

2025

# Budgetgids Smallingerland

Wegwijzer voor  
mensen met een  
laag inkomen



Drachten | Smallingerland



# Voorwoord wethouder

We leven in een tijd met hoge kosten. Boodschappen, energie en andere uitgaven zijn duur. Dit maakt het soms moeilijk om rond te komen.

In deze gids vind je regelingen die je kunnen helpen, zowel van de gemeente als van de landelijke overheid. Of het nu gaat om een toeslag die je kunt krijgen, producten die helpen bij het besparen op energie, een regeling die ervoor zorgt dat je weer kunt sporten of een andere vorm van ondersteuning. Dit kan je net een steuntje in de rug te geven.

In deze gids kun je organisaties vinden die je hierbij kunnen helpen. Zij kunnen advies geven, ondersteunen met geldzaken of gewoon luisteren naar je verhaal.

Samen zorgen we ervoor dat niemand er alleen voor staat.



**Pieter van der Zwan**  
Wethouder gemeente Smallingerland

# Inhoudsopgave

## 1. Regelingen bij een laag inkomen

### Inkomen

Bijstandsuitkering .....	08
Bijstand voor zelfstandigen.....	10
Bijzondere bijstand .....	12
Individuele inkomenstoeslag.....	13
Studietoeslag .....	14
Voedselbank Smallingerland.....	16
Noodfonds (SUN Friesland) .....	16

### Participatie

Sportfonds Smallingerland.....	17
--------------------------------	----

### Zorg

Collectieve zorgverzekering AV Frieso.....	18
Zorgtoeslag.....	20
Regeling aftrek specifieke zorgkosten.....	21
Extra voor mantelzorgers .....	22

### Wonen

Kwijtschelding gemeentelijke belastingen.....	23
Kwijtschelding waterschapsbelasting.....	24
Huurtoeslag .....	25

### Energie

Energiebesparende producten.....	26
Energiebespaarlening 0% rente huizenbezitters laag inkomen .....	27
Woningisolatie voor huizenbezitters .....	28
Gratis advies over energiebesparing en isolatie van je woning.....	29

## 2. Regelingen voor ouders en kinderen

### Voor ouders en kinderen

Kinderbijslag .....	31
Kindgebonden budget.....	32
Kinderopvangtoeslag .....	33
Sam& voor alle kinderen .....	34
Kinderspul .....	35
Heppie Vakanties .....	36
Weekje Weg.....	37
Humanitas Kindervakantieweken .....	38

## 3. Zorg en ondersteuning

### Informatie, hulp en ondersteuning

M.O.S.....	41
Wegwijzers Smallingerland.....	42
Carins .....	44
Digi-Taalhuis.....	46
Stichting Present Smallingerland.....	47
Repair café.....	47

### Hulp bij schulden

Vroegsignalering; hulp bij betalingsachterstanden.....	48
Geldzaken; persoonlijk financieel advies.....	48
Stichting SchuldHulpMaatje Drachten e.o.....	50
Humanitas Thuisadministratie .....	51

### Hulp bij formulieren en aanvragen

Bibliotheek Drachten.....	52
---------------------------	----

### Juridische hulp

Carins - Sociaal juridische vragen.....	54
Juridisch Spreekuur bij Bibliotheek Drachten.....	55
Juridisch loket .....	55
Sociaal ombudsvrouw .....	56

## 4. Normbedragen 2025 .....

58



# 1. Regelingen bij een laag inkomen



# Inkomen

---

Heb je een laag inkomen? De gemeente en de landelijke overheid willen je dan financieel helpen. Dit kan bijvoorbeeld met een extra inkomen of een vergoeding voor zorg of woonkosten. In deze budgetgids staan alle regelingen die je daarbij kunnen helpen. Voor sommige regelingen mag je inkomen niet hoger zijn dan een bepaald percentage van de bijstandsnorm. Welke norm voor jou van toepassing is, hangt af van je leeftijd en je woonsituatie. Achterin deze gids (op pagina 58) vind je een overzicht met de netto bedragen. Dit zijn de bedragen die je maandelijks ontvangt, nadat belastingen en premies zijn ingehouden. De genoemde bedragen zijn zonder vakantiegeld en gelden vanaf 1 januari 2025. De bedragen worden twee keer per jaar aangepast: in januari en juli.

## **Voor wie is deze regeling bedoeld?**

Bij regelingen in deze gids staat beschreven welke norm geldt (bijvoorbeeld 100%, 115%, 120%). Zo kun je makkelijk zien of je ergens recht op hebt.

Heb je twijfels of wil je weten welke regelingen voor jou gelden? Of heb je hulp nodig bij een aanvraag? Neem dan contact op met het bedrijf dat bij de regeling staat vermeld. Je kunt ook bellen met Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.

# Inkomen

---

## Bijstandsuitkering

Soms kun je (tijdelijk) niet werken. Of je verdient misschien niet genoeg om jezelf of je gezin te onderhouden. Dan kun je een uitkering aanvragen. De gemeente helpt je bij het vinden van een nieuwe baan. Zo verdien je zelf weer geld. Lukt dat niet, dan wordt er samen met jou gekeken naar andere mogelijkheden.

### **Je kunt een bijstandsuitkering aanvragen als:**

- Je 18 jaar of ouder bent
- Je de pensioenleeftijd nog niet hebt bereikt
- Je niet genoeg geld hebt om van te leven
- Je geen recht hebt op andere uitkeringen
- Je niet (te) veel spaargeld en/of bezittingen hebt (vermogen)

### **Aanvragen uitkering**

De bijstandsuitkering vraag je aan via [www.werk.nl](http://www.werk.nl). Zoek op 'uitkering aanvragen'.

Als je een uitkering aanvraagt, nodigt de gemeente je uit voor een gesprek. Een medewerker van Team Inkomen bespreekt samen met jou jouw situatie. Weet je niet zeker of je aan de voorwaarden voldoet of heb je hulp nodig bij het doen van een aanvraag?

Bel dan Team Inkomen via **0512 58 12 34**.

Kijk voor alle voorwaarden en meer informatie op [www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl). Zoek op 'recht op algemene bijstand'.



### **Voor wie is deze regeling bedoeld?**

Een bijstandsuitkering is bedoeld voor inwoners met 100% van de bijstandsnorm en weinig vermogen. Vermogen is de totale waarde in geld van je bezittingen. Je kunt hierbij denken aan geld op rekeningen en de waarde van bijvoorbeeld een auto. In het normenoverzicht op pagina 58 kun je de normen en bedragen vinden.

#### **Jonger dan 27 jaar?**

Ben jij jonger dan 27 jaar? Dan gelden er andere regels voor het aanvragen van een bijstandsuitkering. Vaak geldt een aanvullende 'zoekperiode'. De gemeente vraagt jou eerst om 4 weken na de aanvraag naar een opleiding of werk te zoeken. Lukt dat niet binnen deze 4 weken? Dan kun je daarna de uitkering definitief aanvragen.

**Let op! Je kunt tijdens de zoekperiode geen voorschot op de uitkering ontvangen.**

#### **Geregistreerd in het doelgroepregister?**

Ben jij jonger dan 27 jaar en val je onder het doelgroepregister van het UWV? Of heb jij een opleiding gevolgd aan het Voortgezet Speciaal Onderwijs (VSO) of Praktijkonderwijs (PRO)? Dan geldt er voor jou **geen** zoekperiode van vier weken. Je kunt direct een bijstandsuitkering aanvragen.

In het doelgroepregister van het UWV staan mensen die door een ziekte of een lichamelijke, psychische of verstandelijke handicap moeilijker een baan kunnen vinden of houden. Het UWV beoordeelt of iemand in het doelgroepregister komt te staan.

# Inkomen

---

## Bijstand voor zelfstandig ondernemer

Ben je ondernemer en verdien je tijdelijk niet genoeg om jezelf of je gezin te onderhouden? Of heb je een lening nodig voor bedrijfskapitaal? Dan kun je in sommige gevallen ook bijstand krijgen.

### Je kunt bijstand voor zelfstandigen aanvragen als:

- Je 18 jaar of ouder bent
- Je de pensioenleeftijd nog niet hebt bereikt
- Je niet voldoende geld hebt om van te leven
- Je niet (te) veel spaargeld of bezittingen hebt
- Je voldoet aan de regels voor zelfstandig ondernemerschap
- Je bedrijf na de bijstandsverlening weer voldoende oplevert om van te leven
- Je bedrijfskapitaal nodig hebt en je nergens anders kunt lenen

De bijstand aan een ondernemer is altijd een lening. Voor de lening voor levensonderhoud betaal je geen rente. Heb je over het hele jaar niet voldoende inkomen verdiend? Dan kan een deel van de lening worden kwijtgescholden. Een lening voor bedrijfskapitaal moet je volledig terugbetalen. Over deze lening betaal je ook rente.

Ook als je een uitkering hebt en ondernemer wilt worden, of juist je bedrijf wilt stoppen, zijn er mogelijkheden. Als je met je bedrijf wilt stoppen, neem dan contact op voordat je daadwerkelijk de bedrijfsactiviteiten beëindigt.

### Meer informatie?

Wil je weten of je als zelfstandige een uitkering kunt krijgen of wil je meer informatie over een krediet? Neem dan contact op met een consulent die zich bezighoudt met zelfstandigen. Met deze medewerker kan een afspraak worden ingepland, zodat jouw situatie kan worden besproken en de mogelijkheden kunnen worden onderzocht. Je kunt bellen naar **0512 58 12 34** voor het maken van een afspraak.

### Tip!

#### **Ben je zwanger en werk je als zelfstandige?**

Als je een eigen bedrijf hebt en zwanger bent, kun je een zwangerschapsuitkering aanvragen. Deze regeling heet de Zelfstandige en Zwanger-regeling (ZEZ). Je kunt deze regeling aanvragen bij het UWV via [www.uwv.nl](http://www.uwv.nl). Zoek op 'ik ben zwanger en zelfstandige'.



# Inkomen

---

## Bijzondere bijstand

Heb je onverwachte kosten en geen geld om deze te betalen? Als je deze kosten niet zelf kunt betalen en ze ook niet vergoed krijgt, kun je misschien bijzondere bijstand van de gemeente krijgen. Het gaat dan bijvoorbeeld om het betalen van de eigen bijdrage voor advocaatkosten of bijzondere reiskosten. Lever de aanvraag in vóórdat je de kosten gaat maken.

De gemeente kijkt samen met jou of je kosten (deels) vergoed kunnen worden. Je kunt bellen naar **0512 58 12 34** voor het maken van een afspraak. Heb je al een bijstandsuitkering van de gemeente? Neem dan contact op met jouw Inkomensconsulent.

Voor informatie of het aanvragen van bijzondere bijstand kijk op [www.smallingerland.nl](http://www.smallingerland.nl). Zoek op 'minimaregelingen.'

### Let op!

Bijzondere bijstand is niet bedoeld voor gewone kosten zoals boodschappen of de eigen bijdrage/risico ziektekosten. Je kunt ook geen kosten vergoed krijgen die ergens anders ook vergoed worden. Als je bijvoorbeeld kosten hebt die je verzekering vergoedt, dan krijg je hiervoor geen bijzondere bijstand.

# Inkomen

---

## Individuele Inkomensloeslag

Ben je ouder dan 21 en krijg jij (of je eventuele partner) nog geen AOW? En heb je al langer dan 3 jaar een laag inkomen en weinig spaargeld en bezittingen? Als dat niet verandert in de toekomst heb je misschien recht op de individuele inkomensloeslag.

Je krijgt inkomensloeslag als je drie jaar of langer een laag inkomen hebt. Je krijgt dan één keer per jaar een bedrag van de gemeente. Je mag het overal voor gebruiken. Het is geen inkomen. Het bedrag gaat daarom niet van je uitkering af.

### Hoe hoog is het bedrag?

- Alleenstaande € 375,-
- Alleenstaande ouder € 375,-
- Gehuwden / samenwonenden € 450,-

### Voor wie is deze regeling bedoeld?

Als je 3 jaar achter elkaar een bijstandsuitkering hebt gehad, krijg je meestal automatisch bericht van de gemeente. Denk je dat je hier recht op hebt, maar hebt je geen bericht of betaling ontvangen, neem dan contact op met jouw Inkomensconsulent.

Individuele Inkomensloeslag is bedoeld voor inwoners met 115% van de bijstandsnorm en weinig vermogen. Vermogen is de totale waarde in geld van je bezittingen. Je kunt hierbij denken aan geld op rekeningen en de waarde van bijvoorbeeld een auto. In het normenoverzicht op pagina 58 kun je de normen en bedragen vinden.

Let op! Ontving jij (of je eventuele partner) in de afgelopen 3 jaar studiefinanciering, dan kun je geen individuele inkomensloeslag krijgen.

Voor informatie of het aanvragen van individuele inkomensloeslag kijk op [www.smallingerland.nl](http://www.smallingerland.nl). Zoek op 'individuele inkomensloeslag'.

# Inkomen

## Studietoeslag

Ben je een jongere met een blijvende (arbeids)beperking? En kun je door een blijvende ziekte of gebrek niet werken naast je studie? Zo lang je studeert krijg je per maand een bedrag als aanvulling op je studiefinanciering. Dit heet studietoeslag.

### Je kunt studietoeslag aanvragen als je studeert en:

- Je 15 jaar of ouder bent
- Je als gevolg van een blijvende medische beperking niet in staat bent naast je studie te werken
- Je studiefinanciering of een tegemoetkoming voor de schoolkosten (WTOS) ontvangt. Het levenlanglerenkrediet valt hier niet onder.

Weet je niet zeker of je aan de voorwaarden voldoet? Bel dan Team Inkomen via **0512 58 12 34**.

### Hoe hoog is het bedrag?

De hoogte van de studietoeslag hangt af van je leeftijd. Per 1 januari 2025 zijn de bedragen:

15 jaar	€ 110,93
16 jaar	€ 127,57
17 jaar	€ 146,06
18 jaar	€ 184,88
19 jaar	€ 221,85
20 jaar	€ 295,80
21 jaar en ouder	€ 369,75



---

Ontvang je een stagevergoeding? Dan mag je de eerste € 221,85 per maand houden. Alles wat je meer verdient, wordt van de studietoeslag afgetrokken.

De bedragen voor de studietoeslag en de vrijlating voor stagevergoeding worden twee keer per jaar aangepast: in januari en juli.

Voor informatie of het aanvragen van studietoeslag kijk op [www.smallingerland.nl](http://www.smallingerland.nl). Zoek op 'studietoeslag'.



# Inkomen

---

## Voedselbank Smallingerland

Voedselbank Smallingerland geeft voedselpakketten aan mensen die niet genoeg geld hebben om gezond voedsel te kopen. De inhoud van de pakketten komt van verschillende bedrijven en organisaties. Je kunt elke week een pakket ophalen bij de Voedselbank. Dit helpt armoede te verminderen en zorgt ervoor dat er minder eten wordt weggegooid.

Of je in aanmerking komt voor een voedselpakket, hangt af van hoeveel geld je elke maand overhoudt nadat je huur en rekeningen zijn betaald. Kijk op [www.voedselbanksmallingerland.nl](http://www.voedselbanksmallingerland.nl) voor de voorwaarden en hoe je een pakket kunt aanvragen.

Voor meer informatie of om een pakket aan te vragen, bel je van maandag tot en met vrijdag tussen 9.30 en 11.30 uur naar **06 14 45 19 44**, of stuur een e-mail naar [pdeboer@voedselbanksmallingerland.nl](mailto:pdeboer@voedselbanksmallingerland.nl).



## Noodfonds (SUN Friesland)

Zit je in financiële problemen en helpen de regelingen van de overheid niet genoeg? Of kun je geen gebruik maken van deze regelingen? Dan kan het Noodfonds (SUN Friesland) jou misschien helpen. Je kunt zelf geen aanvraag doen. Een aanvraag kan alleen worden gedaan door een professionele hulpverlener. Bijvoorbeeld, een medewerker van M.O.S, van Carins, van de gemeente of van een andere organisatie.



Kijk op [www.sunfriesland.nl](http://www.sunfriesland.nl) voor meer informatie.

# Participatie

---

## Sportfonds Smallingerland

Sportfonds Smallingerland is er voor inwoners van gemeente Smallingerland vanaf 18 jaar die willen sporten, maar dit niet zelf kunnen betalen. Het sportfonds zet vooral in op sporten in groepsverband. Vanuit het sportfonds kan bijvoorbeeld een lidmaatschap voor een sportvereniging worden vergoed.

### **Voor wie is deze regeling bedoeld?**

Een vergoeding van het Sportfonds Smallingerland is mogelijk voor inwoners met 115% van de bijstandsnorm en weinig vermogen.

Vermogen is de totale waarde in geld van je bezittingen.

Je kunt hierbij denken aan geld op rekeningen en de waarde van bijvoorbeeld een auto. In het normenoverzicht op pagina 58 kun je de normen en bedragen vinden.

Voor meer informatie of het indienen van een aanvraag kijk op [www.sportfondssmallingerland.nl](http://www.sportfondssmallingerland.nl).

### **Let op!**

Het sportfonds heeft een jaarlijks budget. Wanneer het budget op is, kunnen er helaas geen vergoedingen meer worden gedaan.

Je wordt dan op een wachtlijst geplaatst.



## Collectieve zorgverzekering AV Frieso

Iedereen heeft een goede zorgverzekering nodig. De gemeente biedt samen met De Friesland Zorgverzekeraar een speciale zorgverzekering aan voor inwoners met een laag inkomen. Deze verzekering heeft een uitgebreide dekking tegen een lagere prijs. Je betaalt € 180,- per maand. Hier bespaar je € 32,50 per maand mee.

### Vergoedingen AV Frieso Compleet

De vergoedingen van de zorgverzekering AV Frieso Compleet staan op de website [www.gezondverzekerd.nl](http://www.gezondverzekerd.nl). Typ bij zoeken 'Smallingerland' in. Je vindt daar de zorgverzekering met vergoedingen voor 2025.

Let op! Deze verzekering is vooral voordelig als je veel zorgkosten maakt. Maak je weinig kosten, dan is een andere verzekering misschien voordeliger. Op internet kun je zorgverzekeringen vergelijken.

### Voor wie is deze regeling bedoeld?

De collectieve zorgverzekering AV Frieso is bedoeld voor inwoners met 115% van de bijstandsnorm en weinig vermogen. Vermogen is de totale waarde in geld van je bezittingen. Je kunt hierbij denken aan geld op rekeningen en de waarde van bijvoorbeeld een auto. In het normenoverzicht op pagina 58 kun je de normen en bedragen vinden.

Voor meer informatie kijk op [www.smallingerland.nl](http://www.smallingerland.nl). Zoek op 'AV Frieso'.

### Zorgtoeslag

Een zorgverzekering is niet goedkoop. Daarom is er zorgtoeslag. Zorgtoeslag is een bijdrage van de overheid om te helpen met het betalen van de zorgverzekering. Op pagina 20 lees je meer informatie over zorgtoeslag.



### Tip!

#### **Gratis gebitscontrole**

Een goed gebit is belangrijk, ook als je daar minder financiële middelen voor hebt. Daarom biedt tandartspraktijk Bleekerhûs mensen met een laag inkomen een gratis gebitscontrole aan. Je kunt bellen of langskomen om een afspraak te maken.

Kijk voor meer informatie op [www.bleekerhus.nl](http://www.bleekerhus.nl) of neem voor meer informatie contact op via **0512 51 15 48**.

Adres: Moleneind ZZ 11, Drachten

# Zorg

---

## Zorgtoeslag

Iedereen in Nederland moet tenminste een basisverzekering voor ziektekosten afsluiten. Hier betaal je elke maand een premie voor. Heb je een laag inkomen? Dan kun je zorgtoeslag krijgen. Elke maand ontvang je dan een bedrag waarmee je een deel van je zorgpremie kunt betalen.

De hoogte van de zorgtoeslag hangt af van je inkomen. De toeslag is maximaal € 131,- per maand als je alleenstaand bent en € 250,- per maand als je samenwoont.

Je vraagt zorgtoeslag één keer aan. Daarna krijg je de toeslag vanzelf. Zorgtoeslag kun je aanvragen op [www.toeslagen.nl](http://www.toeslagen.nl). Op deze site vind je ook de voorwaarden.

Let op! Meld veranderingen in je inkomen bij de Belastingdienst. Zo voorkom je dat je te veel of te weinig zorgtoeslag krijgt.

### **Hulp nodig?**

Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.



# Zorg

---

## Regeling aftrek specifieke zorgkosten

Heb je hoge zorgkosten? Dan kun je deze misschien aftrekken van je inkomstenbelasting wanneer je je belastingaangifte doet. Je geeft de kosten aan onder het kopje 'specifieke zorgkosten'. Hierdoor hoeft je minder belasting te betalen of kun je geld terugkrijgen. Het hangt af van je inkomen hoeveel je terugkrijgt. Je kunt bijvoorbeeld ook zorgkosten voor je kinderen (jonger dan 27 jaar) aftrekken, als zij zelf de kosten niet kunnen betalen.

### **Je kunt de volgende kosten aftrekken:**

- Medische hulp
- Medicijnen
- Hulpmiddelen (bijvoorbeeld steunzolen, kosten gebit (beugel, kroon of brug))
- Uitgaven extra gezinshulp in verband met ziekte (onder voorwaarden aftrekbaar)
- Extra uitgaven dieet (medisch voorschrift)
- Extra uitgaven voor kleding en beddengoed
- Vervoerskosten naar een arts of ziekenhuis
- Reiskosten naar partner of thuiswonende kinderen in verband met ziekte

Let op! Alleen het deel van de kosten dat uitkomt boven een bepaald bedrag, het drempelbedrag, is aftrekbaar.

Kijk voor de voorwaarden en meer informatie op [www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl). Zoek op 'zorgkosten'.

### **Hulp nodig?**

Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.

# Zorg

---

## Extra voor mantelzorgers

Je bent mantelzorger als je lange tijd voor iemand zorgt. Bijvoorbeeld een familielid, vriend of buur die ziek is of een beperking heeft.

### Informatie en advies

In Smallerland helpt M.O.S. mantelzorgers met informatie en advies. Heb je een vraag over mantelzorg? Wil je graag andere mantelzorgers ontmoeten om ervaringen uit te wisselen? Of ben je benieuwd naar mogelijkheden voor hulp? Neem dan contact op met M.O.S.

### Compliment

Als mantelzorger doe je belangrijk en waardevol werk. Als dank kunnen mantelzorgers één keer per kalenderjaar een mantelzorgcompliment aanvragen. Dit is een bedrag van € 100,-. Wil je meer informatie? Neem dan contact op met M.O.S.

### Contact

Je kunt bellen, chatten of mailen met de mantelzorgondersteuning van M.O.S.

### Bellen

Telefoonnummer: **0512 – 334 112**  
Maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur

### Chatten

Via [www.wegwijzerssmallingerland.nl](http://www.wegwijzerssmallingerland.nl).  
Maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur

### Mailen

E-mailadres: [mantelzorg@mosweb.nl](mailto:mantelzorg@mosweb.nl)

Kijk voor meer informatie op [www.mosweb.nl](http://www.mosweb.nl). Ga naar 'Diensten' en klik op 'Mantelzorgondersteuning'.

# Wonen

---

## Kwijtschelding gemeentelijke belastingen

Iedereen die in de gemeente woont moet gemeentelijke belastingen betalen. Heb je een laag inkomen? Dan kun je misschien kwijtschelding krijgen voor (een deel van) de gemeentelijke belastingen. Dit betekent dat je de belasting niet, of niet volledig, hoeft te betalen. Het hangt van je persoonlijke situatie af of je kwijtschelding kunt krijgen.

### **Je kunt kwijtschelding aanvragen voor de volgende gemeentelijke belastingen:**

- Afvalstoffenheffing
- Rioolheffing gebruiker
- Hondenbelasting (eerste hond)
- Kwijtschelding ID-kaart (vanaf 14 jaar en ouder)

Kijk voor het aanvragen en de voorwaarden op [www.smallingerland.nl](http://www.smallingerland.nl). Zoek op 'kwijtschelding'.

### **Tip!**

#### **Gratis ID-kaart**

Heb je een laag inkomen en een nieuwe identiteitskaart nodig? Dan kun je de kosten hiervan terugkrijgen. Bel meer informatie naar **0512 58 12 34**.

# Wonen

---

## Kwijtschelding waterschapsbelasting

Jaarlijks betaal je belasting voor het waterschap aan Wetterskip Fryslân. Kun je de waterschapsbelasting niet betalen? Dan kun je hier mogelijk (voor een deel) kwijtschelding voor krijgen. Dit betekent dat je de belasting niet, of niet volledig, hoeft te betalen. Dit hangt af van je persoonlijke situatie.

Kijk voor de voorwaarden en het aanvragen op [www.noordelijkbelastingkantoor.nl](http://www.noordelijkbelastingkantoor.nl). Zoek op 'kwijtschelding'. Je kunt ook bellen naar het Noordelijk Belastingkantoor via **088 78 79 000**.

### Hulp nodig?

Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.

### Let op!

Wil je een kwijtschelding indienen? Doe dit dan uiterlijk binnen zes weken na de datum die op de aanslag staat.

# Wonen

---

## Huurtoeslag

Woon je in een huurwoning? Dan krijg je misschien huurtoeslag. Huurtoeslag is geld van de belastingdienst en is bedoeld om te helpen de huur te betalen. Of je huurtoeslag kunt krijgen hangt af van je leeftijd, woonsituatie en inkomen.

Je kunt huurtoeslag krijgen als je huur lager is dan € 900,07 per maand. Ben je jonger dan 23 jaar? Dan moet de huur lager zijn dan € 477,20 per maand. Heb je een kind dat bij je woont? Dan mag de huur in 2025 toch € 900,07 zijn.

Als je inkomen hoog is, krijg je minder huurtoeslag. Vanaf een bepaald bedrag is er geen recht meer op huurtoeslag.

De huurtoeslag kent een vermogensgrens. Dit betekent dat je geen huurtoeslag kunt krijgen als je meer dan € 37.395,- vermogen per jaar hebt, per volwassene. Woon je samen met een kind? Dan wordt in sommige gevallen ook gekeken naar mogelijke inkomsten van het kind.

Voor informatie of het aanvragen van huurtoeslag kijk op [www.toeslagen.nl](http://www.toeslagen.nl). Je kunt hier ook een proefberekening maken.

### Hulp nodig?

Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.

# Energie

Wil je energie besparen? Er zijn verschillende manieren om energie te besparen en kosten te verlagen.

## Energiebesparende producten

Energiebesparende producten helpen je om thuis minder energie te verbruiken. Voorbeelden zijn:

- **Kleine producten:** zoals radiatorfolie, tochtstrips of ledlampen.
- **Grote huishoudelijke apparaten:** zoals energiezuinige koelkasten en wasmachines.

### Je kunt energiebesparende producten aanvragen als:

- Je in de gemeente Smallingerland woont
- Je in een zelfstandige woning woont
- Je nog niet eerder gebruik hebt gemaakt van deze regeling



### Voor wie is deze regeling bedoeld?

De regeling is er voor inwoners met een inkomen tot 120% van de bijstandsnorm. In het normenoverzicht op pagina 58 kun je de exacte bedragen vinden die daarbij horen.

Kijk voor meer informatie of het aanvragen van energiebesparende producten op [www.energiecoachdrachten.nl](http://www.energiecoachdrachten.nl).



# Energie

---

## Energiebespaarlening 0% rente huizenbezitters laag inkomen

Ben je eigenaar en bewoner van een koopwoning? En heb je een gezamenlijk inkomen van minder dan € 60.000,-? En wil je graag je woning verduurzamen? Dan kun je misschien gebruik maken van de 'energiebespaarlening'. Dit is een lening met 0% rente.

Kijk voor meer informatie en het aanvragen van de energiebespaarlening op [www.warmtefonds.nl/particulieren](http://www.warmtefonds.nl/particulieren).



# Energie

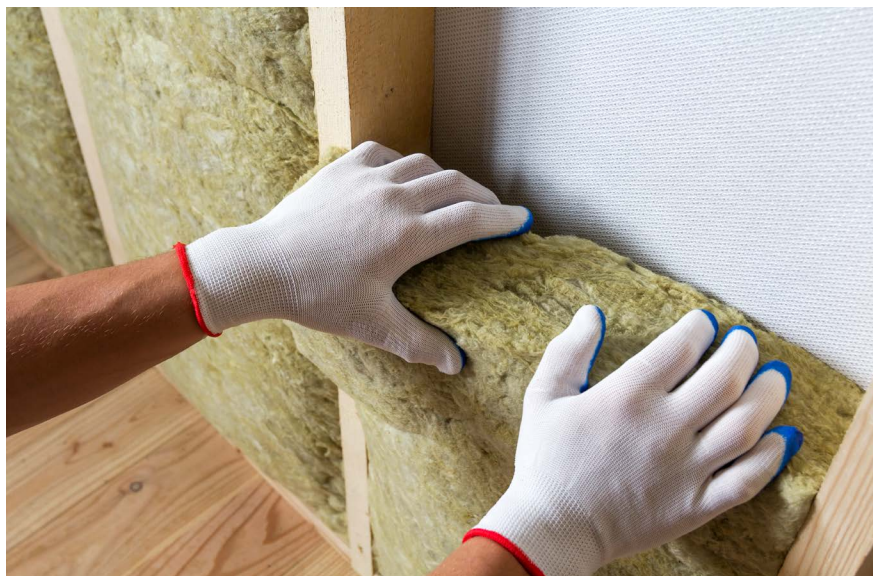
## Woningisolatie voor huizenbezitters

Ben je eigenaar én bewoner van een koopwoning? En is jouw huis niet goed geïsoleerd? Dan kun je misschien € 2.000,- krijgen om dit te verbeteren.

### Je kunt de regeling woningisolatie voor huizenbezitters aanvragen als:

- Je eigenaar bent van een huis met een energielabel D, E, F of G
- Jouw huis heeft een WOZ-waarde van maximaal € 285.000,- (gemeten op 1 januari 2022).

Voor meer informatie of het indienen van een aanvraag kijk op [www.duurzaambouwloket.nl/smallerland-isolatiesubsidie](http://www.duurzaambouwloket.nl/smallerland-isolatiesubsidie).



# Energie

---

## Gratis advies over energiebesparing en isolatie van je woning

Heb je vragen over energiebesparing, woningisolatie of de eerder genoemde regelingen? Of ben je benieuwd naar andere mogelijkheden?

De energiecoaches en energieadviseurs helpen je graag verder. Je kunt ze op werkdagen bereiken via **0512 58 12 34** of stuur een e-mail naar [duurzaam@smallingerland.nl](mailto:duurzaam@smallingerland.nl).

Kijk voor meer informatie op [www.energiecoachdrachten.nl](http://www.energiecoachdrachten.nl).



# 2. Regelingen voor ouders en kinderen



# Voor ouders en kinderen

## Kinderbijslag

Als je een kind krijgt kun je kinderbijslag krijgen. Kinderbijslag is een bijdrage van de overheid voor gezinnen met kinderen. Je kunt de bijdrage gebruiken om een deel van de kosten voor je kind te betalen. Je ontvangt de kinderbijslag van de Sociale Verzekeringsbank (SVB). Na de aangifte van je pasgeboren kind ontvang je binnen 30 dagen een brief van de SVB. In die brief lees je hoe je kinderbijslag aanvraagt.

### Je kunt kinderbijslag krijgen voor:

- Eigen kinderen
- Geadopteerde kinderen
- Pleegkinderen
- Stiefkinderen
- Kinderen waarvoor je zorgt alsof het je eigen kinderen zijn

De hoogte van het bedrag hangt af van de leeftijd van je kind.

### Voor 2025 gelden de volgende bedragen:

- 0 tot en met 5 jaar: € 286,45
- 6 tot en met 11 jaar: € 347,83
- 12 tot en met 17 jaar: € 409,21

Het geld ontvang je elke drie maanden. De betaaldagen zijn in 2025 op 2 januari, 1 april, 1 juli en 1 oktober.

Heeft jouw kind intensieve zorg nodig? Dan kun je misschien dubbele kinderbijslag krijgen.

Kijk voor meer informatie en het aanvragen op [www.svb.nl](http://www.svb.nl). Zoek op 'kinderbijslag aanvragen'. Je kunt ook bellen met de SVB via **050 31 69 020**.

### Hulp nodig?

Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.

# Voor ouders en kinderen

---

## Kindgebonden budget

Heb je kinderen jonger dan 18 jaar? Dan kun je een kindgebonden budget krijgen. Dit is een extra maandelijks financiële steun voor gezinnen met kinderen, naast de kinderbijslag. Ook als je een hoger inkomen hebt, kun je vaak een bijdrage ontvangen. Hoeveel je krijgt, hangt af van je inkomen, het aantal kinderen en hun leeftijden. Alleenstaande ouders krijgen meestal een hogere bijdrage dan gezinnen met twee ouders.

Het kindgebonden budget wordt geregeld door de Belastingdienst. Als je kinderbijslag ontvangt, hoef je het kindgebonden budget meestal niet zelf aan te vragen. De Belastingdienst controleert automatisch of je hier ook recht op hebt.

Kijk voor meer informatie en het aanvragen op [www.toeslagen.nl](http://www.toeslagen.nl) of bel met telefoonnummer **0800 05 43**.

### Hulp nodig?

Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.



# Voor ouders en kinderen

---

## Kinderopvangtoeslag

Gaan jouw kinderen naar de kinderopvang? Dan kan je misschien kinderopvangtoeslag krijgen. Kinderopvangtoeslag is een bijdrage in de kosten van kinderopvang. Met deze toeslag kun je (een deel) van de kosten voor de kinderopvang betalen.

### Je kunt kinderopvangtoeslag krijgen als:

- Je werkt en je kind naar een geregistreerde kinderopvang gaat
- Je niet werkt, maar een opleiding naar werk of een inburgeringscursus volgt

De hoogte van de toeslag hangt af van je inkomen, het aantal kinderen en het soort opvang.

Kinderopvangtoeslag krijg je van de Belastingdienst en vraag je aan via Mijn Toeslagen. Ga voor meer informatie naar [www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl). Zoek op 'kinderopvangtoeslag'.

Bellen met de Belastingdienst kan via telefoonnummer **0800 05 43**.

### Hulp nodig?

Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins. De contactgegevens van Team Geldzaken vind je op pagina 49.

### Tip!

Heb je geen recht op kinderopvangtoeslag, maar heb je toch kinderopvang nodig? Bijvoorbeeld om sociale of medische redenen? Bel dan Carins op **088 50 65 400** en vraag naar de mogelijkheden.

# Voor ouders en kinderen

---

## Sam& voor alle kinderen

Sam& voor alle kinderen is er om alle kinderen mee te kunnen laten doen. Ook als ouders dit zelf niet kunnen betalen. Dit kan bijvoorbeeld gaan om een sportclub, muziekles of kleding en schoenen.

### **Vanuit Sam& voor alle kinderen kun je bijvoorbeeld een vergoeding krijgen voor:**

- Het betalen van contributie voor een sportvereniging
- Tegoedbonnen voor kleding en schoenen
- Muziek-, dans-, of toneellessen
- Sportkleding/-materialen
- Zwemles
- Fiets (vanaf groep 7)
- Schoolspullenpas (voor bijvoorbeeld een schooltas of gymkleding)
- Een verjaardagsbox van stichting Jarige Job

Kijk op de website voor alle mogelijkheden en het aanvragen van een vergoeding op [www.samenvoorallekinderen.nl](http://www.samenvoorallekinderen.nl).

### **Tip!**

#### **Bibliotheekpas**

Kinderen tot 18 jaar kunnen gratis lid worden van de bibliotheek. Met de bibliotheekpas krijgen ze verschillende voordelen, zoals korting op uitjes.

**Sam&**  
voor alle kinderen

# Voor ouders en kinderen

## Kinderspul

Elk jaar in de laatste week van de zomervakantie is het tijd voor Kinderspul! Kinderspul is een week vol leuke, gratis activiteiten voor kinderen van 4 tot 12 jaar. Schminken, hutten bouwen, een vossenjacht of bingo: er is van alles te doen. Je kind kan de hele week meespelen, maar mag ook kiezen om bijvoorbeeld maar één of twee dagen te komen.

Kinderspul wordt georganiseerd op 12 plekken in Smallingerland: in alle wijken van Drachten én in de omliggende dorpen. Elke locatie heeft zijn eigen programma. Kinderspul wordt volledig georganiseerd door vrijwilligers. M.O.S. (Maatschappelijke Onderneming Smallingerland) ondersteunt waar nodig.

Kijk voor meer informatie op [www.mosweb.nl](http://www.mosweb.nl). Ga naar 'Diensten' en klik op 'Kinderspul'.



# Voor ouders en kinderen

---

## Heppie Vakanties

Heppie organiseert vakanties en weekenden voor kinderen van 6 tot en met 18 jaar die het moeilijk hebben. Bijvoorbeeld omdat ze niet meer thuis wonen, of in armoede leven. Bij Heppie draait alles om samen spelen, plezier maken en positieve aandacht. Zo maakt Heppie kinderen blij.

Kijk op [www.heppievakanties.nl](http://www.heppievakanties.nl) voor het aanbod vakanties en weekenden. Op deze website kunnen kinderen ook worden aangemeld.



# Voor ouders en kinderen

---

## Weekje Weg

Heb je een minimuminkomen en kinderen van 0 tot en met 12 jaar? Dan is een Weekje Weg tijdens de zomervakantie misschien iets voor jou! Gemeente Smallingerland biedt samen met Stichting Weekje Weg een vakantie aan voor gezinnen uit Smallingerland. Je bent een week in de zomervakantie op een recreatiepark in Nederland. Je slaapt in een stacaravan of Finse blokhut.

### Wat zit er in het pakket?

- Vervoer vanuit Smallingerland met een touringcar naar de vakantie locatie en een week later terug
- Een welkomstmaaltijd op vrijdag
- Een ontbijtzak op zaterdagochtend
- Een barbecue op zaterdagavond
- Een afscheidsmiddag op donderdagavond
- Fietsen voor iedereen vanaf 6 jaar voor de hele week
- Een dagje Slagharen
- Recreatieteam dat een paar keer per dag activiteiten organiseert

### Meer informatie en aanmeldingen:

Carins, Moleneind NZ 56 in Drachten. Contactpersoon Kitty Jansma, telefoon **088 50 65 410**, e-mail: [kitty.jansma@carins.nl](mailto:kitty.jansma@carins.nl).



# Voor ouders en kinderen

---

## Kindervakantieweken

Je wilt je kind graag een vakantie geven, maar soms is dat niet mogelijk. Misschien door gezondheidsproblemen of omdat je het geld er niet voor hebt. Het maakt niet uit waarom. Ook jouw kind krijgt met de kindervakantieweek een fijne vakantie op een mooie plek in Nederland.

De vakantie is bedoeld voor kinderen van 6 tot en met 12 jaar. Kijk voor meer informatie op de website van Humanitas Smalingerland-Opsterland via [www.humanitas.nl/smalingerland-opsterland](http://www.humanitas.nl/smalingerland-opsterland).

Je kunt ook bellen naar **06 15 43 70 98** of een e-mail sturen naar [smalingerland-opsterland@humanitas.nl](mailto:smalingerland-opsterland@humanitas.nl).

The logo for Humanitas, featuring the word "humanitas" in white lowercase letters on a blue speech bubble background.

humanitas





# 3. Zorg en ondersteuning





# Informatie, hulp en ondersteuning

---

## M.O.S.

Maatschappelijke Onderneming Smalingerland (M.O.S.) is een welzijnsorganisatie die zich inzet voor een betrokken en actieve samenleving waarin iedereen kán en mág meedoen.

Wil je mensen ontmoeten, even ontspannen of werken aan je persoonlijke doelen? Kom dan naar de 'sociale inlopen' van M.O.S.

### **Je kunt ook bij M.O.S. terecht als:**

- Je ideeën hebt om je buurt leuker of beter te maken
- Je op zoek bent naar activiteiten voor aanstaande of jonge ouders, of voor jongeren
- Je vrijwilligerswerk wilt doen
- Je (tijdelijk) geen vervoer hebt
- Je nieuw bent in Smalingerland en meer wilt leren over de Nederlandse cultuur, de taal wilt oefenen of nieuwe mensen wilt leren kennen

Voor al deze mogelijkheden en meer kun je terecht bij M.O.S. Veel van deze mogelijkheden zijn gratis.

Kijk voor meer informatie op [www.mosweb.nl](http://www.mosweb.nl) of loop binnen bij één van de wijkcentra bij jou in de buurt.



M.O.S.

# Informatie, hulp en ondersteuning

---

## Wegwijzers Smallerland

Het team van Wegwijzers Smallerland is er om naar je te luisteren en je te helpen met informatie en advies.

### Heb je vragen of zorgen over bijvoorbeeld:

- Eenzaamheid
- Rouw en omgaan met verlies
- Opvoeding
- Financiën of schulden
- Mantelzorgondersteuning
- Buurtbemiddeling

Neem dan contact op met de Wegwijzers Smallerland.

Je kunt ze bereiken via:

### Bellen

Telefoonnummer: **0512 33 41 12**

Maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur

### Chatten

Via [www.wegwijzerssmallerland.nl](http://www.wegwijzerssmallerland.nl)

Maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur

### Mailen

E-mailadres: [wegwijzers@mosweb.nl](mailto:wegwijzers@mosweb.nl)

Kijk voor meer informatie op [www.wegwijzerssmallerland.nl](http://www.wegwijzerssmallerland.nl) of kom langs.

### M.O.S

Van Knobelsdorffplein 121

9203 DH Drachten

0512 51 55 98



# Informatie, hulp en ondersteuning

---

## Carins

### Waarvoor kun je terecht bij Carins?

Kun je niet meer alles zelf doen in het huishouden? Heb je vragen over de opvoeding van je kind? Wil jij overzicht krijgen over je geldzaken? Wil je meedoen met activiteiten in de buurt en weet je niet hoe je dat kunt regelen? Of heb je vragen over hoe je zelfstandig kunt blijven wonen? Carins is er in de gemeente Smallingerland voor iedereen die informatie, hulp of ondersteuning zoekt bij:

- Wonen, welzijn & meedoen in de maatschappij (Wmo)
- Opvoeden & opgroeien (Jeugdwet)
- Schuld & financiën (Schuldhulpverlening)

Carins helpt je op weg als het zelf even niet lukt.

### Hoe werkt Carins?

Via websites als Opvoeden.nl, Regelhulp.nl en Geldwijzer.nl kun je veel informatie vinden. Zit het antwoord op je vraag er niet bij, neem dan contact op met Carins. Je kunt mailen, bellen of online je vraag stellen. Vul hiervoor het webformulier in op de website van Carins. Je wordt dan eerst gebeld om duidelijk te krijgen of en hoe jij geholpen kan worden. Meestal kan Carins zelf direct helpen en anders weten zij bij wie je dan moet zijn.

Soms is er meer tijd nodig. Dan wordt er een vervolgspraak met je gemaakt. Bij Carins of bij jou thuis. In dit gesprek wordt er gekeken naar wat jij nodig hebt. Samen wordt er een plan gemaakt.

Mocht het nodig zijn dan wordt er hulp gevraagd van andere zorg- of welzijnsorganisaties. Samen wordt gezocht naar de beste oplossing voor jou of je gezin. Hulp en advies van Carins is gratis.

---

### Contact met Carins

Carins is open van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur.  
Kom gerust langs:

Moleneind NZ 56  
9203 ZR Drachten

Telefoon: **088 50 65 400** (bereikbaar tussen 09.00 en 14.00 uur)

E-mail: [contact@carins.nl](mailto:contact@carins.nl)

Website: [www.carins.nl](http://www.carins.nl)



# Informatie, hulp en ondersteuning

---

## Digi-Taalhuis

Wil je beter worden in lezen, schrijven, spreken, rekenen of computeren? Je kunt hulp krijgen in een Digi-Taalhuis.

Je oefent samen met een vrijwilliger.

### Er zijn twee Digi-Taalhuizen in Drachten:

- Bibliotheek Drachten, Museumplein 1:  
elke woensdag van 9.00 - 11.00 uur
- Brede School De Wiken, Middelwyk 2:  
elke dinsdag van 9.00 - 11.00 uur en 19.00 - 20.30 uur

De hulp is gratis. Je hoeft geen afspraak te maken.

Bel voor meer informatie naar **0512 51 26 80**.



# Informatie, hulp en ondersteuning

---

## Stichting Present Smallerland

Via Present Smallerland doen groepen vrijwilligers projecten bij mensen die ondersteund worden door maatschappelijke organisaties. Dit zijn organisaties in zorg, welzijn en wonen. Hulpverleners van deze organisaties kunnen bij Present Smallerland een verzoek indienen voor hulp. Dit kan bijvoorbeeld gaan om het opknappen van een tuin, maar ook om hulp bij een verhuizing, schilderwerk, schoonmaken, opruimen, koken, spelletjes doen, of iets anders. Hulpverleners kunnen een verzoek indienen via de website van Present Smallerland.

Meer informatie over Present Smallerland kun je vinden op [www.stichtingpresent.nl/smallerland](http://www.stichtingpresent.nl/smallerland). Heb je nog vragen? Stuur een e-mail naar [info@presentsmallerland.nl](mailto:info@presentsmallerland.nl) of bel met een van de coördinatoren. Je kunt op dinsdag en donderdag bellen naar **06 15 59 62 71**, op woensdag of donderdag naar **06 23 60 86 33**.



---

## Repair Café

Heb je een klein apparaat dat niet meer goed werkt? Bijvoorbeeld een keukenmachine of een stofzuiger? Dan kun je naar het Repair Café. In het Repair Café proberen vrijwilligers het apparaat te maken. Vrijwilligers voeren de reparaties gratis uit. Je betaalt alleen de onderdelen die nodig zijn om het apparaat weer te maken.

Kijk voor meer informatie op [www.repaircafedrachten.nl](http://www.repaircafedrachten.nl).

# Hulp bij schulden

---

## Vroegsignalering; hulp bij betalingsachterstanden

Heb jij een achterstand bij het betalen van bijvoorbeeld huur, energie, water of zorgverzekering? Team Vroegsignalering van gemeente Smallingerland helpt jou om te voorkomen dat je verder in de financiële problemen komt.

Als je een betaalachterstand bij een energieleverancier, drinkwaterbedrijf, woningcorporatie of een zorgverzekering hebt, dan zijn deze bedrijven verplicht dit te melden bij de gemeente. Nadat zij dit melden, neemt een medewerker van Team Vroegsignalering contact met je op. Samen kijken jullie naar een oplossing, zodat de problemen niet erger worden. Zo word je sneller geholpen met je geldzorgen. Jij bepaalt zelf of je gebruik wilt maken van de hulp. De hulp is gratis.

Heb je vragen over betalingsachterstanden of geldzorgen? Neem dan contact op met een medewerker van Team Vroegsignalering. Zij zijn te bereiken via **0512 58 12 34** of stuur een e-mail naar [vroegsignalering@smallingerland.nl](mailto:vroegsignalering@smallingerland.nl).

---

## Geldzaken; persoonlijk financieel advies

Het verlies van een baan, een faillissement of echtscheiding. Er zijn genoeg redenen waarom je geldzorgen kunt hebben. Team Geldzaken van Carins helpt en ondersteunt inwoners bij schulden en geldproblemen. Samen met jou wordt er een financieel plan gemaakt. Daarmee krijg je weer lucht en vertrouwen. Geldzaken heette vroeger het Ping-loket.



# Hulp bij schulden

---

## Team Geldzaken helpt bij:

### Schulden & Geldproblemen

Bij de gemeente en de overheid zijn er veel regelingen die het mogelijk maken om mensen (tijdelijk) te ondersteunen. Samen met jou wordt bekeken van welke regelingen of toeslagen jij gebruik kunt maken. Heb je schulden? Dan kijkt een medewerker van Team Geldzaken samen met jou of het mogelijk is dat je bepaalde schulden niet hoeft te betalen of op een later moment.

### Schuldhulpverlening

Lukt het je niet de rekeningen op tijd te betalen? Een medewerker van Team Geldzaken kijkt samen met jou naar het complete plaatje en helpt waar dat kan. Als er meer hulp of inzet nodig is, wordt je begeleid naar de schuldhulpverlening. Team Geldzaken werkt veel samen met het formulierenspreekuur van Bibliotheek Drachten, Schuldhulpmaatje en Humanitas. Bijvoorbeeld wanneer je meer hulp nodig hebt bij de administratie of het openen van de post.

### Aanvragen en formulieren

Ben je benieuwd welke regelingen en toeslagen je kunt aanvragen, zoals een uitkering, een kindgebonden budget of studiefinanciering? Kom dan langs bij Team Geldzaken van Carins voor hulp.



### Contact

Carins – Team Geldzaken  
Moleneind NZ 56  
9203 ZR Drachten

Telefoon: **088 50 65 400**

Telefonisch spreekuur:  
maandag t/m vrijdag van 09.00 uur tot 12.00 uur.

E-mail: [geldzaken@carins.nl](mailto:geldzaken@carins.nl)

Website: [www.carins.nl](http://www.carins.nl)

# Hulp bij schulden

---

## Stichting SchuldHulpMaatje Drachten e.o.

Stichting SchuldHulpMaatje Drachten biedt gratis en deskundig hulp bij (dreigende) schulden. SchuldHulpMaatje werkt met vrijwilligers (maatjes) die zijn opgeleid om jou te ondersteunen.

### Een maatje kan je helpen met:

- Orde brengen in de administratie, zodat er overzicht komt
- Leren budgetteren
- Ondersteuning in een traject van schuldsanering
- Nazorg na de schuldhulp, om nieuwe schulden te voorkomen

Een maatje neemt niet de problemen over, maar gaat met jou aan de slag om de zaken weer in orde te krijgen.

Kijk voor meer informatie op [www.schuldhulpmaatje.nl](http://www.schuldhulpmaatje.nl). Je kunt ook bellen naar **06 22 22 78 49** of **06 11 65 22 21**.



# Hulp bij schulden

---

## Humanitas Thuisadministratie

Humanitas Thuisadministratie helpt je om jouw financiën en administratie op orde te brengen en te houden. Humanitas werkt met vrijwilligers. Zij hebben ruime ervaring en komen als je hulp nodig hebt bij je thuis.

### **De vrijwilliger van Humanitas kan je onder andere helpen met:**

- Het in kaart brengen van inkomsten en uitgaven
- Het schrijven van brieven naar instanties
- Tips voor zuiniger omgaan met geld
- Advies bij 'lastige' rekeningen of brieven
- Het ordenen van je administratie
- Het aanvragen van inkomensondersteuning of kwijtscheldingen

Kijk voor meer informatie op

[www.humanitas.nl/smallingerland-opsterland](http://www.humanitas.nl/smallingerland-opsterland).

Je kunt ook bellen naar **06 15 43 70 98** of een e-mail sturen naar [smallingerland-opsterland@humanitas.nl](mailto:smallingerland-opsterland@humanitas.nl).

The logo for Humanitas is a blue speech bubble shape with the word "humanitas" written in white lowercase letters inside it.

humanitas

# Hulp bij formulieren en aanvragen

---

## Bibliotheek Drachten

In de bibliotheek kun je terecht met vragen over de digitale overheid, het invullen van formulieren en de belastingaangifte. De bibliotheek organiseert verschillende spreekuren en cursussen. Deze hulp is helemaal gratis.

### Informatiepunt Digitale Overheid

Met al je vragen over de websites van de overheid kun je terecht bij het Informatiepunt Digitale Overheid. Medewerkers van de bibliotheek helpen je graag verder met bijvoorbeeld het aanvragen van huurtoeslag, AOW of een rijbewijs en de belastingaangifte. Het informatiepunt is geopend tijdens openingstijden van de bibliotheek.

### Formulierensprekuur (door Bibliotheek Drachten en Humanitas)

Heb je hulp nodig bij het invullen van formulieren of het aanvragen van een uitkering of huurtoeslag? Wil je hulp bij het doen van de belastingaangifte of het begrijpen van bijsluiters of ingewikkelde brieven? Maak een afspraak voor het formulierensprekuur. Neem je brief of formulier mee naar het spreekuur.



---

## Digitaal Spreekuur

Heb je vragen over het gebruik van een tablet, mobiele telefoon of laptop? Kom naar het Digitaal Spreekuur in de bibliotheek.

## Cursussen

Wil je zelf leren werken met DigiD? Wil je leren hoe je iets koopt via internet? Of wil je weten hoe je informatie vindt, een vakantie boekt of hoe je je bankzaken regelt? Bekijk het cursusaanbod op de website of in de Digi-Taalhuisfolder van de bibliotheek.

Ga voor meer informatie en het maken van een afspraak naar [www.bibliotheekdrachten.nl](http://www.bibliotheekdrachten.nl) of neem contact op via [info@bibliotheekdrachten.nl](mailto:info@bibliotheekdrachten.nl) of **0512 51 26 80**.

Je kunt ook langskomen bij de balie van de bibliotheek.

Adres: Museumplein 1, Drachten.



# Juridische hulp

---

## Carins - Sociaal juridische vragen

Heb je vragen over een sociale voorziening? Of begrijp je bepaalde wetten niet? Neem dan contact op met Team Geldzaken van Carins. De medewerkers kunnen je helpen met vragen over wetten en regels. Het kan daarbij over van alles gaan. Bijvoorbeeld over je inkomen, uitkering of schuldproblemen. Of over huren, wonen of zorg en ondersteuning. Samen bespreek je jouw situatie en vraag. Er wordt bekeken wat voor jou de beste oplossing is. De hulp is gratis.

### Afspraak maken of meer weten?

Bel, mail of kom langs voor het maken van een afspraak. Ook als je twijfelt. Samen wordt gekeken naar de beste oplossing.

### Contact

Carins – Team Geldzaken

Moleneind NZ 56

9203 ZR Drachten

Telefoon: **088 50 65 400**

Telefonisch spreekuur: maandag t/m vrijdag van 09.00 uur tot 12.00 uur.

E-mail: [geldzaken@carins.nl](mailto:geldzaken@carins.nl)

Website: [www.carins.nl](http://www.carins.nl)



# Juridische hulp

---

## Juridisch Spreekuur bij Bibliotheek Drachten

Juridische kwesties zijn vaak moeilijk om zelf op te lossen. Heb jij een juridische vraag over bijvoorbeeld dagvaarding, ontslag, uitkering of echtscheiding? Kom dan naar het gratis Juridisch Spreekuur in de bibliotheek. Het spreekuur is gratis, maar wel op afspraak.

Kijk voor meer informatie en het maken van een afspraak naar [www.bibliotheekdrachten.nl](http://www.bibliotheekdrachten.nl) of neem contact op via [info@bibliotheekdrachten.nl](mailto:info@bibliotheekdrachten.nl) of **0512 51 26 80**.



## Juridisch loket

Het Juridisch Loket geeft gratis juridisch advies. Op de website vind je informatie, tips en voorbeeldbrieven. Ook kan het juridisch loket persoonlijk advies geven.

Kijk voor meer informatie op [www.juridischloket.nl](http://www.juridischloket.nl) of bel gratis naar **0800 80 20**.

# Juridische hulp

---

## Sociaal ombudsvrouw

De sociaal ombudsvrouw helpt je met problemen die je hebt binnen het Sociaal Domein. Dit gaat bijvoorbeeld over de hulp die je krijgt of hebt aangevraagd via de Wmo, Participatiewet of Jeugdwet. Ze luistert naar jouw verhaal en kan bemiddelen om problemen op te lossen. Ze denkt met je mee en helpt de relatie met de gemeente te verbeteren als dat nodig is.

De ombudsvrouw geeft advies en helpt je om je probleem op te lossen. Je kunt ook bij haar terecht om te vertellen wat goed gaat en waar je tevreden over bent.

De sociaal ombudsvrouw is onafhankelijk en eerlijk. Ze zet zich in voor de belangen van inwoners op het gebied van zorg, wonen en werken.

### Contact

Je kunt vertrouwelijk en gratis contact opnemen met de sociaal ombudsvrouw. Bij gemeente Smallingerland is Irma van Beek de sociaal ombudsvrouw. Zij is van maandag tot en met vrijdag bereikbaar via **06 53 80 08 11** of [sociaalombudsvrouw@smallingerland.nl](mailto:sociaalombudsvrouw@smallingerland.nl). Als het nodig is, komt ze bij je thuis om je verhaal te horen.



# 4. Normbedragen

A photograph of a man with a full brown beard and glasses, wearing a blue turtleneck sweater, looking down. The image is split vertically: the left side shows the man, and the right side is a solid blue background. A large, bold, white number '4' is overlaid on the right side, partially covering the man's face and the blue background.

# 4

# Normbedragen 2025

## Voor wie is deze regeling bedoeld?

In deze gids lees je bij een aantal regelingen voor wie deze regeling bedoeld is. Daar staat bij genoemd welke norm voor die regeling geldt (bijvoorbeeld 100%, 115%, 120% van de bijstandsnorm). Welke norm voor jou van toepassing is, hangt af van je leeftijd en je woonsituatie. Hieronder lees je de bedragen die bij de verschillende normen horen. De genoemde bedragen zijn zonder vakantiegeld en gelden vanaf 1 januari 2025. De bedragen worden twee keer per jaar aangepast: in januari en juli.

## Personen tussen 21 jaar en en pensioengerechtigde leeftijd (67 jaar)

	Norm-100%	115%	120%
Volledige norm (100%)	€ 1.825,97	€ 2.100,00	€ 2.192,00
	per persoon		
Eenpersoonshuishouden	€ 1.278,18	€ 1.470,00	€ 1.534,00
Tweepersoonshuishouden	€ 912,98	€ 1.050,00	€ 1.096,00
Driepersoonshuishouden	€ 791,25	€ 910,00	€ 950,00
Vierpersoonshuishouden	€ 730,39	€ 840,00	€ 877,00
Vijfpersoonshuishouden	€ 693,87	€ 798,00	€ 833,00

## Personen vanaf pensioengerechtigde leeftijd en ouder

	Norm-100%	115%	120%
Volledige norm (100%)	€ 1.950,81	€ 2.244,00	€ 2.341,00
	per persoon		
Eenpersoonshuishouden	€ 1.426,02	€ 1.669,00	€ 1.712,00
Tweepersoonshuishouden	€ 975,40	€ 1.151,00	€ 1.171,00
Driepersoonshuishouden	€ 845,35	€ 1.002,00	€ 1.015,00
Vierpersoonshuishouden	€ 780,32	€ 927,00	€ 937,00
Vijfpersoonshuishouden	€ 741,31	€ 882,00	€ 890,00

## Jongeren (18, 19 of 20 jaar)

	Norm-100%	115%	120%
Alleenstaande of alleenstaande ouder	€ 315,56	€ 363,00	€ 379,00
Samenwonend, gehuwd:			
zonder kinderen	€ 631,12	€ 726,00	€ 758,00
met kinderen	€ 996,30	€ 1.146,00	€ 1.196,00

## Als je in een instelling woont

	Norm-100%	115%	120%
Alleenstaande of alleenstaande ouder	€ 449,73	€ 518,00	€ 540,00
Samenwonend, gehuwd	€ 730,56	€ 841,00	€ 877,00

## Vermogen

Je vermogen is de totale waarde in geld van je bezittingen. Je kunt hierbij denken aan geld op rekeningen en de waarde van bijvoorbeeld een auto. Om recht te hebben op de regeling, moet je vermogen minder zijn dan bedragen hieronder.

Je bent alleenstaande	Je bent alleenstaande ouder	Je bent gehuwd of samenwonend
€ 7.770,00	€ 15.540,00	€ 15.540,00

### **Heb je meer Budgetgidsen nodig?**

E-mail ons je adresgegevens en het aantal exemplaren dat je wilt ontvangen. Of heb je een andere vraag of opmerking?

E-mail naar **[gemeente@smallingerland.nl](mailto:gemeente@smallingerland.nl)**

Gemeente Smallingerland, 2025.

### **Gemeente Smallingerland**

Telefoon: **0512 58 12 34**

E-mail: **[gemeente@smallingerland.nl](mailto:gemeente@smallingerland.nl)**

Website: **[www.smallingerland.nl](http://www.smallingerland.nl)**

Bezoekersadres: Gauke Boelensstraat 2, 9203 RM Drachten

Postadres: Postbus 10.000, 9200 HA Drachten