



Zwolle

Handige websites voor als een (Zwols) gezin het (even) zuinig aan moet doen

De informatie op deze bladzijden is heel kort. *U kunt er geen rechten aan ontleen*

Gemeente Zwolle en de SWT Sociale Wijkteams

www.zwolle.nl kijk onder het kopje werk en inkomen, verder verwijst ik graag naar

www.swtzwolle.nl de website van het sociaal wijkteam

Op de website van de gemeente Zwolle staat een mooi overzicht van vergoedingen voor het volgende:

- Sportvereniging en sportspullen (Jeugdfonds Sport Zwolle 6 t/m 17 jaar)
- Kunst en cultuur (St. Meedoen 4 t/m 17 jaar)
- Schoolbijdrage, club of vereniging (St. Meedoen 4 t/m 17 jaar)
- Schoolspullen, excursies (Gemeente Zwolle, VO)
- Zwemlessen (zwemvangnet 5 t/m 17 jaar)
- Kwijtschelding GBLT gemeentelijke belastingen www.gblt.nl/kwijtschelding DigiD code nodig. Of u belt 088 -0645555 en u krijgt een formulier thuisgestuurd.
- Tegemoetkoming chronisch zieken € 175- , uw inkomen is lager dan 130% van het sociaal minimum, u heeft weinig vermogen een WMO indicatie of CIZ indicatie voor langdurige zorg.
- Participatiefonds 2x €60- per volwassene die nog niet de AOW-leeftijd hebben.
- Collectieve zorgverzekering Salland verzekering 0570-687490 www.gezondverzekerd.nl/zwolle
- Individuele inkomenstoelage een extraatje als je langdurig (3 jaar of langer) leeft van een laag inkomen. www.zwolle.nl/extra's-voor-volwassen
- bijzondere bijstand = individueel maatwerk voor noodzakelijke kosten
- individuele studietoelage = bijzondere bijstand voor studenten die recht hebben op studiefinanciering én een arbeidsbeperking.
- Schuldienstverlening = voor mensen met schulden, contact opnemen met SWT of ga naar de inloop spreekuren van de Sociaal Raadsliden en Op Orde 038-4989980

- Sociale lening= bedoeld voor eenmalige een grote uitgave die echt noodzakelijk zijn. Dit is een lening! 038-4984475 tussen 9-12 uur.
- Extra geld voor scholieren www.zwolle.nl/extra's-voor-kinderen
- Jeugdfonds Sport Zwolle www.sportservicezwolle.nl voor diverse sport mogelijkheden, lidmaatschap verenigingen. Vraag de intern begeleider op school of via SWT om digitaal een aanvraag in te dienen, zo ook voor het zwemvangnet en de gratis zwemkaarten.
- www.jeugfondssportencultuur.nl
- Stichting Meedoen www.meedoenzwolle.nl (kinderen 4 t/m 18 jaar) voor de kosten van schoolreisjes, werkweken en schoolkampen , sport, dans, toneel, muziek, etc
- www.kindloketzwolle.nl
- Gratis bellen, een app van BUENO telecom
- Op Orde iedere dag van de week in 1 van de wijkcentrums in de stad 038-4569750 Samenwerking van De Kern, Wijz, Humanitas om u te helpen met uw administratie, formulieren, schulddienstverlening of andere financiële vragen.
- -Digisterker = spreekuur is gratis, om u te leren omgaan met de PC en het aanmaken van bijvoorbeeld een DigiD code. Dit is in de Stadkamer en de volledige cursus kost €7,50

Vragen? U kunt altijd bellen met de Gemeente Zwolle 14038

Zwolse initiatieven rondom gratis kleding en (klein) huisraad

*www.krijgdekleertjes.nl/zwolle iedere oneven week op woensdag van 10-12 uur Barneveldsebeek 18 (Aa-landen) aanmelden via krijgdekleertjes.zwolle@gmail.com

*www.weggeefstadshagen.nl in het Cultuurhuis maandag en woensdag 14-16 uur In deze tijd kan met komen winkelen, spullen inbrengen en koffie drinken

*www.indeblauweschuur.wordpress.com Miniweggeefwinkel Assendorp (molenweg 150) donder-vrij- en zaterdag van 10-12 uur.

*www.vezwolle.nl Dubbelgoed VEZ centrum, (rieteweg 12) achter Gift City weggeefwinkel dinsdag en donderdag 10-12 uur, woensdag 10-16 uur.

*www.kledingbankzwolle.nl Gratis kinder en volwassenkleding: 1x per maand op zaterdag 10-12 uur (Rusbroeckstraat 25 in Dieze) om hiervoor in aanmerking te komen heb je de eerste keer een formulier nodig van betrokken hulpverlening.

Bij SIEM op donderdag van 13-16 uur weggeefwinkel aan het Simon van Slingelandtplein

*www.degiftcity.nl/meubelloods mensen die begeleid worden door maatschappelijke organisatie kunnen huisraad en witgoed uitzoeken in de loods, aanvraag gaat via de hulpverlener.

*Inloophuis De bres in Zwolle heeft een kleine Bres boetiek waar kleding voor €1,- wordt verkocht, eind van het seizoen voor € 0,50

In bijna iedere wijk is een repaircafé'S , kleine huisraad wat wordt gerepareerd voor een klein bedrag.

Via Facebook, [Ruilhoek038](#), [weggeefhoek038](#) =in beheer van [Stichting Buiten de boot](#), voor acute noodsituaties, ook met name van nood voedselpakketten.

Zwolse initiatieven voor leuke/gratis activiteiten met/voor kinderen

[www.stichtingkindinbeeld.nl](#) Sinterklaasfeest (tot 16 jaar)

[www.traverswelzijn.nl](#) kijk eens op de site van Travers. Er is iedere dag wel iets leuks te doen in de wijk waar je woont. Gratis voor volwassenen of kinderen.

[www.zwolle.nl/kinderopvang kinderen 2-4](#) jaar is er voor kinderen die een risico hebben om later op school achter te lopen met leren kunnen een VVE-indicatie krijgen. Hiermee kunnen ze extra uren naar de peuteropvang, deze uren worden door de Gemeente Zwolle betaald.

[www.samenzwolle.nl](#) vragen en activiteiten door en voor ouders en kinderen. Doe mee

[www.stichtingpresent.nl/zwolle](#) zij werken met een vrijwilligersgroep die allerlei trajecten rondom welzijn, buurten, ouderdom, armoede, kinderfeestjes, verwenpakketten, boodschappenpakketten, enz verzorgen. Aanmelden via hulpverlening.

[www.dezwolsebal.nl](#) Speelothek voor kinderen met een beperking, iedere zaterdagochtend en woensdagmiddag (Aa-landen)

[www.zwolledoet.nl/mantelzorg/mantelzorgwaardering](#) individuele waardering (ook)voor jonge mantelzorgers (bioscoopbon) en voor volwassenen een VVVbon,

[www.leentjebuurt.webs.com](#) speelgoed lenen voor kinderen 0/12 jaar, vrijdag om de week (Assendorp)

[www.LetsZwolle.nl](#) is een ruilkring, wederkerigheid in voeding, klussen etc

Zwolse initiatieven rondom eten

[www.zwolle.voedselbanknederland.nl](#) aanvraag via hulpverlener als je niet genoeg geld hebt om eten te kopen.

[www.stichtingpresent.nl/zwolle](#)

[www.kerstzwolle.nl](#) jaarlijks Kerstpakket voor minima, via hulpverlening. De gezamenlijke kerken verzamelen boodschappen bij de supermarkten en in samenwerking met voedselbank verzorgen zij deze pakketten en delen dit uit.

Kijk ook eens bij het Leger Des Heils, workcentre 50/50 aan de Dijkstraat, locatie Bosschart in Dieze of de locatie aan de marslanden.

[Inloophuis De BRES](#) iedere werkdag geopend van 13-16.30 uur en de 1^e zondag van de maand 13.30-16.30uur. Iedere 1^e maandagavond van de maand Gratis pannenkoeken eten, de 3^e maandagavond een gezamenlijke kookactiviteit voor €2,50 een complete maaltijd.

Eetcafé WRVZ Hallen woensdagavond vanaf half 6

De aanloop in de Plantagekerk donderdagavond om half 6

Soepbus van het LDH op Zondag, maandag en vrijdag, stopt op vaste plekken in de stad

Plantagekerk lunch iedere vrijdagmiddag om 12 uur.

www.focuszwolle.nl eetcafé

www.traverszwolle.nl organiseren ook diverse samen kook en eetprojecten oa in De Pol (zuid) en in de Terp (Dieze)

www.Wijz.nu organisatie voor ouderen, activiteiten en samen zijn.

www.dierenvoedselbankzwolle.nl Ook voor je huisdieren is er hulp

LANDELIJKE INTIATIEVEN om kinderen een goede start te geven

www.samenvoorallekinderen.nl 0-21 jaar

www.stichtingjarigejob.nl Jarige Job geen een verjaardagsbox ter waarde van €35-

www.stichtingbabyspullen.nl babystartpakketten voor aanstaande ouders

www.slimmeboefjes.nl gebruikte spullen van mooie kwaliteit voor nieuwe ouders

HULP BIJ JE FINANCIEN

www.opordezwolle.nl iedere ochtend van 9-11 uur open inloop in diverse wijkcentrums in Zwolle

www.zwolle.startpuntgeldzaken.nl als je aan de slag wil met een geldplan en vervolgens tips krijgt om te minderen en tips krijgt om inkomsten te verhogen, passend bij je situatie

www.signalenkaartarmoede.nl/oplossingen Er zijn veel regelingen voor mensen met krapte, landelijke regelingen, maar ook binnen de Gemeente Zwolle, bekijk het overzicht.

www.berekenuwrecht.nibud.nl via deze site bereken je je toeslagen en subsidies.

www.geldfit.nl Website om je geldzaken fit te houden. Een test en advies voor jou persoonlijke situatie.

www.meerdoenmetmindergeld.nl Een praktische werkgroep die door ervaringsdeskundigen wordt gegeven en je tips en tricks geeft om gezonder en bewuster om te gaan met je geld, zie ook Facebook of contact via meerdoenmetmindergeld@gmail.com

www.liftjeleven.nl bewustwording van je levensstijl, uitgave patroon, je leert een doel te stellen en hoe je je leven op de rit krijgt.

www.singlesupermoms.nl Stichting voor alleenstaande moeders om het leven weer op de rit te krijgen en vrouwen weer in hun kracht te zetten

www.humanitaszwolle.nl zij helpen om je financiën op de rit te krijgen met schuldhulpmaatjes.

www.schuldhulpmaatje.nl van Stichting Voor Elkaar Zwolle

Zwolse initiatieven rondom vakantie

www.zwolledeeltvakantie.nl Er zijn diverse mogelijkheden om bijna voor niets op vakantie te mogen gaan. Het Diaconaal Platvorm Zwolle coördineert diverse initiatieven:

- Humanitas vakantieweken, vakantiecamp voor basisschoolkinderen
- Stichting Ruime wind, zeilvakantie van 11-17 jaar
- Stichting vakantiekind
- Stichting weekje weg
- Stichting WIT, Rotary vakantiehuisje in IJhorst
- Werkgroep 'prettige vakantie', caravan op Ameland

www.stichtingpresent.nl/zwolle/aanmeldformulier-zomerpakketten-hulpverleners

Stichting Present organiseert samen met vrijwilliger een zomerpakket voor een gezin met kinderen om 'thuis' ook een fijne vakantie te kunnen creëren

TOT SLOT

Kom voor vragen altijd gewoon naar het Sociaal wijkteam, er is vaak meer mogelijk dan je denkt. Praat over je situatie in je omgeving, mensen zijn best wel behulpzaam en begripvol, ze bieden snel hulp aan. Of er hangt zomaar een tasje met een krop sla of andijvie aan je deur. Maak je probleem bespreekbaar. Het kan iedereen zomaar overkomen. Houd je wijkkrant in de gaten en lees de Peperbus en Swollenaer, hierin staan vaak leuke activiteiten die geen geld kosten. In Zwolle is praktisch ieder weekend wel iets leuks te doen wat gratis te bezoeken is. Ook wil ik graag de tip geven om iets van vrijwilligerswerk te gaan doen voor meer verbinding en contact met lotgenoten, er zijn meer mensen in een zelfde situatie als jij. Je hoeft het niet alleen te doen. Financiële krapte, maak het bespreekbaar. In Zwolle doet iedereen mee, telt iedereen mee.



Zwolle