voor minder

1

In Zoetermeer vinden we het belangrijk dat iedereen mee kan doen. Werken, leren, sporten maar ook meedoen aan ontspannende activiteiten. Dat is alleen niet altijd makkelijk als u een laag inkomen heeft. In deze tweede versie van 'Zoetermeer voor minder' leggen we uit hoe u met een laag inkomen toch mee kan doen in Zoetermeer. We geven tips, leggen uit welke ondersteuning er is en geven aan welke organisaties u kunnen helpen.

Het is mogelijk om meer te doen met minder geld. Zolang u actie onderneemt en de mogelijkheden die er zijn goed benut. Het zijn vaak kleine dingen die u kunt doen waardoor u minder kosten heeft. U kunt bijvoorbeeld bewuster boodschappen doen of zorgen dat het licht niet onnodig brandt. En misschien kunt u aanspraak maken op regelingen die u financieel ondersteunen.

Maar wat als u toch hulp nodig heeft? Dan willen we graag samen met u op zoek naar een passende oplossing. En zijn er veel organisaties die u hierbij kunnen helpen. Bijvoorbeeld Stichting Leergeld, Mensen in de Minima, Humanitas Thuisadministratie, Stichting SOS, de Formulierenbrigade, SchuldHulpMaatje en nog vele anderen. Zij geven u graag tips, ondersteunen u bij uw administratie en helpen bij schulden.

Kortom, dit boekje helpt u op weg om erachter te komen welke mogelijkheden er zijn. Zodat u problemen aan kunt pakken voordat ze uit de hand lopen en zo problemen worden voorkomen. Er is tenslotte veel mogelijk in Zoetermeer!

Voor meer informatie kunt u kijken op www.zoetermeerwijzer.nl en www.zoetermeer.nl.



Winston (38): 'Ik werd nooit uitgenodigd voor een gesprek'

"Ik ben blij dat de bijstand bestaat, maar toch zou ik graag een baan hebben. Daarom heb ik altijd volop gesolliciteerd. Helaas werd ik nooit uitgenodigd voor een gesprek. Ik werd er gek van. Want wat kon ik eraan doen? Ik had wel het goede diploma. Gelukkig kreeg ik hulp van mijn klantmanager bij de gemeente.

Hij heeft mij goed geholpen en dankzij hem heb ik een werkervaringsplek gevonden in mijn vakgebied. Ik verdien nog geen volledig salaris, maar ik leer wel heel erg veel. En de regelmaat is ook prettig. Ik heb leuke collega's en hoop dat als ik goed mijn best doe, ik hier mag blijven werken. Ondertussen blijf ik natuurlijk wel gewoon solliciteren. Ik heb weer hoop voor de toekomst."

Werk

2

Als u werkt, ontvangt u een salaris. Heeft u geen werk, raakt u uw baan kwijt of heeft u een arbeidsbeperking? Dan komt u misschien in aanmerking voor een bijstandsuitkering of andere ondersteuning. Voor een uitkering moet u wel wat doen. U moet blijven solliciteren totdat u een baan vindt, zodat u snel weer zelf rond kunt komen. De gemeente kan u ook ondersteunen bij het vinden van werk. Hieronder leest u enkele tips.

1 Kijk wat u zelf kunt doen.

Oefen een sollicitatiegesprek van tevoren met een vriend. Dan gaat u zelfverzekerd naar het gesprek.

2 Kijk wat uw omgeving voor u kan doen.

Laat vrienden, familie en kennissen weten dat u op zoek bent naar werk. Op deze manier vinden de meeste mensen een baan.

3 Kijk wat de gemeente voor u kan doen.

Heeft u een arbeidsbeperking en zoekt u werk? Meld u zich dan op het Werkplein. Zie pagina 56 voor de contactgegevens

TIP U kunt op verschillende plaatsen in de stad terecht om een computer te gebruiken. In de bibliotheek zijn bijvoorbeeld veel openbare computers te vinden. U betaalt daarvoor wel een (kleine) vergoeding.

TIP Met de ZoetermeerPas koopt u een gebruikte computer met korting bij het leerwerkbedrijf EcoWare. Meer informatie over de ZoetermeerPas vindt u op pagina 13 van dit boekje.



**Praat met zo veel
mogelijk mensen en
vraag hen advies.
Zij kunnen u helpen bij
het zoeken naar werk.**



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

EEN NIEUWE BAAN

Een baan vinden is vaak makkelijker gezegd dan gedaan. Want waar begint u met zoeken? Hieronder leest u enkele tips.

- 1 Spreek uw netwerk aan.
Laat mensen weten dat u werk zoekt. Op deze manier komen de meeste mensen aan het werk. Praat eens met uw buurman of een ouder op school.
- 2 Kijk op internet.
Op onder andere www.wgsp-zoetermeer.nl, www.nationalevacaturebank.nl en www.banentop.nl staan vacatures en tips om te solliciteren.
- 3 Stuur open sollicitaties naar bedrijven die u leuk vindt.
- 4 Kijk op de websites van uitzendbureaus en schrijf u in op www.werk.nl.
- 5 Ga naar het Werkplein van de gemeente.
- 6 Vraag uw klantmanager om hulp.
Als u al een bijstandsuitkering heeft, dan heeft u een klantmanager bij de gemeente gekregen. Hij of zij helpt u met het vinden van een baan.
- 7 U begint voor uzelf.
Neem contact op met Ter Zake Het Ondernemershuis als u hulp nodig heeft bij het beginnen van een eigen onderneming of wanneer u moeite heeft om uw eigen onderneming overeind te houden. Lees meer over ondernemen onder het kopje 'Eigen Bedrijf' in dit hoofdstuk.

TIP Heeft u geen vervoer? Kijk eens bij fietsenwinkels voor gebruikte fietsen. Voor goedkope fietsen kunt u ook terecht bij het leerwerkbedrijf Ecoware.

EIGEN BEDRIJF

Ik wil een eigen bedrijf beginnen. Hoe pak ik dat aan?

De gemeente kan u in Ter Zake Het Ondernemershuis adviseren over hoe u het beste een bedrijf kunt opzetten en alles wat daarbij komt kijken. Denk bijvoorbeeld aan een ondernemingsplan en de bedrijfsvorm. Speciaal voor starters geeft de starterscoach van de Kamer van Koophandel advies.

Bedrijf beginnen?

Sommige investeringen krijgt u wellicht vergoed.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

Kan ik een eigen bedrijf beginnen als ik een uitkering heb?

Als u een bijstandsuitkering heeft, kunt u deelnemen aan een traject van een jaar. Het Regionaal Bureau Zelfstandigen helpt u dan een jaar om de start van uw bedrijf voor te bereiden. In dat jaar houdt u uw uitkering. Uw klantmanager kan u hier meer over vertellen.

Hoe zorg ik voor mijn eigen inkomen als ik een bedrijf start? Of wanneer het slecht gaat?

Onder bepaalde voorwaarden kunt u gebruik maken van het Besluit bijstandsverlening zelfstandigen (Bbz). Dan wordt naar uw situatie gekeken wat de beste oplossing is en kunt u bijvoorbeeld een renteloze lening, een starterskrediet of een aanvulling op uw inkomen tot bijstandsniveau krijgen.

Waar vind ik meer informatie over de Bbz?

Voor meer informatie over de Bbz neemt u contact op met het Regionaal Bureau Zelfstandigen in Rotterdam via telefoonnummer 14 010 of kijk op www.zoetermeer.nl en zoek op 'Bbz'.

TIP Als u werkzoekend bent, kunt u in het arbeidsritme blijven met vrijwilligerswerk. Het helpt u om nieuwe mensen te ontmoeten en vaardigheden te ontwikkelen. Informeer bij het Vrijwilligersinformatiepunt (VIP) voor de mogelijkheden. Heeft u een uitkering? Informeer dan eerst of u met uw uitkering vrijwilligerswerk mag doen.

Paul, 50 jaar 'Ineens was mijn geld op.'

"We hebben nooit zo op ons geld gelet, omdat we toch wel genoeg hadden. Dachten we. Alles kon. In de zomer lekker op vakantie en rond de kerst weer een weekje weg. Vaak een

boek of een dvd kopen. Merkkleding voor de kids. Verder hadden we aardig wat abonnementen. Plus een lening voor onze nieuwe auto. En dan heb ik het nog niet over de smartphones en andere gadgets die iedereen graag wil hebben. Opeens bleven de aanmaningen binnenstromen en stonden we zo rood op onze bankrekeningen dat we niet meer wisten hoe we dat moesten oplossen. Ik kreeg er hoofdpijn van. Ik had vaak ruzie met mijn vrouw over geld. De kinderen snapten niet waarom ze niets nieuws meer kregen. Op een gegeven moment zijn mijn vrouw en ik om de tafel gaan zitten. We hebben contact opgenomen met de afdeling Schuldhulpverlening van de gemeente. Want zelf lukte het niet. De gemeente heeft afspraken gemaakt met onze schuldeisers en we kregen een budgetcoach. Die geeft ons zo'n 150 euro per week en daarmee moeten we het redden. Aan de ene kant schaam ik me dat ik als volwassen man niet goed voor mijn gezin kan zorgen, maar aan de andere kant ben ik erg blij dat we nu aan een oplossing werken."

Geld

3

Misschien kent u het wel, de maand is nog niet voorbij en uw geld is al op. Hoe kan dat? U let toch goed op uw geld? Schrijf eens een maand lang al uw uitgaven op, dan ziet u misschien waarop u kunt besparen. Heeft u bijstand of een laag inkomen? Dan kunt u recht hebben op toeslagen of een korting op uw belasting. U leest er meer over in dit hoofdstuk.

1 Kijk wat u zelf kunt doen.

Op de websites van het Nibud en op www.zoetermeerwijzer.nl vindt u een heleboel handige en leuke tips om geld te besparen.

2 Kijk wat uw omgeving voor u kan doen.

Vraag hulp aan vrienden of familie. Of kijk op www.zoetermeerwijzer.nl of er (vrijwilligers) organisaties zijn die u kunnen helpen.

3 Kijk wat de gemeente voor u kan doen.

Als u bijvoorbeeld hulp nodig heeft om uw schulden te betalen, dan kunt u terecht bij de afdeling Schuldhulpverlening.

DE ZOETERMEERPAS

Wat is de ZoetermeerPas?

Met een ZoetermeerPas kunt u met korting meedoen aan sport, cultuur en ontspannende activiteiten. Denk hierbij aan korting op een lidmaatschap bij een sportvereniging. De pas is gratis voor alle Zoetermeeders met een laag inkomen.



Houd uw uitgaven eens per maand bij, zo wordt u bewust van uw uitgaven.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

De ZoetermeerPas vraagt u digitaal aan op www.zoetermeer.nl/zoetermeerpas. Op deze website vindt u ook meer informatie over de activiteiten en voorwaarden. U kunt het digitale aanvraagformulier invullen met behulp van uw DigiD.

TIP Van veel producten is een goedkope variant te koop van dezelfde kwaliteit.

SCHULDHULPVERLENING

Hoe zorg ik ervoor dat ik geen schulden heb?

Rood staan op de bank of lenen bij een bank kost geld. Het is belangrijk dat u een goed overzicht heeft van uw inkomsten en uitgaven. Heeft u hulp nodig? Dan kunt u via de gemeente een gratis workshop administratie en financiën volgen of een cursus 'omgaan met geld'. U kunt zich opgeven door contact op te nemen met de gemeente via 14 079.

TIP Op internet vindt u veel tips over hoe u verstandig met uw geld kunt omgaan en hoe u geld kunt besparen. Ook vindt u er veel informatie over hoe u uw kinderen kunt leren hoe ze goed met geld kunnen omgaan. Op www.nibud.nl vindt u een heleboel handige en leuke tips. Bijvoorbeeld: 'Kinderen krijgen graag veel cadeaus. Koop dus liever een paar kleine goedkope cadeautjes dan één duur cadeau'. En: 'Heeft u een abonnement op een krant? Laat dat tijdens uw afwezigheid stopzetten'.

Wat is schuldhulpverlening?

Schuldhulpverlening is er voor iedere inwoner van Zoetermeer die geen controle meer heeft over zijn geld en uitgaven of hulp nodig heeft bij het aflossen van schulden. De afdeling Schuldhulpverlening van de gemeente geeft advies en informatie. Daarnaast kan Schuldhulpverlening bekijken of en hoe u begeleid kan worden om uit de schulden te komen.

Zet uw verwarming 's nachts uit en bespaar vele tientallen euro's per jaar



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

TIP Betaal uw vaste rekeningen, zoals uw zorgverzekering en de huur, op tijd! Lukt dat niet? Neem dan contact op met de organisatie en kijk of een betalingsregeling mogelijk is. Doet u niets? Dan schakelt de organisatie een incassobureau of deurwaarder in. U bent dan altijd duurder uit.

Hoe vraag ik schuldhulpverlening aan?

Maak een afspraak via www.zoetermeer.nl/schuldhulpverlening. Ook kunt u bellen naar 14 079. U vindt meer informatie over wat u moet doen met schulden op www.zoetermeerwijzer.nl.

TIP Soms moet u eerst nog zaken ordenen voordat u schuldhulpverlening kunt aanvragen. Lukt u dat niet zelf? Dan kunt u de workshop administratie en financiën volgen. U kunt zich opgeven door contact op te nemen met de gemeente via 14 079. Ook zijn er organisaties die u bij uw administratie kunnen helpen. Kijk op pagina 58 voor deze organisaties.

TIP Liever geen ondersteuning van de gemeente bij het aflossen van uw schulden? Kijk dan op www.zelfjeschuldenregelen.nl.

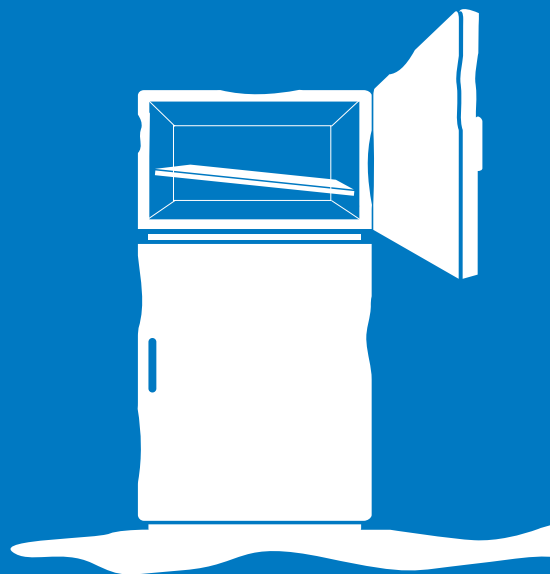
BIJZONDERE BIJSTAND

Wat is bijzondere bijstand?

Bijzondere bijstand is een uitkering waarmee u bijzondere en noodzakelijke uitgaven kunt betalen. Dat zijn kosten die u bijvoorbeeld moet maken door ziekte of de kosten om een apparaat of meubelstuk te vervangen. De kosten kunnen eenmalig zijn, maar kunnen ook wekelijks of maandelijks terugkomen. Als u bijzondere bijstand krijgt, is dat meestal een lening. Die moet u dus wel terugbetalen. In sommige gevallen hoeft dat niet.

Onvoorziene kosten?

Kijk of u in aanmerking komt voor bijzondere bijstand.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

Kan ik bijzondere bijstand krijgen?

Alleen mensen met een laag inkomen en weinig vermogen kunnen bijzondere bijstand krijgen. Om uw vermogen te bepalen, kijken we ook naar uw spaargeld en bijvoorbeeld de waarde van uw koopwoning.

Waarvoor kan ik bijzondere bijstand gebruiken?

U kunt bijzondere bijstand aanvragen als u bijvoorbeeld geld nodig heeft voor:

- kosten die u niet vergoed krijgt door uw zorgverzekeraar
- een bril
- een nieuwe wasmachine
- en nog meer

Als u bijzondere bijstand heeft aangevraagd, dan kijkt een klantmanager van de gemeente of u deze bijstand inderdaad krijgt. U moet kunnen aantonen dat u de bijzondere bijstand heeft gebruikt waarvoor u het heeft aangevraagd. Bewaar de rekening of de bon dus goed. Vraag altijd eerst bijzondere bijstand aan voor u de kosten maakt.

Hoe vraag ik bijzondere bijstand aan?

U vraagt bijzondere bijstand digitaal aan door naar www.zoetermeer.nl te gaan en te zoeken op “bijzondere bijstand”. U kunt het aanvraagformulier invullen met behulp van uw DigiD.

TIP Plaats geen meubels of gordijnen voor de verwarming. Dan kan de warmte uw woning binnenstromen.

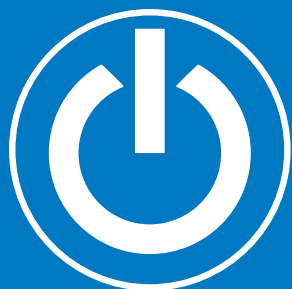
TIP Het ijs dat zich in de vriezer verzamelt, kost onnodig veel energie. Ontdooi uw vriezer daarom regelmatig.

INDIVIDUELE INKOMENSTOESLAG

Wat is individuele inkomenstoeslag?

De individuele inkomenstoeslag is een geldbedrag dat u kunt krijgen als u al lang een inkomen op bijstandsniveau heeft. U moet deze toeslag zelf aanvragen bij de gemeente. Wij kijken dan of u voldoet aan de voorwaarden om de toeslag te mogen krijgen.

**Door apparaten
niet stand-by te laten staan,
bespaart u zo
een paar tientjes per jaar.**



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

Kan ik individuele inkomenstoeslag van de gemeente ontvangen?

De individuele inkomenstoeslag is voor inwoners van Zoetermeer die aan al deze voorwaarden voldoen:

- tussen de 21 en 65 jaar oud
- leeft drie jaar of langer van een inkomen op bijstandsniveau
- heeft de afgelopen drie jaar geen langere tijd een hoger inkomen gehad (bijvoorbeeld door werk)
- heeft geen uitzicht op betaald werk
- heeft voldoende zijn best gedaan om aan werk te komen.

Hoe vraag ik individuele inkomenstoeslag aan?

Voor meer informatie en om de individuele inkomenstoeslag aan te vragen, kunt u kijken op www.zoetermeer.nl en zoeken op “inkomens-toeslag”. U kunt het digitale aanvraagformulier invullen met behulp van uw DigiD.

TIP Heeft u moeite met rondkomen? Dan is budgetteren een goed begin om meer grip te krijgen op uw financiën. Kijk op www.zoetermeer.nl voor meer informatie.

TIP Zet uw screensaver op de computer uit. Die verbruikt onnodig energie.

MINDER BELASTING

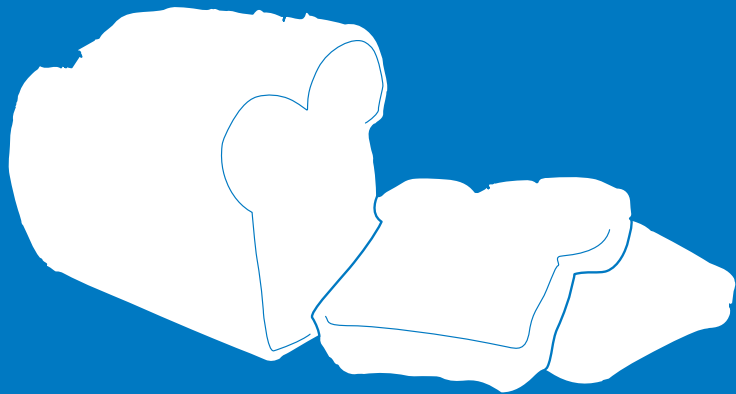
Wat doe ik als ik de gemeentebelasting niet meer kan betalen?

Heeft u een inkomen tot bijstandsniveau? Dan kunt u de gemeente vragen om de belasting kwijt te schelden. U hoeft deze dan niet of maar voor een deel te betalen. U kunt kwijtschelding aanvragen voor:

- rioolheffing
- afvalstoffenheffing
- onroerendezaakbelasting
- hondenbelasting (alleen de aanslag voor de eerste hond).

Bij de beoordeling van uw aanvraag kijkt de gemeente naar uw inkomen en uw vermogen.

**Twee halve broden zijn
duurder dan een heel
brood. Dat geldt voor
veel grootverpakkingen.
Bewaar de rest in
de vriezer.**



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

Voor meer informatie en om kwijtschelding aan te vragen, kunt u kijken op www.zoetermeer.nl/belastingen.

TIP Doe een deksel op de pan bij het koken, het eten is dan sneller warm en u verbruikt minder energie.

TOESLAGEN VAN DE BELASTINGDIENST

Wat is een toeslag van de Belastingdienst?

Een toeslag is een bijdrage van de overheid aan onder andere mensen met een laag inkomen. Er bestaan verschillende toeslagen van de Belastingdienst, bijvoorbeeld: huurtoeslag, zorgtoeslag, kindgebonden budget en kinderopvangtoeslag. Kijk voor meer informatie op www.toeslagen.nl.

TIP Op internet zijn er veel websites die prijzen vergelijken. Zo betaalt u niet te veel voor een koelkast of verzekering.

Marga (31): “We hadden een spaar- potje, maar dat is nu ook wel leeg”

kunnen spelen. Een ander probleem is dat ziek zijn zo duur is. We hebben het al niet breed en mijn verzekeraar vergoedt niet alle kosten. We hadden een spaarpotje, maar dat is nu ook wel leeg. Gelukkig vertelde mijn buurvrouw me over de bijzondere bijstand van de gemeente. We hadden daar nog nooit aan gedacht omdat mijn man een baan heeft. Maar je kunt dus ook bijzondere bijstand krijgen als je werkt. We hebben het daarom meteen aangevraagd via www.zoetermeer.nl. De extra financiële hulp konden we goed gebruiken.”

“Ik had een prettig leven tot ik een paar jaar geleden hoorde dat ik een chronische ziekte had. Daar schrok ik heel erg van. Ik had al een tijdje klachten, maar ik had niet gedacht dat het zo erg zou zijn. Mijn leven wordt nooit meer zoals vroeger, daar heb ik me bij neergelegd. Al blijft het moeilijk om te zien hoe andere moeders met hun kinderen

Gezondheid en Welzijn

4

Ziek zijn kan veel geld kosten. En als u niet zo veel heeft, dan kan dat erg vervelend zijn. Gelukkig kunt u soms financiële hulp krijgen via de overheid en gemeente. In dit hoofdstuk leest u waar u recht op heeft en waar u om hulp kunt vragen.

1 Kijk wat u zelf kunt doen.

Zoek op of er voor uw ziekte een patiëntenvereniging bestaat. Daar kunt u vaak handige tips van krijgen.

2 Kijk wat uw omgeving voor u kan doen.

Er zijn veel vrijwilligersorganisaties die u kunnen helpen of op weg helpen. Kijk op pagina 60 voor deze organisaties.

3 Kijk wat de gemeente voor u kan doen.

Via de gemeente kunt u deelnemen aan een goedkope en uitgebreide zorgverzekering.

COLLECTIEVE ZORGVERZEKERING

Wat is de collectieve zorgverzekering van de gemeente?

Iedereen die in Nederland woont is verplicht om een zorgverzekering af te sluiten. De gemeente Zoetermeer vindt het belangrijk dat ook inwoners met een laag inkomen goed verzekerd zijn. De collectieve zorgverzekering heeft een uitgebreide dekking tegen een relatief lage premie. De premie is laag omdat de gemeente Zoetermeer eraan meebetaalt. Ook uw eigen risico is afgekocht.



Met een gemeentelijke zorgverzekering bent u goedkoper uit.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

Waarvoor ben ik verzekerd met de collectieve zorgverzekering?

De collectieve zorgverzekering bestaat uit de basisverzekering en een uitgebreid aanvullend pakket. Kinderen tot 18 jaar zijn gratis meeverzekerd en u hoeft niet medisch gekeurd te worden.

Kom ik in aanmerking voor de collectieve zorgverzekering?

Op de website van de gemeente vindt u informatie over:

- tot welk inkomen u kunt meedoen
- wat u per maand moet betalen
- wat er in het pakket zit
- hoe u zich kunt aanmelden (ook als u al een andere verzekering heeft).

Meer informatie?

Kijk voor meer informatie op: www.zoetermeer.nl en zoek op “collectieve zorgverzekering”.

TIP Als u niet in aanmerking komt voor de collectieve zorgverzekering, bekijk dan elk jaar welke zorgverzekeraar het beste aansluit bij uw situatie en betaalbaar is.

TIP Voor veel ziekten bestaan patiëntenverenigingen of andere belangenorganisaties. Vraag daar eens om informatie. Lotgenoten hebben vaak waardevolle tips en begrijpen uw situatie.

BIJZONDERE BIJSTAND

Misschien komt u in aanmerking voor bijzondere bijstand. Daarmee kunt u bijzondere, noodzakelijke kosten betalen die u heeft door uw ziekte of beperking. Het gaat om kosten die niet door uw verzekeraar worden betaald. De kosten kunnen eenmalig zijn, maar kunnen ook wekelijks of maandelijks terugkomen. Meer informatie over bijzondere bijstand leest u op pagina 17 van dit boekje.

Moeite met boodschappen doen? Laat ze bij U thuis bezorgen.



WET MAATSCHAPPELIJKE ONDERSTEUNING

Wat is de Wet maatschappelijke ondersteuning?

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) heeft als doel dat iedereen in Nederland zo zelfstandig mogelijk kan leven. Zelfstandig leven betekent dat u onder andere in een schoon huis woont, u mensen kunt ontmoeten en uw dagelijkse activiteiten kunt doen.

Het is hierbij de bedoeling dat u eerst kijkt hoe u zelf uw problemen kunt oplossen. Misschien kunnen familie of kennissen u helpen. Kan dat niet? Dan kan de gemeente u helpen om een andere vorm van ondersteuning te zoeken.

U vindt meer informatie over de Wmo op www.zoetermeer.nl en zoek op "Wmo" of kijk op www.zoetermeerwijzer.nl.

TIP Als u een lange tijd te weinig geld heeft, kunt u zich daar behoorlijk zorgen om maken. Zoveel zorgen, dat u er misschien 's nachts van wakker ligt. U kunt daardoor zelfs psychische klachten krijgen, zoals een depressie of een burn-out. Probeer dit te voorkomen en vraag op tijd om hulp. U kunt het beste een afspraak met uw huisarts maken. Ook heeft iedere wijk wijkcoaches van Kwadraad. Meer informatie vindt u op www.kwadraad.nl. Wilt u anoniem uw verhaal kwijt? Dan kunt u met Sensor bellen via 079 352 3737 en 0900 0767.

Monica (28): “We hadden niets meer”

“Hij heeft me met mijn beste vriendin bedrogen. Ik dacht dat de wereld verging toen ik daar achter kwam. Gelukkig kon ik een tijdje bij mijn oma logeren, want ik wilde geen minuut

langer in dat huis blijven. Nu zitten de kinderen en ik in een flat van de woningbouwvereniging. In het begin was het behelpen, want we hadden niets meer. Alleen onze kleren en wat speelgoed voor de kinderen. Van vrienden heb ik campingstoelen en veldbedden geleend. Ik heb bij de gemeente een uitkering aangevraagd en ben meteen op zoek gegaan naar ander werk. Ik had een parttimebaan, maar daar kon ik niet van rondkomen. Bij de Pelgrimshoeve heb ik leuke tweedehandsmeubels gekocht. Kinderkleding kan je ook goedkoop op ruilbeurzen of op internet kopen. En van de gemeente heb ik bijzondere bijstand voor een wasmachine gekregen, want die kon ik op dat moment echt niet zelf betalen. Zo langzamerhand zitten we er met ons drietjes heel gezellig bij in ons flatje.”

Wonen

5

Een woning kost geld. U moet huur betalen, een inrichting kopen en soms gaat er weleens wat stuk. Om uw woning te verlichten en te verwarmen gebruikt u energie. Dat kan ook erg duur zijn. In dit hoofdstuk leest u hoe u op uw woonlasten kunt besparen.

1 Kijk wat u zelf kunt doen.

Koop tweedehands meubels bij de kringloopwinkel of zoek op internet naar tweedehandsspullen.

2 Kijk wat uw omgeving voor u kan doen.

Als er een klusje in huis moet gebeuren en u dat zelf niet kunt, vraag dan aan uw familie of vrienden of ze u kunnen helpen.

3 Kijk wat de gemeente voor u kan doen.

Als u een laag inkomen heeft dan kunt u van de gemeente bijzondere bijstand krijgen om bijvoorbeeld een wasmachine te kopen.

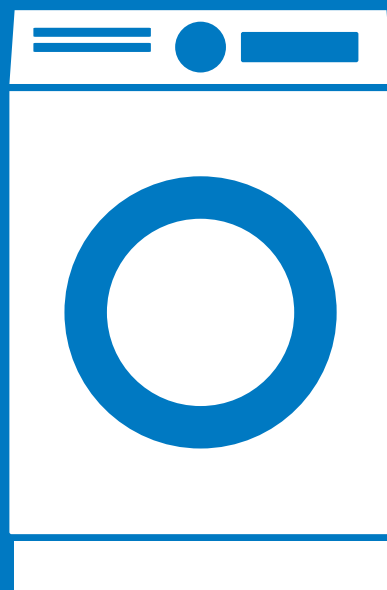
BIJZONDERE BIJSTAND

Kan ik bijzondere bijstand krijgen voor woonlasten?

In sommige gevallen kunt u een vergoeding of lening krijgen voor bijvoorbeeld verhuis- en opknapkosten. Bijvoorbeeld als u door bijzondere medische of sociale redenen moet verhuizen. Dit geldt ook voor meubilair en apparatuur die u zelf niet kunt betalen doordat u een laag inkomen heeft. Meer informatie over bijzondere bijstand leest u op pagina 17 van dit boekje.



Door op 30° te wassen, bespaart u jaarlijks zo een paar tientjes.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

TIP Heeft u een koophuis? En bent u bang dat u de hypotheek niet meer kunt betalen? Kijk dan op www.eigenhuis.nl. Daar vindt u handige oplossingen en praktische tips om problemen te voorkomen.

HUURTOESLAG

Wat is huurtoeslag van de Belastingdienst?

Woont u in een huurhuis? Dan kunt u misschien huurtoeslag krijgen. Huurtoeslag is een bijdrage in de huurkosten en is afhankelijk van uw situatie. Kijk voor meer informatie op www.toeslagen.nl.

TIP Ga voor goedkope meubels naar de kringloopwinkel. Zoetermeer heeft er meerdere: Terre des Hommes, de Pelgrimshoeve en Kringloopcentrum Zoetermeer.

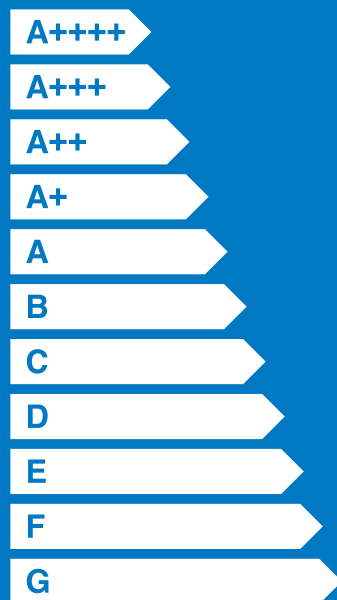
MINDER BELASTING

Wat doe ik als ik de gemeentebelasting niet meer kan betalen?

Heeft u een inkomen tot bijstandsniveau? Dan kunt u de gemeente vragen om de belasting kwijt te schelden. U hoeft deze dan niet of maar voor een deel te betalen. Wilt u weten voor welke belasting u kwijtschelding kunt krijgen? Dat leest u op pagina 21 van dit boekje.

TIP U kunt geld besparen door over te stappen van energie-maatschappij. Ga dus goed na wat u wilt en waar u het goedkoopste uit bent. Let op: het moment waarop u overstapt bepaalt of en hoeveel u daadwerkelijk bespaart. Lees meer over bespaartips op www.zoetermeerwijzer.nl.

**Kies bij de aanschaf van
nieuwe apparaten,
één met een zuinig
verbruik. Dat scheelt
tientallen euro's
per jaar.**



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

TIP Op de website www.energiegenie.nl/bespaarenergie vindt u een heleboel handige tips om te besparen op uw energierekening.

Hieronder hebben wij er alvast een paar voor u op een rijtje gezet:

- Zet de computer uit als u hem langer dan een uur niet gebruikt.
- Haal batterijen uit een apparaat als u het lang niet gebruikt. De batterijen lopen namelijk langzaam leeg en kunnen gaan lekken.
- Zet geen raam open als de verwarming aan staat. Een ventilatie-rooster kan wel.
- Zet de verwarming uit in ruimtes waar niemand komt.

Nicole (45): “Krap zitten is toch een soort taboe tegenwoordig”

niet zo duur zijn. Het internet is wat dat betreft een zegen. Ga maar eens een avond zoeken, dat levert bijvoorbeeld goedkope boeken op. Bij een ouderavond op school heb ik het gewoon eens naar voren gebracht en gevraagd hoe andere ouders dat oplosten. Toen hebben we heel leuk zitten brainstormen en ideeën uitgewisseld. We helpen elkaar nu bijvoorbeeld met oppassen, dat scheelt weer geld. Voor sommige mensen was het een opluchting om het eens te bespreken. Krap zitten is toch een soort taboe, alsof je je kinderen niet het beste van het beste kunt. En dat is flauwekul. Iedereen wil zijn kinderen wel alles geven, maar als ze geboren worden, krijg je er niet meteen een zak geld bij.”

“Ik houd veel van mijn kinderen, maar wat kosten ze soms toch ongelooflijk veel geld! Daar lig ik weleens wakker van. Hun opvoeding kost geld en tel die verlanglijstjes van ze maar eens op. Gelukkig kan je met wat creativiteit leuke oplossingen bedenken die

Kinderen

6

School, kleding, een fiets en cadeautjes. Als u kinderen heeft, herkent u deze kosten vast. Kosten die flink kunnen oplopen. In dit hoofdstuk leest hoe u met minder geld toch uw kinderen kunt geven wat ze nodig hebben.

1

Kijk wat u zelf kunt doen.

In tweedehandswinkels kunt u voor weinig geld leuke kleding en speelgoed kopen.

2

Kijk wat uw omgeving voor u kan doen.

Vraag eens aan vrienden of familie of zij nog kleding of speelgoed over hebben.

3

Kijk wat de gemeente voor u kan doen.

Vraag de ZoetermeerPas aan bij de gemeente. Deze pas geeft korting op sport- en spelactiviteiten, lidmaatschappen en dagjes uit.

VERGOEDING SCHOOLKOSTEN

Als u schoolgaande kinderen en een laag inkomen heeft, dan kunt u van Stichting Leergeld een bijdrage krijgen voor de schoolkosten. Het gaat om een ondersteuning voor uw kinderen van 4 tot en met 17 jaar die op het basis- of middelbaar onderwijs zitten. De bijdrage is bedoeld voor schoolspullen zoals schriften, pennen, rekenmachine, agenda, etc. Kijk voor meer informatie op www.leergeldzoetermeer.nl.



Trakteer uw kinderen op een onvergetelijke dag met de ZoetermeerPas.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

TIP Bij de speel-o-theek of Zoethout kunt u spelletjes en spelattributen lenen. Ook zijn er op Facebook verschillende pagina's waarop mensen spullen gratis weggeven of waarop u met mensen spullen kunt ruilen.

TIP Bent u lid van de bibliotheek? Dan kunt u met uw bibliotheekpas korting krijgen op diverse uitstapjes in heel Nederland. Kijk op www.voordeelmetjebiebpas.nl voor alle mogelijkheden.

ZOETERMEERPAS

Wat is de ZoetermeerPas?

De ZoetermeerPas is een gratis pas voor mensen met een laag inkomen. De pas zorgt ervoor dat ze kunnen meedoen aan sportieve, culturele en ontspannende activiteiten. Hebben u en uw partner samen een laag inkomen? Dan kunt u samen met uw kinderen onder de 18 jaar de pas aanvragen. Kinderen boven de 18 jaar moeten hun eigen pas aanvragen. U vraagt de pas aan via www.zoetermeer.nl/zoetermeerpas. Kijk voor meer informatie op pagina 13.

TIP Informeer ook eens bij de wijk sportverenigingen en de Brede School waar kinderen gratis of goedkoop leuke dingen kunnen doen. Of kijk op de wijkwebsite voor activiteiten in uw buurt. U komt er door op www.zoetermeer.nl op de plattegrond te klikken.

TIP Het is belangrijk om uw kinderen te leren omgaan met geld. Dit kan financiële problemen voorkomen als zij ouder worden. Kijk op www.meerpunt.nl voor tips hoe u dit kan aanpakken.

TIP Kinderen tussen 4 en 12 jaar vermaken zich in de schoolvakanties uitstekend bij de activiteiten van Speelmeer. Daar kunnen ze knutselen, sporten en spelen. Kijk op www.speelmeer.nl voor meer informatie. En kijk ook eens op www.gratisdagjeuit.nl of www.goedkopekinderfeestjes.nl.

**Met wat hulp van vrijwilligers
heeft u uw administratie
zo weer op orde.**



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

TIP Bij Prima Speelgoed kunt u opgeknapt tweedehandsspeelgoed kopen voor een klein prijsje. Kijk voor de locatie op pagina 63.

KINDREGELINGEN

Heeft u een of meerdere kinderen onder de 18 jaar? Dan kunt u financiële ondersteuning krijgen voor de kosten van uw kinderen. Bijvoorbeeld kinderbijslag en kindgebonden budget. De hoogte van de ondersteuning hangt af van uw inkomen, uw situatie en de leeftijd van uw kinderen. Kijk op www.rijksoverheid.nl/kindregelingen voor meer informatie.

Voor een algemeen overzicht over hulp en regelingen, ook op andere gebieden, kijkt u op www.zoetermeerwijzer.nl.

Sanne (19): “Dat geld had ik helemaal niet”

“Vorig jaar ging ik op kamers wonen, dat was natuurlijk enorm leuk. Lekker veel vrijheid, kunnen gaan en staan waar ik wil en geen ouders meer die op alles commentaar hebben. Het enige waar ik van

schrok was hoeveel geld dat het allemaal wel niet kost. Ik kreeg studiefinanciering en leende wat geld bij m'n ouders en kwam iedere maand ongeveer uit. Totdat vanuit het niets de gemeentebelasting op de deurmat viel. Opeens moest ik honderden euro's betalen, terwijl er ook een dikke rekening van mijn zorgverzekering binnenkwam voor mijn eigen risico. Dat geld had ik helemaal niet! Toen ik hierover tegen vrienden aan het klagen was kreeg ik de tip om zorgtoeslag aan te vragen. Ik wist niet precies wat dat was en kwam via internet bij het Jongeren Informatiepunt terecht. Zij konden me vertellen dat ik recht had op zorgtoeslag en huurtoeslag. Dat heb ik toen meteen aangevraagd. Dat scheelt honderden euro's per maand. Ook hebben ze me tips gegeven over hoe ik meer inzicht kan krijgen in hoeveel ik iedere maand uitgeef. Superhandig! Nu let ik iets beter op met wat ik uitgeef en probeer ik wat geld te sparen zodat ik ook plotselinge kosten kan betalen.”

Jongeren

7

Als je 18 jaar wordt, ben je volgens de wet volwassen. Naast die lang verwachte vrijheid komen er veel verantwoordelijkheden op je af. Ook op financieel gebied. Je moet bijvoorbeeld je eigen zorgverzekering afsluiten en je bepaalt zelf welke abonnementen je afsluit. Zorg er dus voor dat je niet met je financiën in de problemen komt.

1 Kijk wat je zelf kunt doen.

Zoek goed uit welke dingen je moet regelen en betalen als je 18 jaar wordt. Denk bijvoorbeeld aan je zorgverzekering, belastingen en toeslagen.

2 Kijk wat jouw omgeving voor jou kan doen.

Ga een keer langs bij het Jongeren Informatie Punt (JIP). Daar kunnen ze je helpen als je vragen hebt over bijvoorbeeld geldzaken.

3 Kijk wat de gemeente voor jou kan doen.

Kijk eens op de jongerenwebsite van de gemeente www.zoetermeer.nl/jongeren voor informatie over bijvoorbeeld regelingen en hulp.

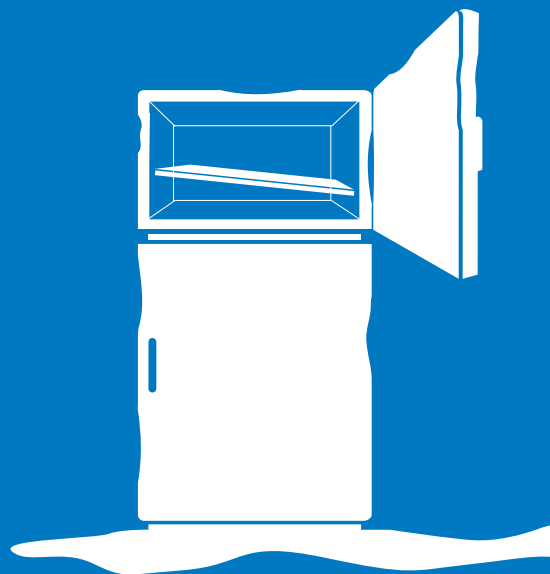
TEGEMOETKOMING VOOR SCHOLIEREN

Als je tussen de 18 en 30 jaar oud bent en op de middelbare school, volwassenonderwijs of speciaal onderwijs zit, dan kan je mogelijk aanspraak maken op de tegemoetkoming scholieren. Dit is een bijdrage in de schoolkosten die je moet maken. Kijk voor meer informatie op www.duo.nl en zoek op “tegemoetkoming scholieren”.



Onvoorziene kosten?

Kijk of u in aanmerking komt voor bijzondere bijstand.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

TIP Het JIP heeft het spreekuur “je geld en je toekomst” waar je vragen kunt stellen over alles wat te maken heeft met geld. Ga naar www.jipzoetermeer.nl voor meer informatie.

Studiefinanciering en studievoorschot

Studeren is investeren in je toekomst. Letterlijk en figuurlijk, want lesgeld en boeken zijn niet goedkoop. In de meeste gevallen kun je in aanmerking komen voor studiefinanciering of een studievoorschot. Kijk voor meer informatie op www.duo.nl.

TIP Ben je er aan toe om het huis uit te gaan en om een eigen plek te vinden? Volg de “Get Started”-training bij het JIP. Kijk voor meer informatie op www.jipzoetermeer.nl en zoek op “Get Started”.

Bijzondere bijstand

Heb je bijzondere, noodzakelijke kosten? Maar heb je daar geen geld voor? Dan kom je misschien in aanmerking voor bijzondere bijstand. Die kun je bijvoorbeeld aanvragen als je kosten door ziekte hebt. Kijk op pagina 17 voor meer informatie over bijzondere bijstand.

Let op: Ben je jonger dan 21 jaar? Dan zijn jouw ouders nog verplicht om je te onderhouden. Als je ouders de noodzakelijke kosten voor je betalen, dan kan je geen aanspraak maken op bijzondere bijstand. Dit zijn bijvoorbeeld kosten voor de boodschappen, huur en studie.

TIP Het is niet altijd makkelijk om iedere maand rond te komen. Een goede voorbereiding kan enorm helpen. Weet wat er binnenkomt, welke rekeningen je moet betalen en probeer wat geld achter de hand te houden voor onverwachte kosten. Kom je er in je eentje niet uit? Niet getreurd, er zijn allerlei oplossingen: van een online budgetcursus tot vrijwilligers die je thuis helpen om je administratie op orde te houden. Kijk op pagina 58 voor organisaties die jou kunnen helpen.

Mevrouw De Groot (78): “Ik hoor er weer helemaal bij”

“Twee jaar geleden is mijn man overleden. We hebben altijd veel samen gedaan en ik wist niet hoe ik verder moest zonder hem. In het begin kwam de familie wat vaker op bezoek, maar na een tijdje hield dat op. Toen zat ik alleen maar in mijn stoel te wachten. Tot mijn huisarts een paar

gesprekken met een maatschappelijk werkster voor me regelde. Dat heeft me goed geholpen. Nu ga ik geregeld naar het buurtcentrum voor een kopje koffie en ik ben laatst zelfs mee geweest op een dagtocht voor ouderen. Ik heb ook meer contact met de mensen in de buurt gekregen nu ze me vaker op straat zien. De buurman heeft vorige week nog een lamp voor me gerepareerd en de meisjes van iets verderop helpen me soms met mijn boodschappen. Als tegenprestatie leer ik ze haken en breien, want dat kunnen veel vrouwen niet meer. Ik vind dat ik het wel goed heb getroffen in deze buurt, ik hoor er weer helemaal bij.”

Ouderen

8

Als u ouder wordt, kunt u weleens wat extra hulp nodig hebben. Het is fijn als uw familie of burens dat kunnen doen. Maar er zijn ook verschillende organisaties en voorzieningen die u kunnen ondersteunen. Zo kunt u gewoon leuke dingen blijven doen. In dit hoofdstuk leest u daar meer over.

1 Kijk wat u zelf kunt doen.

Ga eens naar de eetcafés in de wijken Meerzicht en de Leyens. Daar kunt u voor een klein prijsje gezellig eten en drinken.

2 Kijk wat uw omgeving voor u kan doen.

Neem contact op met Palet Welzijn. Daar werken ouderenadviseurs die samen met u kijken wat u nog kunt doen.

3 Kijk wat de gemeente voor u kan doen.

Zoetermeeders met een laag inkomen kunnen in aanmerking komen voor o.a. bijzondere bijstand en de ZoetermeerPas. Ook ouderen kunnen hiervoor in aanmerking komen.

BIJZONDERE BIJSTAND

Heeft u bijzondere, noodzakelijke kosten? Maar heeft u daar geen geld voor? Dan komt u misschien in aanmerking voor bijzondere bijstand. Die kunt u bijvoorbeeld aanvragen als u kosten door ziekte heeft. Kijk op pagina 17 voor meer informatie over bijzondere bijstand.

TIP U bent nooit te oud om te leren. Leren schilderen, een instrument bespelen of vrijwilligerswerk maken het leven bijzonder.



Ramen zemen lastig voor u? Vraag het iemand in uw omgeving.



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

MAATSCHAPPELIJKE ONDERSTEUNING

Waar vraag ik hulp als ik het zelf niet meer red?

Heeft u moeite om u te redden in uw eigen huis, directe omgeving of om bij mensen op bezoek te gaan? Dan kunt u contact opnemen met de ouderenadviseur van Palet Welzijn. Deze adviseur vertelt u wat voor activiteiten voor u mogelijk zijn.

U kunt ook contact opnemen met de gemeente. De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)-consulent kijkt met u in hoeverre uw beperking door uzelf, samen met uw familie of vrienden opgelost kan worden en of de gemeente kan ondersteunen. Meer informatie over de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) leest u op pagina 29 van dit boekje.

TIPS U kunt bij wijk- en buurtverenigingen in Zoetermeer gratis of tegen een kleine vergoeding deelnemen aan activiteiten. Kijk ook eens op www.paletwelzijn.nl of ga naar www.voordeelvoorouderen.nl. Daar vindt u praktische informatie over onder meer geldzaken, vakanties, daten, werk, studie en veiligheid.

ZOETERMEERPAS

De ZoetermeerPas is een gratis voordeelpas voor mensen met een laag inkomen. De pas geeft korting op sport, cultuur en ontspannende activiteiten. Met de ZoetermeerPas kunt u aan diverse activiteiten deelnemen die ook gericht zijn op ouderen. U leest meer over de ZoetermeerPas op pagina 13.

**Iets doen in uw wijk?
Als vrijwilliger
kunt u fantastisch
werk doen.**



WWW.ZOETERMEERWIJZER.NL

Handige websites

9

In dit hoofdstuk hebben we een aantal handige websites voor u op een rijtje gezet. Zo vindt u onder het kopje 'Werk' een aantal handige websites voor vacatures. Onder 'Geld' vindt u websites met tips om beter met uw geld om te gaan en bij 'Kinderen' bijvoorbeeld websites voor leuke en goedkope uitjes. Onder het kopje 'Algemeen' vindt u websites van de gemeente.

ALGEMEEN

www.zoetermeer.nl

www.zoetermeer.nl/belastingen

www.zoetermeer.nl/bijstandsnormen

www.zoetermeer.nl/jongeren

www.zoetermeer.nl/schuldhulpverlening

www.zoetermeer.nl/voorelkaar

www.zoetermeer.nl/zoetermeerpas

www.zoetermeerwijzer.nl

WERK

www.adecco.nl

www.banentop.nl

www.dressforsuccess.nl

www.ecoware.nl

www.herenbos.nl

www.indeed.nl

www.intermediair.nl

www.linkedin.com

www.luba.nl

www.nationalevacaturebank.nl

www.olympia.nl

www.randstad.nl

www.rotterdam.nl/rbz

www.tempo-team.nl

www.timing.nl

www.track.reaktgroep.nl

www.tzho.nl

www.unique.nl

www.vipvoorvrijwilligers.nl

www.werk.nl

www.werktalent.com

www.wgsp-zoetermeer.nl



GELD

www.berekenuwrecht.nl	www.thuisafgehaald.nl
www.beteromgaanmetgeld.nl	www.tipsomtebesparen.nl
www.facebook.com/nibud	www.toeslagen.nl
www.kieskeurig.nl	www.volkomengratis.nl
www.letszoetermeer.nl	www.weggeefwinkels.nl
www.nationalebespaartest.nl	www.zelfjeschuldenregelen.nl
www.nibud.nl	www.zobespaarjegeld.nl

GEZONDHEID EN WELZIJN

www.consumentenbond.nl/zorgverzekering	www.regelhulp.nl
www.mooi-zoetermeer.nl	www.stichtingpiezo.nl
www.paletwelzijn.nl	www.vanatotzekerheid.nl
	www.zosamen.nl

WONEN

www.buurtbemiddelingzoetermeer.nl	www.kringloopcentrumzoetermeer.nl
www.dgw.nl	www.pelgrimshoeve.nl
www.doehetzelven.nl	www.terredeshommes.nl
www.eigenhuis.nl	www.toeslagen.nl
www.energiebespaarwijzer.nl	www.vestia.nl
www.energiegenie.nl	www.vidomes.nl
www.huisonderwater.eu	www.woonnet-haaglanden.nl
www.huurcommissie.nl	www.zoetermeerplezier.nl

KINDEREN

www.goedkopekinderfeestjes.nl	www.promotiezoetermeer.nl
www.gratisdagjeuit.nl	www.rijksoverheid.nl/kindregelingen
www.jongperspectief.nl	www.slimmeboefjes.nl
www.leergeldzoetermeer.nl	www.speelmeer.nl
www.meerpunt.nl	www.speelotheken.nl

JONGEREN

www.buurtwerk.nl
www.care-express.nl
www.duo.nl
www.impegno.nl
www.jipzoetermeer.nl
www.jongperspectief.nl

OUDEREN

www.eetcafedeleyens.nl
www.eetcafemeerzicht.nl
www.ikkometen.nl
www.mijnvangnet.nl
www.paletwelzijn.nl
www.voordeelvoorouderen.nl
www.zosamen.nl

10 Overzicht ondersteuners

In het schema ziet u een aantal organisaties en welke hulp zij bieden. Voor meer informatie of de meest actuele contactgegevens kijkt u op www.zoetermeerwijzer.nl.

	Voor wie?	Informatie en advies	Juridische hulp	Administratieve hulp	Financiële hulp	Meer informatie?
Formulierenbrigade	Mensen met een laag inkomen	•	•	•		www.fbzoetermeer.nl
Schuldhulpverlening	Iedereen	•		•	•	www.zoetermeer.nl www.zoetermeerwijzer.nl
Rechtswinkel	Iedereen	•	•			www.rechtswinkelzoetermeer.nl
Juridisch Loket	Mensen met een laag inkomen en weinig vermogen	•	•			www.juridischloket.nl
Kwadraad Maatschappelijk werk	Iedereen	•		•		www.kwadraad.nl
Humanitas Thuisadministratie	Iedereen die ondersteuning bij financiële administratie nodig heeft	•		•		www.humanitaszoetermeer.nl
Mensen in de minima (MIM)	Mensen met een laag inkomen	•		•		www.stichtingmim.nl
Palet Welzijn	Ouderen	•	•	•		www.paletwelzijn.nl
Jongeren informatie punt (JIP)	Jongeren	•		•		www.jipzoetermeer.nl
Stichting SOS Zoetermeer	Iedereen	•		•		www.stichtingsoszoetermeer.nl
Schuldhulpmaatje	Iedereen	•		•		www.schuldhulpmaatje.nl

Adressen

Hieronder vindt u adressen van organisaties die u verder kunnen helpen. De meeste organisaties zijn ook in het boekje genoemd. Voor meer informatie of de meest actuele contactgegevens kunt u het beste in de Zoetermeerwijzer kijken: www.zoetermeerwijzer.nl.

Gemeente Zoetermeer

www.zoetermeer.nl
www.zoetermeerwijzer.nl
antwoord@zoetermeer.nl
Telefoon: 14 079

Publieksplein

Stadhuisplein 1
2711 EC Zoetermeer

Werkplein

Zuidwaarts 9
2711 HA Zoetermeer

WIJKPOSTEN

Wijkpost Buytenwegh De Leyens

Open op maandag tot en met vrijdag van 8.30 uur tot 16.00 uur.
Hannie Schaftrode 142
2717 HN Zoetermeer
079 - 346 9009
wijkpostbuytenwegh-deleyens@zoetermeer.nl

Wijkpost Centrum

(Voor de wijken Stadscentrum, Dorp, Palenstein en Driemanspolder)
Open op maandag tot en met donderdag van 8.30 uur tot 16.00 uur.
Bijdorplan 14
2713 RR Zoetermeer
079 - 346 9001
wijkpostcentrum@zoetermeer.nl

Wijkpost Meerzicht

Open op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 8.30 uur tot 16.00 uur.
Albrandswaard 1
2716 DA Zoetermeer
079 - 346 9003
wijkpostmeerzicht@zoetermeer.nl

Wijkpost Noordhove/Seghwaert

Open op maandag tot en met vrijdag van 8.30 uur tot 16.00 uur.
Roggeakker 194
2723 VR Zoetermeer
079 - 346 9005
wijkpostnoordhove-seghwaert@zoetermeer.nl

Wijkpost Oosterheem

Open op maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag van 8.30 uur tot 16.00 uur.
Oosterheemplein 198
2721 NB Zoetermeer
079 - 346 9007
wijkpostoosterheem@zoetermeer.nl

Wijkpost Rokkeveen

Open op dinsdag tot en met vrijdag van 8.30 uur tot 16.00 uur.
Nathaliegang 79
2719 CP Zoetermeer
079 - 346 9006
wijkpostrokkeveen@zoetermeer.nl

ORGANISATIES VOOR VRAGEN OP HET GEBIED VAN FINANCIËN, ADMINISTRATIE EN JURIDISCHE VRAGEN

Hulp bij het invullen van formulieren

Formulierenbrigade

Croesinckplein 24
2722 EA Zoetermeer
079 – 320 0377
info@fbzoetermeer.nl
www.fbzoetermeer.nl

Stichting Mensen in de Minima – MIM

Locatie Meerzicht
Uiterwaard 27
2716 VB Zoetermeer
079 – 316 3293 of 079 – 316 5945
meerzicht@stichtingmim.nl
www.stichtingmim.nl

Locatie Oosterheem
Oosterheemplein 198
2721 NB Zoetermeer
06-53883757
oosterheem@stichtingmim.nl
www.stichtingmim.nl

Hulp bij administratie en/of schulden

Humanitas Thuisadministratie

correspondentieadres:
Croesinckplein 24-26
2722 EA Zoetermeer
06 – 83 88 97 34
aanmelding.ta@humanitaszoetermeer.nl
www.humanitaszoetermeer.nl

SchuldHulpMaatje Zoetermeer

Correspondentieadres Secretariaat:
Reigersblauw 20
2718 KN Zoetermeer
06-39405015 (coördinator) of 079-3612825 (secretariaat)
secretariaat@shmzoetermeer.nl
www.schuldhulpmaatje.nl
www.shmzoetermeer.nl

Stichting SOS Zoetermeer

(Sociale Ondersteuning van de Samenleving)
correspondentieadres:
Stijn Streuvelshove 3
2726 CD Zoetermeer
06-45187015
info@stichtingsoszoetermeer.nl
www.stichtingsoszoetermeer.nl

Hulp bij juridische zaken

Juridisch loket

Bargelaan 8A
2333 CT Leiden
0900-8020
www.juridischloket.nl

Rechtswinkel

(vrijdagavond van 19.30 tot 21.00)
Zuidwaarts 1
2701 AC Zoetermeer
www.rechtswinkelzoetermeer.nl

KERKELIJKE ORGANISATIES

Beraad van Kerken in Zoetermeer

beraadvankerkenzoetermeer@gmail.com
079-3513128

Diaconaal Overleg Zoetermeerse Kerken – DOZK

dozk.ztm@gmail.com
079-3213940

WELZIJSORGANISATIES EN ORGANISATIES VOOR SOCIALE ONDERSTEUNING

Brijder (verslavingszorg)

Denemarkenlaan 2
2711 EL Zoetermeer
088-3583515 (aanmelden: 088-3583300)
informatie@brijder.nl
www.brijder.nl

Kwadraad (wijkcoaches, maatschappelijk werk en sociaal juridische hulpverlening)

Er zijn spreekuren in diverse wijkcentra
088 - 900 4000
www.kwadraad.nl

Limor (Landelijke Instelling voor Maatschappelijke Ondersteuning en Rehabilitatie)

Semsschans 13-15
2728 HT Zoetermeer
085-485 6000 en 0900-4857545
info@limor.nl
www.limor.nl

MEE Zuid Holland Noord (ondersteuning van mensen met een beperking)

Croesinkplein 24-26
2722 EA Zoetermeer
088 775 2000
www.meezhn.nl

Palet welzijn (Clientondersteuning voor ouderen)

Er zijn spreekuren in diverse wijkcentra
0800 - 9359456 (gratis)
info@paletwelzijn.nl
www.paletwelzijn.nl

Stichting Mooi (Maatschappelijke Ondersteuning van Omgeving en Individu)

Diverse locaties in Zoetermeer
079 – 346 2000
info@stichtingmooi.nl
www.mooi-zoetermeer.nl

Stichting Piëzo (Sociaal-maatschappelijke organisatie: verbindt mensen en talenten)

Rakkersveld 253 en diverse locaties in Zoetermeer
079 – 8887770
info@stichtingpiezo.nl
www.stichtingpiezo.nl

Sensor (dag en nacht een luisterend oor)

0900-0767 of 079 – 352 3737
www.sensor.nl

Track Zoetermeer (reaktgroep)

Teldersrode 25
2717 HR Zoetermeer
079 - 352 2878
zoetermeer@reaktgroep.nl
http://track.reaktgroep.nl

KINDEREN EN JONGEREN

Buurtwerk (sociaal-cultureel werk, jongerenwerk, activering, jongeren-informatie en advies)

Diverse locaties in Zoetermeer

079 – 347 81 11

info@buurtwerk.nl

www.buurtwerk.nl/zoetermeer

Impegno (tijdelijke zorg aan mensen en gezinnen met psychische problemen, die verminderd zelfredzaam zijn)

Croesinckplein 24-26

2722 EH Zoetermeer

0900-4673466

info@impegno.nl

www.impegno.nl

JIP, Jongeren Informatie Punt

Stadhuisplein 4

2711 EC

079-3310056 (WhatsApp: 06-15888955)

info@jipzoetermeer.nl

www.jipzoetermeer.nl

Jong Perspectief (maatjes project voor kinderen en jongeren van 6 tot 24 jaar)

Croesinckplein 24-26

2722 EA Zoetermeer

079-7502233

info@jongperspectief.nl

www.jongperspectief.nl

Meerpunt, Centrum voor jeugd en gezin

Stadhuisplein 2 (in de hoofdbibliotheek)

2711 EC Zoetermeer

079-3310325 (WhatsApp: 06-43174078)

info@meerpunt.nl

www.meerpunt.nl

Prima Speelgoedwinkel

Hitchcockstrook 26

2726 VN Zoetermeer

ORGANISATIE VOOR VRIJWILLIGERSWERK EN STARTEN VAN EEN ONDERNEMING

Ter Zake Het Ondernemershuis

Markt 3

2711 CZ Zoetermeer

079 - 346 9700

info@tzho.nl

www.tzho.nl

Vrijwilligersinformatiepunt (VIP) Zoetermeer

Zuidwaarts 1

2711 HA Zoetermeer

079 – 331 8736

info@vipvoorvrijwilligers.nl

www.vipzoetermeer.nl

ORGANISATIES WAAR U TERECHT KUNT VOOR ZAKEN ALS FIETSEN, COMPUTERS, CONTRIBUTIE VOOR SPORT/CULTUURVERENIGINGEN, VOEDSEL OF KLUSSEN

EcoWare (fietsen en computers)

Wattstraat 58

2723 RD Zoetermeer

079 – 343 6020

info@ecoware.nl

www.ecoware.nl

Kledingbank MeVe

Dijkwater 3
2715 EA Zoetermeer
079-7850726
kledingbankzoetermeer@gmail.com
www.kledingbankzoetermeer.nl

Leger des Heils

Van Lierepad 13
2722 CK Zoetermeer
079-5939190
korps.zoetermeer@legerdesheils.nl
www.legerdesheils.nl/korpszoetermeer

Stichting Leergeld Zoetermeer en omstreken (schoolspullen, bijdrage voor sport en culturele activiteiten, fietsen, computers voor kinderen 4 tot 18 jaar)
correspondentieadres:
Postbus 7121
2701 AC Zoetermeer
079 - 3162384
info@leergeldzoetermeer.nl
www.leergeldzoetermeer.nl

Stichting Present

correspondentieadres:
Mosgroen 165
2718 HJ Zoetermeer
06-38017911
info@presentzoetermeer.nl
www.stichtingpresent.nl/zoetermeer

Vincentiusvereniging Zoetermeer

Plesmanstraat 7-8
2722 NV Zoetermeer
079-3416473
secretariaat@vincentiuszoetermeer.nl
www.vincentiuszoetermeer.nl

Voedselbank Zoetermeer
<http://haaglanden.voedselbankennederland.nl>

OVERIGE ORGANISATIES**Bibliotheek Zoetermeer**

www.bibliotheek-zoetermeer.nl

Eetcafé de Leyens

Gondelkade 33
2725 EC Zoetermeer
079-3438288
www.eetcafedeleyens.nl

Eetcafé Meerzicht

Albrandswaard 1
2716 DA Zoetermeer
079-3208758
www.eetcafemeerzicht.nl

Meldpunt bezorgd (bent u bezorgd over iemand in uw omgeving?)

Vraag om advies of meld het direct)
Croesinckplein 24-26
2722 EA Zoetermeer
088-3550100
info@ggdhaaglanden.nl
www.ggdhaaglanden.nl

Perron 28, Ontmoetingscentrum Oosterheem

Maasstroom 28
2721 BB Zoetermeer
079-3603352
info@perron28.nl
www.perron28.nl

Perron 61, Ontmoetingscentrum Oosterheem

Heicopstraat 61
2729 BV Zoetermeer
079-5937808
info@perron61.nl
www.perron61.nl

Stichting Urgente Noden Zoetermeer (SunZ)

Croesinkplein 24-26
2722EA Zoetermeer
079 - 750 22 44 / 06 – 22350303 (ma, di, do, vr van 13 tot 17 uur)
info@sunzoetermeer.nl
www.sunzoetermeer.nl

Een aanvraag kan uitsluitend worden ingediend door een door SunZ erkende instantie of hulpverlener. Bij alle aanvragen wordt bekeken of er een beroep kan worden gedaan op voorliggende voorzieningen. Aanvragen moeten via het aanvraagformulier worden ingediend. Dit formulier staat op de website.

Vluchtelingenwerk Zoetermeer

Violiervaart 22
2724 VT Zoetermeer
079 – 360 3113
zoetermeer@vwzhn.nl
www.vluchtelingenwerk.nl

Werkgeversservicepunt (WGSP)

Markt 3
2711 CZ Zoetermeer
079-3468100
www.wgsp-zoetermeer.nl

Index

A

Afvalstoffenheffing,
kwijschelding, [21](#)

B

Baan, [9](#)
Belastingdienst, [23](#)
Belasting gemeentelijke, [21](#)
Besluit bijstand zelfstandigen, [11](#)
Bijzondere bijstand, [17](#)
Budgetteren, [21](#)

C

Collectieve zorgverzekering, [25](#)
Computer, [7](#)

D

E

Eigen bedrijf, [9](#)

F

Financiën, [21](#)

G

Gemeentelijke belastingen, [21](#)

H

Hondenbelasting,
kwijschelding, [21](#)
Huis, [31](#)
Huurtoeslag, [33](#)

I

Individuele inkomenstoeslag, [19](#)

J

K

Kindgebonden budget, [41](#)
Kinderopvangtoeslag, [41](#)
Kindregelingen, [41](#)
Kwijschelden
· Afvalstoffenheffing, [21](#)
· Gemeentelijke belastingen, [21](#)
· Hondenbelasting, [21](#)
· Onroerende zaakbelasting, [21](#)
· Rioolheffing, [21](#)

L

M

Maatschappelijke ondersteuning
ouderen, [21](#)

N

O

Onroerende zaakbelasting, [21](#)

P

Q

R

Rioolheffing, [21](#)



S

Schoolkosten vergoeding, [37](#)

Schuldhulpverlening, [15](#)

Studiefinanciering, [45](#)

T

Toeslagen

· Huur, [33](#)

· Zorg, [23](#)

· Tegemoetkoming scholieren, [43](#)

U

V

Vergoeding schoolkosten, [37](#)

Verhuiskosten, bijzondere
bijstand, [17](#)

Vrijwilliger, [11](#)

W

Werk, [9](#)

Wet maatschappelijke
ondersteuning (Wmo), [29](#)

Woonlasten, bijzondere
bijstand [17](#)

X

Y

Z

Zorgverzekering (collectieve), [25](#)

Ziektekostenverzekering
(collectieve), [25](#)

ZoetermeerPas, [13](#)

Zorgtoeslag, [23](#)

Colofon

Dit is een uitgave van de gemeente Zoetermeer
augustus 2015 - oplage 6.000 exemplaren
vormgeving: Tappan Communicatie
drukker: De Bondt