

Rondkomen en meedoen

AltenaKatern 29 januari 2026



Manja (43):
"Gelukkig heb ik gebeld met
OnS Altena. Samen hebben we
een plan gemaakt. Ik heb nu weer
overzicht, en geen schulden meer."

Omgaan met geld in Altena

Manja: "Op mijn 19e ging ik al het huis uit. Ik heb nooit goed met geld leren omgaan. De buurvrouw vertelde mij over de cursus 'Omgaan met geld' bij Surplus in Nieuwendijk. Dat was de eerste stap. Ik kreeg weer grip op mijn inkomen en uitgaven. Nu heb ik overzicht. Dat hou ik elke maand bij. En als ik vragen heb, mag ik altijd bellen. Ze vertelden me bij Surplus dat er heel veel mensen zijn die ze helpen. Ik ben dus niet de enige. En nu kan ik mijn kinderen wel leren om goed om te gaan met geld."



Anneloes van Hunnik,
wethouder
Bestaanszekerheid

"We gaan graag met je in gesprek. Samen zoeken we naar oplossingen voor geld, werk, onderwijs, huishouden en opvoeden. Om te zorgen dat jij het weer zelf kan. Veel organisaties, vrijwilligers en de gemeente zijn er voor jou. Samen zorgen we ervoor dat iedereen kan rondkomen en meedoen in Altena."
(lees meer op bladzijde 2)



VRAAG EN KRIJG HULP

OnS Altena

Heb je vragen?

De medewerkers van OnS Altena wijzen je de weg. Samen kom je tot een oplossing die bij jou past.



Meer informatie:



www.gemeentealtena.nl/onsaltena



Bel met OnS Altena
0183 - 51 60 60



Stuur een mail naar
ons@gemeentealtena.nl



Scan met je telefoon
deze QR code.
Daar zie je op welke
regelingen je recht
kunt hebben.



TIP!

Bewaar deze krant,
of geef hem door.
Help elkaar!



Eric (23):
"Ik schaamde me dat ik niet wist hoe ik
overzicht kon krijgen in mijn uitgaven."

Wat doet Geldfit voor jou?

Doe de gratis geldtest.



**Bel gratis en anoniem
met Geldfit 0800 – 81 15**

Geldfit in English, اناوي بيدة
www.geldfit.nl/andere-talen

**Samen zorgen we ervoor dat iedereen in
Altena kan rondkomen en meedoen**



Beste inwoners van Altena,

Met de start van een nieuw jaar hebben mensen nieuwe plannen. Veel mensen maken zich vooral zorgen: kunnen we deze maand de zorgkosten, de huur en de boodschappen wel betalen? En wat als er onverwachte kosten bij komen?

Herken je dit? We willen je helpen.

Je staat er niet alleen voor. We vinden het belangrijk dat je elke maand je rekeningen kan betalen. En dat je ook nog geld overhoudt om mee te doen. Dit heet bestaanszekerheid. Want soms zit het

leven mee, maar soms ook tegen. In Altena helpen we elkaar. Bijvoorbeeld het netwerk AlteNader: een grote groep mensen die werkt voor het welzijn van iedereen in Altena. Zij denken graag met je mee en helpen je, zolang jij dat nodig hebt.

Meer mogelijk dan je denkt.

Hulp vragen is moeilijk, dat weet iedereen. Daarom maken we hulp zo makkelijk en dichtbij mogelijk. Ken je de regelingen al, voor een laag inkomen? Of als je tijdelijke geldzorgen hebt? Weet je dat er Kindregelingen zijn? Daarmee kunnen je kinderen meedoen aan het dagelijks leven.

Deze krant wijst je de weg naar de regelingen die er zijn. Daar kun je gebruik van maken als je een laag inkomen hebt. Ook lees je informatie over wie je kunt bellen als je geldzorgen hebt, of waar je recht op hebt om beter mee te kunnen doen op school of werk. Neem contact op met één van de organisaties of de gemeente. Alles begint met de eerste stap.

Hartelijke groet,
Anneloes van Hunnik - wethouder Bestaanszekerheid

Lokale regelingen in Altena zijn per 1 januari 2026 makkelijker aan te vragen

Vanuit OnS Altena helpen we inwoners op het gebied van geld en werk. Ook voor andere zorgvragen kun je bij OnS Altena terecht.

Geld en werk

Ondersteuning bij:

- Activiteitenfonds
- Altenabon
- Bijstand voor zelfstandigen
- Bijzondere Bijstand
- Collectieve zorgverzekering
- Hulp bij geldproblemen
- Individuele inkomenstoeslag
- Individuele studietoelage
- Kindpakket
- Leefgeld voor Oekraïners
- Maaltijdvoorziening
- Menstruatieproducten uitgiftepunten
- Toeslagenaffaire
- Uitkering aanvragen
- Vergoeding kinderopvang vanwege medische of sociale redenen
- Weer aan het werk

Elly (58):

"Ik sprak een lieve vrouw toen ik OnS Altena belde. Ze begreep me gelijk. En ze heeft me goed geholpen."



Extra's:

MUPS

Gratis maandverband en tampons ophalen op plekken in Altena.

Kijk waar op:

www.gemeentealtena.nl/mups



Altenabon

Lokale bon om te besteden bij ondernemers in Altena

www.gemeentealtena.nl/altenabon

OnS Altena



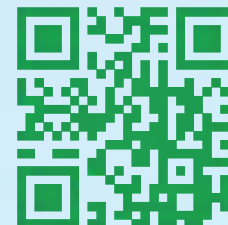
www.gemeentealtena.nl/onsaltena



0183 – 51 60 60



ons@gemeentealtena.nl



In Altena komen we graag samen

Op ontmoetingsplaatsen zijn er altijd mensen die naar je kunnen luisteren. Je kunt daar ook vragen waar je terecht kunt voor hulp. Vraag het aan de dorpsraden in Altena.

www.gemeentealtena.nl/dorpsraden

Veel organisaties staan klaar om jou te helpen in het netwerk AlteNader



De gevolgen van armoede zijn groot. Als je geldzorgen hebt, heeft dat ook negatieve gevolgen op je gezondheid. En ook op je gevoel van eigenwaarde. Mensen met geldzorgen voelen zich vaak buitengesloten omdat ze niet aan alles kunnen meedoen. Ook is er schaamte. Laten we samen dit taboe doorbreken. Praat over je zorgen met iemand die je vertrouwt.

Meedoen met AlteNader



gemeentealtena.nl/altenader

Deelnemers AlteNader

GGD

Alle informatie over gezondheid. Ook van je kind.

ggdwb.nl/locatie/almkerk

088 - 639 20 51

Surplus

Gratis hulp bij geldzorgen en schulden.

surplus.nl/gemeente-altena

0183 - 40 84 44

Schuldhulpmaatje

Gratis hulp bij voorkomen en oplossen van schulden.

schuldhulpmaatje.nl/altena

06 - 27 88 68 17

Diaconiën van de kerken

Hulp vanuit de kerk in jouw dorp. Lees meer op bladzijde 5 of kijk voor alle kerken in Altena op www.gemeentealtena.nl/kerken

Bazalt Wonen

Aanbod van huurwoningen in Altena en contact voor huurders die geldzorgen hebben.

bazaltwonen.nl

088 - 520 40 00

Pro Seniore

Advies aan ouderen over geld, aanvragen en mantelzorg.

st-welzijnproseniore.nl/sub/onze-diensten

0416 - 69 84 86

Stichting Leergeld

Hulp voor gezinnen met een laag inkomen.

leergeldwbo.nl

0162 - 45 84 87

Vluchtelingenwerk

Hulp aan vluchtelingen die in Altena wonen.

vluchtelingenwerk.nl/over-ons/locaties/altena

0183 - 50 90 16

Bibliotheek CultuurPuntAltena

Ontmoetingsplek en hulp bij omgaan met computer en hulp bij taal.

bibliotheekaltena.nl

085 - 040 11 63

Genootschap Het Goede Doel

Kan financieel ondersteunen bij geldzorgen.

genootschaphgd@gmail.com

0183 - 40 90 95

BASDA

Brede Adviesraad Sociaal Domein Altena adviseert de gemeente.

basda.nl

0183 - 51 66 80

Voedselbank

Gratis boodschappen voor mensen met een laag inkomen.

voedselbankaltena.nl

06 - 11 15 34 46

Wist je dat?

Ook in Altena steeds meer mensen met werk moeite hebben om rond te komen? Vooral mensen met tijdelijk werk en zzp'ers lopen een groter risico op geldzorgen. Kijk waar jij terecht kunt op:

www.gemeentealtena.nl/ondernemen/ondernemersklankbord-okb

Is alles je teveel?

Heb je direct hulp nodig, bel dan (anoniem) met een van de telefoonnummers op:

www.gemeentealtena.nl/hulpisdichtbij

Belangrijke momenten in het leven waar je inkomen en uitgaven veranderen:

- 18** 18 jaar worden
-  Studeren, uit huis gaan, op jezelf wonen, eerste huis huren/kopen
-  Samenwonen, trouwen
-  Zwangerschap, geboorte, gezinsuitbreiding, opvang kinderen
-  Ander werk, ontslag, stoppen met werk, pensioen
-  Verandering in gezondheid (zelf of familie), mantelzorg
-  Verkopen huis, naar verpleeghuis, overlijden, nalatenschap

OnS Altena geeft antwoord op je vragen over geldzorgen als:

- je inkomen lager wordt, maar je lasten/vaste kosten niet
- je gaat scheiden
- je raakt baan kwijt
- je gaat met pensioen

Ook kun je kijken op bladzijde 4 voor het netwerk AlteNader dat gratis kan helpen.

Ook de kerken kunnen helpen bij geldzorgen

De kerk helpt iedereen die het even moeilijk heeft. Dat doen ze vanuit de diaconie.

Wat doet de Diaconie?

Zij ondersteunen dorpsgenoten bij zorgen.

Ook met geldzorgen kun je bij de diaconie terecht. Je hoeft daarvoor geen lid van de kerk te zijn.

Neem contact op met de kerk om hulp van de Diaconie te vragen. Alle kerken in Altena op een rijtje vind je hier: www.gemeentealtena.nl/kerken



Jannick Pelle van de Hervormde kerk in Andel: "We helpen door eerst te luisteren. Samen komen we tot oplossingen. Iedereen hoort erbij, we maken allemaal deel uit van een gemeenschap. Wie aanklopt voor hulp, wordt thuis geholpen in een persoonlijk gesprek. Soms is er vervoer nodig naar het ziekenhuis, of hulp bij het invullen van de belastingformulieren. Bij elke vraag helpt de Diaconie van de kerk je graag."

SchuldHulpMaatje

Samen lukt 't



Luc Zonnenberg en Hanneke Ermstrang, coördinatoren van SchuldHulpMaatje Altena: "Wij geloven sterk in één ding: samen lukt 't. Wij bieden gratis hulp aan mensen die schulden hebben of bang zijn dat ze in de problemen komen. Je hoeft je niet te schamen. We maken samen een budgetplan, helpen je met de computer of telefoon. Zo krijg je weer grip op je inkomen en uitgaven. Alles wat je met ons deelt, is vertrouwelijk en anoniem. Altijd kijken we eerst naar wat iemand zelf kan. Wij nemen het niet over, maar we lopen mee. We maken duidelijke afspraken en helpen stap voor stap. Geldzorgen maken het leven zwaar. Je hoeft het niet alleen te doen. Kom je er niet uit of maak je je zorgen? Wacht niet te lang. Wij zijn er voor je. We luisteren, denken mee en helpen je op weg. Samen lukt 't."

Stichting Leergeld: elk kind laten meedoen met school, opleiding, sport en cultuur

Paul Oomen van Stichting Leergeld West-Brabant Oost:

“Voor kinderen van 4 tot 18 jaar uit gezinnen met weinig geld, kunnen wij veel doen. Bel ons, en dan kijken we samen wat er nodig is. We helpen ook bij het aanvragen van een school-laptop en het studiefonds. Het doel is dat alle kinderen kunnen leren en meedoen.”

Welke hulp is er:

- Abonnement bij vereniging voor sport of cultuur (zoals muziek)
- Kledingbonnen bij lokale ondernemers en voor winterkleding-pakket
- Schoolspullenpas, iPad voor jongere kinderen en hulp bij aanvragen school-laptop voor kinderen middelbare school
- Zwemlessen
- Fiets om naar de middelbare school te gaan
- Mobiele telefoon en internet vergoeding



Neem contact op met Leergeld

- Bel voor een gesprek met 0162 - 45 84 87
- Je geeft de hoogte van je inkomen door
- Samen kijken we wat jouw kind nodig heeft

 www.leergeldwbo.nl
 info@leergeldwbo.nl

Naast de gemeentelijke regelingen zijn er ook landelijke stichtingen waar je iets extra's aan kan vragen

Stichting Babyspullen

 stichtingbabyspullen.nl/aanstaande-ouders

 072- 73 70 263

De vakantiebank

 devakantiebank.nl/ik-wil-me-aanmelden

 info@devakantiebank.nl

Jarige Job

 stichtingjarigejob.nl/verjaardagsbox-aanvragen

Linda Foundation

 lindafoundation.nl/aanmelden-linda-foundation

 info@lindafoundation.nl

Stichting Kinderen van de Voedselbank

 kinderenvandevoedselbank.nl/meld-u-aan

 048 - 84 12 714

Secret Sint

 secretsint.nl/pakket-ontvangen

 info@secretsint.nl

Secret Santa

 secret-santa.nl/een-pakket-ontvangen

 info@secret-santa.nl

Surplus Geld & Recht: soms is een beetje hulp al genoeg

Sanne Karremans: "Bij Surplus helpen we mensen die vragen hebben over geld. Deze hulp is altijd gratis en voor iedereen. Je kunt bij ons ook terecht als je schulden hebt. Of als je bang bent dat je in de problemen komt. We helpen ook bij het invullen van formulieren, bij toeslagen of brieven die je hebt gekregen en die je niet begrijpt. Onze Formulierenbrigade helpt je om moeilijke papieren in te vullen, bijvoorbeeld voor de Belastingdienst of voor een toeslag. We helpen je ook bij het maken van een budgetplan. Dat is een overzicht van wat er binnenkomt en wat er uitgaat. Als je overzicht hebt, geeft dat rust. Het kan je zelfvertrouwen teruggeven."



Sanne:
"Contact opnemen is
de eerste stap naar
oplossingen."

Surplus

We weten dat het moeilijk kan zijn om te beginnen met hulp zoeken. Maar wacht niet te lang. Want problemen worden vaak groter als je die alleen probeert op te lossen.

Kom bij ons langs zonder afspraak. Het is gratis en vertrouwelijk. We helpen je gelijk.

dinsdag en donderdag
van 09.00 tot 11.00 uur,
Singel 16D in Nieuwendijk.

vrijdag van 09.00 tot 10.00 uur,
Azaleastraat 26, kamer 2.51
in Wijk en Aalburg (Wijkestein).

 www.surplus.nl/altena
 0183 - 40 84 44
 maatschappelijkwerk.altena@surplus.nl

Plan je inkomen en uitgaven

Bel voor een gratis budgetcursus bij Surplus

In deze cursus krijg je informatie, voorbeelden en oefen je hoe je meer inzicht kunt krijgen in je inkomen en uitgaven.

 www.surplus.nl/altena
 0183 - 40 48 44
 maatschappelijkwerk.altena@surplus.nl



Hoe herken je of iemand geldzorgen heeft?

Hoe bied je hulp aan?

Herken geldzorgen

- Veel ongeopende post.
- Niet vaak meer de deur uit gaan.
- Iemand zit al lange tijd zonder werk of opleiding.

Nodig uit

- Nodig de buurvrouw uit voor de koffie, en vraag hoe het gaat.
- Spreek iemand in de supermarkt aan, en stel voor om eens samen te eten.
- Bied de ander eens aan om samen te rijden naar school, sportwedstrijd of de dokter

Vertel wat jou helpt

- Geef erkenning, vertel aan de ander hoe jij zelf met geld omgaat. En hoe jou dat helpt. Hoe lukt het jou om rond te komen en mee te doen in Altena?
- Vertel dat je wel eens rood staat. Of dat je wel eens wakker ligt omdat je niet weet hoe je deze maand alles weer kan betalen.
- Kies iemand die je vertrouwt. Samen kom je er vaak beter uit.

Bied hulp aan

- Luister goed naar wat de ander zegt. Gaat het vaak over geldtekort? Of kan iemand niet meedoen aan buurtactiviteiten of sporten?
- Vraag: mag ik je helpen? Of, waar kan ik je op dit moment mee helpen?
- Benoem dat er veel regelingen zijn voor mensen met een laag inkomen, bijvoorbeeld voor alleenstaande ouders.

TIP!

Neem deze krant mee en lees het samen.

OnS Altena

Meer informatie:



www.gemeentealtena.nl/onsaltena



Bel met OnS Altena
0183 – 51 60 60



Stuur een mail naar
ons@gemeentealtena.nl

