

Survivalgids

voor bijstand minima©

Aangeboden door

Simpel Huishoudboekje 

©2009 Simpel Huishoudboekje. Copyright.
www.simpelhuishoudboekje.nl

- Stap 1 : Plan maken**
- Stap 2 : Vaste lasten en kosten in kaart brengen**
- Stap 3: Limieten in de uitgaven**
- Stap 4: Puzzel “Extra-tjes”**
- Stap 5: Werk**
- Stap 6: Hulp bij het vinden van een baan**
- Stap 7: Noodsituatie**

Deze gids mag gratis gebruikt en verspreid worden ten gunste van iedereen op bijstandsniveau.

Stap 1 : Plan maken

Door persoonlijke omstandigheden ben je in de bijstand geraakt. Geen schaamte. Geen paniek. De bijstand is geen eindstation. De bijstand is een tijdelijk vangnet om in je eerste levensbehoeftes te voorzien. Je moet goed weten welke stappen je kunt ondernemen om uit deze situatie te komen.

Stap 2 : Vaste lasten en kosten in kaart brengen

Breng je vaste lasten en kosten in kaart. Gebruik daarvoor je bankafschriften. Begin met de eerste van de maand. Maak een lijstje met 2 kolomen: vaste lasten en kosten. Bereken de totalen. Maak een apart lijstje met kwartaal- en jaarkosten. Vervolgens maak je een prioriteitenlijstje met dingen die je echt nodig hebt om te (over)leven. Ga iedere kostenpost zorgvuldig na. Probeer goed na te denken waar je op zou kunnen besparen. Maak een planning van je inkomsten en uitgaven voor de aankomende 3 maanden. Houd rekening met kwartaal- en jaarkosten.

Stap 3: Limieten in de uitgaven

Stel limieten in je uitgaven. Bijvoorbeeld: X bedrag voor de boodschappen per maand. Deel dat bedrag door 4 weken. Pin het bedrag iedere week, leg het apart in je portemonnee en doe de boodschappen voor niet meer dan dat bedrag. Maak een boodschappenlijstje voordat je boodschappen gaat doen en bereken van tevoren wat ze ongeveer gaan kosten. Neem een rekenmachine mee naar de supermarkt en tel de boodschappen bij elkaar op voordat je ze gaat afrekenen. Op www.simpelhuishoudboekje.nl kun je besparingtips vinden en een gratis huishoudboekje downloaden.

Stap 4: Puzzel “Extra-tjes”

Geen enkele instantie zal je zeggen: “Je krijgt nog geld van ons!”. Je moet het zelf (aan)vragen. Het is daarom belangrijk om na te gaan waar je extra-tjes kan krijgen en waar je recht op hebt. Het is een leuke puzzel die honderden euro's kan opleveren. De puzzel bestaat uit toeslagen, regelingen en belastingen.

4.1 Toeslagen

Ga op www.toeslagen.nl na of je in aanmerking komt voor de huur- en zorgtoeslag. Maak een proefberekening. Leef je al een paar jaar van een laag inkomen? Dan kun je vaak langdurigheidtoeslag van je gemeente krijgen. De regels daarvoor zijn verschillend per gemeente. Heb je een uitkering van het UWV die lager is dan het sociaal minimum? Dan kun je proberen een toeslag van de Toeslagenwet (TW) te krijgen.

4.2 Regelingen

Vraag je gemeente naar de regelingen voor inwoners met een laag inkomen. Hieronder is een voorbeeld van de gemeente Eindhoven:

Regelingen 2009	bedrag	
Aanvullende Verzekering Gemeente		premieoverzicht
*Bijdrage duurzame gebruiksgoederen	€ 600,-	maximaal per huishouden per 3 jaar
Computercursusvergoeding	€ 400,-	maximaal per persoon per 3 jaar
*Langdurigheidstoelage	€ 350,-	voor alleenstaanden
	€ 447,-	voor alleenstaande ouders
	€ 499,-	voor gehuwden
Reductieregeling	€ 152,-	per ouder per jaar
	€ 177,-	per kind per jaar
Regeling Chronisch zieken en gehandicapten	€ 200,-	eenmalig per persoon per jaar
Schoolkosten	€ 129,-	maximaal per kind per schooljaar
Technologievergoeding	€ 600,-	maximaal per gezin per 5 jaar

De regelingen zijn verschillend per gemeente. Voor meer informatie neem je contact op met de gemeente.

4.3 Belastingen

Wanneer je een laag inkomen hebt kun je vaak de gemeentebelastingen (OZB, rioolrecht en dergelijke) door je gemeente laten kwijtschelden. Bijzondere kosten door ziekte of handicap mogen bij de belastingaangifte van je inkomen afgetrokken worden. Meer info op www.belastingdienst.nl zoek op trefwoord 'aftrekposten'.

Met een Voorlopige Teruggaaf (VT) kun je elke maand alvast een gedeelte van de belasting terugkrijgen. Meer info www.belastingdienst.nl zoek op trefwoord 'voorlopige teruggaaf'. De belastingdienst heeft de volgende heffingskortingen:

- algemene heffingskorting
- arbeidskorting
- (alleenstaande) ouderenkorting
- levensloopverlofkorting
- jonggehandicaptenkorting

Het kan zijn dat je recht op één van deze heffingskortingen hebt. Sommige heffingskortingen worden automatisch verrekend met je loon of uitkering. Andere moet je zelf aanvragen. Meer info www.belastingdienst.nl zoek op trefwoord 'heffingskorting'

4.4 Andere Extra-tjes

Neem ook een kijkje op de www.berekenuwrecht.nl. Uit onderzoek blijkt dat veel mensen niet weten waar ze allemaal recht op hebben. Dit is voor het Nibud en Stimulansz reden geweest om deze site te ontwikkelen.

Stap 5: Werk

De bijstand is een tijdelijke oplossing om rond te kunnen komen. Het is wel de bedoeling dat je zo snel mogelijk weer aan de slag gaat. Om een baan te kunnen vinden heb je een aantal dingen nodig: een CV, een sollicitatiebrief, een bron van vacatures, kennis van je kwaliteiten en je motivatie.

5.1 CV en sollicitatiebrief

Zoek in www.google.nl via trefwoorden op “sollicitatiebrieven voorbeeld” en “CV voorbeeld”. Er zijn een aantal websites waar je gratis een voorbeeld van sollicitatiebrieven of CV kunt krijgen.

5.2 Websites vacature

De grootste vacaturebanken zijn: www.nationalevacaturebank.nl, www.monsterboard.nl en www.werk.nl

5.3 Kennis van je kwaliteiten en je motivatie.

Voor het zoeken naar werk is het belangrijk dat je jezelf goed kent. Hieronder volgen enkele gratis testen. De uitslag maakt duidelijk wat je kwaliteiten en vaardigheden zijn, wat je belangrijk vindt in werk en waar je interesses liggen.

5.3.1 Werkkwaliteiten

Wat zijn je belangrijkste persoonlijke kwaliteiten? Deze persoonlijkheidsvragenlijst geeft je inzicht in je werkkwaliteiten en vaardigheden. Dit kun je gebruiken voor sollicitatiegesprekken, maar ook om te ontdekken welke vaardigheden goed bij je persoonlijkheid aansluiten. <http://public.cwicompetentie.nl/>

5.3.2 Werkwaarden

Wat zijn je topwaarden? Deze vragenlijst geeft aan wat je motiveert. Je topwaarden zijn belangrijk voor je. Als je in je baan je topwaarden herkent, zal die erg motiverend zijn. Komen die niet voor, dan zal die baan je minder aanspreken. <http://public.cwicompetentie.nl/>

5.3.3 Interessevragenlijst

Welke werkgebieden interesseren je? Deze vragenlijst geeft aan welke interessegebieden je interesseren. Meestal wil je een combinatie van de twee of drie belangrijkste interessegebieden terugvinden in een baan. Als je een opleiding zoekt, kunt je die het beste zoeken in de richting die deze vragenlijst aangeeft. <http://public.cwicompetentie.nl/>

Stap 6: Hulp bij het vinden van een baan

Stuur zoveel mogelijk gerichte sollicitatiebrieven en vertel aan zo veel mogelijk mensen dat je een baan zoekt. Kom je er zelf niet uit? Vraag je casemanager van de gemeente naar de mogelijkheden. Misschien kun je hulp van een reïntegratie bureau krijgen.

Stap 7: Noodsituatie

In een noodsituatie kun je een beroep doen op de Stichting Voedselbank Nederland. De stichting verzorgt voedselpakketten aan mensen die heel weinig geld en meestal ook schulden hebben. Kijk op www.voedselbank.nl voor een vestiging bij jou in de buurt. Neem ook contact op met een maatschappelijk werker. Geen dak boven je hoofd meer? Zoek in www.google.nl via trefwoorden “adres daklozen opvangen eindhoven”. Indien je niet over internet beschikt kun je in de openbare bibliotheek of bij de gemeente om adressen vragen.

Deze gids mag gratis gebruikt en verspreid worden ten gunste van iedereen op bijstandsniveau. Download de gids gratis op www.simpelhuishoudboekje.nl