

ONDERSTEUNING HULP BIJ GELDZORGEN

Algemene tips

- Op de volgende sites staan bruikbare tips m.b.t. besparen:
 - o www.nibud.nl algemene tips over besparen
 - o www.milieucentraal.nl voor tips over energie besparen
- Als je moeite hebt met het bepalen van de energierekening kan je vragen om gespreid te betalen. Bijvoorbeeld rond het de eindejaar regeling, waarin je extra loon krijgt, kan je de rekening misschien makkelijker betalen.
- Energietoeslag: In veel gemeenten kan je in aanmerking komen voor een energietoeslag, op de site van de rijksoverheid kan je deze toeslag aanvragen.
- Controleer of je recht heeft op (meer) toeslagen en kortingen. Met de [regelhulp Werk en inkomen](http://www.regelhulp.nl), www.regelhulp.nl kan je onder het kopje 'Kortingen en toeslagen' controleren waar je recht op hebt. Ook kan je met deze regelhulp nagaan welke hulp je kan krijgen bij een laag inkomen, als je schulden hebt, ziek bent of werk zoekt

TIP: SOMS VERANDEREN DE REGELS, OF WIJZIGT JE INKOMEN. HET KAN ZIJN DAT JE DAN GEEN RECHT MEER HEBT OP TOESLAGEN OF REGULINGEN. CHECK DIT DAAROM REGELMATIG

Met een huishoudboekje houd je je geldzaken overzichtelijk. Dit kan in een schriftje, maar er zijn ook allerlei sites die je kunnen helpen om je uitgaven digitaal bij te houden.

Doe de geldfit test via :
www.geldfit.nl/test/

In 10 minuten ontdek je op welke regeling en toeslagen jij recht hebt.

www.berekenuwrecht.nibud.nl

10 geldtips

Hieronder vind je 10 tips over omgaan met geld. Kijk voor meer info op de website www.wijzeringeldzaken.nl Waar meer geldtips op staan.

1. Zorgen over geld? Kijk wie je kan helpen en waar je informatie vindt.
2. Betaal je vaste lasten altijd en op tijd. Een achterstand wordt snel een schuld.
3. Check waar je recht op hebt. Ga naar www.berekenuwrecht.nl
4. Onderzoek waar je geld heen gaat. Kleine uitgaven bij elkaar tellen flink op
5. Kijk waar je op kunt besparen. Denk aan maandelijkse abonnementen.
6. Koop alleen wat je nodig hebt. Voorkom impulsaankopen.
7. Heb je even mindergeld? Probeer wat meer uren te werken of zoek een (bij)baan.
8. Kun je niet anders dan lenen? Verdiep je goed in de afspraken, voorkom dat je hierdoor extra geldzorgen krijgt.
9. Let op verdachte mails, sms'jes en apps. Verlies geen geld aan oplichters.
10. Meer weten? Kijk op www.wijzeringeldzaken.nl Laat je hierbij helpen als je er zelf niet uit komt.

Landelijke opties en regelingen

Mantelzorgvergoeding	Mantelzorgvergoeding (dit kan in elke gemeente een andere naam hebben)	In sommige gemeentes krijg je als mantelzorger een vergoeding van bijvoorbeeld 100,- of meer per jaar. De hoeveelheid uren die je mantelzorger moet zijn verschilt. In sommige gemeentes kom je hierbij met een paar uur hulp aan bijv. een oudere moeder al in aanmerking hiervoor. Ook als je bijvoorbeeld een kind met een diagnose of beperking hebt waar je meer dan gemiddeld voor zorgt/tijd van je vraagt ben je mantelzorger!	Zoek op regelingen voor de gemeente waar je woont of kijk verderop in dit document bij de regelingen van de gemeente/regio waar je woont.
Dubbele kinderbijslag thuiswonend kind met intensieve zorg	Dubbele kinderbijslag	Als je een kind hebt met een diagnose of beperking brengt dit vaak meer kosten met zich mee. Bijvoorbeeld extra oppas, het kopen van een time timer bij een kind die meer structuur nodig heeft, en meer. Je kunt hiervoor dubbele kinderbijslag aanvragen. Leeftijd kind: 3+-18 jaar.	Aanmelden gaat via de SVB: https://www.svb.nl/nl/kinderbijslag/dubbele-kinderbijslag/dubbele-kinderbijslag-thuiswonend-kind-intensieve-zorg
Vergoeding extra kosten eten door bijv PDS of lactose/glutenintolerantie	Aftrek ziektekosten belastingdienst	Info belastingdienst: Volgt u een dieet op voorschrift van een arts of diëtist? Dan mag u een vast bedrag voor deze kosten aftrekken. Volgt u 1 van uw gezinsleden of huisgenoten ook een dieet? Dan kunt u ook voor dat dieet een vast bedrag aftrekken als dieetkosten. U moet dan wel een dieet volgen dat in 1 van de dieetlijsten staat genoemd. In de dieetlijst staat het vaste bedrag dat u voor een bepaald jaar als dieetkosten mag aftrekken.	Zie hier meer info wanneer deze kosten vergoed worden.
Allerlei	Diaconie van een kerk	Als je lid bent van een kerk kan je hen vragen om financieel bij te springen. Sommige kerken helpen ook mensen die geen lid zijn van de kerk.	Zie eigen gemeente of gemeentes in de buurt.
Sporten jeugd	Jeugd sportfonds	Het jeugd sportfonds vergoed sport van kinderen, zoals bijvoorbeeld zwemles van kinderen. Voor meerdere kinderen kan er voor één sport per jaar een regeling aangevraagd worden.	www.jeugd sportfonds.nl Aanmelding verloopt via een intermediair van Agathos Hulpverlening. Contactgegevens van intermediairs zijn: - Groene Hart: Elsemarie Hardenbol
Levensmiddelen en spullen van AH, C&A, Intertoys, HEMA e.d.	Gezinnen in armoede	Het fonds Gezinnen in armoede deelt aan bonnen uit aan gezinnen die het financieel gezien lastig hebben. De gezinnen krijgen van ons aan het eind van het jaar een doos met waardebonnen van winkelketens als Albert Heijn, C&A, HEMA en Intertoys. De financiële stress die de feestdagen met zich meebrengen, kan daarmee een klein beetje worden verzacht.	www.aanmeldengezinnen.nl Aanmelding verloopt via een intermediair van Agathos Hulpverlening. Contactgegevens van intermediairs zijn: - Groene Hart: Elsemarie Hardenbol
Verjaardagscadeautjes kinderen	Stichting jarige job kinderen	Bij dit fonds kunnen kinderen een verjaardagspakket krijgen met cadeautjes en dingen om een feestje te regelen (t.w.v. 35,-).	www.stichtingjarigejob.nl Voor kinderen van 4-18 jaar, aanvragen minimaal 6 weken voor de verjaardag via het formulier op de website.
Allerlei voor kinderen (dagje uit, fiets, opleiding, leesboek e.d.)	Fonds Kinderhulp	Kinderhulp helpt met iets groots, of iets kleins. Iets dat ze de kracht geeft om mee te doen. Bijvoorbeeld een dagje uit, fiets, opleiding, leesboek, warme winterjas of cadeautje van de Sint. Dingen die heel gewoon lijken, maar toch het verschil maken voor de kinderen. Nu en in hun toekomst.	www.kinderhulp.nl Voor aanmelding is een intermediair nodig. Contactgegevens van intermediairs zijn: Groene Hart: Elsemarie Hardenbol
Voedsel- en kledingbanken	Zie op lokale websites.		
Babyspullen tot 2 jaar	Stichting Babyspullen	De aanvraag van een pakket kan alleen worden gedaan bij een zwangerschap vanaf 20 weken door een samenwerkende hulpverlenende instantie, verloskundige of kraamzorgorganisatie. Zij vullen een verwijsbrief in en sturen deze op naar Stichting Babyspullen.	www.stichtingbabyspullen.nl

Schoolbenodigdheden zoals laptop, fiets e.d.	Stichting Leergeld	Zie lokale websites voor voorwaarden (lokale websites zijn via de landelijke website te vinden).	https://www.leergeld.nl/
Schoolbenodigdheden	Vraag na of de school waar het kind/de jongere zit een fonds heeft waar spullen uit betaald kunnen worden.		
Benodigdheden langdurig zieke of gehandicapte personen	RDO Balije	De RDO is een charitatief fonds voor individuele hulpverlening ten behoeve van langdurig zieke of gehandicapte personen die in een financiële noodsituatie verkeren. Enkele voorbeelden van individuele hulpverlening: - algemeen dagelijkse levensbehoeften (sta-op-stoel, fiets met trapondersteuning, matras, etc.); - vervoermiddelen voor gehandicapten; - aanpassingen in woning (traplift, voorzieningen in badkamer, etc.); - specifiek medisch geïndiceerde therapieën die niet volledig door de zorgverzekering of WMO, WLZ, ZvW en Jeugdwet vergoed worden; - Schuldhulpverlening.	https://rdo.nl/explore-view/individuele-hulpverlening/
Ondersteuning gehandicapten	Bluyssenfonds	De stichting heeft ten doel vanuit haar eigen Christelijke identiteit: 1. het aan individuele gehandicapten verstrekken van hulp in materiële zin, wanneer en voor zover voldoende aanneemelijk is gemaakt: O dat die hulp onontbeerlijk is voor een acceptabel persoonlijk of sociaal functioneren van betrokkene en O dat de daarvoor nodige financiële middelen niet kunnen worden opgebracht uit eigen middelen of andere bronnen en evenmin gedekt kunnen worden middels het geldende sociale voorzieningenstelsel, een en ander ter beoordeling van het bestuur 2. het verrichten van alle verdere handelingen, die met het vorenstaande in de ruimste zin verband houden of daartoe bevorderlijk kunnen zijn.	https://bluyssenfonds.nl/
Ondersteuning chronische ziekte of beperking	T-fonds	Het T-Fonds geeft financiële ondersteuning aan mensen met een chronische ziekte of beperking die in een moeilijke financiële situatie verkeren en zelf niet de aanpassing of inrichting van de woning of een passende vervoersoplossing kunnen bekostigen, ook niet na het gebruikmaken van voorliggende voorzieningen.	https://www.tfonds.org/ Aanmelden dient te verlopen via een organisatie.
Eerste levensbehoeften	Dekkers-fonds	Het Dekkers-Fonds vindt het belangrijk dat in de eerste levensbehoeften (voedsel, kleding, huisvesting) wordt voorzien, dat mensen de kans krijgen om uit de schuld te raken, dat mensen die in de problemen zijn gekomen weer een menswaardig bestaan kunnen opbouwen. Daarom verleent het Dekkers-Fonds bijdragen voor individuele noden.	https://www.dekkersfonds.nl/ Aanvraag verloopt via hulpverleners.

Huisdieren	Stichting Waarborgfonds Quidem Carus	-Je huisdier is bijvoorbeeld aangereden of heeft een infectie opgelopen. Een rekening van een dierenarts loopt snel hoog op. Een 'loket' voor financiële hulp voor huisdieren is er veelal niet. Daarvoor is Stichting Waarborgfonds Quidem Carus in maart 2013 opgericht. De stichting helpt bij deze onverwachte situaties. Samen met de dierenarts bekijken we de mogelijkheden en leveren onder voorwaarden een financiële bijdrage.	https://www.quidemcarus.nl/
Vakantie	Zie link.		https://www.fondsendatabasearmoede.nl/deze-fondsen-zorgen-dat-minimagezinnen-op-vakantie-kunnen/ https://stichtingkidsopvakantie.nl/
Emotionele, financiële en sociale steun	Stichting kleine steun	De stichting is gericht op mensen met een beperking, weduwen en eenverdienergezinnen (en geenverdienergezinnen). Stichting kleine steun biedt op vrijwillige basis emotionele, financiële en sociale steun. Dit bieden zij aan door middel van lotgenoten, bel- of bezoekmaatjes of gastgezinnen bij wie je terecht kunt. Het hoofdkantoor is in Alblasterdam maar zij werken via vraag in aanbod. Daarin maakt de woonplaats niet uit, dan wordt er in die regio gekeken of er vrijwilligers beschikbaar zijn.	www.kleinesteun.nl

Opties en regelingen per gemeente

Rotterdam

Financiële steun in urgente financiële noodsituatie	Fonds Bijzondere Noden	Alleen voor inwoners van gemeente Rotterdam. Bestaande wettelijke en gemeentelijke voorzieningen kunnen niet in alle gevallen of snel een oplossing bieden. Als mensen tussen wal en schip dreigen te vallen kan FBNR bijspringen met een (eenmalige) gift.	https://www.fbnr.nl/ 010 - 498 19 31 info@fbnr.nl
Levensmiddelenbonnen (verzilveren bij de lokale bakker, slager, supermarkten enz).	Stichting Blijfe Gift	Voor inwoners uit gemeente Krimpenerwaard en Rotterdam. Stichting BlijfeGift ondersteunt maandelijks gezinnen/alleenstaanden die NIET in aanmerking komen voor een wekelijks pakket via de Voedselbank. Deze gezinnen/alleenstaanden hebben zo'n € 20,- netto p.m meer te besteden boven de norm van de voedselbank die staat op € 230,- p.m. Deze gezinnen/alleenstaanden komen daardoor ook NIET in aanmerking voor de kledingbank, dierenbank, zodat de structurele armoede groter is. De samenstelling van het gezin bepaalt de hoogte van het bedrag aan bonnen.	www.blijefgift.nl Aanmelden moet via bewindvoerders, maatschappelijk werkers en andere geregistreerde hulpverlenende instanties.
Financiële ondersteuning algemeen of bij studiekosten	Bekker la Bastide fonds	Het verlenen van financiële steun aan personen die buiten hun schuld in financiële moeilijkheden zijn komen te verkeren en aan personen die voor studie of opleiding onvoldoende financiële middelen hebben. Bijdrage is € 300 tot € 2500.	www.rotterdamsefondsen.nl/fondsen/stichting-bekker-la-bastide-fonds Sociale aanvragen dienen door tussenkomst van een maatschappelijk-werkinstelling of kinderbeschermingsinstelling te worden ingediend, die de gegevens betreffende de aanvrager verifieert. Aanvragers voor studiekosten dienen te studeren in Rotterdam of Amsterdam. Buitenlandse studies/stages dienen tenminste 3 maanden (13 weken) te duren. Deze aanvragen dienen tenminste 2 maanden voor vertrek te worden ingediend.
Financiële ondersteuning 18+	DBL	De stichting stelt zich ten doel financiële hulp te verlenen 'aan personen of gezinnen, die daaraan in maatschappelijke zin behoefte hebben'. Dit betekent dat mensen die door omstandigheden in (grote) financiële problemen zijn gekomen en daardoor niet meer kunnen deelnemen aan het maatschappelijk verkeer, in aanmerking kunnen komen voor financiële hulp. Ook instellingen die deze doelgroep helpen door opvang begeleiding of ondersteuning en die zich richten op de regio Rijnmond, kunnen voor een financiële bijdrage een beroep doen op de stichting.	Contactpersoon Mevrouw M. Becanovic Adres Hang 16 3011 GG Rotterdam Telefoonnummer 010-4113170 E-mailadres info@fondssdbl.nl Website (url) https://www.fondssdbl.nl/
Individuele in nood	Fonds der familie Antheunis	De stichting heeft ten doel het verstrekken van uitkeringen aan instellingen welke een algemeen maatschappelijk belang beogen en aan individuen in nood.	https://www.rotterdamsefondsen.nl/fondsen/stichting-fonds-der-familie-antheunis/ Contactpersoon Mevrouw L.J. van der Sluijs Schiekade 77 3033 BE Rotterdam Telefoonnummer 010-7271290 E-mailadres secretariaat@stichtingantheunis.nl Website (url) <geen>

Ondersteuning kinderen uit achterstandswijken	Stichting Kindertehuizen Rotterdam	Dit Fonds wil met name kinderen uit achterstandswijken op diverse manieren financieel ondersteunen. Bijvoorbeeld op sportief gebied.	https://www.rotterdamsefondsen.nl/fondsen/stichting-kindertehuizen-rotterdam/ Contactpersoon B.J.R. van Tongeren Van Somerenweg 23 3062 RG Rotterdam Telefoonnummer 010-2023493 E-mailadres bjrvantongeren@gmail.com
Vergoeding sporten voor jeugd en volwassenen	Stichting Rotterdamse Bond Voor Lichamelijke Opvoeding	Dit Fonds wil kinderen , maar ook volwassenen die niet sporten door geldgebrek of anderszins, door middel van subsidies, inspireren om wel te sporten danwel reeds bestaande of nieuwe projecten op sportief gebied bij o.m sportverenigingen of dansverenigingen ed financieel ondersteunen.	https://www.rotterdamsefondsen.nl/fondsen/stichting-rotterdamse-bond-voor-lichamelijke-opvoeding/ Contactpersoon B.J.R. van Tongeren Adres Van Somerenweg 23 3062 RG Rotterdam Telefoonnummer 010-2023493 E-mailadres bjrvantongeren@gmail.com
Energieklussers		Rotterdamers met een inkomen tot 140% van het sociaal minimum inkomen kunnen een energieklusser aanvragen. Zij geven advies over energiebesparing en brengen direct kleine energiebesparende maatregelen aan, zoals kierdichting, radiatorfolie en LED-lampen	Meer informatie en inschrijven kan via de website Energieklusser aanvragen Rotterdam.nl
Waterzijdig inregelen		Waterzijdig inregelen is het beter verdelen van het warme water over het gehele systeem, wat leidt tot zo'n 10 tot 20% besparing op de energierekening. Dit bieden wij enkel aan koop en particuliere huurwoningen (woningcorporaties doen dit grotendeels zelf). Het project is onlangs gestart en de eerste aanmeldingen stromen langzamerhand binnen. Ook dit is bedoeld voor Rotterdamers met een inkomen tot 140%.	Meer informatie en inschrijven kan via: www.rotterdam.nl/waterzijdig-inregelen-aanvragen

Zie <https://www.rotterdamsefondsen.nl/alle-aangesloten-fondsen/> voor meer Rotterdamse fondsen.