



Mooi Meegenomen

Voor inwoners van de gemeente Groningen
die geld tekort komen

2025

Mooi Meegenomen

Voor inwoners van de gemeente Groningen
die geld tekort komen

Mooi meegenomen

Hoe gebruikt u deze gids? Woont u in de gemeente Groningen, heeft u een laag inkomen uit uw werk, een onderneming of een uitkering en komt u moeilijk rond? Deze gids helpt u geld te besparen. U vindt hierin regelingen die u zelf kunt aanvragen. Achterin staat een handig overzicht. U kunt het ook online opzoeken. Wilt u liever hulp? Dan kunt u terecht bij een WIJ-team in uw buurt waar een medewerker samen met u alles kan invullen.

Wilt u hulp met het (digitaal) aanvragen?

Ga dan naar de gemeente aan het Harm Buitenplein of naar het WIJ-team bij u in de buurt. Zij helpen u graag verder.

WIJ Groningen

WIJ Groningen is er voor iedereen in de gemeente Groningen. Heeft u vragen of zoekt u ondersteuning bij iets waar u zelf niet uitkomt? Het WIJ-team bij u in de buurt staat klaar om u te helpen. U kunt hier gratis en zonder afspraak terecht. Het WIJ-team kan ondersteunen bij onderwerpen zoals geld & werk, veiligheid, wonen, gezondheid, meedoen & ontmoeten, gezin & opvoeden, hulp voor jongeren en zorg & ondersteuning. Meer informatie over het WIJ-team in uw buurt vindt u achterin deze gids of op de website.

WIJ GRONINGEN



Zoek op internet:
wij groningen

Dit icoon geeft aan waarbij het WIJ-team u kan helpen.

Andere taal

De website **gemeente.groningen.nl** kunt u ook lezen in andere talen. Klik daar op de knop Translate, rechts bovenaan de pagina en kies uw taal.

In another language

You can also read the website **gemeente.groningen.nl** in your own language. Click on the button Translate, top right of the page and choose your language.

Inhoud

1. Wonen	8
2. Boodschappen	18
3. Inkomsten en sparen	22
4. Gezondheid en zorg	30
5. Kind en school	36
6. Kleding en spullen	48
7. Uitjes en vrije tijd	54
8. Geldzaken	60
9. Werk	68
10. Organisaties die ondersteunen	74
<u>Overzichten</u>	
WIJ Groningen	80
Inhoudsopgave	82

Wonen

- 1.1 **Huurtoeslag**
 - Belastingdienst
- 1.2 **Woonkostentoeslag**
 - Bijzondere Bijstand
- 1.3 **Thuis- en Dakloze mensen**
- 1.4 **Energiecoach: kleine en goedkope/gratis maatregelen**
- 1.5 **Energieadviseur: grotere maatregelen**
- 1.6 **Energieadvies op maat**
- 1.7 **Is uw woning onderdeel van een Vereniging van Eigenaren (VvE)?**
- 1.8 **Subsidies en leningen verduurzamen woning**
- 1.9 **Websites met tips**
- 1.10 **Grofvuil wegbrengen of laten ophalen**

T



1.1 Huurtoeslag – Belastingdienst

Heeft u een laag inkomen? Dan kan het moeilijk zijn om de huur te betalen. Gelukkig heeft u dan vaak recht op een extra bijdrage van de Belastingdienst: de huurtoeslag.

Wilt u weten of u huurtoeslag kunt krijgen?


Kijk dan op de website van de Belastingdienst.

 Zoek op internet:
belastingdienst huurtoeslag

WJ GRONINGEN

Belastingdienst Kantoor Groningen

Wilt u langskomen? Maak dan eerst een afspraak door te bellen met de Belastingtelefoon: 0800 0543

 Adres:
Kempkensberg 12, Groningen.

 Zoek op internet:
belastingdienst contact

1.2 Woonkostentoeslag - Bijzondere Bijstand

Heeft u een laag inkomen en krijgt u te maken met kosten die u niet kunt betalen? En kunt u deze kosten nergens anders vergoed krijgen? Dan kunt u misschien Bijzondere Bijstand aanvragen bij de gemeente.


Bijzondere Bijstand is bedoeld voor noodzakelijke kosten die door bijzondere omstandigheden zijn ontstaan, bijvoorbeeld door een plotselinge verandering in uw situatie. Op de website vindt u voorbeelden van kosten die hiervoor in aanmerking komen.

Woonkostentoeslag voor huurders

Als u geen recht hebt op huurtoeslag, bijvoorbeeld omdat u op een woonboot woont of uw huur te hoog is, kunt u mogelijk woonkostentoeslag krijgen. Als uw aanvraag voor woonkostentoeslag wordt goedgekeurd, kan het zijn dat de gemeente u vraagt om andere woonruimte te zoeken als uw huur bijvoorbeeld te hoog is.

Woonkostentoeslag voor woningeigenaren

Ook als u een eigen woning hebt, kunt u mogelijk woonkostentoeslag krijgen. Dit is zo wanneer de lasten die u voor uw woning moet betalen te hoog zijn. Er moeten wel bijzondere omstandigheden zijn. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn als uw inkomen onlangs aanzienlijk minder is geworden.

 **Let op:** Meestal worden kosten die u al zelf heeft betaald niet vergoed. Meer informatie en aanvragen kan via: gemeente.groningen.nl/mm1 of bij de gemeente aan het Harm Buitenplein.

WJ GRONINGEN

tip

HUISHOUELIJKE HULP

Kunt u door ziekte of ouderdom uw huishouden niet meer doen?
Of kunt u niet meer afstanden lopen in uw woning?
Dan kunt u huishoudelijke hulp of bijvoorbeeld een taxipas aanvragen.
Hiervoor is de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO).
Aanvragen gaat via WIJ Groningen.

1.3 Thuis- en Dakloze mensen


Bent u dakloos en heeft u een veilige verblijfplek nodig? De maatschappelijke opvang biedt tijdelijk onderdak en praktische begeleiding aan mensen zonder vaste woonplek of veilige thuisbasis.

U kunt om verschillende redenen dakloos raken, zoals huiselijk geweld, psychische problemen, schulden, verslaving of werkloosheid. Als u zelf, of met hulp uit uw netwerk, geen

onderdak kunt regelen, kunt u bij de maatschappelijke opvang terecht. Voor jongeren tot en met 27 jaar die geen eigen slaapplek hebben, is er ruimte in een acute opvang.

- **Bel daarvoor telefoon:**
088 066 39 99
(tussen 8:30 – 16:30 uur).
In de avond of in het weekend bel je
06 538 378 64 of 088 066 150

- **Ben je ouder dan 27 jaar?**
Neem dan contact op met het
Aanmeldpunt van Wender.

 **Zoek op internet:**
 groningen dagopvang

Aanmelden voor opvang
Stichting Wender verzorgt de basis-
opvang in de regio Groningen.

Voor aanmelding tijdens kantooruren:
bel 088 066 30 00

Buiten kantooruren: overleg met de
24-uursopvang op 088 066 38 58

! **Let op:** een slaapplek is niet altijd
direct beschikbaar.

Andere instellingen voor ondersteuning, dagopvang en/of dagbesteding

➤ **Werkpro**
Individuele begeleiding
en dagbesteding.
Telefoon: 050 579 78 45

➤ **Leger des Heils**
Individuele begeleiding
en dagopvang.

📍 **Adres:**
Spilsluizen 5, Groningen.

Telefoon: 088 065 25 50

🌐 **Zoek op internet:**
leger des heils dagopvang

➤ **Stichting Van de Straat**
Deze stichting is een samen-
werkingsverband van lokale
organisaties in Groningen die zich
inzetten voor dak- en thuisloze
mensen.

Meer informatie

🌐 **Zoek op internet:**
stichting van de straat

Bijstandsuitkering en briefadres

Bent u dak- of thuisloos? Om een
bijstandsuitkering aan te kunnen
vragen, heeft u een briefadres nodig.

Vraag een briefadres hier aan:

gemeente.groningen.nl/mm21

Met het briefadres kunt u een
bijstandsuitkering aanvragen.

Dat doet u via:

gemeente.groningen.nl/mm22

Heeft u al een briefadres in
Groningen? Dan kunt u uw
aanvraag indienen bij:
gemeente.groningen.nl/mm22

1.4 Energiecoach: kleine en goedkope/gratis maatregelen

Een energiecoach kijkt samen met u naar besparingsmogelijkheden die bij uw situatie passen. Woont u bijvoorbeeld in een huurhuis of wilt u liever niet investeren in grote maatregelen zoals zonnepanelen en isolatie?


U kunt ook al geld besparen met kleine aanpassingen zoals radiatorfolie, een brievenbusborstel, buisisolatie of eenvoudige gedragsveranderingen. De energiecoach helpt u graag hierbij.

Hulp bij kleine maatregelen

Wilt u hulp bij het aanschaffen of plaatsen van deze kleine maatregelen? Tijdens een huisbezoek bekijkt de energiecoach wat nodig is. Afhankelijk van de situatie, kan hij de maatregelen direct plaatsen of een afspraak maken om dit later te doen. Zo bespaart u meteen op energie en dus op kosten.

Ook hulp voor studentenhuizen


Wonen jullie in een studentenhuis en hebben jullie een hoge energierekening? De energiecoaches van de gemeente bieden ook energieadvies op maat voor studentenhuizen.

 **Zoek op internet:**
duurzaam groningen energieadvies

1.5 Energieadviseur: grotere maatregelen

Hebt u een eigen huis en wilt u advies over grote maatregelen zoals het isoleren van uw huis, het plaatsen van zonnepanelen of de installatie van een warmtepomp?


Vraag dan een gesprek aan met de energieadviseur. Wat deze voor u kan doen, staat op de website. Daar staat ook het aanvraagformulier voor het aanvragen van een gesprek.

 **Zoek op internet:**
duurzaam groningen energieadvies

1.6 Energieadvies op maat

Wilt u uw energiekosten verlagen? De coaches en adviseurs van de gemeente staan klaar om u te helpen verduurzamen, of u nu huurt, een eigen woning heeft, in een studentenhuis woont of lid bent van een Vereniging van Eigenaren.

Met duurzame maatregelen in huis kunt u flink besparen. Wilt u weten hoe? Vraag dan een gratis gesprek aan met een energiecoach of -adviseur. Op de website leest u wat zij voor u kunnen doen.


 Zoek op internet:
duurzaam groningen energieadvies

1.7 Is uw woning onderdeel van een Vereniging van Eigenaren (VvE)?

Woont u als eigenaar in een appartement en hebt u te maken met een Vereniging van Eigenaren (VvE)? Dan kunt u altijd een energiecoach aanvragen voor kleine maatregelen in uw eigen huis of appartement.

Denkt u aan grotere verduurzamingsmaatregelen zoals isolatie, zonnepanelen of het vervangen van ramen? Dan moet u eerst in gesprek met het bestuur van uw VvE. Bij een kleine VvE (minder dan 8 appartementen) of een jonge VvE (gebouwd na 1995) kan het bestuur een afspraak maken met een energieadviseur voor advies.

Is uw VvE groot (8 appartementen of meer) en oud (gebouwd vóór 1995)? Dan kan het bestuur of een bestuurslid contact opnemen met de VvE-desk via e-mail. Verduurzamen in een grote en oude VvE is vaak complex en vraagt om intensieve begeleiding.

 Zoek op internet:
duurzaam groningen energieadvies

1.8 Subsidies en leningen verduurzamen woning

Er zijn diverse subsidies beschikbaar voor het verduurzamen van een eigen woning. Zo is er subsidie voor het isoleren van vloer, dak, gevels en muren. En voor de aanschaf van bijvoorbeeld isolerend glas (HR++ glas) of een warmtepomp. Het is ook mogelijk om geld te lenen bij het Nationaal Warmtefonds en/of de gemeente.

Meer informatie staat op de website.

-  Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm2

 **LET OP:** Geld lenen kost geld.

1.9 Websites met tips

-  Zoek op internet:
duurzaam groningen energieadvies
-  Zoek op internet:
gaslicht energie besparen
-  Zoek op internet:
milieucentraal bespaartips
-  Zoek op internet:
zo simpel als wat
-  Zoek op internet:
geldfit tips energie
-  Zoek op internet:
rijksoverheid energie huurwoning
-  Zoek op internet:
consumentenbond energie besparen
-  Zoek op internet:
rijksoverheid energie koopwoning
-  Zoek op internet:
het kan wel energie besparen

1.10 Grofvuil wegbrengen of laten ophalen


Heeft u grofvuil en weet u niet hoe u hier vanaf komt? Vraag bij het WIJ-team bij u in de buurt welke mogelijkheden er zijn. Zoals bijvoorbeeld het lenen van een aanhanger bij Handig in de buurt. Zij kunnen het grofvuil bij u thuis komen ophalen.

Wilt u een bakfiets huren of lenen voor het vervoer van uw grofvuil naar een afvalbrengrstation?


Reserveer dan een bakfiets bij de

Of leen een elektrische bakfiets bij


Stadswerkplaats

 Adres:
A-Kerkhof 30, Groningen.
Telefoon: 050 313 14 90

Het GroenHuis

 Adres:
Madoerastraat 18, Groningen.
Telefoon: 050 589 08 81

Informeer eerst naar de kosten.

 Zoek op internet:
handig in de buurt

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm3

 Zoek op internet:
groenhuis

 Zoek op internet:
stadswerkplaats bakfietsverhuur

Boodschappen

- 2.1 Korting bij supermarkten
- 2.2 Voedselbank
- 2.3 Voedselbank voor huisdieren
- 2.4 Gratis menstruatieproducten

2



2.1 Korting bij supermarkten

Bij de meeste supermarkten kunt u korting krijgen. Hier zijn verschillende gratis apps voor. Download de app van de supermarkt, daar vindt u de aanbiedingen.

tip

GOEDKOOP EN LEKKER ETEN IN BUURTHUIS

Veel wijkcentra en buurthuizen bieden goedkope en lekkere maaltijden aan. Kijk bij u in de buurt wat er op het menu staat.

2.2 Voedselbank

Heeft u moeite om een goede en gezonde maaltijd voor uzelf en uw gezin te verzorgen? De Voedselbank kan u helpen. De Voedselbank is er voor mensen die tijdelijk niet in hun eigen levensonderhoud kunnen voorzien.

Of u recht heeft op ondersteuning van de Voedselbank hangt af van uw besteedbare inkomen. Dit is het geld dat u overhoudt nadat u uw vaste lasten zoals huur en verzekeringen heeft betaald. Ook mensen met een baan of zelfstandig ondernemers (zzp'ers) kunnen gebruik maken van de Voedselbank. U kunt zich op twee manieren aanmelden: rechtstreeks bij de Voedselbank of via een hulpverlener.



Zoek op internet:
voedselbank groningen

Voedselbank Stad Groningen




Adres:
Ulgersmaweg 57, Groningen.
Telefoon: 050 311 79 36

WIJ GRONINGEN

2.3 Voedselbank voor huisdieren

Heeft u een huisdier en een laag inkomen? De Gouden Poot helpt eigenaren om hun dier(en) goed te blijven verzorgen. U kunt een aanvraag indienen via de website.

 Zoek op internet:
gouden poot


 Adres:
Merwerdestraat 97, Groningen.
Telefoon: 06 192 931 03

2.4 Gratis menstruatieproducten

Heeft u moeite om tampons of maandverband te kopen? Het Armoedefonds stelt gratis menstruatieproducten beschikbaar via Menstruatie Uitgifte Punten (MUP's).

In Groningen zijn deze producten op verschillende plekken gratis te verkrijgen zoals op scholen, in buurthuizen of wijkcentra.

Ook bieden Weggeefwinkels vaak gratis producten aan. Zoek met de link naar een MUP in uw buurt.

 Zoek op internet:
mup groningen



*of scan
deze QR-code*

Inkomsten en Sparen

- 3.1 Wat is een inkomen? Wat is vermogen?**
- 3.2 Werk en Inkomen gemeente Groningen**
 - Harm Buitenplein
- 3.3 Bijstandsuitkering**
- 3.4 Bijzondere Bijstand**
- 3.5 Individuele inkomstenstoeslag**
- 3.6 Geen gemeentebelasting betalen**
- 3.7 Geld krijgen van de Belastingdienst**
 - Toeslagen
- 3.8 Met pensioen: wat moet ik regelen?**

3



3.1 Wat is een inkomen? Wat is vermogen?

Met inkomen bedoelen we fiscaal inkomen. Dit is uw inkomen dat bekend is bij de Belastingdienst. Het fiscaal jaarinkomen is het hoogste bedrag op de jaaropgave. U krijgt de jaaropgave begin 2025 van uw werkgever, uw uitkeringsinstantie (zoals UWV en SVB) of de gemeente. Op de jaaropgave staat hoeveel loon, uitkering, AOW of pensioen u in 2024 heeft ontvangen.

Met vermogen bedoelen we wat u totaal heeft aan geld en spaargeld. Tel de waarde van uw geld en spaargeld bij elkaar op. De WOZ-waarde van uw eigen huis hoort daar ook bij. Heeft u schulden, waaronder een hypotheek? Trek die bedragen af van uw totale vermogen. Dan heeft u het bedrag dat telt als uw vermogen. Voor sommige regelingen of voorzieningen geldt een grens voor het vermogen. Die grens is per regeling verschillend.


Bent u zelfstandig ondernemer?

Waar vindt u uw jaarinkomen? Heeft u een onderneming, dan geeft u de fiscale winst aan. Dat is de bruto omzet min de kosten, vóór aftrek van belastingen en aftrekposten zoals de zelfstandigen aftrek.

Wanneer heeft u recht op de regelingen van de gemeente Groningen?

Wilt u weten op welke regelingen en voorzieningen u misschien recht heeft? En wilt u zien of uw energiecontract of zorgverzekering passen bij uw situatie? Hier kunt u mogelijk geld besparen. U kunt het zelf online checken. Wilt u liever hulp? Dan kunt u terecht bij een WIJ-team in uw buurt waar een medewerker samen met u alles kan invullen. Deze kan u ook helpen met het aanvragen van een regeling of met het overstappen naar een andere energieleverancier.

Direct zelf online checken?

 Zoek op internet:
 groningen datgeldtvoormij



Woont u samen met uw partner?

Dan gaat het om het jaarinkomen van u en uw partner samen. Een partner is iemand met wie u een relatie heeft of heeft gehad. U bent bijvoorbeeld getrouwd of u woont samen. Of u bent gescheiden maar woont nog wel samen op één adres.

Besteedbaar inkomen

Besteedbaar inkomen is het geld dat u overhoudt om dingen van te kopen, nadat u al uw vaste lasten, zoals huur, energierekeningen en eventuele schulden, hebt betaald.

Van invloed op uw inkomen en vermogen

Uw situatie:

- A.** U woont samen met uw partner. Of u woont samen met uw partner en één of meer (pleeg)kinderen jonger dan 18 jaar.
- B.** U woont zonder partner met één of meer (pleeg)kinderen jonger dan 18 jaar.
- C.** U woont alleen.

Inkomstenbelasting


Iedereen in Nederland moet belasting betalen over het inkomen dat ontvangen wordt. Per jaar wordt gekeken of er voldoende inkomstenbelasting is betaald. Als u teveel hebt betaald, kunt u dat via de aangifte terug krijgen. Maar als u te weinig

inkomstenbelasting hebt betaald, moet u dat terugbetalen aan de Belastingdienst. Als u een uitnodiging tot aangifte krijgt van de Belastingdienst, dan bent u verplicht om dat te doen. Anders kunt u een hoge boete verwachten.

tip

VERANDERINGEN INKOMSTEN DOORGEVEN

Verandert er iets in uw inkomsten? Let op: geef dat op tijd door aan de Belastingdienst om terugvorderingen te voorkomen.

 **Zoek op internet:**
belastingdienst toeslagen


3.2 Werk en Inkomen gemeente Groningen – Harm Buitenplein

Heeft u vragen over inkomen? Of over het vinden van werk? En gaat u liever naar het hoofdkantoor van de gemeente dan naar het WIJ-team in uw buurt? Dan kunt u terecht aan het Harm Buitenplein van de gemeente Groningen.

Regelingen en voorzieningen

Hier kunt u terecht voor informatie over regelingen en voorzieningen van de gemeente Groningen zoals onder meer de Bijzondere Bijstand en de Witgoedregeling. De regelingen en voorzieningen die u zelf kunt aanvragen, staan op een rij in deze gids. De medewerkers van de gemeente helpen u graag met informatie, hoe u gebruik kunt maken van de regelingen en het beantwoorden van uw vragen.

Werk en Inkomen

 **Adres:**
Harm Buitenplein 1, Groningen.
Telefoon: 050 367 50 00
Maandag t/m vrijdag
8:30 – 17:00 uur
Inloopspreekuur:
maandag t/m vrijdag
9:00 – 11:00 uur


 **Zoek op internet:**
gemeente.groningen.nl/mm4

3.3 Bijstandsuitkering

Heeft u geen inkomen en kunt u geen werk vinden? Dan kunt u een Bijstandsuitkering aanvragen. U kunt ook een aanvulling op uw inkomen aanvragen. Nadat u de aanvraag heeft verstuurd, ontvangt u binnen 8 weken een besluit.

Wanneer u een bijstandsuitkering heeft, kan de gemeente u helpen om financieel onafhankelijk te worden. Probeer altijd eerst regulier werk te vinden. Kijk ook bij hoofdstuk 9.

Bijstandsuitkering aanvragen?

 Zoek op internet: **werk.nl** en **gemeente.groningen.nl/mm22** of bel met de gemeente, **telefoon: 050 367 50 00** of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.


WJ GRONINGEN

3.4 Bijzondere Bijstand

Heeft u een laag inkomen en krijgt u te maken met kosten die u niet kunt betalen en nergens anders vergoed krijgt? Dan kunt u misschien Bijzondere Bijstand aanvragen bij de gemeente.

Bijzondere Bijstand is bedoeld voor noodzakelijke kosten die door bijzondere omstandigheden zijn ontstaan, bijvoorbeeld door een plotselinge verandering in uw situatie. Op de website vindt u voorbeelden van kosten die hiervoor in aanmerking komen.

Bijzondere Bijstand aanvragen?

 Zoek op internet: **gemeente.groningen.nl/mm1** of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.

WJ GRONINGEN

! **Let op:** De meeste soorten kosten die u zelf al betaald heeft, worden niet vergoed.

tip

BIJSTANDSUITKERING EN SPAREN


Als u een bijstandsuitkering ontvangt, mag u geld sparen. De regel is dat u ongeveer 10% van uw uitkering mag sparen. Als u veel meer spaargeld heeft, moet u kunnen uitleggen hoe u dit geld gespaard heeft. Het spaargeld dat opgebouwd is tijdens de bijstandperiode telt niet mee als vermogen voor de bijstand. Krijgt u een bijstandsuitkering? Dan gelden er speciale regels over hoeveel spaargeld en bezittingen u mag hebben.

3.5 Individuele inkomenstoeslag

Heeft u 2 jaar achter elkaar een uitkering van de gemeente Groningen ontvangen? Of heeft u al 2 jaar een laag inkomen en bent u 21 jaar of ouder? Dan kunt u recht hebben op de individuele inkomenstoeslag. U krijgt dan extra geld.

Als u recht heeft op de toeslag, wordt deze automatisch op uw rekening gestort als u een bijstandsuitkering ontvangt. U hoeft deze dus niet apart aan te vragen.

Individuele Inkomenstoeslag aanvragen?

 **Zoek op internet:**
gemeente.groningen.nl/mm6
of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.

WJ GRONINGEN


3.6 Geen gemeentebelasting betalen

Als inwoner van de gemeente Groningen betaalt u twee soorten belasting: de Afvalstoffenheffing voor het ophalen van uw huisvuil en de Zuiveringsheffing voor het waterschap Noorderzijvest of het waterschap Hunze en Aa's. U kunt mogelijk kwijtschelding krijgen, wat betekent dat u deze belastingen niet hoeft te betalen.

Met kwijtschelding betaalt u bijvoorbeeld niet voor het ophalen van uw huisvuil en ook niet voor de zuiveringsheffing, waardoor u geld kunt besparen. U vraagt kwijtschelding van gemeentebelastingen aan bij het Noordelijk Belastingkantoor.


! **Let op:** vraag de kwijtschelding direct aan zodra u de aanslag heeft ontvangen.

Kwijtschelding aanvragen?

 Zoek op internet:
noordelijk belasting kantoor

of maak een afspraak met het

Noordelijk Belastingkantoor

 Adres:
Raadhuisplein 10, Haren.
via telefoon: 088 787 90 00

'Alle beetje helpen. Zo neem ik de ziektekosten mee in mijn belastingaangifte.'


Geraldine, 69 jaar

3.7 Geld krijgen van de Belastingdienst - Toeslagen

Met een laag inkomen zijn de kosten van huur, zorgverzekering en de zorg voor kinderen moeilijk te betalen. Daarom heeft u met een laag inkomen vaak recht op geld van de Belastingdienst. Dit noemen we toeslagen.

De Belastingdienst heeft vier toeslagen:

1. Kinderopvangtoeslag
2. Huurtoeslag
3. Zorgtoeslag
4. Kindgebonden budget


 Zoek op internet:
belastingdienst toeslagen

WJ GRONINGEN

tip

GELDZAKEN BIJ SCHEIDEN

Als u een scheiding wil aanvragen, dan moet dat via een advocaat. Voor de kosten van de advocaat kunt u, als u geld tekort komt, een vergoeding aanvragen bij de gemeente. Bij een scheiding komt veel kijken. Een deel bespreekt de advocaat samen met u (ouderschapsplan, alimentatie, etc.) Een deel moet u zelf regelen. Bijvoorbeeld dat uw inkomen en toeslagen veranderen.

 Zoek op internet:
rijksoverheid scheiden

3.8 Met pensioen: wat moet ik regelen?


In 2025 is de pensioengerechtigde leeftijd 67 jaar. Drie maanden voordat u 67 jaar wordt, krijgt u bericht van de Sociale Verzekeringsbank (SVB) om uw AOW aan te vragen. AOW is een basispensioen dat u krijgt van de Rijksoverheid. AOW staat voor Algemene Ouderdomswet.

Als u ook nog pensioen heeft opgebouwd via uw werk, dan krijgt u daar ook bericht van.

Bij **mijnpensioenoverzicht.nl** kunt u nakijken of en hoeveel pensioen u heeft opgebouwd. Als uw AOW en pensioen uit werk samen lager is dan het minimuminkomen, dan kunt in aanmerking komen voor de AIO. De AIO-aanvulling is Aanvullende

Inkomensvoorziening Ouderen. Dat is een extra bedrag voor mensen die minder AOW hebben opgebouwd.

De AIO kunt u aanvragen via de SVB. Bent u of wordt u binnenkort 67? Laat dan berekenen of u recht heeft op toeslagen.

 Zoek op internet:
*rijksoverheid pensioen
mijnpensioenoverzicht.nl*

'Alleen met AOW kwam ik niet rond. Via een gesprek bij een WIJ-team kwam ik erachter dat ik met mijn AOW ook recht heb op toeslagen.'

Harm, 67 jaar

Gezondheid en Zorg

- 4.1 Advies over gezondheid tot 18 jaar**
 - GGD Groningen
- 4.2 Zorgtoeslag**
 - Belastingdienst
- 4.3 Ondersteuning van de gemeente bij ziekte**
 - WMO Wet Maatschappelijke Ondersteuning
- 4.4 Medische kosten zoals fysiotherapie, steunzolen en andere medische kosten**
 - Bijzondere Bijstand
- 4.5 Studietoeslag voor studenten met medische beperking**
- 4.6 Voor mensen met chronische ziekte**
 - Meerkostenregeling
- 4.7 Mantelzorg**
- 4.8 Zorgkosten voor katten**
 - Stadjerspas


4




4.1 Advies over gezondheid tot 18 jaar – GGD Groningen

Heeft u een vraag over de opvoeding, het opgroeien of de gezondheid van uw kind? De medewerkers van de GGD Groningen zijn er voor alle (aanstaande) ouders/verzorgers, kleine baby's en kinderen tot 18 jaar.


GGD Groningen

 Adres:
Hanzeplein 120, Groningen.
Telefoon: 050 367 40 00

 Zoek op internet:
ggd opvoeding

Heeft u vragen over uw pasgeboren kind?

U kunt naar het inloopspreekuur van het Consultatiebureau bij u in de buurt. Meer informatie en overzicht van Consultatiebureaus.

 Zoek op internet:
ggd consultatiebureaus

tip

ONVERWACHTE ZORGKOSTEN

Heeft u onverwachte kosten voor zorg? En komt u geld tekort? Als uw zorgverzekeraar de kosten niet betaalt, dan kunt u Bijzondere Bijstand aanvragen. Is deze afgewezen of is uw inkomen te hoog om bijzondere bijstand aan te vragen? Misschien kunt u deze kosten meenemen in uw belastingaangifte en kunt u misschien toch een gedeelte terugkrijgen?


! Let op: *de gemeente vergoedt niet de kosten van eigen risico.*

4.2 Zorgtoeslag – Belastingdienst

Met een laag inkomen zijn de zorgkosten vaak moeilijk te betalen. Daarom heeft u met een laag inkomen vaak recht op geld van de Belastingdienst. Dit noemen we toeslagen.

Wilt u weten of u recht heeft op een Zorgtoeslag?

Kijk op de website van de Belastingdienst.

 Zoek op internet:
belastingdienst zorgtoeslag

WIJ GRONINGEN

4.3 Ondersteuning van de gemeente bij ziekte – WMO Wet Maatschappelijke Ondersteuning

Kunt u door ziekte of ouderdom uw huishouden niet meer doen? Of kunt u niet meer afstanden lopen in uw woning? Dan kunt u huishoudelijke hulp of bijvoorbeeld een taxipas aanvragen. Hiervoor is de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO).

Aanvragen gaat via WIJ Groningen.

WIJ GRONINGEN

'Je bent niet zomaar oud. Daarom is het fijn dat ik via de WMO een huishoudelijke hulp en een taxipas kon krijgen. Ik voel me zelfstandiger en minder alleen, omdat ik in mijn eigen huis kan blijven wonen en overal zelf naar toe kan.'

Jan, 76 jaar

4.4 Medische kosten zoals fysiotherapie, steunzolen en andere medische kosten – Bijzondere Bijstand

Heeft u een laag inkomen en krijgt u te maken met kosten die u niet kunt betalen en nergens anders vergoed krijgt? Dan kunt u misschien Bijzondere Bijstand aanvragen bij de gemeente. Veel medische kosten worden vergoed vanuit de basisverzekering, de aanvullende verzekering of de tandverzekering.

Maar het kan voorkomen dat u die niet heeft of dat een behandeling meer kost dan uw zorgverzekering vergoedt. In bijzondere gevallen kunt u dan bijzondere bijstand krijgen.

Voor deze aanvraag moet u zich melden bij het WIJ-team in uw buurt. De medewerker van de WIJ bekijkt samen met u of u aan de voorwaarden voldoet en geeft u daarover een adviesrapport mee.

Met dat rapport kunt u bij de gemeente vervolgens bijzondere bijstand aanvragen. De gemeente neemt het besluit. De bijzondere bijstand kan meestal maar één keer worden verstrekt.

! **Let op:** De meeste soorten kosten die u zelf al betaald heeft, worden niet vergoed.

Bijzondere bijstand aanvragen?

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm1

of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.

WJ GRONINGEN

4.5 Studietoeslag voor studenten met medische beperking

Studietoeslag is een toeslag voor studenten die door een medische beperking niets kunnen bijverdienen naast hun studie.

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm7

WJ GRONINGEN

4.6 Voor mensen met chronische ziekte – Meerkostenregeling

Heeft u een chronische ziekte of een beperking en een laag inkomen? Dan heeft u mogelijk recht op een uitkering voor de extra kosten die u maakt.

! **Let op:** u moet voldoen aan bepaalde voorwaarden om in aanmerking te komen.
Doe uw aanvraag tussen 1 april en 30 november 2025.

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm8

4.7 Mantelzorg


Zorgt u langere tijd voor iemand zonder dat u daarvoor betaald wordt? Dan bent u mantelzorger en kunt u een Mantelzorgkaart ontvangen. De Mantelzorgkaart bevat coupons voor leuke acties of activiteiten zoals een gratis bos bloemen, iets lekkers van de bakker, een lunch voor twee personen en een verrassingscoupon. Deze krijgt u van de gemeente als blijk van waardering.

Jonge mantelzorgers (onder de 18 jaar) kunnen twee bioscoopbonnen ontvangen. Dit geldt voor jongeren die opgroeien in een gezin waar iemand hulp en ondersteuning nodig heeft.

Meld u zich eerst aan bij Humanitas Groningen als mantelzorger.

 **Steunpunt Mantelzorg Humanitas Groningen**

 **Adres:**
Akerkhof Zuidzijde 22, Groningen.
Telefoon: 050 312 60 00


 **Zoek op internet:**
steunpunt mantelzorg

tip

BUURT- EN WIJKTAXI

Sommige wijken hebben een buurttaxi. Hier kan iedereen gebruik van maken. De buurttaxi rijdt korte ritjes binnen de wijk of naar omliggende wijken.

 **Zoek op internet:**
gemeente.groningen.nl/mm9

 **Zoek op internet:**
buurttaxi groningen

4.8 Zorgkosten voor katten - Stadjerspas

Heeft u een kat? Met de gratis Stadjerspas kunt u een bijdrage krijgen voor het steriliseren, castreren en/of chippen van uw kat.

 **Zoek op internet:**
stadjerspas

Kind en School

- 5.1 Kraambank
- 5.2 Kinderbijslag
 - Sociale Verzekeringsbank
- 5.3 Kinderopvangtoeslag en kindgebonden budget
 - Belastingdienst
- 5.4 Extra kinderbijslag bij intensieve zorg voor kind
- 5.5 Vergoeding kinderopvang gemeente
- 5.6 Gratis kinderopvang in sommige wijken
- 5.7 Speelotheken
- 5.8 Zwemlessen voor diploma A en B
- 5.9 Verjaardag en feestje
 - Stichting Jarige Job
- 5.10 Schoolkosten en activiteiten op school
 - Stichting Leergeld
- 5.11 Gratis tweedehands fiets
 - Fietsregeling
- 5.12 Stadspas en Kindpas
- 5.13 Laptopregeling kinderen
- 5.14 Bibliotheek Gratis voor kinderen
 - Forum Groningen
- 5.15 Brugfunctionaris
- 5.16 18 jaar worden
 - wat moet ik regelen?


5



5.1 Kraambank

Bent u zwanger of is uw partner zwanger en heeft u geen geld voor de baby-uitzet? De Kraambank heeft gratis babykleertjes tot maat 68. En ook kinderwagens, badjes, luiers, beddengoed, kraampakketten en zwangerschapskleding voor aanstaande moeders.


De Kraambank is voor aanstaande ouders die weinig geld hebben. Vraag uw verloskundige om u te helpen een aanvraag te doen.

 **Zoek op internet:**
kraambank
Telefoon: 0513 727 042

tip

GRATIS BABYBOX

Bent u zwanger? Haal bij verschillende winkels een gratis Babybox. Hierin zitten producten voor u en uw baby. Weten waar u een Babybox kunt halen?

 **Zoek op internet:**
gratis babypakket Groningen

5.2 Kinderbijslag – Sociale Verzekeringsbank

Heeft u een kind dat jonger is dan 18 jaar? Dan heeft u recht op kinderbijslag. Dat is een bedrag waarmee u een deel van de kosten voor uw kind kunt betalen.

De gemeente geeft de aangifte van de geboorte van uw kind door aan de Sociale Verzekeringsbank. Kort daarna krijgt u van de SVB een brief. U kunt daarmee de kinderbijslag aanvragen op de website van de SVB. Daarvoor heeft u een DigiD nodig. De Sociale Verzekeringsbank betaalt u kinderbijslag. U krijgt de kinderbijslag per kwartaal.

De betaling is altijd als het kwartaal is afgelopen. Meer informatie, waaronder een lijst met veelgestelde vragen, vindt u op de website van de Sociale Verzekeringsbank.

 **Zoek op internet:**
kinderbijslag

WJ GRONINGEN


5.3 Kinderopvangtoeslag en kindgebonden budget – Belastingdienst

Met een laag inkomen zijn de kosten voor kinderen vaak moeilijk te betalen. Daarom heeft u met een laag inkomen vaak recht op geld van de Belastingdienst. Dit noemen we toeslagen.

Wilt u weten of u recht heeft op Kinderopvangtoeslag?

Dit is een bijdrage in de kosten voor de opvang van uw kind.

Of op het kindgebonden budget? Dit is een bijdrage voor het levensonderhoud van uw kind. Kijk op de website van de Belastingdienst.

 Zoek op internet:
kinderopvangtoeslag

Kindgebonden budget

Als uw kind 12 jaar wordt, dan krijgt u automatisch meer kindgebonden budget. Dit is mede bedoeld voor het aanschaffen van schoolspullen.


Wordt uw kind 16 jaar, dan wordt het kindgebonden budget nogmaals automatisch verhoogd. Als uw kind 18 jaar is, dan stopt het kindgebonden budget.

 Zoek op internet:
kindgebonden budget

WJ GRONINGEN

5.4 Extra kinderbijslag bij intensieve zorg voor kind

Woonst u kind thuis en heeft u intensieve zorg nodig? Dan kunt u een extra bedrag aan kinderbijslag krijgen. Hieraan zijn wel voorwaarden verbonden.

 Zoek op internet:
dubbele kinderbijslag

WJ GRONINGEN

5.5 Vergoeding kinderopvang gemeente

Krijgt u kinderopvangtoeslag van de Belastingdienst maar moet u een eigen bijdrage betalen voor de opvang van uw kind? Dan kunt u bij de gemeente een aanvullende vergoeding krijgen.

Er zijn drie soorten vergoedingen voor kinderopvang:


- Vergoeding kinderopvang gemeente
- Vergoeding Peuterspeelzaal
- Voor- en Vroegschoolse educatie en Vergoeding Kinderopvang Sociaal-Medische Indicatie (SMI)

WIJ GRONINGEN

Vergoeding kinderopvang gemeente

Gaan uw kinderen naar de kinderopvang, heeft u een laag inkomen en woont u in de gemeente Groningen? Of bent u een alleenstaande ouder die studeert (tot en met MBO-4)? Dan kunt u bij de gemeente een vergoeding aanvragen voor de kinderopvangkosten. Let op: er zijn voorwaarden aan verbonden. Hoeveel u vergoed krijgt, hangt af van uw inkomen.

Hier kunt u de vergoeding aanvragen


 Zoek op internet: gemeente.groningen.nl/mm10 of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.

Vergoeding Peuterspeelzaal en Voor- en Vroegschoolse educatie

Heeft het Consultatiebureau geadviseerd dat uw kind deelneemt aan het Voor- en Vroegschoolse Educatie (VVE)-programma, maar kunt u de ouderbijdrage niet betalen? Vraag dan een vergoeding aan bij de gemeente. Het VVE-programma is bedoeld voor kinderen van 2,5 tot

4 jaar, zodat ze spelenderwijs kunnen leren en een goede start kunnen maken op de basisschool. Gaat uw kind naar de peuterspeelzaal en kunt u de eigen bijdrage niet betalen? Ook daarvoor kunt u financiële steun van de gemeente aanvragen.


Meer informatie over de vergoedingen

 Zoek op internet: gemeente.groningen.nl/mm11 of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.

Vergoeding Kinderopvang Sociaal-Medische Indicatie (SMI)

Heeft uw kind een verstandelijke- of psychische beperking of een lichamelijke handicap? Of heeft u als ouder een beperking of handicap? En is het daarom goed voor uw kind of gezin als uw kind tijdelijk naar de kinderopvang gaat, maar heeft u geen recht op kinderopvangtoeslag van de Belastingdienst? Dan kunt u mogelijk een vergoeding voor kinderopvang krijgen van de gemeente. De gemeente kan de kosten van kinderopvang om sociaal-medische redenen maximaal 6 maanden vergoeden. In sommige gevallen is het mogelijk om deze periode te verlengen.

Meer informatie en aanvragen

 Zoek op internet: gemeente.groningen.nl/mm10 of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.

5.6 Gratis kinderopvang in sommige wijken

Hebt u een kind tussen 6 maanden en 2 jaar? Maar hebt u geen recht op kinderopvangtoeslag?

En woont u in Selwerd, Paddepoel, Tuinwijk, Vinkhuizen, Indische Buurt, De Hoogte, Oosterpark of Korrewegwijk? Misschien kunt u dan meedoen met de gratis proef Kinderopvang. Deze proef loopt tot en met 31 december 2025.

Er is een beperkt aantal plekken beschikbaar.
Er zijn wel voorwaarden.

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm20


5.7 Speelotheken

In de gemeente Groningen zijn drie Speelotheken: in Beijum, Haren en Selwerd. Hier kunt u speelgoed lenen. Bij sommige betaalt u wel lidmaatschap.


Speeltheek Groningen

Heeft u kinderen tussen 0 en 9 jaar? Dan kunt u bij de Speeltheek Groningen speelgoed lenen. U betaalt wel lidmaatschap van 22 euro per jaar per kind. Heeft u meer kinderen? Dan krijgt u korting. Met de Stadjerspas betaalt u 5 euro per kind. Hier is ook speciaal speelgoed te lenen voor kinderen met een beperking.

Meer informatie en aanmelden

 Zoek op internet:
speeltheek.groningen

Openbare Basisschool De Zwerm

 Adres:
Fultsemaheerd 88, Groningen.
Telefoon: 06 392 495 46

Speel-O-Theek Haren

Woont u in Haren, Onnen, Glimmen of Noordlaren? Heeft u kinderen tussen 0 en 18 jaar? Dan kunt u bij Speel-O-Theek Haren speelgoed lenen. U betaalt wel lidmaatschap. Met meer kinderen betaalt u meer. Ook opa's, oma's, gastouders en verzorgers kunnen lid worden. Voor een feestje kunt u ook een verjaardagstas of spelletjestas lenen.

Meer informatie en aanmelden

 Zoek op internet:
speeltheek.haren

De Octopus, Basisschool De Wissel

 Adres:
Mellenssteeg 16, Oosterhaar.

Speeltheek+ Selwerd

De Speeltheek+ is voor alle kinderen van 0 tot 4 jaar en hun ouders/ verzorgers, uit de wijken Selwerd, Paddepoel en Tuinwijk. Het is voor iedereen gratis toegankelijk. Wel wordt er gewerkt met een registratiesysteem. Hier kunnen ouders met jonge kinderen komen, zodat de kinderen fijn samen kunnen spelen en ouders elkaar kunnen ontmoeten.

U kunt er speelgoed lenen voor thuis. Vrijwilligers organiseren leuke activiteiten. Er is een professional aanwezig aan wie u vragen kunt stellen over opvoeden en verzorgen.

Speeltheek+ Selwerd



Adres:

In de Vensterschool aan de Eikenlaan 288.

Volg de Speeltheek+ op Facebook en Instagram

5.8 Zwemlessen voor diploma A en B

Heeft u geen geld voor zwemles voor uw kind(eren)? De gemeente kan u helpen om de zwemlessen te betalen. Want een kind dat kan zwemmen doet mee en het is wel zo veilig.

Het aanvragen van geld voor zwemles A en B is voor kinderen vanaf 6 jaar. Aanvragen gaat via Stichting Leergeld Groningen. Zij betalen de zwemlessen voor uw kind.



Zoek op internet:
leergeld aanvraag

WJ GRONINGEN

5.9 Verjaardag en feestje – Stichting Jarige Job

Is uw kind (4 tot en met 18 jaar) binnenkort jarig, maar heeft u weinig geld om dit te vieren? Stichting Jarige Job helpt met een verjaardagsbox. In deze box zit alles wat nodig is om een verjaardag te vieren voor thuis en op school.

Ouders of hulpverleners kunnen tussen 3 maanden en 6 weken voor de verjaardag van het kind een verjaardagsbox aanvragen.




Zoek op internet:
jarige job


WJ GRONINGEN

5.10 Schoolkosten en activiteiten op school – Stichting Leergeld

Heeft u moeite om bepaalde schoolkosten te betalen, bijvoorbeeld voor het basisonderwijs, voortgezet onderwijs of een MBO-opleiding? Of wil uw kind graag sporten of meedoen aan andere vrijetijdsactiviteiten? Dan kunt u mogelijk een vergoeding aanvragen bij Stichting Leergeld Groningen.

Stichting Leergeld helpt met verschillende kosten, zoals schoolbenodigheden, gym- en praktijkkleding, een fiets, zwemlessen, vrijetijdsbesteding en meerdaagse activiteiten in de zomervakantie.

 **Zoek op internet:**
leergeld aanvraag

 **Zoek op internet:**
leergeld wat aanvragen

Kijk op de website van Stichting Leergeld voor meer informatie over alle mogelijkheden en hoe u een aanvraag kunt doen.

5.11 Gratis tweedehands fiets - Fietsregeling


Heeft uw kind geen fiets en heeft u geen geld om er een te kopen? Dan kunt u bij Stichting Leergeld een gratis tweedehands fiets aanvragen voor uw kind(eren).

Wie komt hiervoor in aanmerking:

- Kinderen van 6 tot 11 jaar zonder fiets, of met een te kleine fiets
- Kinderen vanaf groep 8 (12 jaar) tot 17 jaar
- Kinderen in een gezin met een minimuminkomen

Na uw aanvraag neemt een medewerker van Stichting Leergeld contact met u op om een afspraak te maken. Als uw kind in aanmerking komt, ontvangt u een brief waarmee uw kind de fiets kan ophalen.


Aanvragen via

 **Zoek op internet:**
leergeld aanvraag

5.12 Stadjerspas en Kindpas

Met de gratis Stadjerspas kunnen u en uw thuiswonende kinderen gratis of met korting meedoen aan veel activiteiten. Ook kunt u op veel dingen korting krijgen. De Stadjerspas is voor inwoners van de gemeente Groningen die geld tekort komen.

Zo kunt u bijvoorbeeld drie keer gratis zwemmen of schaatsen. Of met korting sporten, naar een museum, lid worden van de bibliotheek en nog veel meer. Voor kinderen t/m 17 jaar zijn er ook veel aanbiedingen. In november krijgt elk kind een Kindpas ter waarde van € 50,- voor de feestdagen.

 Zoek op internet:
stadjerspas kindpas



5.13 Laptopregeling kinderen

Wie kan een laptop aanvragen voor zijn kind? Allereerst de ouder van een kind dat in groep 8 van het basisonderwijs zit. Maar daarnaast ook de ouder van een kind op het vmbo, havo of vwo. Hier zijn voorwaarden aan verbonden.

Is uw kind op 1 september 2025 11 jaar oud? En krijgt u een bijstands-uitkering? Dan krijgt u automatisch een brief waarmee u een laptop kunt ophalen bij de Computerbank.

U moet de laptop wel ophalen binnen 3 maanden nadat u de brief hebt gekregen. Hebt u geen brief gekregen? Vraag dan een laptop aan bij de gemeente via de Bijzondere Bijstand.

U krijgt een nieuwe laptop met muis en beschermhoes. Heeft uw kind later op de middelbare school een laptop nodig? Check dan de website voor de voorwaarden.

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm19

5.14 Bibliotheek Gratis voor kinderen – Forum Groningen

Gratis lid worden van de bibliotheek? Dat kan voor kinderen tot en met 17 jaar. Volwassenen met een Stadjerspas betalen € 5,- per jaar. Bij de bibliotheek kunt u ook hulp krijgen bij digitaal contact met de overheid en met het omgaan met computers. In de gemeente Groningen zijn de bibliotheken ondergebracht bij Forum Groningen. U kunt voor uzelf of voor de kinderen boeken, e-boeken, tijdschriften, dvd's en games lenen.

DigiD


Wilt u leren omgaan met DigiD? In de bibliotheek is een gratis spreekuur. Hier ziet u waar en wanneer.

 **Zoek op internet:**
forum digid


Informatiepunt Digitale Overheid (IDO en IDO+)

Het Informatiepunt Digitale Overheid in het Forum aan de Nieuwe Markt is in het Medialab. Het spreekuur is er om u te helpen met bijvoorbeeld een brief van de Belastingdienst, het aanvragen van toeslagen of een reactie op een verkeersboete.

Hier ziet u wanneer het spreekuur is,

 **Zoek op internet:**
forum ido

Kijk voor de voorwaarden:

 **Zoek op internet:**
forum lid

 **Zoek op internet:**
stadjerspas

5.15 Brugfunctionaris

De brugfunctionaris is er speciaal voor gezinnen die geld tekort komen. De brugfunctionaris kan u helpen bij hulpvragen. Bijvoorbeeld met informatie over regelingen en andere dingen voor uw kind, zoals het aanvragen van een vergoeding voor sport- of muziekles. Ook kan de brugfunctionaris u in contact brengen met een organisatie die u verder kan helpen. Vraag gerust aan de leerkracht van uw kind wie de brugfunctionaris is op de school.

Op deze scholen werkt een brugfunctionaris:

Basisscholen

- CBS Anne Frankschool
- CBS De Heerdstee
- CBS De Hoeksteen
- CBS De Tamarisk
- CBS 't Kompas

- Fiduciaschool
- IKC Borgman Oosterpark
- IKC Borgman Oosterpoort
- IKC De Wegwijzer
- IKC Dom Helder Camara

- KOC Bisschop Bekkersschool
- Nieuwkomersschool

- OBS De Bredero
- OBS De Beijumkorf
- OBS De Pendinghe
- OBS De Ploeg
- OBS De Sterrensteen

- OBS De Swoistee
- OBS De Vuurtoren
- OBS Oosterhoogebrug
- OBS Karrepad
- SBO De Bekenkamp

Voortgezet onderwijs

- Heyerdahl College
- Kamerlingh Onnes
- Leon van Gelder
- Werkman VMBO Kluiverboom

5.16 18 jaar worden – wat moet ik regelen?

Wanneer je 18 jaar wordt, veranderen er een aantal zaken. Je bent dan volwassen voor de wet en je moet dan een aantal zaken regelen.


Bijvoorbeeld:


- Drie maanden voordat je 18 jaar wordt, studiefinanciering aanvragen bij DUO
- Je eigen ziektekostenverzekering afsluiten
- Zorgtoeslag aanvragen
- Ga je niet naar school? En heb je geen werk? Dan zou je een bijstandsuitkering kunnen aanvragen
- Je eigen Stadjerspas aanvragen. Check wel de voorwaarden.

Voor ouders verandert er financieel:

Geen recht meer op kinderbijslag en geen recht meer op kindgebonden budget.

Kijk ook op

 **Zoek op internet:**
rijksoverheid 18 jaar

 **Zoek op internet:**
kwikstart groningen

Kleding en Spullen

- 6.1 Kledingbanken
- 6.2 Kringloopwinkels
- 6.3 Weggeefwinkels en weggeefkasten
- 6.4 Vervangen kapotte apparaten
 - Witgoedregeling

6




6.1 Kledingbanken

**Heeft u te weinig geld voor kleding voor uzelf of voor uw kinderen?
Bij een kledingbank helpen ze u graag.**

WIJ GRONINGEN

Kledingbank Maxima Groningen


Bent u klant van de Voedselbank en woont u in de gemeente Groningen? Dan kunt u bij Kledingbank Maxima gratis nieuwe en tweedehands kleding en schoenen krijgen. Ook als u ten minste 2 jaar op bijstandsniveau leeft en als u Individuele Inkomensloosheid ontvangt, kunt u hier terecht. Neem dan wel een specificatie mee van de uitkering van uw Individuele Inkomensloosheid. Denk eraan uw pas van de Voedselbank mee te nemen.


 **Zoek op internet:**
kledingbank maxima

 **Adres:**
Oosterhamriklaan 91, Groningen.

Kledingbank De Zeecontainer


Bent u geen klant bij de Voedselbank? Maar heeft u wel te weinig geld voor kleding? Dan kunt u bij De Zeecontainer gratis kleding en schoenen krijgen. Ook voor speelgoed en kleine huishoudelijke spullen kunt u hier terecht. De Zeecontainer kijkt of uw inkomen niet te hoog is. Ga om u aan te melden langs en neem een bewijs mee van uw week/maandgeld.


 **Zoek op internet:**
zeecontainer groningen

 **Adres:**
Pop Dijkemaweg 31A, Groningen.
Telefoon: 06 108 647 55

Kledingbank Hoogkerk

Inwoners van Hoogkerk en omgeving die geld tekort komen, kunnen terecht bij Kledingbank Hoogkerk. Hier kunt u gratis kleding krijgen. Net als speelgoed, menstruatieproducten en producten uit de Wijkkoelkast.

 **Zoek op internet:**
facebook kledingbank hoogkerk


 **Adres:**
De Verbetering 3, Groningen.
(loods bij WIJ Hoogkerk)
Telefoon: 06 490 789 16

6.2 Kringloopwinkels

In de provincie Groningen zijn wel 111 kringloopwinkels en winkels met tweedehands spullen. Zoekt u een leuke kringloop bij u in de buurt? Alle steden en dorpen met één of meerdere winkels staan op een website bij elkaar.

Alle winkels in de provincie Groningen kunt u ook bekijken op de kaart. De openingstijden, het adres, telefoonnummer en andere contactgegevens vindt u per winkel.

Druk op de naam van een stad of dorp om het overzicht van de kringloopwinkels te zien in deze plaats.


 **Zoek op internet:**
kringloopwinkels groningen


6.3 Weggeefwinkels en weggeefkasten

In de gemeente Groningen zijn er weggeefwinkels en weggeefkasten. Voor iedereen met weinig geld voor kleding of voor andere spullen. Wilt u weten of er bij u in de buurt een weggeefwinkel of weggeefkast is? Vraag het aan het WIJ-team in uw buurt.

Gea's Weggeefwinkel Vinkhuizen

Heeft u weinig geld voor kleren, speelgoed of andere dingen? Bij Gea's Weggeefwinkel in Vinkhuizen kunt u gratis winkelen. Een bewijs van weinig inkomen is niet nodig.

 **Zoek op internet:**
weggeefwinkel vinkhuizen

 **Adres:**
Metaallaan 255, Groningen.
Telefoon: 06 129 970 73

Weggeefwinkel Ten Boer

Heeft u weinig geld voor kleding of andere dingen? Bij de Weggeefwinkel van stichting Goed Bezig Groningen kunt u gratis winkelen. Een bewijs van weinig inkomen is niet nodig.

 **Zoek op internet:**
weggeefwinkel ten boer

 **Adres:**
De Hal, Handelsweg 1A, Ten Boer.

Weggeefkasten


Op veel plaatsen in de gemeente (scholen, buurtcentra, kerken) staan weggeefkasten. U kunt daar gratis spullen ophalen en neerleggen. Zo helpen we elkaar aan leuke en goede dingen. En spullen worden vaker gebruikt.

WIJ GRONINGEN

6.4 Vervangen kapotte apparaten – Witgoedregeling

Gaat uw wasmachine, televisie, computer, kooktoestel of koelkast kapot? Heeft u al 5 jaar of langer een laag inkomen? Dan betaalt de gemeente voor u, als u aan de voorwaarden voldoet, een vervangend apparaat. Dit heet de witgoedregeling.

Gebruik maken van de witgoedregeling?

 Zoek op internet: **gemeente.groningen.nl/mm12** of ga naar de gemeente aan het Harm Buitenplein.

WIJ GRONINGEN

Uitjes en Vrije Tijd

- 7.1 **Stadgerspas**
- 7.2 **Sporten met BSlim en jeugdteams**
- 7.3 **Sport en Cultuur volwassenen**
- 7.4 **Sport en Cultuur jeugd**
 - Jeugdfonds Sport & Cultuur
- 7.5 **Bibliotheek**
 - tentoonstelling, voorlezen
- 7.6 **Stichting Lutje Geluk**
- 7.7 **Vakantiebank**
- 7.8 **Quiet**
 - meedoen en activiteiten

7




7.1 Stadjerspas

Met de gratis Stadjerspas kunnen u en uw thuiswonende kinderen gratis of met korting meedoen aan veel activiteiten. Ook kunt u op veel dingen korting krijgen. De Stadjerspas is voor inwoners van de gemeente Groningen die geld tekort komen.

Zo kunt u bijvoorbeeld drie keer gratis zwemmen of schaatsen. Of met korting sporten, naar een museum, lid worden van de bibliotheek, en nog veel meer. Voor kinderen t/m 17 jaar zijn er ook veel aanbiedingen.

In november krijgt elk kind een Kindpas ter waarde van € 50,- voor de feestdagen. Er zijn wel voorwaarden.

 Zoek op internet:
[stadjerspas](#)



'Ik doe keihard mijn best om uit de schulden te blijven. Mede door gebruik te maken van alle regelingen en voorzieningen. Zo levert de Stadjerspas mij veel voordelen op. In december ontvang ik voor mijn kinderen de Kindpas en ook kunnen de kinderen sporten via de Stadjerspas.'

Annelies, 47 jaar

7.2 Sporten met BSlim en jeugdteams

Sporten voor uw kinderen hoeft geen geld te kosten. In veel wijken zijn gratis sportactiviteiten. BSlim organiseert gratis sportactiviteiten voor kinderen van 4 tot 12 jaar en van 12 tot 15 jaar.

Dat doen ze in de wijken en dorpen Beijum, Haren, Hoogkerk, Indische Buurt/De Hoogte, Lewenborg, Oosterparkwijk, Selwerd/Paddepoel/Tuinwijk, Ten Boer, Vinkhuizen, Zuid. Ook de jeugdteams van WIJ Groningen organiseren activiteiten voor kinderen uit alle wijken.


 Zoek op internet:
bslim

 Zoek op internet:
check050

WIJ GRONINGEN

7.3 Sport en Cultuur volwassenen

Wilt u graag sporten of heeft u zin in een leuke cursus? Kijk dan bij het Volwassenenfonds Sport & Cultuur. Met een Stadspas kunt u een vergoeding aanvragen voor het lidmaatschap of het cursusgeld bij het Volwassenenfonds Sport & Cultuur.

 Zoek op internet:
 groningen volwassenenfonds

7.4 Sport en Cultuur jeugd – Jeugdfonds Sport & Cultuur

Het Jeugdfonds Sport & Cultuur helpt kinderen en jongeren uit gezinnen met een laag inkomen om lid te worden van een sport- of cultuurclub. Ouders kunnen een aanvraag doen voor financiële ondersteuning, zodat hun kind bijvoorbeeld kan gaan voetballen, dansen of muzieklessen kan volgen.

Aanmelden kan eenvoudig via de website kieseenclub.nl, waar ouders zelf een aanvraag kunnen doen voor het lidmaatschap van de gewenste club.

 Zoek op internet:
kies een club

7.5 Bibliotheek – tentoonstelling, voorlezen

In de gemeente Groningen zijn de bibliotheken ondergebracht bij Forum Groningen. Hier kunt u terecht met uw kind(eren) voor een tentoonstelling of gratis voorleeshalfuurtje.

Kijk op de website wat er waar en wanneer te doen is.

 Zoek op internet:
forum voorlezen

7.6 Stichting Lutje Geluk

Stichting Lutje Geluk maakt uitjes mogelijk voor gezinnen die dat zelf niet kunnen betalen. U mag als gezin zelf kiezen welk uitje u graag wil. Lutje Geluk betaalt het uitje en ook de reiskosten en wat lekkers om te eten en te drinken.

Lutje Geluk controleert niet uw financiële situatie. Wilt u weten hoe het werkt?

 Zoek op internet:
lutje geluk

7.7 Vakantiebank

Bent u echt eens toe aan vakantie, maar weet u niet hoe u dat moet betalen? Kijk dan eens bij de Vakantiebank. De Vakantiebank heeft gratis vakanties voor mensen die al lang niet op vakantie zijn geweest. Er zijn wel voorwaarden.

 Zoek op internet:
[vakantiebank](#)

7.8 Quiet – meedoen activiteiten

Quiet Groningen is een organisatie van vrijwilligers om mensen die geld tekort komen te helpen. U kunt iets krijgen waar u geen geld voor heeft, zoals een tweedehands fiets, een keer uit eten, theaterkaarten of een knipbeurt bij de kapper. Ook kunt u via Quiet een vrijwilligersbaan krijgen.

 Zoek op internet:
[Quiet groningen](#)

Geldzaken

- 8.1 Heb ik recht op regelingen en voorzieningen?**
- 8.2 Online geldtools bij Geldfit.nl**
- 8.3 Geldproblemen en schulden**
 - Groningse Kredietbank
- 8.4 Hulp bij de administratie**
 - Humanitas
- 8.5 Eurocoach voor jongeren**
- 8.6 Hulp bij belastingaangifte, DigiD en IDO**
 - Bibliotheek
- 8.7 Verzekeringen**

8




8.1 Heb ik recht op regelingen en voorzieningen?

Wilt u weten op welke regelingen en voorzieningen u misschien recht heeft? En wilt u zien of uw energiecontract of zorgverzekering passen bij uw situatie? Hier kunt u mogelijk geld besparen. U kunt het zelf online checken.

Wilt u liever hulp?

Dan kunt u terecht bij een WIJ-team in uw buurt waar een medewerker samen met u alles kan invullen. Deze kan u ook helpen met het aanvragen van een regeling of met het overstappen naar een andere energieleverancier.

Direct zelf online checken?

 Zoek op internet:
 groningen datgeldvoormij

WIJ GRONINGEN



8.2 Online geldtools bij Geldfit.nl

Met Geldfit.nl kunt u snel uw financiële situatie verbeteren. Bijvoorbeeld met de budgetplanner. Die helpt u met een overzicht van uw maandelijkse inkomsten en uitgaven. U kunt dan zien waar u misschien kunt besparen en hoe u geld beter kunt verdelen.

Op Geldfit.nl staan ook rekenhulpen voor situaties zoals het berekenen van de energiekosten. Er staan ook praktische checklists. Voor bijvoorbeeld het opbouwen van een noodfonds of hoe u bespaart op vaste lasten. Alle tools zijn gratis te gebruiken.

Geldfit.nl is een onafhankelijke website die mensen helpt om beter met hun geld om te gaan. U kunt de website anoniem gebruiken, dus niemand ziet uw gegevens. Geldfit.nl werkt samen met de gemeente en andere organisaties.

 Zoek op internet:
 geldfit

8.3 Geldproblemen en schulden – Groningse Kredietbank

Heeft u financiële vragen, geldproblemen of schulden? Hoe eerder u zich meldt, hoe makkelijker het is om uit de financiële problemen te komen. Wacht dus niet te lang. De medewerkers van de Groningse Kredietbank helpen u graag. Het is gratis, vrijblijvend en u zit nergens aan vast.

De Groningse Kredietbank (GKB) zoekt samen met u een passende oplossing. Er is veel mogelijk. Zoals vrijblijvend advies, bemiddeling met instanties of de gratis cursus Goed met geldzaken. Ook voor een schuldenregeling, budgetbeheer of beschermingsbewind kunt u bij de GKB terecht.

Bent u zelfstandig ondernemer en ervaart u geldproblemen?

De Groningse Kredietbank is er voor iedereen. Voor alle inwoners én zelfstandig ondernemers.

➤ Kijk ook bij hoofdstuk 9.2.

Ben je een jongere en ervaar je geldproblemen?

De Eurocoach van de GKB kan je helpen bij het vinden van een oplossing van je geldproblemen.

➤ Kijk bij hoofdstuk 8.5.

Een hoger inkomen, maar ook schulden

Heeft u een hoger inkomen, maar houdt u door aflossing van uw schulden een lager inkomen over? Dan heeft u misschien toch recht op regelingen voor Groningers met een laag inkomen en weinig vermogen, zoals bijvoorbeeld de Stadjerspas.

In de volgende situaties kunt u toch in aanmerking komen:

- U zat in 2023 of 2024 in de schuldsanering via de Wet schuldsanering natuurlijke personen (Wsnp) of de Groningse Kredietbank
- U was in 2023 of 2024 zelfstandig ondernemer.

 **Zoek op internet:**
gemeente.groningen.nl/mm13

of kom langs op het inloopspreekuur van de GKB aan het Harm Buitenplein: maandag t/m vrijdag 9:00 - 12:00 uur.

'Nu ik uit de schulden ben, ziet de toekomst er rooskleuriger uit! Ik ben blij dat ik naar de GKB ben gegaan. Zij hebben met mij meegeedacht en geadviseerd. Het was een lastige tijd, maar toch zorgde het traject voor rust en ruimte in mijn hoofd.'

Tako, 53 jaar

8.4 Hulp bij de administratie – Humanitas

Humanitas Thuisadministratie


Vrijwilligers van Humanitas ondersteunen u thuis bij uw administratie. Zij helpen om overzicht te krijgen in uw inkomsten en uitgaven en om een budget op te stellen. Zij steunen in de contacten met instanties, helpen met het beantwoorden van 'moeilijke' brieven. Ook helpen ze met het aanvragen van regelingen en toeslagen. Zij kunnen bij grote schulden hulp bieden op weg naar een schuldhulpregeling bij de GKB.

Wilt u graag hulp van een vrijwilliger van Humanitas?

Neem dan contact op met Humanitas.

Meld- en informatiepunt

050 312 60 00


 **Zoek op internet:**
humanitas thuisadministratie

 **Adres:**
Akerkhof Zuidzijde 22, Groningen.

Orde in de paperassen

Vindt u het lastig om formulieren in te vullen of begrijpt u een officiële brief niet goed? Of ziet u er tegenop om uw administratie op orde te brengen?

Het WIJ-team in uw buurt helpt u graag, door samen met u naar de papieren te kijken en te helpen bij het ordenen van uw administratie.

 **Zoek op internet:**
wij administratie

WIJ GRONINGEN

8.5 Eurocoach voor jongeren

Steeds meer jongeren krijgen geldproblemen. Er is geen overzicht op geldzaken. Rondkomen is moeilijk of er zijn schulden. Voor deze situaties is er hulp. De Eurocoach van de Groningse Kredietbank kan helpen bij het vinden van een oplossing voor geldproblemen. De Eurocoach is er voor jongeren van 18 t/m 24 jaar.

Heb je vragen of wil je je aanmelden bij de Eurocoach?

Vul het contactformulier in.

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm14

Of stuur een bericht via What's App:
06 461 660 62

8.6 Hulp bij belastingaangifte, DigiD en IDO - Bibliotheek

Bij de bibliotheek kunt u ook hulp krijgen bij digitaal contact met de overheid en met het omgaan met computers. In de gemeente Groningen zijn de bibliotheken ondergebracht bij Forum Groningen.


 Zoek op internet:
forum digid ido


DigiD

Wilt u leren omgaan met DigiD? In de bibliotheek is een gratis spreekuur.

Informatiepunt Digitale Overheid (IDO en IDO+)

Het Informatiepunt Digitale Overheid in het Forum aan de Nieuwe Markt is in het Medialab. Het spreekuur is er om u te helpen met bijvoorbeeld een brief van de Belastingdienst, het aanvragen van toeslagen of een reactie op een verkeersboete. Hier ziet u wanneer het spreekuur is.

 Zoek op internet:
forum ido

 Zoek op internet:
forum lid

8.7 Verzekeringen

Aansprakelijkheidsverzekering

Verzekeren helpt om onverwachte kosten te kunnen betalen als er iets misgaat. Met een aansprakelijkheidsverzekering bent u verzekerd als u per ongeluk schade veroorzaakt aan de spullen van iemand anders.

Bijvoorbeeld als u op bezoek bent en een vaas omstoot, betaalt de verzekering de schade, zodat u dit niet zelf hoeft te vergoeden.

Inboedelverzekering

Een inboedelverzekering beschermt uw eigen spullen in huis zoals meubels en elektronica, tegen schade. Dit betekent dat u bijvoorbeeld brand of diefstal geld krijgt om beschadigde of gestolen spullen te vervangen. Het is belangrijk om goed na te denken waarvoor u een verzekering nodig hebt. Als u namelijk te veel dekking hebt, betaalt u meer dan nodig is. Als u te weinig dekking hebt, krijgt u mogelijk niet genoeg geld terug bij schade. Het is daarom verstandig om regelmatig te controleren of uw verzekering nog goed past bij uw situatie.

! **Let op:** Veel geldzaken veranderen als je 18 jaar wordt.

➤ **Kijk ook bij hoofdstuk 5.16.**

! **LET OP:** Geld lenen kost geld.

! **Let op:** Levensgebeurtenis? Kind krijgen, samenwonen, trouwen, scheiden, verhuizen, overlijden. Vaak verandert er dan veel in de geldzaken. Laat u adviseren en/of ondersteunen.

WJ GRONINGEN

tip

ONLINE HUISHOUDBOEKJE

U kunt zelf uw geldzaken bijhouden met een online huishoudboekje. Bekijk hiervoor de app van uw bank of kijk op geldfit.nl



Zoek op internet:
geldfit.nl

'Wat financiën betreft, moet je keuzes maken in het leven. Ik heb samen met mijn man een vakantiehuisje waar we ons heel gelukkig voelen. Dit kost geld, maar ik laat liever andere dingen staan, bijvoorbeeld een drankje op het terras.'

Janny, 79 jaar

Werk

- 9.1 Talentperron
- 9.2 Ondernemers en zelfstandigen
- 9.3 Dress for success



9



9.1 Talentperron

Bent u op zoek naar (ander) werk? Wilt u weten wat uw talent is en wat u daarmee kunt richting werk? Of wilt u een stap in uw loopbaan maken en weet u niet precies welke wegen u kunt bewandelen? Dan bent u aan het juiste adres op Talentperron. Hier kunt u op een persoonlijke en leuke manier kennismaken met het werk in de bouw, techniek, groen, zorg, detailhandel of in een ander vakgebied. U kunt een talententest doen en uw kwaliteiten in kaart brengen.

Branchemiddagen

Van maandag tot en met donderdag tussen 14:00 - 16:00 uur kunt u kennis maken met een werkgever, account-manager, opleider of andere specialist die alles kan vertellen over het werk en de mogelijkheden. Dit zijn de branchemiddagen.

- **Maandag:**
zorg en welzijn.
- **Dinsdag:**
zakelijke dienstverlening, overheid, onderwijs, ICT.
- **Woensdag:**
handel, horeca, schoonmaak, transport, logistiek.
- **Donderdag:**
techniek, bouw, groen.

Scholing

Ook voor advies over scholing kunt u terecht bij Talentperron. Kom gerust eens binnenlopen om een kijkje te nemen. Wilt u advies of begeleiding van een medewerker? Maak dan een afspraak zodat u zeker weet dat ze ruim de tijd voor u hebben.

Talentperron



Adres

Centrale hal
Harm Buitenplein 1, Groningen.

Maandag t/m vrijdag:

9:00 - 17:00 uur



Zoek op internet:

talentperron

Hulp bij vinden van werk

Wilt u hulp bij het vinden van werk? Aan het Harm Buitenplein kunt u ook hulp krijgen bij het vinden van werk. Hier is het Talentperron, informatie over een Participatiebaan en over een Basisbaan.

De gemeente helpt iedereen bij het vinden van werk. Of u nu een (gedeeltelijke) bijstandsuitkering heeft, of niet. U krijgt begeleiding, tips en sollicitatietraining. U kunt ook gebruik maken van de vacatures en de contacten van de gemeente met uitzendbureaus.

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm15

Uitstroompremie

Heeft u minimaal 3 jaar een bijstandsuitkering ontvangen en vindt u een baan? Dan heeft u misschien recht op een geldbedrag. We noemen dit een uitstroompremie.

 Zoek op internet:
[gemeente.groningen/mm16](https://gemeente.groningen.nl/mm16)

‘Door mijn participatiebaan draag ik mijn steentje bij in de maatschappij. Via mijn begeleider bij het WIJ-team kreeg ik eerst een vrijwilligersbaan bij Link050. Al snel daarna ben ik gestart met mijn participatiebaan.’

Fathiha, 41 jaar


9.2 Ondernemers en zelfstandigen

Woont u in de gemeente Groningen en heeft u een onderneming? En heeft u een laag inkomen uit uw bedrijf? Of heeft u tijdelijk financiële problemen, bijvoorbeeld met een periode waarin het inkomen ineens niet meer genoeg is om van rond te komen? Of heeft u geld nodig voor een investering om verder te kunnen met uw bedrijf en kunt u daarvoor niet terecht bij een bank? Het kan veel verschillende oorzaken hebben. Dan kunt u vrijblijvend informatie en ondersteuning krijgen van de gemeente.

Dat kan gaan over de voortzetting van uw eigen bedrijf. Of over het vinden van een baan in loondienst, mogelijk in combinatie met uw eigen bedrijf.

Ook kan samen met u gekeken worden of u misschien zou moeten stoppen met uw bedrijf. En hoe eventuele schulden kunnen worden aangepakt.

Informatie algemeen

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm17

Informatie over financiële steun

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm18

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm13

Perron ZZP

Bent u zelfstandig ondernemer? En heeft u problemen met uw onderneming door bijvoorbeeld uw gezondheid? Of door het wegvallen van klanten? Of heeft u privé en zakelijk financiële problemen?

Bij Perron ZZP kunt u gratis advies en hulp krijgen voor alle vragen om weer plezierig te kunnen ondernemen met financiële onafhankelijkheid en voor een gezond bedrijf met toekomst.

 Zoek op internet:
ik onderneem het

Perron ZZP


Telefoon: 050 711 52 85

Email: perronzzp@ikonderneemhet.nl

9.3 Dress for success

Heeft u binnenkort een sollicitatiegesprek en zoekt u een passende outfit, maar is dit voor u niet te betalen? Kom dan naar Dress for Success voor gratis sollicitatiekleding.

Zo gaat u goed gekleed naar een sollicitatiegesprek. Overleg wel eerst met uw werkcoach. Samen meldt u zich aan voor een kleedsessie met goede adviezen. U krijgt een complete outfit gratis. En ook sollicitatietips.

 **Zoek op internet:**
dress for success

 **Adres**
Nieuwe Ebbingestraat 57,
Groningen.
Telefoon: 06 333 875 49

Organisaties die ondersteunen

- 10.1 Humanitas
- 10.2 Jimmy's jongeren
- 10.3 Stadgers Hand in Hand
- 10.4 Kansrijk Groningen
- 10.5 Leger des Heils
- 10.6 Jasmijn
 - multicultureel vrouwencentrum

10



10.1 Humanitas

Humanitas is een vrijwilligersorganisatie die tijdelijke ondersteuning geeft bij opvoeden, opgroeien, detentie, eenzaamheid, verlies en thuisadministratie.

Wilt u graag hulp van een vrijwilliger van Humanitas?

Neem dan contact op.



Zoek op internet:
 groningen humanitas

Meld- en informatiepunt



Adres

A-kerkhof Zuidzijde 22, Groningen.

Telefoon: 050 312 60 00

Email: mip.groningen@humanitas.nl

10.2 Jimmy's jongeren

Bij Jimmy's Groningen kan je binnenlopen op dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag vanaf 13:00 uur. Jimmy's Groningen is voor jongeren van 12 tot 27 jaar. Heb je een vraag (dit kan over van alles zijn) dan kun je altijd binnen lopen. Of wil je gewoon even chillen? Dan kan ook. Je bent welkom.

Jimmy's is een leuke plek waar je veel mensen kan ontmoeten, de Jimmy's (vaste bezoekers, vrijwilligers, stagiaires en facilitators) staan altijd klaar om met iedereen in gesprek te gaan.



Zoek op internet:
 jimmy050



Adres

Herestraat 103, Groningen.


Telefoon: 050 311 77 11

What's app: 06 868 641 87

10.3 Stadgers Hand in Hand

Stadgers Hand in Hand is een stichting die armoede aanpakt en alles wat daarmee te maken heeft. Dit doen zij vanuit een warm hart en een uitgestoken hand. Als deelnemer bouw je aan je eigen toekomst.

Als deelnemer word je gekoppeld aan een coach. Met je coach werk je als team in vertrouwen samen, zolang dat nodig is. Je kunt daarna de toekomst met zelfvertrouwen tegemoet gaan. De coaches van Stadgers Hand in Hand kijken verder dan hun eigen dienstverlening. Als hun werkwijze niet goed bij jou past, helpen ze je verder in je zoektocht.

 Zoek op internet:
stadgers hand in hand

Contact:
Mirjam Nagelmaker
Telefoon: 06 118 072 06

10.4 Kansrijk Groningen

Kansrijk Groningen is een aanpak voor mensen die geld tekort komen en daarbij ook nog andere problemen hebben. Vaak hebben ze daardoor veel stress. De problemen kunnen geldproblemen zijn, maar ook andere, zoals bijvoorbeeld moeite met het vinden van werk of met het opvoeden van kinderen.

Bij Kansrijk Groningen pakken ze de problemen samen met de deelnemers aan. Ze krijgen de regie over hun eigen leven terug, volgen een opleiding, doen vrijwilligerswerk, betaald werk of worden zzp-er.

Dit bereiken zij door de hulp en de stimulans van hun buddy en van ondersteunende partijen. Door Kansrijk Groningen komen deelnemers vaak ook definitief uit de bijstand.

Deelnemer worden?
Er zijn wel voorwaarden.

 Zoek op internet:
kansrijk groningen

WJ GRONINGEN

10.5 Leger des Heils

Het Leger des Heils biedt op veel gebieden professionele hulp. Bijvoorbeeld jeugdhulp, gezinsondersteuning, ambulante begeleiding of forensische zorg. Voor een goed gesprek en luisterend oor zijn er buurthuis kamers. Iedereen is van harte welkom.

Ook voor praktische hulp bij financiën, huiswerk begeleiden of een goede maaltijd kun je hier terecht.

 Zoek op internet:
 groningen leger des heils


 Adres
Buurthuis kamer
Dirk Huizingastraat 15-17,
Groningen.
Telefoon: 06 534 138 94


10.6 Jasmijn – multicultureel vrouwencentrum

Vrouwencentrum Jasmijn is een stedelijk multicultureel vrouwencentrum in de stad Groningen. Hier ontmoeten vrouwen met verschillende achtergronden en culturen elkaar.

Jasmijn biedt een breed programma:

- voorlichtingen
- activiteiten
- cursussen
- workshops

 Zoek op internet:
 vrouwencentrum jasmijn

 Adres
Floresstraat 2/1, Groningen.
Telefoon: 050 573 33 19

tip

BUURTHUISKAMER

In sommige wijken zijn buurthuis kamers. Hier kunt u langskomen voor een gezellig praatje en een kopje thee of koffie. Even er uit en mensen ontmoeten. Het WIJ-team in uw buurt weet waar u terecht kunt.

WIJ GRONINGEN

WIJ GRONINGEN

- **WIJ Beijum**
Melsemaheerd 2
Telefoon: 050 549 71 31
- **WIJ Oosterparkwijk**
Heesterpoort 1
Telefoon: 050 367 89 60
- **WIJ Corpus den Hoorn**
Paterswoldseweg 267
Telefoon: 050 367 91 20
- **WIJ Rivierenbuurt**
Paterswoldseweg 267
Telefoon: 050 367 91 20
- **WIJ De Wijert**
Paterswoldseweg 267
Telefoon: 050 367 91 20
- **WIJ Schildersbuurt / Centrum**
Heesterpoort 1
Telefoon: 050 367 72 02
- **WIJ Haren**
Paterswoldseweg 267
Telefoon: 050 367 48 84
- **WIJ Selwerd**
Eikenlaan 288-6 (Vensterschool)
Telefoon: 050 367 42 20
- **WIJ Hoogkerk**
De Verbetering 3
Telefoon: 050 367 45 66
- **WIJ Ten Boer**
Hendrik Westerstraat 24, Ten Boer
Telefoon: 050 302 88 46
- **WIJ Korrewegwijk**
Floresplein 19
Telefoon: 050 367 40 06
- **WIJ Vinkhuizen**
Boraxstraat 2
(achterzijde MFC 's Vinkhuys)
Telefoon: 050 367 63 06
- **WIJ Lewenborg**
Kajuit 4 (wijkcentrum Het Dok)
Telefoon: 050 367 40 02

Inhoudsopgave

1. Wonen 8

- 1.1 Huurtoeslag – Belastingdienst
- 1.2 Woonkostentoeslag – Bijzondere Bijstand
- 1.3 Thuis- en Dakloze mensen
- 1.4 Energiecoach: kleine en goedkope/gratis maatregelen
- 1.5 Energieadviseur: grotere maatregelen
- 1.6 Energieadvies op maat
- 1.7 Is uw woning onderdeel van een Vereniging van Eigenaren (VvE)?
- 1.8 Subsidies en leningen verduurzamen woning
- 1.9 Websites met tips
- 1.10 Grofvuil wegbrengen of laten ophalen

2. Boodschappen 18

- 2.1 Korting bij supermarkten
- 2.2 Voedselbank
- 2.3 Voedselbank voor huisdieren
- 2.4 Gratis menstruatieproducten

3. Inkomsten en Sparen 22

- 3.1 Wat is een inkomen? Wat is vermogen?
- 3.2 Werk en Inkomen gemeente Groningen – Harm Buitenplein
- 3.3 Bijstandsuitkering
- 3.4 Bijzondere Bijstand
- 3.5 Individuele inkomenstoeslag
- 3.6 Geen gemeentebelasting betalen
- 3.7 Geld krijgen van de Belastingdienst – Toeslagen
- 3.8 Met pensioen: wat moet ik regelen?

4. Gezondheid en Zorg 30

- 4.1 Advies over gezondheid tot 18 jaar – GGD Groningen
- 4.2 Zorgtoeslag – Belastingdienst
- 4.3 Ondersteuning van de gemeente bij ziekte
– WMO Wet Maatschappelijke Ondersteuning
- 4.4 Medische kosten zoals fysiotherapie, steunzolen en andere medische kosten – Bijzondere Bijstand
- 4.5 Studietoeslag voor studenten met medische beperking
- 4.6 Voor mensen met chronische ziekte – Meerkostenregeling
- 4.7 Mantelzorg
- 4.8 Zorgkosten voor katten – Stadjerspas

5. Kind en School 36

- 5.1 Kraambank
- 5.2 Kinderbijslag – Sociale Verzekeringsbank
- 5.3 Kinderopvangtoeslag en kindgebonden budget – Belastingdienst
- 5.4 Extra kinderbijslag bij intensieve zorg voor kind
- 5.5 Vergoeding kinderopvang gemeente
- 5.6 Gratis kinderopvang in sommige wijken
- 5.7 Speelotheken
- 5.8 Zwemlessen voor diploma A en B
- 5.9 Verjaardag en feestje – Stichting Jarige Job
- 5.10 Schoolkosten en activiteiten op school – Stichting Leergeld
- 5.11 Gratis tweedehands fiets – Fietsregeling
- 5.12 Stadjerspas en Kindpas
- 5.13 Laptopregeling kinderen
- 5.14 Bibliotheek Gratis voor kinderen – Forum Groningen
- 5.15 Brugfunctionaris
- 5.16 18 jaar worden – wat moet ik regelen?

6. Kleding en Spullen 48

- 6.1 Kledingbanken
- 6.2 Kringloopwinkels
- 6.3 Weggeefwinkels en weggeefkasten
- 6.4 Vervangen kapotte apparaten – Witgoedregeling

7. Uitjes en Vrije tijd 54

- 7.1 Stadspas
- 7.2 Sporten met BSlim en jeugdteams
- 7.3 Sport en Cultuur volwassenen
- 7.4 Sport en Cultuur jeugd – Jeugdfonds Sport & Cultuur
- 7.5 Bibliotheek – tentoonstelling, voorlezen
- 7.6 Stichting Lutje Geluk
- 7.7 Vakantiebank
- 7.8 Quiet – meedoen en activiteiten

8. Geldzaken 60

- 8.1 Heb ik recht op regelingen en voorzieningen?
- 8.2 Online geldtools bij Geldfit.nl
- 8.3 Geldproblemen en schulden – Groningse Kredietbank
- 8.4 Hulp bij de administratie – Humanitas
- 8.5 Eurocoach voor jongeren
- 8.6 Hulp bij belastingaangifte, DigiD en IDO - Bibliotheek
- 8.7 Verzekeringen

9. Werk 68

- 9.1 Talentperron
- 9.2 Ondernemers en zelfstandigen
- 9.3 Dress for success

10. Organisaties die ondersteunen 74


- 10.1 Humanitas
- 10.2 Jimmy's jongeren
- 10.3 Stadjers Hand in Hand
- 10.4 Kansrijk Groningen
- 10.5 Leger des Heils
- 10.6 Jasmijn – multicultureel vrouwencentrum

Mooi Meegenomen

Wilt u weten op welke regelingen en voorzieningen u misschien recht heeft? Met deze gids kunt u ontdekken hoe u mogelijk geld kunt besparen. U kunt het ook online opzoeken. Wilt u liever hulp? Dan kunt u terecht bij een WIJ-team in uw buurt waar een medewerker samen met u alles kan invullen.

**DAT GELDT
VOOR MIJ**

Direct zelf online checken?

 Zoek op internet:
 groningen datgeldtvoormij

Kijk voor de laatste informatie op de website van de gemeente.

 Zoek op internet:
gemeente.groningen.nl/mm4

Wilt u ons laten weten wat u van deze gids vindt?

 Doe dit via:
gemeente.groningen.nl/mm25

De tekst in deze gids geeft u informatie, geen rechten.

Januari 2025

Uitgave Gemeente Groningen, Moedig Groningen en WIJ Groningen