

In dit overzicht staan landelijke en lokale regelingen en voorzieningen die lage inkomens ondersteunen.

- ✓ De voorwaarden staan er in het kort bij.
- 📄 Kijk op de genoemde websites voor de bedragen en voorwaarden van dit moment.

Aan dit overzicht kun je geen rechten ontleen.



## Inkomen

**Krijg ik wel genoeg loon?**

**Wet op het minimumloon**

Werknemers hebben recht op wettelijk minimumloon.

**Informatie** 📄

[rijksoverheid.nl/onderwerpen/minimumloon](http://rijksoverheid.nl/onderwerpen/minimumloon)

**Toeslagenwet**

Aanvulling op uitkering UWV of loon bij ziekte.

**Voorwaarden**

✓ Uitkering UWV; ✓ Inkomen onder sociaal minimum

**Informatie** 📄

[uwv.nl/toeslagen](http://uwv.nl/toeslagen), T 088 898 92 94

**Betaal ik niet te veel belasting?**

**Heffingskorting van de Belastingdienst**

Korting op de inkomstenbelasting.

**Informatie** 📄

Belastingdienst, [belastingdienst.nl](http://belastingdienst.nl) (zoek op 'heffingskorting'), T 0800 05 43

**Als ik met pensioen ga.**

**AOW**

Uitkering op minimumniveau voor pensioengerechtigden, naast bedrijfs- of beroeps-pensioen opgebouwd bij eigen pensioenfondsen.

**Informatie** 📄

Sociale Verzekeringsbank, [svb.nl](http://svb.nl), T 0475 36 80 10. Spreekuur Randwycksingel 22, 6229 EE Maastricht: elke maandag van 9.00 - 12.00u en van 13.00 - 16.00u. Alleen op afspraak.

**AIO**

Aanvulling tot sociaal minimum voor pensioengerechtigden.

**Voorwaarden**

✓ AOW-leeftijd of ouder;  
✓ Geen of geen volledige AOW  
✓ Geen of weinig andere inkomsten.

**Informatie** 📄

Sociale Verzekeringsbank, [svb.nl](http://svb.nl), T 0475 36 81 60. Spreekuur Randwycksingel 22, 6229 EE Maastricht: elke maandag van 9.00 - 12.00u en van 13.00 - 16.00u. Alleen op afspraak.

**Door mijn ziekte/beperking heb ik geen of weinig inkomen.**

**WAO**

Arbeidsongeschiktheidsverzekering

**Voorwaarden**

✓ Ziek vóór 1-1-2004; ✓ Situatie sindsdien onveranderd

**Informatie** 📄

[uwv.nl/particulieren/ziek](http://uwv.nl/particulieren/ziek), tel. 088 898 92 94

**WAZ**

Arbeidsongeschiktheidsverzekering voor zelfstandigen

**Voorwaarden**

✓ Arbeidsongeschikt als zelfstandige vóór 1-8-200

**Informatie** 📄

[uwv.nl/particulieren/ziek](http://uwv.nl/particulieren/ziek), tel. 088 898 92 94

**Door mijn ziekte/  
beperking heb ik geen  
of weinig inkomen.**

**Ziektewet**

Door ziekte niet of maar gedeeltelijk aan het werk

**Informatie** ⓘ

[uwv.nl/particulieren/ziek](http://uwv.nl/particulieren/ziek), T 088 898 92 94

**Wajong**

Jong en door ziekte of handicap niet aan het werk.

**Informatie** ⓘ

[uwv.nl](http://uwv.nl) (zoek op 'wajong 2015')  
tel. 088 898 92 94.

**Jonggehandicaptenkorting**

Aanvulling op inkomen voor jonggehandicapten bij (recht op) een Wajong-uitkering.

**Informatie** ⓘ

[belastingdienst.nl](http://belastingdienst.nl), tel. 0800 05 43.

**Arbeidsongeschikt WIA**

Uitkering voor arbeidsongeschikten die langdurig en volledig niet kunnen werken of voor zittende Wajongers die wel kunnen werken.

**Voorwaarden**

- ✓ Meer dan 35% arbeidsongeschikt;
- ✓ Langer dan 104 weken ziek of gehandicapt;
- ✓ Wajongers: arbeidsongeschikt op of na 18de en vóór 30e verjaardag.

**Informatie** ⓘ

[uwv.nl](http://uwv.nl), tel. 088 898 92 94.

**Ik ga studeren.**

**WSF**

Studiefinanciering voor voortgezet onderwijs, mbo, hbo of universiteit.

**Informatie** ⓘ

Dienst Uitvoering Onderwijs, [duo.nl](http://duo.nl),  
tel. 050 599 77 55. Spreekuur Randwycksingel 22,  
6229 EE Maastricht: elke maandag van 9.00 - 12.00u en  
van 13.00 - 16.00u. Alleen op afspraak (via [www.duo.nl](http://www.duo.nl)).

**Mijn partner is overleden.**

**ANW**

Uitkering voor nabestaanden of wezen jonger dan 16 jaar na overlijden partner/ouder.

Let op:  
Voor wezen ouder dan 16 jaar en jonger dan 21 jaar gelden specifieke voorwaarden.

**Voorwaarden**

- ✓ Jonger dan AOW-leeftijd;
- ✓ Zorg voor kinderen jonger dan 18 jaar, óf geboren voor 1950 óf 45% arbeidsongeschikt.

**Informatie** ⓘ

Sociale Verzekeringsbank, [svb.nl](http://svb.nl), tel. 0475 36 80 03.  
Spreekuur Randwycksingel 22, 6229 EE Maastricht: elke  
maandag van 9.00 - 12.00u en van 13.00 - 16.00u.  
Alleen op afspraak.

**Ik ben werkloos.**

**WW**

Uitkering na werkloosheid.

**Voorwaarden**

- ✓ Voldoen aan de 26 wekeneis;
- ✓ Beschikbaar voor werk.

**Informatie** ⓘ

[werk.nl](http://werk.nl), tel. 088 898 92 94

**Participatiewet (Pw)**

(Gezins)uitkering bij inkomen onder sociaal minimum.

**Voorwaarden**

- ✓ Geen of laag inkomen; ✓ Niet te veel vermogen;
- ✓ Niet direct beschikbaar voor werk.

**Informatie** ⓘ

- [werk.nl](http://werk.nl), tel. 088 898 92 94
- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, [socialezaken-mh.nl](http://socialezaken-mh.nl), tel. 14 043

Let op:  
tussen 18 - 27 jaar?  
Dan 4 weken wachttijd/zoektijd  
vooraf aan aanvraag.

## Uitkering oudere werklozen.

### IOW

Aanvulling op inkomen tot bijstandsniveau.

#### Voorwaarden

- ✓ Te weinig geld voor levensonderhoud;
- ✓ Werkloos; ✓ 60 jaar en ouder.

#### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, socialezaken-mh.nl, tel. 14 043
- [uwv.nl](http://uwv.nl), tel. 088 898 92 94

### IOAW

Aanvulling op inkomen tot bijstandsniveau.

#### Voorwaarden

- ✓ Te weinig geld voor levensonderhoud;
- ✓ Geboren vóór 1-1-1965;
- ✓ Werkloos geworden na het 50e levensjaar en gedeeltelijk arbeidsongeschikt;

#### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, socialezaken-mh.nl, tel. 14 043
- [uwv.nl](http://uwv.nl), tel. 088 898 92 94



## Noodzakelijke uitgaven & ontspanning

### Heb ik recht op een vergoeding?

#### Bereken uw recht.nl

Er bestaan meer vergoedingen dan je denkt. Laat je geld niet liggen. Bereken in een paar stappen waar je mogelijk recht op hebt. Je ziet dan ook waar je deze kunt aanvragen.

#### Informatie

[berekenuwrecht.nl](http://berekenuwrecht.nl)

### Ik heb al drie jaar of langer een laag inkomen.

#### Individuele inkomensvoetstuk

Belastingvrije toeslag 1 x per 12 maanden.

#### Voorwaarden

- ✓ Drie jaar of langer een laag inkomen of bijstanduitkering;
- ✓ Weinig vermogen;
- ✓ 21 jaar of ouder;
- ✓ Jonger dan AOW-leeftijd.

#### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, socialezaken-mh.nl, tel. 14 043

### De lokale lasten zijn te hoog voor mij.

#### Kwijtschelding BSGW

(Gedeeltelijke) kwijtschelding van gemeentelijke en waterschapsbelasting.

#### Voorwaarden

- ✓ Laag inkomen;
- ✓ Weinig vermogen;
- ✓ Aanslag is niet of niet langer dan 3 maanden geleden betaald.

#### Informatie

- Belasting Samenwerking Gemeenten en Waterschappen, [bsgw.nl](http://bsgw.nl), tel. 088 842 04 20.

### Ik wil meedoen aan sociale of culturele activiteiten.

#### Tegemoetkoming sociale en culturele activiteiten

Vergoeding om mee te doen aan sociale en culturele activiteiten. Max. €100 per jaar voor aanvrager en €50 per gezinslid.

#### Voorwaarden

- ✓ Inkomen maximaal 110% van de bijstandsnorm.

#### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, socialezaken-mh.nl, tel. 14 043



# Woning

**Mijn huur is te hoog.**

**Huurtoeslag**

Bijdrage van de Belastingdienst om de huur te betalen.

**Voorwaarden**

- ✓ Hoge huur;
- ✓ Laag inkomen.

**Informatie** ⓘ

- Belastingdienst, [belastingdienst.nl](http://belastingdienst.nl), tel. 0800 05 43

**Hoge energiekosten**

Hulp voor huishoudens met een laag inkomen en hoge energiekosten.

**Voorwaarden**

- ✓ Laag inkomen

**Informatie** ⓘ

- [www.gemeentemaastricht.nl/energiekosten](http://www.gemeentemaastricht.nl/energiekosten)
- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, tel. 14 043



# Werk

**Ik wil (weer) aan het werk.**

**Sociale Zaken Maastricht Heuvelland**

Speciale aanpak voor jongeren van 16-27 jaar

Verschillende soorten hulp om (weer) werk te vinden.

**Voorwaarden**

- ✓ Geen werk;
- ✓ Geen school;
- ✓ Geen vwo-, havo-, of mbo2-diploma.

**Informatie** ⓘ

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, [socialezaken-mh.nl](http://socialezaken-mh.nl), tel. 14 043

**Het gaat slecht met mijn bedrijf.**

**BBZ**

Bijstand en hulp voor zelfstandigen bij tijdelijke financiële problemen in het eigen bedrijf.

**Informatie** ⓘ

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, [socialezaken-mh.nl](http://socialezaken-mh.nl), tel. 14 043;
- Kamer van Koophandel, [kvk.nl](http://kvk.nl), tel. 088 585 15 85.



# Kinderen

## Ik heb kinderen.

### Kindgebonden budget

Toeslag van de Belastingdienst voor kosten van kinderen tot 18 jaar.

#### Voorwaarden

- ✓ Recht op kinderbijslag;
- ✓ Laag inkomen;
- ✓ Weinig vermogen.

#### Informatie

- Belastingdienst, [toeslagen.nl](https://toeslagen.nl), tel. 0800 05 43

### Sociale Verzekeringsbank

Kinderbijslag voor kinderen tot 18 jaar.

#### Informatie

- Sociale Verzekeringsbank, [svb.nl](https://svb.nl)  
T 0475 36 80 20. Spreekuur Randwycksingel 22, 6229 EE Maastricht: maandag 9 - 12u en van 13 - 16u. Alleen op afspraak.

## Mijn kinderen gaan naar de kinderopvang.

### Kinderopvangtoeslag

Toeslag van de Belastingdienst voor de kosten van kinderopvang. Hoogte is afhankelijk van het inkomen.

#### Voorwaarden

- ✓ Aan het werk; of bezig met opleiding; of bezig met re-integratietraject; of bezig met inburgeringscursus.

#### Informatie

- Belastingdienst, [toeslagen.nl](https://toeslagen.nl), tel. 0800 05 43

## Ik werk en zorg daarnaast voor mijn jonge kinderen.

### Tegemoetkoming kosten kinderopvang

Gedeeltelijke vergoeding voor kosten kinderopvang.

#### Voorwaarden

- ✓ Uitkering Participatiewet;
- ✓ Bezig met re-integratietraject; of bezig met inburgeringscursus.

#### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, loket Kinderopvang, [socialezaken-mh.nl](https://socialezaken-mh.nl), tel. 06 21 66 31 66, e-mail: [wko@maastricht.nl](mailto:wko@maastricht.nl)

### Inkomensafhankelijke combinatiekorting

Korting op de inkomstenbelasting en premie volksverzekeringen. Hoogte is afhankelijk van het inkomen.

#### Voorwaarden

- ✓ Aan het werk;
- ✓ Kind jonger dan 12 jaar;

#### Informatie

- [belastingdienst.nl](https://belastingdienst.nl), tel. 0800 05 43

## Zijn er nog meer regelingen voor kinderen?

### Kindpakket

Binnen het Kindpakket zijn alle regelingen voor kinderen gebundeld. Hieronder lees je waarmee de gemeente kan helpen.

### School

Vergoeding van de gemeente voor schoolkosten.

#### Voorwaarden

- ✓ Voor kinderen tot 18 jaar.

#### Informatie

- Gemeente Maastricht, [gemeentemaastricht.nl/kindpakket](https://gemeentemaastricht.nl/kindpakket), tel. 14 043

## Zijn er nog meer regelingen voor kinderen?

### Clubjes

Vergoeding van de gemeente voor sociale activiteiten zoals scouting of kindervakantiewerk.

#### Voorwaarden

- ✓ Inkomen maximaal 110% van de bijstandsnorm.

#### Informatie

- Gemeente Maastricht, gemeentemaastricht.nl/kindpakket, tel. 14 043

### Cultuur & Sport

Vergoeding van contributie of lesgeld voor sport of lessen op het gebied van kunst en cultuur (bijvoorbeeld dans- of muziekles, tekenen of toneel).

#### Voorwaarden

- ✓ Inkomen maximaal 110% van de bijstandsnorm;
- ✓ Aanvraag door tussenpersoon of via Stichting Leergeld Maastricht & Heuvelland.

#### Informatie

- jeugdfondssportencultuur.nl/limburg, tel. 06 50 90 45 04
- leergeldmaastrichtheuvelland.nl, tel. 043 311 88 10

### Stichting Leergeld Maastricht & Heuvelland

Vergoeding van kosten voor onderwijs en welzijn, zowel binnen als buiten school. Denk aan verjaardagsfeestjes, een fiets, bril, nieuwe schoenen of andere hulp.

Stichting Leergeld is tussenpersoon voor aanvragen bij Jeugdfonds Sport & Cultuur, Stichting Jarige Job, Fiets/Schoenenbank/Goede Start Maastricht en Nationaal Fonds Kinderhulp.

#### Voorwaarden

- ✓ Inkomen maximaal 110% van de bijstandsnorm;
- ✓ Voor leerplichtige kinderen van 4 tot 18 jaar;
- ✓ MBO: vergoeding voor boeken en praktijkmateriaal.

#### Informatie

- Stichting Leergeld Maastricht en Heuvelland, info@maastrichtenheuvelland.leergeld.nl, tel. 043 311 88 10, leergeldmaastrichtenheuvelland.nl

### Andere hulp

Hulp aan kinderen die in armoede opgroeien wanneer andere instanties niet kunnen helpen.

#### Voorwaarden

- ✓ Leeftijd tussen 0 en 21 jaar;
- ✓ Aanvraag door tussenpersoon of via Stichting Leergeld Maastricht & Heuvelland.

#### Informatie

- Nationaal Fonds Kinderhulp, kinderhulp.nl

## 18 jaar

### Hulp & informatie

Wat moet je regelen als je of je kind 18 jaar wordt.

#### Informatie

- Landelijke info: Rijksoverheid, rijksoverheid.nl (<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/achttien-jaar-woorden/vraag-en-antwoord/checklist-bij-18-jaar-woorden>)
- Lokale info: Kwikstart app & website: [www.kwikstart.nl](http://www.kwikstart.nl)



## Zorg/Beperkingen

Door ziekte, beperking of ouderdom heb ik hoge kosten.

### ZVW

Medische zorg en behandeling thuis. Denk aan persoonlijke verzorging, verpleging, behandeling en hulpmiddelen.

#### Voorwaarden

- ✓ Indicatie verplicht.

#### Informatie

- Eigen huisarts, wijkverpleegkundige of zorgverzekering

**Door ziekte,  
beperking of  
ouderdom heb  
ik hoge kosten.**

### WMO

Hulpmiddelen en zorg om langer thuis te kunnen blijven wonen.

Denk aan rolstoel, vervoer, hulp bij het huishouden, begeleiding (individueel en groep) of dagbesteding.

#### Voorwaarden

- ✓ Beperking;
- ✓ Geen oplossing in eigen netwerk;
- ✓ Geen algemene voorziening;
- ✓ Eigen bijdrage.

#### Informatie

- [gemeentemaastricht.nl/zorg-en-wmo](https://gemeentemaastricht.nl/zorg-en-wmo), tel. 14 043

### WLZ

Zorgwet voor mensen die langdurig en veel zorg nodig hebben. Denk aan 24-uurs zorg en toezicht thuis of in een instelling.

#### Voorwaarden

- ✓ Ziekte, beperking of ouderdom;
- ✓ Geen dekking door ZVW;
- ✓ Eigen bijdrage.

#### Informatie

- Centrum Indicatiestelling Zorg, [ciz.nl](https://ciz.nl), tel. 088 789 51 21

### Bijzondere bijstand

Vergoeding voor noodzakelijke kosten die je niet zelf kunt betalen.

#### Voorwaarden

- ✓ Laag inkomen;
- ✓ Weinig vermogen;
- ✓ Weinig bezittingen.

#### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, [socialezaken-mh.nl](https://socialezaken-mh.nl), tel. 14 043

### Individuele studietoelage

Bijdrage in de studiekosten voor studenten met een beperking.

#### Voorwaarden

- ✓ Recht op studiefinanciering of een bijdrage vanuit de WTOS;
- ✓ Inkomen tot 100% van de bijstandsnorm;
- ✓ 18 jaar of ouder;
- ✓ Geen of weinig vermogen.

#### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, [socialezaken-mh.nl](https://socialezaken-mh.nl), tel. 14 043

### Kortingsregeling maaltijdvoorziening

Korting op kosten voor een maaltijdvoorziening.

#### Voorwaarden

- ✓ Pensioengerichtige leeftijd; of lichamelijke, verstandelijke en/of psychische beperking; of chronische ziek;
- ✓ Laag inkomen;
- ✓ Weinig vermogen.

#### Informatie

- Gemeente Maastricht, [gemeentemaastricht.nl](https://gemeentemaastricht.nl), tel. 14 043

### Kortingsregeling sociale alarmering

Korting op kosten voor sociale alarmering.

#### Voorwaarden

- ✓ Pensioengerichtige leeftijd; of lichamelijke, verstandelijke en/of psychische beperking; of chronische ziek;
- ✓ Laag inkomen;
- ✓ Weinig vermogen.

#### Informatie

- Gemeente Maastricht, [gemeentemaastricht.nl](https://gemeentemaastricht.nl), tel. 14 043



# Zorgverzekering

Mijn zorgverzekering is te duur.

## Tegemoetkoming premie aanvullende verzekering

Bijdrage in de kosten voor de aanvullende verzekering.

### Voorwaarden

- ✓ Inkomen van maximaal 110% van de bijstandsnorm.

### Informatie

- Sociale Zaken Maastricht Heuvelland, [socialezaken-mh.nl](http://socialezaken-mh.nl), tel. 14 043

## Zorgtoeslag

Bijdrage van de Belastingdienst in de kosten voor de basis zorgverzekering.

### Voorwaarden

- ✓ Laag inkomen.

### Informatie

- [Belastingdienst.nl](http://Belastingdienst.nl), tel. 0800 05 43

## Collectieve zorgverzekering

Zorgverzekering van VGZ

Elk jaar kunt u overstappen naar een andere zorgverzekering. U kunt dit doen tot uiterlijk 31 december. Vraag uitleg over de zorg die u krijgt binnen uw verzekering. Het is de moeite waard om dit elk jaar opnieuw te bekijken, dit kan u geld besparen.

### Voorwaarden

- ✓ Inkomen tot 150% van de bijstandsnorm;
- ✓ Woont in Zuid-Limburg.

### Informatie

- [vgz.nl/zuidlimburg](http://vgz.nl/zuidlimburg), tel. 0800 250 00 10



# Vragen?

Waar kan ik terecht voor informatie, hulp en advies?

## Sociaal Team & Wijkservicepunt

Vragen over inkomen, wonen, werk, welzijn en opvoeden? Bij het Sociaal Team of een van de wijkservicepunten kunt u terecht voor hulp en ondersteuning op alle mogelijke terreinen

Wijkservicepunten zijn er in De Heeg, Malberg, Mariaberg en Wittevrouwenveld -Nazareth.

### Informatie

- [sociaalteammaastricht.nl](http://sociaalteammaastricht.nl), tel. 14 043
- [trajekt.nl](http://trajekt.nl), tel. 043 763 00 00

## Juridisch Loket

Gratis juridisch advies en hulp bij alle mogelijke juridische vragen.

### Informatie

- Juridisch Loket Maastricht, Avenue Céramique 2-6, [juridischloket.nl/contact/maastricht](http://juridischloket.nl/contact/maastricht), tel. 0900 80 20. Spreekuur Randwycksingel 22, 6229 EE Maastricht. Maandag 14 - 16u. Vrije inloop.

## Gemeenteloket

### Informatie

- [gemeentemaastricht.nl](http://gemeentemaastricht.nl), [post@maastricht.nl](mailto:post@maastricht.nl), tel. 14 043. Mosae Forum 10, 6211 DW Maastricht.

## Sociale Zaken Maastricht Heuvelland

### Informatie

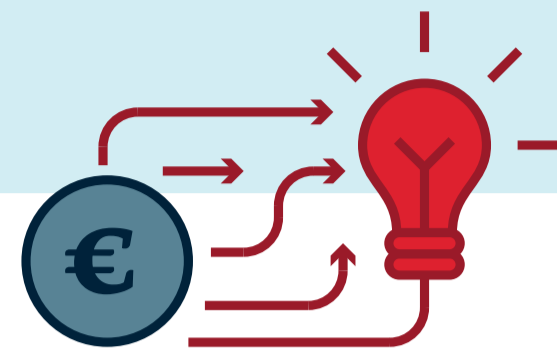
- [socialezaken-mh.nl](http://socialezaken-mh.nl), [post@maastricht.nl](mailto:post@maastricht.nl), tel. 14 043. Randwycksingel 22, 6229 EE Maastricht



In dit overzicht staan landelijke en lokale regelingen en voorzieningen die lage inkomens ondersteunen.

- ✓ De voorwaarden staan er in het kort bij.
- 📄 Kijk op de genoemde websites voor de bedragen en voorwaarden van dit moment.

Aan dit overzicht kun je geen rechten ontleen.



## Kinderen

### Kindpakket

Alle regelingen voor kinderen overzichtelijk bij elkaar.

#### Informatie 📄

- [gemeentemaastricht.nl/kindpakket](https://gemeentemaastricht.nl/kindpakket)

### Speelgoedbank Hoelahoep

Speelgoed en boeken om te lenen.

#### Voorwaarden

- ✓ Voor kinderen van 0 t/m 12 jaar;
- ✓ 1 x per maand 2 stuks speelgoed en 1 boek per kind;
- ✓ Aanmelden via tussenpersoon.
- ✓ Tijdens schoolvakanties gesloten.

#### Informatie 📄

- Trajekt, [trajekt.nl/initatief/speelgoedbank-de-hoelahoep](https://trajekt.nl/initatief/speelgoedbank-de-hoelahoep), tel. 043 763 00 30 of 06 27 296 891
- [facebook.com/despeelgoedbank](https://facebook.com/despeelgoedbank)
- Sproetepad 20, 6217 CG Maastricht

### Speelpan

Speelgoed om te lenen. Speel- en ontmoetingsplek voor ouders/opvoeders en kinderen.

#### Informatie 📄

- Speelpan West, [trajekt.nl/initatief/speelpan-west](https://trajekt.nl/initatief/speelpan-west); Sproetepad 20, 6217 CG Maastricht  
Open maandag 15 - 17u, woensdag 14 - 16u
- Speelpan Oost, [trajekt.nl/initatief/speelpan-oost](https://trajekt.nl/initatief/speelpan-oost).  
Aartshertogenplein 25, 6226 XZ Maastricht  
Open woensdag 14 - 16u.  
[Facebook.com/SpeelpanOost/](https://facebook.com/SpeelpanOost/)

### Bibliotheek Centre Céramique

Boeken lenen, e-books, gebruik internet/computer-werkplek, dag- en weekbladen lezen, korting op activiteiten en cursussen en nog veel meer.

#### Voorwaarden

- ✓ Gratis voor kinderen tot 18 jaar;
- ✓ Gratis voor studenten tussen 18 en 25 jaar (wel eenmalig € 3,- inschrijfgeld).

#### Informatie 📄

- Centre Céramique, [centreceramique.nl/bibliotheek](https://centreceramique.nl/bibliotheek), [ledenservice@maastricht.nl](mailto:ledenservice@maastricht.nl), tel. 043 350 56 00, [Facebook.com/centreceramique/](https://facebook.com/centreceramique/)

### Maastricht Sport

Gratis sportactiviteiten voor verschillende leeftijden.

#### Informatie 📄

- Maastricht Sport, [maastrichtsport.nl](https://maastrichtsport.nl), tel. 043 350 45 00, [Facebook.com/MaastrichtSport](https://facebook.com/MaastrichtSport)

## Playing for Success

Gratis naschools programma voor meer zelfvertrouwen en betere motivatie, wanneer het op school tijdelijk minder gaat om sociaal-emotionele redenen.

### Voorwaarden

- ✓ Voor kinderen van 9 tot 16 jaar;

### Informatie

- *Playing for success, [playingforsuccessmaastricht.nl](http://playingforsuccessmaastricht.nl), [k.adriaens@playingforsuccess.nl](mailto:k.adriaens@playingforsuccess.nl), tel. 06 82 52 48 32*

## Child Support Foundation

Ondersteunen van kansarme kinderen tot 18 jaar

### Informatie

- *Child Support Foundation, [www.childsupportfoundation.nl](http://www.childsupportfoundation.nl), tel. 06 53 15 30 40*



## Eten en drinken

## Voedselbank Maastricht

Voedselpakketten, kleding, luiers, toiletartikelen. In Heugemerveld, Mariaberg en Wyckerpoort.

### Uitdeelpunten

- *Stadstuin De Greune Luiper, Prof. Cobbenhagenstraat (donderdag 11.30 - 15u)*
- *Heugemerveld, Paus Leo XIII Plein 20 (woensdag 14 - 16u)*
- *Mariaberg, Fatimaplein 73 (donderdag 14 - 17u)*

### Voorwaarden

- ✓ *Laag inkomen;*
- ✓ *Aanmelden via tussenpersoon of instantie (Trajekt).*

### Informatie

- *Voedselbank Limburg-Zuid, [voedselbank limburg-zuid.nl](http://voedselbank limburg-zuid.nl), telefonisch bereikbaar via Trajekt, tel. 043 763 00 00*

## De Gouwe

Direct hulp op het gebied van voedsel en kleding.

### Voorwaarden

- ✓ *Aanvragen via tussenpersoon of digitaal via het formulier op de website.*

### Informatie

- *Stichting De Gouwe, [gouwe.net](http://gouwe.net), tel. 06 12 95 19 96  
Levensmiddelenwinkel De Muntt, winkelcentrum Pottenberg, open woensdag en donderdag 10 - 16u.*

## Resto VanHarte

Sociaal buurtrestaurant.  
Goedkoop en gezond eten met  
mensen uit de buurt.

### Adres

- De Heeg, Roserije 410;
- Buurtcentrum Mariaberg, Anjelierenstraat 35;
- Trefcentrum Wittevrouwenveld, Edisonstraat 4;
- Envida De Zeven Bronnen, Lovendaalhoeve 30, Amby.

### Informatie

- Resto VanHarte, <https://reserveren.restovanharte.nl>, [info@restovanharte.nl](mailto:info@restovanharte.nl), tel. 0900 900 30 30;
- Data en aanmelden via telefoon of website. [Facebook.com/restovanharte.maastricht](https://www.facebook.com/restovanharte.maastricht)

## Vorkje Prikken

Sociaal restaurant.

### Adres

- The Masters Home & Wijkhuis, Hoogfrankrijk 27.

### Informatie

- Vorkje Prikken Maastricht, [vorkjeprikken.com](http://vorkjeprikken.com), [vorkjeprikken.info@gmail.com](mailto:vorkjeprikken.info@gmail.com), tel. 06 37 527 575.
- Reserveren verplicht.

## Thuisgekookt

Thuiskokers koken voor buurtgenoten.

### Informatie

- Thuisgekookt, [thuisgekookt.nl](http://thuisgekookt.nl), [info@thuisgekookt.nl](mailto:info@thuisgekookt.nl), tel. 06 83 44 71 97.
- Aanmelden via internet.

## Foodsharing

Gratis ophalen van overgebleven eten van  
supermarkten en hotels.

### Adres

- Tapijnkazerne, Gebouw X, Sint Hubertuslaan 12.

### Informatie

- Foodsharing Maastricht, [foodsharing.nl](http://foodsharing.nl), [facebook.com/FoodSharingMaastricht](https://www.facebook.com/FoodSharingMaastricht).

## Buurt Bistro Manjefiek

Elke donderdag gezond, goedkoop  
en gezellig samen eten.

### Adres

- Centre Manjefiek Malberg, Malbergsingel 70.

### Informatie

- Trajekt, [trajekt.nl/initiatief/buurtbistro-manjefiek](http://trajekt.nl/initiatief/buurtbistro-manjefiek), tel. 043 763 00 30;
- Aanmelden via telefoon of de balie van Trajekt in Centre Manjefiek. [Facebook.com/malberg.nl](https://www.facebook.com/malberg.nl)

## Buurtservice Maastricht

Elke woensdag gezellig samen eten met buurtbewoners uit Malpertuis, Malberg, Caberg en Brusselse Poort West. Thuisbezorgen kan ook.

### Adres

- Statensingel 14 en Gerard Walravenstr. 82a

### Informatie

- Buurtservice Maastricht, [buurtservice@hotmail.com](mailto:buurtservice@hotmail.com), tel. 043 300 03 83;
- Aanmelden via telefoon of e-mail.  
[Facebook.com/BuurtserviceMaastricht/](https://www.facebook.com/BuurtserviceMaastricht/)

## Landbouw- belang

Veganistisch eten voor een laag bedrag: elke dinsdag Maastricht Goes Vegan, elke vrijdag Foodbank.

### Adres

- Biesenwal 3, Boschstraatkwartier.

### Informatie

- Landbouwbelang, [landbouwbelang.org](http://landbouwbelang.org), [info@landbouwbelang.org](mailto:info@landbouwbelang.org).  
[Facebook.com/culturelevrijplaats/](https://www.facebook.com/culturelevrijplaats/)

## Kretsje Malpertuis

Voedselpakketten voor inwoners van Malpertuis.  
Zondag 13 - 14u.

### Adres

- Cantecleerstraat 93, Malpertuis.

### Informatie

- Bel met Jef Raike, tel. 06 11 47 30 83.

## Ut Kretsje Amby

Mini-voedselbank. Dagelijks voedselpakket voor inwoners van Amby die het nodig hebben. Maandag tot en met vrijdag van 9.00 - 12.00 uur.

### Adres

- Ambyerstraat-Noord 78..

### Informatie

- Buurtplatform Amby, [buurtplatform-amby.nl](http://buurtplatform-amby.nl), [info@buurtplatform-amby.nl](mailto:info@buurtplatform-amby.nl), tel. 06 36 40 84 24.



## Kleding, verzorging, fietsen, meubels en huisraad

## Fietsbank/ Schoenenbank/ De Vlinder/ Goede start

Fiets, schoenen, bril, babyvoeding, luiers of verzorgingsproducten. Voor mensen die niet genoeg geld hebben om dit zelf aan te schaffen.

### Adres

- Terra Cottaplein 22 en 23, Pottenberg en Old Hickoryplein, Wyckerpoort (naast de Buurtbrök).

### Informatie

- Fietsbank Maastricht, [fietsbank.com](http://fietsbank.com).  
Doorverwijzing via hulpverlenende instanties.  
[Fietsbankmaastricht043@gmail.com](mailto:Fietsbankmaastricht043@gmail.com),  
tel. 06 13 84 19 71  
[Facebook.com/FietsSchoenenbankGoedeStart/](https://www.facebook.com/FietsSchoenenbankGoedeStart/)  
Terra Cottaplein 22 - 27, open maandag t/m vrijdag 11 - 15u.

## Dress for succes

Winkel met nette kleding voor een sollicitatiegesprek. De winkel is alleen op afspraak geopend.

### Adres

- Voltastraat 38, Wittevrouwenveld,

### Informatie

- Dress for succes Maastricht, [dressforsuccess.nl/maastricht](http://dressforsuccess.nl/maastricht), tel. 06 15 54 89 26, [maastricht@dressforsuccess.nl](mailto:maastricht@dressforsuccess.nl).  
Maandag en donderdag 10 - 13u, dinsdag 14 - 17u.  
[Facebook.com/dressforsuccessmaastricht/](https://www.facebook.com/dressforsuccessmaastricht/)

### Overzicht

Overzicht van alle kringloopwinkels in Limburg.

### Informatie

- [allekringloopwinkels.nl/limburg](http://allekringloopwinkels.nl/limburg)

### Twiedehands-Twiedekans

Kleding, huisraad, meubels, kunstshop.

### Adres

- François de Veyestraat 9, Sint Maartenspoort.

### Informatie

- Twiedehands-Twiedekans, [twiedehands-twiedekans.nl](http://twiedehands-twiedekans.nl), tel. 043 325 57 70.  
Dinsdag t/m vrijdag 10 - 15u.  
[Facebook.com/TwiedehandsTwiedekans/](https://www.facebook.com/TwiedehandsTwiedekans/)

### De Loods

Meubels, accessoires, kleding, elektronica.

### Adres

- Heerderdwardsstraat 47, Heer.

### Informatie

- Kringloop De Loods, [kringloopdeloods.nl](http://kringloopdeloods.nl), tel. 06 58 98 58 98. Maandag t/m zaterdag 10 - 17u.  
[Facebook.com/kringloopdeloods/](https://www.facebook.com/kringloopdeloods/).

## Kringloopwinkels

### Zuid

### Adres

- Watermolen 52, Heugem.

### Informatie

- Kringloop Zuid, [kringloopzuid.nl](http://kringloopzuid.nl), [info@kringloopzuid.nl](mailto:info@kringloopzuid.nl), tel. 043 362 08 58.

### Vintage & New

### Adres

- Raadhuisplein 4, Heer.

### Informatie

- Vintage & New, [vintage-new.nl](http://vintage-new.nl), tel. 043 311 71 84 of 06 51 28 72 01, [info@vintage-new.nl](mailto:info@vintage-new.nl).  
Dinsdag t/m zaterdag 10 - 18u, donderdag 10 - 20u.

### Terre des Hommes

### Adres

- Dorpsstraat 18A Heer.

### Informatie

- Tel. 06 27 27 89 34, [winkel.maastricht@tdh.nl](mailto:winkel.maastricht@tdh.nl)

## Kringloop- winkels

### Ontmoetingswinkels Leger des Heils

#### Adres

- Scharn, Adelbert van Scharnlaan D5.
- Pottenberg, Potteriestraat 30, BC De Romein.

#### Informatie

- Scharn  
Maandag t/m vrijdag 13 - 16u, tel. 06 25 76 55 04.  
Pottenberg  
Dinsdag en vrijdag 13 - 17u.

## Weggeef- Winkels

### Krijg de kleertjes

Kinderkleding ruilen,  
1 x per maand.

#### Adres

- Het Werkhuis, President Rooseveltlaan 213,  
Wittevrouwenveld.

#### Informatie

- Krijg De Kleertjes Maastricht,  
[krijgdekleertjes.nl/maastricht](http://krijgdekleertjes.nl/maastricht), [kdkmaastricht@gmail.com](mailto:kdkmaastricht@gmail.com),  
[facebook.com/KrijgdeKleertjesMaastrichtOost/](https://www.facebook.com/KrijgdeKleertjesMaastrichtOost/),  
tel. 043 785 03 84 of 06 46 46 37 67.

### De Gouden Handen

Op doorverwijzing van  
hulpverlener, bewindvoerder,  
maatschappelijk werk,  
sociale dienst.

#### Adres

- Toustruwe 5, Malberg.

#### Informatie

- Weggeefwinkel De Gouden Handen,  
mevrouw Prevos, tel. 06 12 59 73 35,  
de heer Weijenberg, tel. 06 54 61 48 90.

### De Heeg

#### Adres

- Roserije 410, De Heeg (locatie Trajekt).

#### Informatie

- Weggeefwinkel De Heeg, dinsdag, woensdag,  
donderdag en zaterdag 10 - 14u.  
[trajekt.nl/initiatief/weggeefwinkel-de-heeg](http://trajekt.nl/initiatief/weggeefwinkel-de-heeg),  
[facebook.com/weggeefwinkeldeheeg](https://www.facebook.com/weggeefwinkeldeheeg).

### De DoorGeefWinkel

#### Adres

- Landbouwbelang, Biesenwal 3 (ingang via Maaskade).

#### Informatie

- Doorgeefwinkel Maastricht, donderdag 11 - 16u.  
[doorgeefwinkelmaastricht.weebly.com](http://doorgeefwinkelmaastricht.weebly.com).

## Menstruatie- producten

Geen geld voor  
maandverband of  
tampons? Hier kun  
je terecht.

#### Adres

- Quiet Maastricht, Aartshertogenplein 24,  
Wittevrouwenveld.

#### Informatie

- Maandag en woensdag 10 - 12u. Buurtcentrum  
Mariaberg, [anjosmith@hotmail.com](mailto:anjosmith@hotmail.com),  
[Facebook.com/mupmariaberg/](https://www.facebook.com/mupmariaberg/)



# In de buurt

## Trefpunt Nazareth

Activiteiten en sociaal contact voor mensen uit Nazareth en Limmel.

### Adres

- Kasteel Schaloenstraat 54, Nazareth.

### Informatie

- Trefpunt Nazareth, nazarethmaastricht.nl, tel. 06 46 00 36 24.

## WeHelpen

Slim en gratis zelf hulp organiseren en aanbieden via de website van WeHelpen.

### Adres

- Malbergsingel 70, Malberg.

### Informatie

- WeHelpen, maastricht.wehelpen.nl, facebook.com/WeHelpenMaastricht, tel. 06 28 95 25 25 of 043 763 00 00 (Trajekt).

## Werkhuis Maastricht

Nieuwe dingen leren, mensen ontmoeten, aan de slag in een van de werkplaatsen (ook voor organisaties en zzp-ers).

### Adres

- Hunnenweg 4, Scharn-West.

### Informatie

- Werkhuis Wittevrouwenveld, werkhuismaastricht.nl, info@werkhuismaastricht.nl, maandag t/m vrijdag 9 - 17u, tel. 043 785 03 84 of 06 46 46 37 67.

## Quiet Community

Inwoners met een laag inkomen kunnen gratis lid worden van Quiet Community. Via een digitaal systeem krijgen ze om beurten een aanbod voor bijvoorbeeld een lekker etentje of lunch, kaartjes voor een film- of theatervoorstelling of voetbalwedstrijd.

Open op maandagochtend tussen 10.00 en 12.00 uur. Je bent welkom! De koffie staat klaar met wat lekkers.

### Adres

- Aartshertogenplein 24 (voormalig schoolgebouw Stella Maris) in Wittevrouwenveld.

### Informatie

- Quiet Community Maastricht, quiet.nl/maastricht, quiet-maastricht@quiet.nl, tel. 043 201 22 77 of 06 10 03 13 60, Facebook.com/QuietMaastricht/

## Buurtservice

Mensen uit de buurt ontmoeten, hulp bij klusjes en reparaties, samen eten, scootmobiel uitleen. Voor Malpertuis, Malberg, Caberg en Oud-Caberg.

### Adres

- *Widelanken 12, Statensingel 14 en Gerard Walravenstraat 82a, Caberg-Malpertuis.*

### Informatie

- *Buurtservice Maastricht, buurtservice@hotmail.com, tel. 043 300 03 83.*

## Veur elkaar

Vrijwillige hulpdienst voor inwoners van Mariaberg en Pottenberg.

### Adres

- *Terra Cottaplein 16 - 17.*

### Informatie

- *Stichting Veur elkaar, Pottenberg: pottenbergveurelkaar@live.nl, tel. 06 23 77 99 13. Facebook.com/Pottenberg. Mariaberg: tel. 043 325 54 05 of 06 55 59 39 30.*

## Buurtbrök

Buurtbewoners ontmoeten bij een kopje koffie, meedoen aan activiteiten, samen eten.

### Adres

- *Wyckerpoort, Old Hickoryplein 18;*
- *Malpertuis, Sproetepad 20;*
- *Pottenberg, Terra Cottaplein 17;*
- *Mariaberg, Proosdijweg 63.*

### Informatie

- *Buurtbrök, trajekt.nl, zoek op 'buurtbrök'. tel. 043 763 00 00 (Wyckerpoort), tel. 043 323 30 39 (Malpertuis), tel. 043 763 00 00 (Pottenberg), tel. 043 763 00 00 (Mariaberg).*

## Saints & Sinners

Vrijwillige hulp en ondersteuning. Door en voor elkaar.

### Adres

- *Godefridus van Heerstraat 38*

### Informatie

- *Stichting Saints & Sinners, saintsandsinners.nu, info@saintsandsinners.nu, tel. 06 36 08 92 75.*





# Vangnet

## Vincentius- vereniging

Hulp bij acute geldnood of materiële nood, wanneer andere instanties niet kunnen helpen.  
Ondersteuning van projecten.

### Informatie ⓘ

- Vincentiusvereniging, [vincentiusmaastricht.nl](http://vincentiusmaastricht.nl), [vincentiusmaastricht@gmail.com](mailto:vincentiusmaastricht@gmail.com).
- Aanvragen door hulpverlener of instantie.

## Stille Armen

Noodfonds (geen geld) voor mensen in ernstige armoede. Kerstpakketten voor gezinnen in armoede.

### Informatie ⓘ

- Stichting Stille Armen Maastricht, [stgsam.nl](http://stgsam.nl), [info@stgsam.nl](mailto:info@stgsam.nl).
- Aanvragen door hulpverlener of instantie.

## JCN

Hulp en financiële ondersteuning voor individuele 70-plussers om eenzaamheid te voorkomen. Wanneer andere instanties niet kunnen helpen.

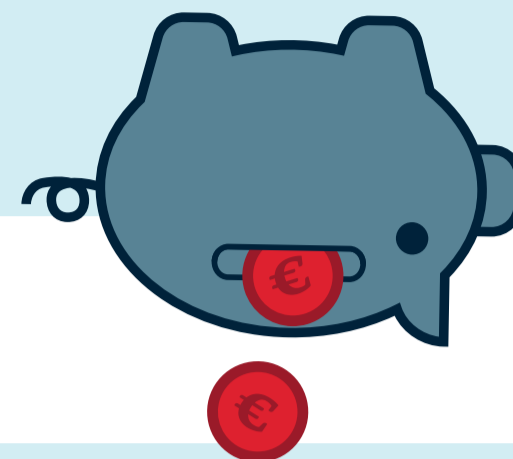
### Informatie ⓘ

- Stichting Jan en Clara Nijssen, [jcnstichting.nl](http://jcnstichting.nl), [info@jcnstichting.nl](mailto:info@jcnstichting.nl) (Mevr. M. Hendriks).

In dit overzicht staan landelijke en lokale regelingen en voorzieningen die lage inkomens ondersteunen.

- ✓ De voorwaarden staan er in het kort bij.
- 📌 Kijk op de genoemde websites voor de bedragen en voorwaarden van dit moment.

Aan dit overzicht kun je geen rechten ontleen.



**Ik wil meer overzicht over mijn geldzaken en administratie**

## Geldwijzer Maastricht

De app is gratis te downloaden in de App Store en Google Play Store.

Gratis app met tips, informatie en advies bij vragen over geldzaken of geldzorgen in verschillende levenssituaties.

### Informatie 📌

- Geldwijzer Maastricht, [geldwijzermaastricht.nl](http://geldwijzermaastricht.nl), [geldwijzer@maastricht.nl](mailto:geldwijzer@maastricht.nl).

## Klapperproject Trajekt

Zo weet je hoe je er financieel voor staat. En van welke voorzieningen of regelingen je misschien gebruik kunt maken.

Gratis hulp van deskundige vrijwilligers bij het op orde brengen van je administratie en papieren.

### Informatie 📌

- Trajekt Klapperproject Maastricht, [trajekt.nl/initiatief/klapperproject-maastricht](http://trajekt.nl/initiatief/klapperproject-maastricht), [informatieadvies@trajekt.nl](mailto:informatieadvies@trajekt.nl), tel. 043 763 00 00. Of loop binnen bij het Wijkservicepunt in jouw buurt.

## Humanitas Thuisadministratie

De vrijwilligers van Humanitas Thuisadministratie helpen je op weg om je administratie weer op orde te brengen en te houden. Zo kun je schulden voorkomen of afbouwen.

### Informatie 📌

- Humanitas Thuisadministratie Limburg, [humanitas-thuisadministratie-limburg.nl](http://humanitas-thuisadministratie-limburg.nl), [ta.maastricht@humanitas.nl](mailto:ta.maastricht@humanitas.nl), tel. 043 356 04 48.
- Aanmelden kan via de website.

**Ik heb moeite met budgetteren en het op tijd betalen van mijn rekeningen, ik heb (beginnende) schulden**

## Loket Vroegsignalering Maastricht

Voor advies bij betalingsachterstanden.

### Informatie 📌

- Tel. 043 35 04 193 of [vroegsignalering@maastricht.nl](mailto:vroegsignalering@maastricht.nl)

**Ik heb moeite met budgetteren en het op tijd betalen van mijn rekeningen, ik heb (beginnende) schulden**

#### Schuld & Budget Buddy Maastricht

Hulp van een vrijwilliger (buddy) bij dreigende of beginnende schulden.

#### Informatie

- *Schuld & Budget Buddy Maastricht, [trajekt.nl/initiatief/schuld-budget-buddy-maastricht](https://trajekt.nl/initiatief/schuld-budget-buddy-maastricht), [informatieadvies@trajekt.nl](mailto:informatieadvies@trajekt.nl), tel. 043 763 00 00.*
- *Aanmelden via de website of telefoon: Harrie Lamers 06 15 33 69 41 of Leon Backhuis 06 57 92 74 86.*

#### Kredietbank Limburg

Gratis hulp bij geldproblemen. Samen met jou kijkt de Kredietbank hoe je het beste geholpen kunt worden.

- **Geld lenen**  
De Kredietbank kijkt samen met jou of een sociale lening voor jou de passende oplossing is.
- **Informatie en advies**  
Zo lukt het om zelf schulden op te lossen.
- **Schulden niet verder laten oplopen**  
Je kunt werken aan het oplossen van andere problemen.
- **Schulden oplossen**  
Wij gaan zorgen dat je in de toekomst schuldenvrij bent en blijft.
- **Budgetcoaching**  
We helpen jou om dit zelf te kunnen doen.
- **Budgetbeheer**  
Wij doen dit tijdelijk voor jou.
- **Budgetbeheer maatwerk**  
Wij nemen dit tijdelijk over en helpen jou om dit uiteindelijk weer zelf te kunnen doen.
- **Beschermingsbewind**  
Wij doen dit helemaal voor jou

#### Informatie

- *Kredietbank Limburg, [kredietbanklimburg.nl](https://kredietbanklimburg.nl), [info@kblb.nl](mailto:info@kblb.nl), tel. 088 101 99 99.*