

Hoe kom je de winter door?

Boodschappen worden steeds duurder. Energie is heel duur geworden, ook al is er nu een 'prijsp plafond'. Tijdens de wintermaanden voel je dit extra sterk. Veel mensen hebben het moeilijk. Heb je weinig inkomen en moet je zelfs schulden maken?

Er is meer hulp dan je denkt. Samen kom je verder. Wat je kunt doen:

-  Vraag de toelage van € 1.300 aan bij Regionale Sociale Dienst **(030 692 95 00)**; www.rsdkrh.nl Dit kan tot eind april 2023.
-  Voor financiële ondersteuning uit het gemeentelijke beleid kun je contact op nemen met het Sociaal Dorpsteam **(0343 56 58 00)**
-  Voor hulp bij jouw geldzaken kun je terecht in de bibliotheek bij het inloopspreekuur "Grip op geldzaken":
 - In Amerongen: dinsdag 14.00-16.00 uur
 - In Doorn: donderdag 10.00-12.00 uur
 - In Driebergen: dinsdag 10.00-11.30 uur
-  Voor een warme plek en kop soep kun je rond het middaguur terecht in:
 - De Inloop, Oranjelaan 73 in Driebergen, dinsdag t/m vrijdag
 - De Inloop, Sitiolaan 197 in Doorn, maandag, dinsdag en donderdag
 - Diaconaal centrum "De Ontmoeting", Hoofdstraat 113 in Driebergen, vrijdag
 - Ons Eetcafe in Leersum (www.onseetcafe.nl), elke 3de woensdag van de maand voor een gezonde maaltijd
-  Voor een wekelijks voedselpakket kun je je aanmelden bij de Voedselbank van de Utrechtse Heuvelrug **(06 138 522 05)**; je kunt al meedoen als je als alleenstaande per maand € 300 overhoudt voor eten en kleding en als gezin met 2 kinderen € 630.
-  Voor betaalbare kleding en spullen kun je terecht bij:
 - De Delerij (Eurowinkel), Oranjelaan 73 in Driebergen
 - Kringloopwinkels: Holleweg in Amerongen, Nieuwe Steeg in Leersum, Kampweg in Doorn en Traaij in Driebergen (zie ook <https://kringloopzeist.nl/winkels>)



Sámen de winter door!

Het zijn bijzondere maanden. Dure boodschappen, hoge energieprijzen en veel mensen die maar moeilijk de winter doorkomen.

Ook als je het zelf wel redt, kun je toch wat doen.



Besparen op energiekosten, voor jezelf, voor het klimaat

Isoleren, verwarming beter afstellen, thermostaat lager zetten.

Kijk voor nuttige tips o.a. op de site van Heuvelrug Energie (heuvelrugenergie.nl) en de site van Energieambassadeurs Utrechtse Heuvelrug (heuvelrug.nl/energieambassadeur).



Kijk om je heen

Vermoed je dat mensen het moeilijk hebben? Laat ze dan weten dat ze niet alleen staan en verwijs ze naar de vermelde adressen.



Elkaar steunen

- Steun bijvoorbeeld de lokale Voedselbank met een financiële gift (zie www.voedselbankutrechtseheuvelrug.nl/steun-ons) of steun de Energiebank (www.energiebanknederland.nl) die mensen helpt hun energielasten structureel te verlagen.
- Gun spullen een tweede leven door ze bij een kringloopwinkel te brengen (kan ook in de speciale container op de milieustraat).
- Nodig mensen uit om mee te eten; kook een extra grote portie en breng een bakje eten langs.

Deze flyer is een initiatief van



Heuvelrug sociaal en groen

Nog vragen of opmerkingen?

Mail met: open@sociaalengroen.nl