



**Uitkomen met uw inkomen**  
**Een cursus voor 55+**

**doras**

Voor iedereen in Amsterdam-Noord. Dus ook voor u!

# Doras

## Maatschappelijke dienstverlening Amsterdam-Noord

# Uitkomen met uw inkomen

## Een cursus voor 55+

- Bent u 55 jaar of ouder?
- Hebt u een laag inkomen?
- Is uw inkomen gedaald door bijvoorbeeld pensionering, bijstand, werkloosheid of arbeidsongeschiktheid?

*Dan is de cursus "Uitkomen met uw inkomen" misschien iets voor U!!!*

In een informele sfeer krijgt u inzicht in uw inkomsten en uitgaven en leert u omgaan met een laag of lager inkomen. Hiermee voorkomt u dat u schulden maakt.

### **Inhoud van de cursus**

Tijdens de cursus besteden we aandacht aan de volgende onderwerpen:

- sorteren van uw administratie
- het bijhouden van een huishoudboekje
- het maken van een budgetoverzicht
- het (beter) verdelen van uw geld
- omgaan met leningen en schulden
- bezuinigen
- verzekeringen
- financiële voorzieningen

U werkt individueel onder begeleiding en met assistentie van de cursusleider(ster).

Per cursus kunnen maximaal 10 cursisten deelnemen.

### **Duur van de cursus**

De cursus bestaat uit 6 bijeenkomsten en een terugkombijeenkomst (na één maand).

## **Voor wie?**

De cursus is voor mensen van 55 jaar en ouder die graag willen leren om beter om te gaan met een laag of lager inkomen. Tijdens de cursus krijgt u meer inzicht in uw inkomsten en uitgaven.

## **Begeleiding**

De cursus wordt gegeven door een ouderenwerker. Deze krijgt hier indien nodig assistentie van een collega.

## **Kosten**

Deelname aan deze cursus is gratis.

## **Praktische informatie**

De cursus wordt gegeven op een ochtend (10.00 – 12.00 uur) of op een middag (van 14.00-16.00 uur). Voor data en locatie zie inlegvel!

## **Aanmelden**

Wilt u deelnemen aan de cursus “Uitkomen met uw inkomen” of eerst meer informatie?

In beide gevallen kunt u contact opnemen met Josien van Santen, ouderenwerker bij Stichting Doras, telefoon 020- 435 45 54. Josien is ook te bereiken via email: [j.vansanten@doras.nl](mailto:j.vansanten@doras.nl).

## **Bescherming persoonsgegevens.**

DORAS legt persoonsgegevens vast van cliënten in dossiers. Hierop is de Wet Bescherming Persoonsgegevens (WBP) van toepassing. Doras heeft een privacy reglement waarin de toepassing van de WBP is geregeld (waaronder inzage en correctierecht).

Het reglement is in te zien op het centraal bureau van Doras. Tevens is er een aparte folder over WBP beschikbaar die verkrijgbaar is op elk kantoor van Doras.

## Stichting Doras

Telefonisch bereikbaar van 9.00-15.00 uur

**T 020 - 7510 610**

### Locaties en bereikbaarheid

**Nieuwendam** Volendammerweg 51B

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 9.00-12.00 uur

**Tuindorp Oostzaan** Aldebaranplein 2C

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 9.00-12.00 uur

**Midden Noord** Hagedoornplein 1F

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 13.30-16.30 uur

**Banne Buiksloot** Statenjachtstraat 2

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 13.30-16.30 uur

### Centraal adres Doras

Statenjachtstraat 2

1034 EC Amsterdam

T 020 - 435 45 55

E [post@doras.nl](mailto:post@doras.nl)

[www.doras.nl](http://www.doras.nl)

Inwoners van Amsterdam-Noord kunnen met praktische, sociale en maatschappelijke vragen en problemen terecht bij Doras. Deze instelling is het knooppunt voor alle maatschappelijke diensten in Amsterdam-Noord.

**doras**

Maatschappelijke dienstverlening AMSTERDAM-NOORD

