

Sociaal Contact

UITGAVE VAN STICHTING SOCIAAL STEUNPUNT AMSTELVEEN



Stichting Sociaal Steunpunt Amstelveen
Adviesorgaan voor particulieren
met vragen over sociale zekerheid

JAARGANG 38 - november 2023

4



MAAK UW WONING **ENERGIEZUINIG!**

MET DE
STICHTING BELKLUS

SAAMHORIGHEID
& KWALITEIT

Als u 67-plus of gehandicapt bent kunt u gebruikmaken van energiebesparende maatregelen.

Wat houdt de actie in?

Met deze actie helpen wij u om uw energiekosten te verlagen. Dit kan al door eenvoudige maatregelen te treffen in het huis zoals het plaatsen van radiatorfolie en het installeren van led-lampen. Kijk op onze website wat wij voor u kunnen doen.

Hoe kunt u deelnemen aan deze actie?

Via website
www.belklus.nl/energiezuinig

**Bel op werkdagen tussen
10.00 en 12.00 uur
020- 647 10 89**

DEZE ACTIE WORDT MOGELIJK GEMAAKT DOOR





Colofon

Sociaal Steunpunt Amstelveen
De Bolder Groenhof 140
1186 EX AMSTELVEEN
Telefoon 6471509
(dinsdags 10:00- 12:00 uur)

REDACTIE
Atie Toeset
Kees Ahaus

LAYOUT
Atie Toeset
Kees Ahaus

POSTADRES
Groenhof 140
1186 EX AMSTELVEEN

DRUKWERK
Njoymedia

OPLAGE
600 Exemplaren

Dit blad is gratis voor uitkeringsge-
rechtigden en geïnteresseerden.
Mocht u toezending niet langer op
prijs stellen wilt u dit dan aan ons
doorgeven.
Het overnemen van teksten uit dit blad
is toegestaan met bronvermelding.

Uitgaf november 2023

Inhoudsopgave

- 2 Infopagina
- 3 Therapeutisch zwemmen
- 4 Commissie sociaal minimum
- 6 Uw eigen portemonnee
- 7 Het financieel café
- 8 Het repair café
- 9 Sociaal juridische hulp
- 11 Een sociale huurwoning
- 14 Huur vrije sector woningen
- 16 De puntentelling
- 17 Stichting pensioen voldoen
- 17 Zorgverzekering in buitenland
- 18 De inboedelverzekering
- 20 De vakantiebanc
- 21 Mee met connexion
- 22 Veiligheid en ouderen
- 24 E.R. medische behandeling
verandert
- 27 Recept
- 28 Puzzel: Verkiezingen

Met vragen op het gebied van de sociale zekerheid onder andere:

Ziekte en arbeidsongeschiktheid (dreigende) werkloosheid

Re-integratie

Algemene Nabestaande Wet

Algemene Bijstands Wet

Zorgverzekering

W.M.O.

En voor nog vele andere onderwerpen kunt u terecht in wijkcentrum:

De Bolder

Groenhof 140

Gratis advies

Sociaal Steunpunt Amstelveen

Telefoon 06 82 08 24 44

Spreekuur

Elke dinsdag van 10:00-12:00 uur

Telefoon 020-647 15 09

U kunt ons ook mailen:

info@amstelveensteunpunt.nl

Therapeutisch zwemmen voor iedereen die op medische indicatie moet zwemmen in extra verwarmd water, onder leiding van een bewegingstherapeut.

Dit kan elke dinsdag in zwembad

De Meerkamp

Van 18:30-19:15 uur

Voor informatie neemt u contact op met:

Ans van den Boogaard

020-641 02 78

Of

Nelleke Brand-Gouw

020-647 76 63



TERAPEUTISCH ZWEMMEN IN DE MEERKAMP

Al sinds 1980 werd gestart met het therapeutisch zwemmen, vanuit de toenmalige WAO-groep in Het Keerpunt, en later in het doelgroepenbad van zwembad De Meerkamp. Deze activiteit wordt nog steeds, dus al 43 jaar, met veel succes georganiseerd.

Het therapeutisch zwemmen is bedoeld voor iedereen die vanwege medische redenen daar behoefte aan heeft.

Elke dinsdag van 18.30 – 19.15 uur worden in groepsverband in extra verwarmd water tot 1.25 meter diep oefeningen gegeven door een geoefend instructeur. Deze oefeningen zijn gericht op het verkrijgen van meer kracht, stabiliteit en mobiliteit.

Zwemmen heeft ook invloed op het gevoel van welzijn. De groep is erg gezellig en ook van waarde voor het opbouwen van vriendschappen. En wanneer men hulp nodig heeft is er altijd wel iemand die de helpende hand toereikt. Kortom: het therapeutisch zwemmen via de Stichting Sociaal Steunpunt Amstelveen is nuttig en waardevol.

We zijn het seizoen gestart op 12 september.

Er zijn op dit moment nog 2 plaatsen vrij. Inschrijving gebeurt voor het hele seizoen dat loopt van september tot en met juli.

Nadere informatie kan verkregen worden bij Ans van den Boogaard, telefoon 020-6410278 of bij Nelleke Brand-Gouw, telefoon 020-6477663. Aanmelden kan ook via het contactformulier op de website amstelveensteunpunt.nl

COMMISSIE SOCIAAL MINIMUM

Het besteedbaar inkomen van veel huishoudens op het sociaal minimum is te laag, waardoor zij niet rondkomen en niet kunnen meedoen aan de samenleving. Zij leven in financiële bestaansonzekerheid

Het sociaal minimum moet genoeg zijn om de kosten van huur, water, energie en zorg te betalen, de boodschappen te doen, te beschikken over internet en mobiele telefoon. Het moet mogelijk zijn om de maandelijkse kosten over te maken en een buffertje te hebben om financiële tegenslag te kunnen opvangen. Daarnaast moet het sociaal minimum toereikend zijn om in de samenleving te kunnen meedoen. Maar vastgesteld is dat dit voor veel mensen niet het geval is.

De gevolgen van oplopende tekorten zijn ingrijpend. Het raakt de mensen niet alleen financieel. Zij leven met steeds meer spanning wegens geldtekort en dit gaat ten koste van lichamelijke en geestelijke gezondheid en van het gevoel van eigenwaarde. Het risico op eenzaamheid neemt toe en zorgt ervoor dat het steeds moeilijker wordt om uit de armoede te komen.

Kinderen die opgroeien leren slechter en hebben minder kans op een goede toekomst. In Nederland betreft het 1 op de 11 kinderen. Het is een groot maatschappelijk probleem. Het is dan ook van groot belang om ervoor te zorgen dat dit opgelost wordt.

Bij het vormen van het kabinet Rutte IV is door deze voortdurende berichten van schrijnende armoede afgesproken dat om de vier jaar zal worden nagegaan of het vastgestelde sociaal minimum nog wel toereikend is. Daarvoor is de onafhankelijke **Commissie Sociaal Minimum** ingesteld. In deze commissie zitten mensen die werkzaam zijn bij gemeenten, universiteiten en het Nibud en die vanuit de praktijk en wetenschap ervaring hebben.

Inmiddels heeft deze commissie rapport uitgebracht. Haar onderzoek laat zien dat als er niets verandert mensen met een laag inkomen de komende jaren tot honderden euro's per maand tekortkomen. En dat ondanks het geld dat het kabinet in 2022 uittrok om huishoudens te helpen. Hoeveel huishoudens tekortkomen hangt af van hun samenstelling en woonplaats. Gesteld kan worden dat alleenstaanden en gezinnen zonder kinderen bijna € 100 tot € 200 tekortkomen. Bij ouders met één of meer kinderen valt het niet precies te zeggen: sommige huishoudens komen tekort, andere niet.

Om tekorten bij huishoudens op korte termijn op te kunnen lossen stelt de commissie voor het minimumloon en de bijstand te verhogen en eventueel ook de huurtoeslag. Daarnaast moeten ook de kinderbijslag of het kindgebonden budget omhoog, in het bijzonder de bedragen voor oudere kinderen.

Alleen het verhogen van het besteedbaar inkomen is niet genoeg. Ook belangrijk is dat mensen ook weten op welke voorzieningen zij recht hebben. Hier ligt een taak voor de

gemeenten, maar zeker ook voor particuliere initiatieven zoals de Stichting Sociaal Steunpunt Amstelveen.

UW EIGEN PORTEMONNEE

Steeds meer mensen krijgen geldzorgen. Dit heeft te maken met de verhoging van de kosten van levensonderhoud en de huizen. Dat zijn zaken waarop u als gewone burger geen invloed heeft.

Daarom is het beter om te kijken naar uw eigen portemonnee. Daar heeft u nl. wèl invloed op. Er is een aantal regels om meer grip te krijgen op uw uitgaven, of u een hoog of een laag inkomen hebt, schulden aan het afbetalen bent of een vermogen van € 100.000 bijeen wilt sparen.

1. Betaal rekeningen automatisch en meteen. Rekeningen die blijven liggen geven kopzorgen.
2. Controleer uw bankafschriften en loop ze na tot twee jaar geleden. Noteer alle uitgaven die achteraf onnodig waren. Zeg zoveel mogelijk lidmaatschappen op.
3. Stel een bedrag vast voor boodschappen. Doe als het mogelijk is ééns per week boodschappen.
4. Stop een tijdje met kleding en spullen kopen.
5. Reserveer een bedrag om onverwachte uitgaven te kunnen doen, indien mogelijk 6 x het bedrag dat u maandelijks uitgeeft.

HET FINANCIËEL CAFÉ

In Amstelveen zijn er de zogenaamde financiële cafés. Inwoners van Amstelveen die vragen hebben over geldzaken kunnen hier terecht. Misschien heeft u door moeilijke omstandigheden de administratie de laatste tijd verwaarloosd, bent u het overzicht kwijtgeraakt en dan kan zelfs het lezen en invullen van een formulier al een stap te ver zijn. Zo kan het gebeuren dat u totaal het overzicht bent kwijtgeraakt. Om orde te scheppen kunt u bij een financieel café binnenlopen. Er zijn er verschillende in Amstelveen zoals op

*woensdag in wijkcentrum Alleman in Den Bloeyenden Wijngaerd 1, elke woensdag van 10.00 – 12.00 uur

* woensdag in de Buurtkamer op de Lindenlaan 75 van 17.00 – 19.00 uur

* dinsdag in ontmoetingscentrum De Meent, Orion 3 van 10.00- 12.00 uur

Voor een afspraak kunt u bellen naar telefoonnummer 020 - 5430440.

Inwoners van Aalsmeer kunnen elke vrijdag van 13.00 – 15.00 uur naar het Financieel Café Aalsmeer in de bibliotheek (oude veiling) Marktstraat 19, bereikbaar onder nummer 06 40020845 (Humanitas Amstelland).

HET REPAIR CAFÉ

Spullen weggooien kan altijd, maar beter voor uw portemonnee en het milieu is om na te gaan of het apparaat dat kuren vertoont nog gerepareerd kan worden zonder het direct af te leveren bij de stort en dan een nieuwe te kopen.

In Amstelveen is er een aantal vrijwilligers beschikbaar om te bekijken of artikelen die stuk zijn en het niet meer doen nog hersteld kunnen worden. Denk daarbij aan een kapotte rollator, koffiezetapparaat, stofzuiger, haardroger, melkschuimer etc. Materiaal en gereedschappen zijn aanwezig. Ook is er iemand met een naaimachine om een losse zoom te herstellen, een rok in te korten, knopen aan te naaien of andere kleine klusjes te doen. Dit is allemaal gratis.

Zo'n repaircafé is er in Amstelveen in verschillende wijkcentra, zoals bijvoorbeeld in wijkcentrum Het Pluspunt. Daar is er één op elke eerste dinsdag van de maand van 14.00 – 16.00 uur. Het adres is Smeenklaan 1, telefoon 020 6458141. Tijdens het wachten krijgt u er een gratis kopje koffie en een gezellig praatje bij.

Ook in het Stadsdorp Elsrijk, Nieuw Vredeveld (Rembrandtweg 428) kunt u elke derde zaterdag van de maand van 10.00 – 12.00 uur samen aan de slag met de vrijwilliger.

En wanneer u in de buurt van wijkcentrum De Meent woont – Orion 3 – dan bent u van harte welkom in het repaircafé op elke eerste zaterdag van de maand van 11.00 – 14.00 uur.

U kunt bij elk repaircafé zonder afspraak terecht.

SOCIAAL JURIDISCHE HULP

Ontslag, betalingsproblemen, echtscheiding, een verkeersongeluk met ernstige klachten als gevolg, in dit geval kunt u te maken krijgen met allerlei wetten en regels. Het is voor u een doolhof maar gelukkig kunt u daar hulp bij krijgen. Dit heet ook wel sociaaljuridische hulp of sociaaljuridische dienstverlening.

Heeft u een juridisch probleem dan kunt u hulp vragen aan een advocaat of juridisch adviseur. Wanneer u de kosten niet kunt betalen dan kan de overheid een financiële bijdrage leveren. Dat heet dan gesubsidieerde rechtsbijstand. Hiervoor betaalt u een eigen bijdrage, die u misschien vergoed kunt krijgen via de bijzondere bijstand.

Voor een gratis advies over juridische vragen met betrekking tot wonen/buren, familie/relatie, aankopen/garantie, werk en inkomen, politie/justitie en schulden kunt u terecht bij het Juridisch Loket. Iedereen kan daar korte vragen stellen. Inwoners van Amstelveen kunnen zonder afspraak terecht tijdens de inloopspreekuren op maandag tot en met donderdag van 9.00 tot 12.00 uur op het adres Vijzelgracht 21-25 1017 HN in Amsterdam. (Telefoonnummer 0900 8020).

Uitgebreide persoonlijke hulp biedt het Juridisch Loket alleen aan mensen met een laag inkomen.

U kunt ook terecht bij de door vrijwilligers gerunde stichting Sociaal Verhaal. Daar wordt gratis rechtshulp verleend in noodsituaties voor mensen met een laag inkomen. Van een

noodsituatie is bijvoorbeeld sprake als u uw huis uitgezet dreigt te worden of dat bij u thuis het water dreigt te worden afgesloten.

In Amstelveen kunt u ook terecht in het MOC-gebouw aan de Lindenlaan 75 1185LC, tijdens het juridisch maatschappelijk spreekuur op donderdag vanaf 19.00 uur waar een advocaat en een consulent van de gemeente aanwezig zijn. Ook in wijkcentrum Alleman, Den Bloeyenden Wijngaerdt 1, 1183 JM, is elke dinsdagavond van 20.00 – 21.30 uur spreekuur. Telefoonnummer 020 6453945.

Voor inwoners van de gemeente Aalsmeer is er een spreekuur op telefonische afspraak via 0297 326670 of per mail team.aalsmeer@participe.nu.

SPREEKUR ECHTSCHIEDING

Echtscheiding is vaak ingrijpend voor alle betrokkenen. Naast alle emoties die er spelen moet er ook veel geregeld worden. In Amstelveen is er een speciaal spreekuur waar u informatie kunt krijgen en ook advies naar welke hulpinstantie u verder zou kunnen gaan. Tijdens het gesprek kan een advocaat u vertellen welke mogelijkheden er zijn. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Het spreekuur Echtscheiding is iedere dinsdag van 8.45 tot 9.30 uur op de Willem Dreesweg 2 in Amstelveen. U kunt daar terecht zonder eerst een afspraak te maken. Telefoon 020 5430430.

ZOEKEN NAAR EEN SOCIALE HUURWONING

Per 1 januari 2023 is de maximale netto huurprijs van een sociale huurwoning € 808,06. Om daarvoor in aanmerking te komen is vastgesteld dat het gezamenlijk inkomen van het huishouden - kinderen niet meegerekend –voor een alleenstaande ten hoogste € 44.035 mag bedragen en voor een meerpersoonshuishouden € 48.625.

Valt u binnen deze inkomensgrens dan kunt u via WoningNet zoeken naar een sociale huurwoning.

De regels voor het zoeken naar een sociale huurwoning via WoningNet zijn veranderd. Het nieuwe puntensysteem bestaat voor de gemeente Amstelveen uit vier soorten punten: punten voor wachten, zoeken, situatie en starten.

Wachtpunten

Wachtpunten zijn er voor iedereen en staan voor de inschrijftijd bij WoningNet. Ieder jaar komt er een wachtpunt bij, net zo lang tot er de geschikte woning is geaccepteerd.

Zoekpunten

Iedereen kan zoekpunten opbouwen tot een maximum van 30. Voor vier of meer reacties per maand wordt er 1 zoekpunt verdiend. Er worden zoekpunten afgetrokken als er niet wordt gezocht. Ook gebeurt dat wanneer er een woning beschikbaar is voor bezichtiging en de gegadigde komt niet en meldt zich niet af. Bij twee keer weigeren vervallen de punten.

Situatiepunten

Situatiepunten zijn bedoeld als extra steun in de rug voor mensen die dringend een woning nodig hebben omdat zij uit elkaar gaan en kinderen hebben of met het gezin ergens inwonen en geen eigen woning hebben. Het zijn extra punten die naast de zoekpunten en wachtpunten worden opgebouwd. Ook wanneer een gegadigde in de leeftijd van 18 tot en met 34 jaar ondersteuning heeft via de Wmo en nog thuis woont of pleegjongere is dan kunnen er situatiepunten worden aangevraagd. Aanvraag kan gebeuren bij www.vraagpuntenaan.nl. Daar wordt gekeken of aan alle voorwaarden voldaan wordt.

Situatiepunten tellen niet altijd mee. Die gelden voor de helft van het woningaanbod. In de woningadvertentie staat of de situatiepunten meetellen.

De situatiepunten zijn drie jaar geldig. Na 2,5 jaar kan verlenging aangevraagd worden als er nog geen passende woning is gevonden.

Startpunten

Startpunten zijn er alleen voor jongeren met een jongerencontract die wonen in Amsterdam of Zaanstad. Als hun contract binnen een jaar afloopt kunnen zij éénmalig 10 startpunten krijgen. Voorwaarde is wel dat zij zelf voor die tijd genoeg hebben gedaan om een woning te vinden.

HULP AAN SENIOREN (67+) EN GEHANDICAPTEN BIJ HET UITVOEREN VAN KLEINE KLUSSEN

BelKlus

www.belklus.nl

ONZE DIENSTEN IN- EN ROND DE WONING:



Valpreventie



Elektra



Veiligheid



Sanitair



Hang- & sluit



Digitaal



Tuin

INFORMEER OF U IN AANMERKING KOMT

Bel werkdagen 10.00 - 12.00

020 - 647 10 89

Óf Whatsapp uw klus + foto

06 - 543 40 370

VRIJWILLIGER WORDEN?

De Belklus is op zoek naar handige vrijwilligers! Neem contact met ons op.

Voordelen nieuwe puntensysteem voor zoeken woning

Het nieuwe puntensysteem lost het tekort aan woningen niet op. Maar het zorgt er wel voor dat een groep woningzoekenden die nooit aan de beurt kwam nu wel de kans krijgt op een woning.

Woningzoekenden zullen zich misschien afvragen hoeveel punten ze hebben. Die zijn terug te vinden op WoningNet.

Op socialehuurwoningzoekenden.nl wordt uitgebreide informatie gegeven. Inwoners van Amstelveen kunnen bellen met WoningNet, telefoon 088 1231520. Ook Stichting !WOON geeft ondersteuning aan inwoners in en rond Amsterdam.

HUURPRIJS VRIJE SECTORWONINGEN

Heeft u een huurcontract dat nog geen 6 maanden oud is en is de kale huur hoger dan € 808,06 dan huurt u een vrijesectorwoning. U kunt de hoogte van de huur laten controleren of u doet dat zelf aan de hand van de Huurprijscheck. Die geeft aan hoeveel punten uw woning heeft. Zo'n check kan ook toegepast worden voor een kamer, een woonwagen of een standplaats.

Uw zelfstandige woning krijgt punten voor

*de oppervlakte

*zuinigheid met energie

*de WOZ-waarde (de gemeente bepaalt die elk jaar)

De kale huur is de huur van uw woning zonder bijkomende kosten voor bijvoorbeeld gas en licht. Een huurprijs waarin bijkomende kosten zijn opgenomen zoals voor schoonmaak en tuinonderhoud – de servicekosten - wordt all-in-huur genoemd. Bij een all-in-huurprijs is niet afgesproken welk deel huur is en welk deel voor de servicekosten bestemd zijn. U weet dus niet wat de kale huur is. Vraag de verhuurder om de huur te splitsen in kale huur en bijkomende kosten. Komt u er met uw verhuurder niet uit dan kunt u de Huurcommissie om advies vragen.

Een verhuurder kan voor een woning in de vrije sector vragen wat hij wil: er geldt geen maximale huur zoals voor een sociale huurwoning. Hij mag de huur ook jaarlijks verhogen. Wel geldt van 1 mei 2021 tot en met mei 2024 een maximum. Voor 2023 is de huurverhoging bepaald op ten hoogste 4,1%. Vraagt de verhuurder meer dan kunt u een uitspraak van de Huurcommissie vragen.

Op de website van de Huurcommissie gaat u naar Mijnhuurcommissie, huurcommissie.nl. Kies “toetsing aanvangshuurprijs” en vul het formulier in.

Heeft u moeite met het invullen van het formulier dan kunt u gratis bellen naar de huurcommissie telefoon 088 – 4887243.

Als de huurcommissie het formulier heeft ontvangen krijgt u een brief. Lees deze brief goed door. Deze brief gaat ook naar de verhuurder. De hulp van de huurcommissie kost € 25. Krijgt u bijstand of huurtoeslag dan kunt u aan de huurcommissie vragen of u deze kosten niet hoeft te betalen.

Hoe gaat het verder?

Er komt een onderzoeker van de huurcommissie bij u thuis om samen met u en eventueel de verhuurder vast te stellen hoe hoog de maximale huur voor de woning eigenlijk mag zijn. Indien dan komt vast te staan dat de huur lager hoort te zijn dan € 808,06 dan woont u in een sociale huurwoning en moet de huur worden aangepast naar het bedrag dat de Huurcommissie heeft berekend.

U kunt de huur die u al te veel heeft betaald terugvragen. De verhuurder is verplicht tot terugbetaling.

DE PUNTELLING

Met de puntentelling die per 1 januari 2024 geldig is kunt u gemakkelijk het aantal punten berekenen en daarmee de maximale huur van uw woning of kamer. Allereerst is van belang waar en hoe u woont (de WOZ). Is het een zelfstandige woning of een kamer. Dan berekent u de oppervlakte van vertrekken zoals woonkamer, slaapkamer(s) badruimte, keuken, zolderkamer en eventuele andere kamers. Ook de oppervlakte van ruimtes zoals van de kelder, berging garage enz. telt mee. Het type verwarming is van belang alsmede de lengte van het aanrecht en of er een badgelegenheid aanwezig is en zo ja of dat dan een douche of een bad is. Tenslotte wordt ook het soort buitenruimte (grootte eigen tuin of een gemeenschappelijke buitenruimte) meegeteld.

STICHTING PENSIOEN VOLDOEN

In 2007 is er een ernstige fout gemaakt bij het invoeren van de Nieuwe Pensioenwet met als gevolg dat de meeste pensioenfondsen in de periode 2008 tot en met 2021 bijna niet mochten meegaan met de verhoging van de kosten van levensonderhoud. Dit heeft ertoe geleid dat werkenden veel minder pensioen hebben opgebouwd dan waar zij recht op hebben en dat ouderen meer dan 25% koopkracht hebben verloren. Ondertussen zijn de reserves van de pensioenfondsen in die periode opgelopen van ongeveer € 700 miljard tot ongeveer € 1.700 miljard.

De stichting PensioenVoldoen spant een rechtszaak aan tegen de Nederlandse staat om het achterstallige pensioengeld terug te geven. De stichting heeft niet het doel om winst te maken. Deelname is voor u gratis. Alle kosten, bijvoorbeeld van die procedure worden vergoed door Legis Capital B.V. Mocht de stichting de zaak winnen dan krijgt deze B.V. van elke deelnemer 4,5% van het bruto toegewezen bedrag.

U kunt zich als deelnemer melden via www.pensioenvoldoen.nl

ZORGVERZEKERING IN HET BUITENLAND

Misschien bent u al met vakantie in het buitenland geweest of bent u van plan met de kerstdagen uw familie buiten Nederland te bezoeken. Dan is het zaak om uw zorgverzekering te bekijken. Weliswaar heeft iedereen een zorgverzekering met

werelddekking maar soms worden de kosten niet of niet helemaal vergoed. Misschien heeft u een aanvullende verzekering nodig. Gaat u op vakantie in Europa dan is een Europese zorgverzekeringskaart nuttig. Daarmee krijgt u makkelijker toegang tot de medische voorzieningen in het land waar u verblijft. Zo'n kaart kunt u krijgen bij uw zorgverzekeraar. Doet u een beroep op medische zorg dan moet het wel om zorg gaan die niet kan wachten tot u weer thuis bent.

Soms zijn de kosten van de behandeling duurder dan in Nederland. Uw zorgverzekeraar vergoedt alleen het bedrag dat in Nederland geldt. Het bedrag dat niet vergoed wordt komt dus voor uw rekening. Neem bij twijfel vóór uw vertrek contact op met de zorgverzekeraar. Misschien heeft u een aanvullende verzekering nodig of is het verstandig om een reisverzekering af te sluiten.

Kosten van het terugbrengen naar huis bij ziekte of overlijden worden alleen door de reisverzekering gedekt.

DE INBOEDELVERZEKERING

U woont al jaren in hetzelfde huis, heeft een eenvoudige inrichting met oude meubels. U weet niet precies wat uw inboedelverzekering zou uitkeren indien er van een schade sprake zou zijn. U vraagt zich bovendien af of zo'n verzekering wel nodig is.

Een opstalverzekering voor de buitenkant van uw koopwoning is verplicht als u een hypotheek afsluit. Dat komt omdat de

schade groot kan zijn bij brand of wanneer er een boom op uw huis valt. De kans daarop is wel klein maar als het gebeurt kunt u dat risico niet zelf dragen. Het afsluiten van een inboedelverzekering is eigen keus.

Het nut van een inboedelverzekering is niet duidelijk. Uw verzekering dekt alleen het bedrag dat nodig zou zijn om nieuwe spullen te kopen maar de zaken die vervangen moeten worden mogen dan niet ouder zijn dan vier of vijf jaar. De verzekeringsmaatschappij heeft een lijst waarop van een aantal producten staat aangegeven hoe ze hun waarde behouden. Als uw bankstel destijds € 2500 kostte en nu door brand onherstelbaar is beschadigd dan wordt een nieuw bankstel alleen vergoed als dat niet ouder is dan vijf jaar, elk jaar verliest het bankstel 10% aan waarde. Zou een nieuwe bank € 3000 kosten dan krijgt u € 300. Heeft u een eigen risico dan gaat dat er ook nog eens vanaf. Kleding en schoenen zijn al na twee jaar niets meer waard.

De afschrijvingslijsten van de verzekeringsmaatschappijen zijn openbaar. U kunt ze vinden op de website van de verzekeraar. U kunt ook kijken op de kaart van uw inboedelverzekering onder het kopje “verzekerd bedrag”. Als u na het bekijken van de afschrijvingslijst ziet dat u oververzekerd bent - en dat moet u zelf vaststellen- neem dan contact op met uw verzekeraar.

Een inboedelverzekering hoeft niet duur te zijn, zeker niet als u de schade die u eventueel zelf zou veroorzaken, uitsluit. Een basisverzekering kan voldoende zijn want die dekt de schade door diefstal. Een dief zal meestal nieuwe goederen meenemen omdat die nog wel waarde hebben.

DE VAKANTIEBANK

Als je met je gezin van de bijstand leeft of misschien wel onder de armoedegrens, dan blijft er geen geld over om er, al is het maar een paar dagen, even tussen uit te gaan. Vooral voor de kinderen is dat een gemis. Zij kunnen op school niets vertellen wat ze zoal beleefd hebben tijdens de vakantieweken. Maar ook voor de ouders, die nooit loskomen van de dagelijkse sleur, zoals de was doen, de vaatwasser vullen en leegruimen of schoonmaken. Om weer er een vol jaar tegenaan te kunnen gaan is verandering van omgeving een heilzaam middel. Een week vakantie vermindert stress, levert nieuwe contacten op en geeft kinderen het gevoel dat ze erbij horen.

Dit jaar waren er met behulp van vakantieparken en giften in totaal 700 vakanties beschikbaar.

Vanaf 1 oktober 2023 kunt u zich inschrijven voor het seizoen 2024. Er zijn voorwaarden waaraan u moet voldoen:

- Uw inkomsten zijn op of onder bijstandsniveau of u ontvangt leefgeld via schuldhulpverlening/bewindvoering.
- U heeft geen uitzicht op vakantie en u bent de afgelopen drie jaar niet op vakantie geweest.
- U heeft een geldige aansprakelijkheidsverzekering voor particulieren voor de periode dat u een vakantieweek krijgt. U kunt eventueel uw hulpverlener vragen dat voor u te regelen.

Er zijn twee manieren om in aanmerking te komen:

- U meldt zichzelf aan via de website www.devakantiebank.nl.
- Een hulpverlener helpt u bij uw aanmelding.

Na een positieve beoordeling wordt u op een wachtlijst geplaatst en ontvangt u een bevestiging. Op uw e-mail ziet u wanneer de vakanties beschikbaar zijn. Nadat uw aanvraag is gecontroleerd ontvangt u bericht dat de door u aangevraagde vakantie week is vastgelegd.

Wat moet u nog meer weten?

- De kosten van eten en drinken en betaalde activiteiten zijn voor uw rekening.
- Na de vakantie week kunt u een gedeeltelijke kilometervergoeding terugkrijgen voor het rijden naar en van uw vakantieadres.
- Houdt rekening ermee dat niet overal huisdieren zijn toegestaan.
- Heeft u een vakantie week gereserveerd en u bent vervolgens verhinderd meldt u zich dan uiterlijk twee weken voor de vertrekdatum af. Dan gaat de vakantie week niet verloren.

MEE MET CONNEXION

Voor ouderen boven de 65 jaar is het mogelijk om bij busonderneming Connexion een abonnement af te sluiten waarmee door heel Noord-Holland gereisd kan worden zonder verder voor een buskaartje te hoeven betalen. Om zo'n abonnement te verkrijgen moet u een formulier invullen dat u kunt vinden op mijn.connexion.nl of telefonisch kunt aanvragen onder

nummer 0900-2666399. U moet wel een persoonlijke ov-chipkaart hebben.

VEILIGHEID EN OUDEREN

Oplichters worden steeds slimmer. Ze verzinnen steeds nieuwe dingen om ongevraagd in uw huis binnen te komen. Er zijn bijvoorbeeld werkzaamheden aan uw straat en er wordt gevraagd even in uw huis te mogen kijken of daar de gas- of waterleiding in orde is. Zelfs als u om een legitimatie vraagt kan het zijn dat deze niet echt is. Ook werkkleding met een logo van het bedrijf zegt niet alles. Laat nooit niemand binnen maar vraag het na bij de gemeente (telefoon 020 5404911).

Ga ook niet in op de vraag om even gebruik te mogen maken van het toilet of om een glas water.

Soms doet een voorlichter zich voor als iemand van een bepaalde instantie zoals Thuiszorg. Als u zelf daarom niet gevraagd heeft laat hem of haar niet binnen.

Ook kan het zijn dat u gebeld wordt door een bankmedewerker. Er zou bijvoorbeeld geld van uw rekening zijn gehaald of er zou iets niet in orde zijn met uw pinpas. Trap er niet in en bel zelf naar de bank. Er wordt van veel kanten gewaarschuwd tegen deze praktijken maar het kan toch iedereen overkomen. Het kan geen kwaad om altijd goed op te letten.

Pinnen aan de deur

Oplichters kunnen u vragen om te pinnen aan de deur, bijvoorbeeld omdat ze een pakketje voor u hebben waarvoor verzendkosten moeten worden betaald. Vervolgens kijken ze uw pincode af en wisselen stiekem uw bankpas om voor een andere.

Het is wijs om de pinautomaat zelf vast te houden, uw pincode goed af te schermen en uw pinpas NOOIT uit handen te geven. Het is verstandig om een dag limiet voor uw pinpas in te stellen of contactloos te betalen. Dan hoeft u geen pincode in te toetsen. Contactloos betalen kan tot € 50.

Phishing

In een sms-bericht of e-mail wordt gevraagd om op een bepaalde link te klikken en in te loggen. Dat kan zelfs naar een valse site van uw bank zijn waar u gevraagd wordt om uw gegevens in te vullen. Criminelen doen altijd of er spoed is. Maar bel EERST naar de bank!

Ook komt het voor dat u een berichtje krijgt van uw kind dat hij/zij dringend geld nodig heeft. Vraag het uw (klein)kind persoonlijk.

Helpdesk-fraude

U krijgt een mededeling op uw scherm dat uw computer een virus heeft en daarbij een telefoonnummer dat u moet bellen. De oplichter vraagt dan of u hem toegang wilt verlenen tot uw computer om het “probleem op te lossen”. Vervolgens installeert hij een programma waardoor hij kan meekijken in uw computer. Nadat het “probleem” is opgelost wordt om geld gevraagd. Daarvoor moet u inloggen op uw bankrekening. De oplichter kijkt met u mee en past ongezien het te betalen bedrag aan tot een veel hoger bedrag. Ook hier geldt: ga er niet op in en bel dat nummer niet. Houd uw computer up-to-date en installeer een goede virusscanner.

Kijk op www.fraudehelpdesk.nl of
maakhetzeniettemakkelijk.nl

Veilig gebruik van telefoon

De telefoon:

Ga niet in op verhalen van iemand aan de telefoon die u iets wil verkopen. Pas op voor leveranciers van energie die u een “voordelig” contract willen aanbieden.

Uw bank zal u nooit telefonisch benaderen. Krijgt u iemand aan de lijn hang dan op en bel zelf de bank. Geef nooit uw pincode af. Zelfs als u uw bankrekening wilt blokkeren heeft u die niet nodig.

EIGEN RISICO MEDISCHE BEHANDELING VERANDERT

Tot dusver bedroeg het eigen risico bij een medische behandeling (het bedrag dat u zelf in elk geval moet betalen) € 385. Dat blijft zo. Maar minister Kuipers wil het eigen risico slimmer en betaalbaarder maken. Dat gaat nu vanaf 2025 gebeuren. Het bedrag wordt gesplitst naar ten hoogste € 150 per behandeling. Nu moeten mensen nog in één keer het nu geldende bedrag van € 385 betalen.

Door de invoering van € 150 per behandeling wordt de financiële drempel voor de toegang tot ziekenzorg lager. Want nu ligt de drempel op € 385 voor de eerste behandeling. De verwachting is dat mensen door deze aanpassing minder snel zullen afzien van zorg wanneer zij die wel nodig hebben. Tegelijkertijd

blijven mensen langer nadenken of de behandeling die zij wensen wel nodig is omdat ze dan minder snel het eigen risico van € 385 opmaken. De maatregel draagt op die manier bij om de zorg betaalbaar te houden. Bovendien heeft iedereen voordeel omdat de zorgpremie minder stijgt.

Mensen die weinig zorg gebruiken zullen van de nieuwe maatregel weinig merken, maar voor degenen die wèl naar het ziekenhuis gaan en daar enkele behandelingen nodig hebben kunnen zeker profiteren van de nieuwe maatregel doordat ze minder eigen risico gaan betalen. Dit is een brede groep van mensen met verschillende vragen om zorg. Het kan gaan om mensen die plotseling ziekenhuiszorg nodig hebben of die een aandoening hebben waarvoor ze af en toe naar het ziekenhuis moeten. Mensen met hoge zorgkosten, vooral door kosten van buiten de medisch- specialistische zorg, zullen waarschijnlijk alsnog de volle € 385 moeten gebruiken.

De wijziging van het verplicht eigen risico in de medisch-specialistische zorg is onderdeel van meerdere maatregelen om het risico in de zorg betaalbaar te houden. Chronisch zieken zullen altijd het eigen risico van € 385 kwijt zijn.

Het verplicht eigen risico van € 385 blijft tot 2026.

Tot en met december 2023 is de hoogste eigen bijdrage voor medicijnen vastgesteld op € 250 per jaar.

Perviam is een bevolgen ICT-dienstverlener met een natuurlijke nieuwsgierigheid naar innovatieve oplossingen met gebruik van nieuwe technologieën. Een goede analyse, heldere en betrouwbare oplossingen vormen de basis van onze dienstverlening.



Wij leveren o.a.: **Systeembeheer, VOIP
Office 365, Clouddiensten, Managed-WIFI,**

Benieuwd wat wij voor u kunnen betekenen?
Wij gaan graag met u in gesprek.

Perviam Computer Consultancy B.V.
Aalsmeerderweg 239-J
1432 CM Aalsmeer

W	www.perviam.nl
T	088 – 44 66 500
@	info@perviam.nl



Sociaal Steunpunt Amstelveen

Groenhof 140, 1186 EX Amstelveen
ING bankrekening NL92INGB0003665546
info@amstelveensteunpunt.nl

www.amstelveensteunpunt.nl

RECEPT HOOFDGERECHT

VOOR 4 PERSONEN

De zomer is weer voorbij dus kunnen we weer denken aan een lekkere stoofpot.

Nodig voor 4 personen:

-4 grote rode paprika's, in de lengte gesneden, zaadlijsten verwijderd

-3 blikjes tonijn op olie

-3 eetlepels zwarte olijven, fijngehakt

-2 eetlepels kappertjes

-1 doosje ansjovis, gesnipperd

-½ bosje peterselie

-1/4 glas olijfolie

-1 glas water

-1 theelepel gedroogde Italiaanse kruiden

-350 gram Griekse pasta

Vermeng de tonijn, olijven, kappertjes, ansjovis en peterselie.

Vul daarmee de paprika's. Verwarm de oven op 220°. Giet in een ovenschaal ¼ glas olijfolie + 1 glas water, de kruiden en peper. Zet de ovenschaal 40 minuten in de oven. Kook de pasta.

Woordzoeker, thema: Verkiezingen

M	A	A	N	J	I	T	R	A	P	Y	C	I	Q	X	T	I	G
T	S	E	Z	R	B	T	O	K	I	E	S	R	A	A	D	R	N
W	T	N	S	Y	L	E	H	S	Q	V	Y	E	C	J	K	S	I
E	E	Q	G	J	O	G	C	T	D	J	P	M	G	G	J	U	L
E	M	E	T	Y	M	K	A	E	W	A	O	S	J	N	I	I	L
D	B	S	M	E	Y	O	X	M	K	F	P	I	Z	I	L	T	E
E	U	O	G	A	J	V	G	P	B	U	U	L	F	L	E	A	T
K	R	C	B	Q	N	L	F	A	I	H	L	A	G	L	P	T	S
A	E	I	C	B	P	L	I	S	N	S	I	R	T	E	E	S	T
M	A	A	L	S	D	M	E	B	P	K	S	E	R	T	O	U	A
E	U	L	C	M	A	J	Y	E	M	E	M	B	F	R	R	E	A
R	U	I	Y	J	U	B	X	O	D	E	E	I	E	E	R	T	D
D	V	S	G	X	J	F	A	F	I	U	T	L	R	H	E	N	I
Q	E	M	U	I	T	S	L	A	G	N	B	S	I	S	H	I	D
G	I	E	X	N	O	V	E	M	B	E	R	G	A	B	N	S	N
G	N	I	M	M	E	T	S	R	E	H	L	K	N	W	O	P	A
P	T	E	L	L	I	N	G	E	N	A	G	R	O	N	K	W	K
B	I	G	R	H	P	J	B	I	N	S	Y	Z	B	A	B	J	E

- BONAIRE
- HERTELLING
- LIBERALISME
- PARTIJNAAM
- SINTEUSTATIUS
- STEMBUREAU
- TWEEDEKAMER
- DEELNAME
- KANDIDAATSTELLING
- NOVEMBER
- POPULISME
- SOCIALISME
- STEMPAS
- UITSLAG
- HERSTEMMING
- KIESRAAD
- ONHERROEPELIJK
- SABA
- STEMBILJET
- TELLINGEN

Ontvangt u een uitkering, woont u in de regio Amstelveen en wilt u dit blad gratis ontvangen? Vul dan onderstaande bon in en stuur deze naar;

Redactie Sociaal Contact

Groenhof 140, 1186 EX Amstelveen

U kunt het gedrukte blad ook per e-mail aanvragen;

info@amstelveensteunpunt.nl

Van de website kunt u het in pdf formaat downloaden (Adobe Acrobat Reader noodzakelijk)

Naam Voorletters

Straat/nr

Postcode/plaats

Ik ontvang het kwartaalblad Sociaal Contact graag:

per post per email in pdf

Handtekening

NJOY
MEDIA
Design, Print & More

**Opvallen of verdwijnen in de grijze massa,
de keus is aan jou!**

**Met onze spectaculaire print & sign producties
voor binnen en buiten kan niemand meer om je heen.**

WWW.NJOYMEDIA.NL



**HULP BIJ VRAGEN OVER
UITKERINGEN EN TOESLAGEN**
zoals de Bijstandswet, AOW, WMO, WW,
Wet langdurige zorg, Kinderbijslag,...

**GRATIS
INLOOPSPREEKUR**

**WIJKCENTRUM
'DE BOLDER'**

**GROENHOF 140
1186 EX AMSTELVEEN
ELKE DINSDAG
10:00 - 12:00**

Informatie: 06 82 08 24 44

amstelveensteunpunt.nl

info@amstelveensteunpunt.nl