

HEB JE VRAGEN OF HEB JE HULP NODIG?

Juridische
hulp

Hulp bij
moeilijke
brieven

Behoeft
aan een
praatje

Gezondheid
Lichaam
& Geest

Wonen
omgeving
& energie

Financiële
hulp

DELFSHAVEN
**BINNEN
LOPEN**
DELFSHAVEN

Ga naar een inloopspreekuur

CONCREET



COLOFON

Tekst: Madelon Stoele

Fotografie: Paul van der Blom

Grafisch ontwerp: Fenna Schaap – www.fennaschaap.nl

© **Zorgvrijstaat** – versie 5, najaar 2024

Let op! De tijden van de spreekuren kunnen veranderen.

Kijk daarom voor de laatste versie altijd even online:

www.zorgvrijstaat.nl/binnenlopen



Mis je iets? Klopt er iets niet (meer)? Laat het ons weten.

Stuur een mail aan: mail@zorgvrijstaat.nl

Over Binnenlopen

In Delfshaven zijn veel ontmoetingsplekken waar je terecht kunt met vragen. Deze gids geeft een overzicht van al die plekken met hun spreekuren. Er zijn formele en informele spreekuren, die elkaar aanvullen. Wekelijks zijn er tientallen inloopmomenten op zo'n twintig verschillende plekken in diverse wijken. De inloopspreekuren bieden ondersteuning bij financiën, administratie, formulieren lezen en invullen, juridisch, energie en algemeen. Veel van de vragen gaan over geld en/of schulden, dit verschilt per spreekuur.

Uniek netwerk

Zorgvrijstaat gelooft sterk in de kracht van nabijheid, laagdrempeligheid en verbinding. We zagen veel spreekuren op zichzelf werken aan herkenning en erkenning door formele instanties. Ook de behoefte aan informatie was groot. We zagen kansen om de handen ineen te slaan en de 'losse' spreekuren bijeen te brengen tot één voorziening van de wijk. Daarom namen we in 2018 initiatief tot het verbinden van het netwerk van spreekuren en betrokkenen. Via 'reuring' en gezamenlijke acties in de wijk maken we sindsdien de inloopspreekuren steeds beter zichtbaar, en met gezamenlijke kalenders steeds beter vindbaar. We communiceren gezamenlijk, zodat we als spreekuren steeds beter herkend worden.

Gemeente en politiek worden regelmatig uitgenodigd om kennis te maken met deze bijzondere werkwijze. Zorgvrijstaat organiseert en bemenst zelf ook inloopspreekuren, maar onze focus ligt op het aanjagen en versterken van het netwerk van alle spreekuren samen. Het netwerk komt regelmatig vanuit twee kanten samen: formeel (wmo radar) en informeel (Zorgvrijstaat). Hierbij delen we kennis en ervaringen, we kaarten misstanden aan bij de gemeente en zijn vooral ook gericht op samen 'vooruitkomen'. Ook treden we gezamenlijk naar buiten met acties rondom bijvoorbeeld de kwijtschelding gemeentebelasting of de energietoeslag.

Formeel en informeel

Het formele netwerk bestaat uit hulpverleners van onder meer wmo radar, Vraagwijzer en

wijkteams. Bijzonder aan Delfshaven is dat er daarnaast ook een groot informeel netwerk is. Het informele netwerk bestaat uit een groot aantal bevlogen vrijwillige hulpverleners van de buurtontmoetingsplekken en zelforganisaties. Zij staan in contact met onder meer Marokkaanse, Kaapverdise en Surinaamse gemeenschappen en hebben intensieve banden met diverse geloofsgemeenschappen. Ook is er aanbod voor specifieke groepen zoals vluchtelingen. Al deze plekken en mensen zijn van grote waarde voor de wijken. Ze zijn een toonbeeld van hoe we het 'zorgen voor elkaar' in de wijk kunnen organiseren.

Samenwerking

De formele en informele netwerken werken samen. Het informele netwerk is over het algemeen iets makkelijker bereikbaar voor mensen die de weg naar professionele hulp niet weten te vinden of de drempel te hoog is. Denk aan gevoelens van schaamte, taalproblemen, taboe of angst voor privacy-schending. De informele spreekuren, vindbaar in buurthuis kamers en veelal ook via-via én flexibel bereikbaar, krijgen vragen en problemen eerder in beeld. Hiermee kunnen problemen, die nog te overzien zijn, al (voor een deel) worden opgelost. Heel zwart-wit is het niet, maar professionals van het formele circuit concentreren zich wat vaker op complexere hulp- en zorgvragen en doen dat binnen kantooruren. Gezamenlijk bestrijken de spreekuren een breed veld. In deze gids staat aangegeven voor welke vragen je bij de verschillende spreekuren terecht kunt.

Werkzame principes

Hoe bouw je zo'n netwerk en wat heb je nodig? Het netwerk heeft een overzichtelijke gids en een kalender. Onderling houdt het netwerk contact via regelmatige bijeenkomsten en een appgroep. Ook zijn er neutrale aanjagers omdat de vrijwilligers van het netwerk vooral bezig zijn met hun spreekuren (en tijd is altijd kostbaar). Er is budget voor het aanjagen, productiekosten en gezamenlijke acties. Daarnaast zijn er ingangen bij de gemeente voor actuele informatie. En niet te vergeten: een wij-gevoel is belangrijk (de gids en de acties versterken dat gevoel): elkaar ontmoeten en direct kunnen schakelen.

Wil je meer informatie over de spreekuren?

Mail dan naar Madelon Stoele via: mail@zorgvrijstaat.nl Of neem een kijkje op onze website: www.zorgvrijstaat.nl

Over Zorgvrijstaat

Zorgvrijstaat werkt aan zorgzame wijken en buurten waarin mensen eigenaarschap voelen en zeggenschap hebben over zorg en welzijn. We werken in diverse wijken in Delfshaven aan hoe mensen meer voor elkaar kunnen zorgen. Dat doen we op verschillende manieren: op straat met mensen en vanuit vragen die we daar tegenkomen, maar ook op gebieds- en stadsniveau met zorgverleners, welzijnswerkers, beleidsmakers en iedereen die zich betrokken voelt. Voor een overzicht van alle projecten en activiteiten, zie: www.zorgvrijstaat.nl

Formele loketten

Sociaal raadslieden zijn de inkomens-specialisten van de gemeente. Sociaal raadslieden wijzen de weg in wetten, regelingen, formulieren en (overheids-) instellingen. Op vrijdagochtend zijn de sociaal raadslieden in Pier 80 en bij de Vraagwijzer te vinden voor juridische vragen. Om de sociaal raadslieden te spreken moet je eerst een afspraak maken via de Vraagwijzer. www.rotterdam.nl/wonen-leven/sociaal-raadslieden/

Het Wijkteam kent de wijk goed, de problemen, maar ook de oplossingen. In elke wijk zit een wijkteam. In de teams zitten verschillende hulpverleners. Als iemand veel problemen tegelijk heeft en er zelf niet meer uitkomt kan iemand bij het wijkteam worden aangemeld. De Vraagwijzer, het Centrum voor jeugd en gezin (CJG), huisarts of een andere hulpverlener kan doorverwijzen naar het wijkteam. Wijkteams zijn niet direct telefonisch bereikbaar, behalve als je zelf een persoonlijk contact hebt. www.rotterdam.nl/wonen-leven/wijkteams/

De Kredietbank – onderdeel van de gemeente Rotterdam – helpt mensen met problematische of risicovolle schulden. Om die hulp toegankelijker te maken, richtte de gemeente een speciaal team op dat mensen helpt met het zetten van de eerste stap én de verdere weg naar de Kredietbank toe. Het zogenaamde **Expertise Team Financiën** (ETF). Je kunt hiervoor een afspraak maken via wmo radar of bij Oppepper Lokaal.

Het **Centrum Jeugd en Gezin** (CJG) is dé plek waar ouders, verzorgers, kinderen, jongeren en professionals in de regio Rotterdam-Rijnmond terecht kunnen met vragen over gezondheid, opvoeden, opgroeien en verzorging. Jeugdartsen, jeugdverpleegkundigen, pedagogen en andere professionals weten als geen ander dat het grootbrengen van een kind soms een uitdaging is en wel eens vragen met zich meebrengt. Daarom staan ze naast ouders en verzorgers om gezond en veilig opgroeien mogelijk te maken, vanaf de zwangerschap tot het moment dat een kind volwassen is. <https://cjgrijnmond.nl>

Vraagwijzer is een gratis loket van de gemeente Rotterdam. Je kunt er terecht met vragen over administratie, opvoeding, juridische kwesties, vragen over gezondheid of over geld. Medewerkers van Vraagwijzer zoeken samen met jou naar oplossingen. Is het nodig, dan verwijst Vraagwijzer door naar andere organisaties, bijvoorbeeld het wijkteam, sociaal raadslieden, de Kredietbank of een hulpverlener van een zorgorganisatie. Bel voor een afspraak via het algemene nummer: 14 010.

Meer info voor deze pagina? Stuur een mailtje aan: mail@zorgvrijstaat.nl

Juridische hulp

Legal help

المساعدة القانونية

Hukuksal yardım

Ajuda legal



Info voor deze pagina? Stuur een mailtje aan: mail@zorgvrijstaat.nl

Hulp bij moeilijke brieven

Letters and forms

الحروف والنماذج

Mektuplar ve formlar

Cartas e formulários

- **Binnenlopen / Spreekuren – diverse plekken** Er zijn veel plekken in de wijk waar je kunt Binnenlopen voor vragen. Daar is dit boekje voor! Kijk voor het aangepaste overzicht van inloopspreekuren op www.zorgvrijstaat.nl/binnenlopen

Info voor deze pagina? Stuur een mailtje aan: mail@zorgvrijstaat.nl

Financiële hulp

Financial help

مساعدة مالية

Finansal yardım

Ajuda financeira

- Bij **Weggeefwinkel Yess!** Kun je gratis levensmiddelen krijgen als je die nodig hebt. <https://yess.nu>
Tel: 06-24 12 14 08
E-mail: yess.botu@gmail.com

- **Interculturele Stichting Salaam** zet zich in voor mensen die tussen wal en schip raken en er niet zelfstandig uit komen. Voedselbank en meer.
<http://www.issalaam.nl>
Tel: 06-85 37 62 45
E-mail: info@issalaam.nl

- **Kledingbank Rotterdam** verstrekt goede, herbruikbare kleding.
<https://www.kledingbank-rotterdam.nl>
Tel: 06-14 15 02 48
E-mail: info@kledingbank-rotterdam.nl

- De **Sportspullenbank** verstrekt ingezamelde kleding en benodigdheden gratis aan kinderen die lid willen worden van een sportvereniging in Delfshaven.
Tel: 06-27 17 98 84
E-mail: info@sportspullenbank.nl

Info voor deze pagina? Stuur een mailtje aan: mail@zorgvrijstaat.nl

Wonen,omgeving en energie

Living and environment

المعيشة والبيئة

Yaşam ve çevre

Viver e meio ambiente

- **Energiecoaches** helpen buurtgenoten met kleine energiebesparende maatregelen in de woning. Denk aan het aanbrengen van radiatorfolie, led-lampen, tochtstrips en een waterbesparende douchekop. Daarnaast geven ze de bewoners handige tips om snel en simpel energie en dus geld te besparen. Een paar minuten korter douchen, (tussen)deuren dichthouden en de verwarming 's nachts lager zetten maakt al een groot verschil. Kijk op de website duurzaam010.nl voor de mogelijkheden.

- **Platform Ouderen** is er voor actieve bewoners en werkers in Delfshaven die betrokken zijn bij ouderen.
E-mail: S.Zornic@wmoradar.nl
Tel: 06-51 86 35 54

Info voor deze pagina? Stuur een mailtje aan: mail@zorgvrijstaat.nl

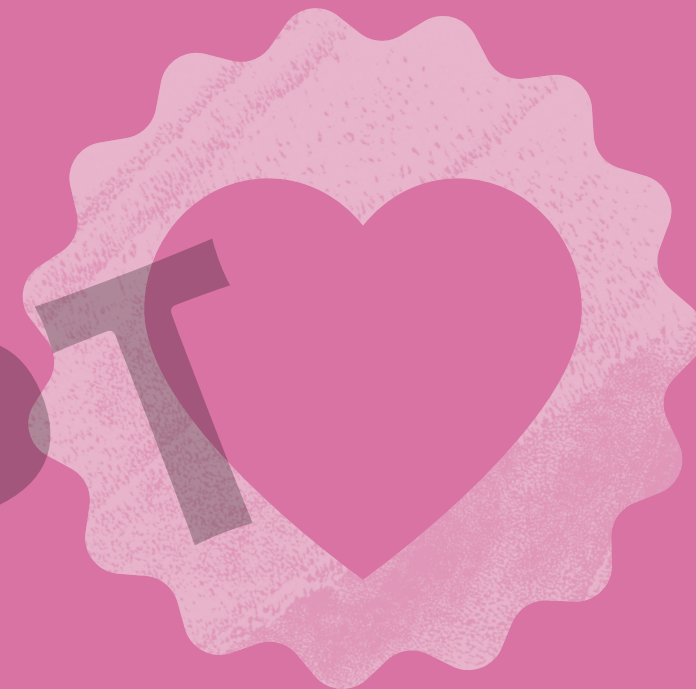
Gezondheid

Health

الصحة

Sağlık

Saúde



- Er zijn veel plekken in de wijk waar gekookt wordt en je zo kunt **Aanschuiven!** tegen een kleine vergoeding. Geen geld? Informeer naar uitgestelde maaltijden. Dan heeft er al iemand voor je betaald. Voor een overzicht van alle initiatieven: zie de Kalenders Aanschuiven!
www.zorgvrijstaat.nl/aanschuifkalenders/

- Wandelen in de wijk is gezellig en gezond. De Groene connectie is bijvoorbeeld een wandelroute van 8 kilometer in Rotterdam.
<http://www.degroeneconnectie.nl>
Informeer waar je nog meer kunt wandelen en met wie via:
bijbenen@zorgvrijstaat.nl

- Het is voor veel mensen lastig om online betrouwbare informatie over gezondheid te vinden, begrijpen en toe te passen. Bij **KIPLEKKER** kun je met Yvonne Nesselaar al je vragen over ziekte en zorgen, medische onderzoeken, behandelingen, medicijnen en gespecialiseerde ziekenhuizen en andere zorginstellingen bespreken. Meer weten? Mail naar ynesselaar@gmail.com

- Wandelen met ouderen is al leuk, maar meedoen met een '**Gelukswandeling**' van **gelukszoeker Misja Immink** maakt het wandelen extra bijzonder. Ook in duo's mogelijk.
Aanmelden: misja@gelukswandelingen.nl

Info voor deze pagina? Stuur een mailtje aan: mail@zorgvrijstaat.nl

Behoeftte aan een praatje

Need to talk

بحاجة الى دردشة

Sohbete ihtiyacım var

Preciso de um bate-papo

In Delfshaven:

- **Opstartkoffie:** Elke maandag 9.30 uur. Voor iedereen die zin heeft in koffie; om de dag 'op te starten', kennis te maken, een vraag te stellen of gewoon even lekker bij te kletsen. Iedereen uit de wijk is welkom. Graag wel even opgeven bij Marlies: mail@zorgvrijstaat.nl.

- **Natafelen** is het goede gesprek dat vaak ontstaat na het eten. Zorgvrijstaat organiseert elke maand Natafel-bijeenkomsten.
Mail: natafelen@zorgvrijstaat.nl

Algemeen:

- Zorg je langdurig voor een naaste en heb je een vraag of kom je ergens niet uit? Dan kun je bellen met **de Mantelfoon** via 0800-777 33 33 / <https://mantelfoon.nl>
- Bij de **Kindertelefoon** kun je over alles praten, veilig en anoniem. Chatten kan ook. **Tel:** 0800-0432 (11:00 – 21:00 uur) of chat via www.kindertelefoon.nl
- **De Luisterlijn** is dag en nacht bereikbaar voor een vertrouwelijk gesprek. Chatten en mailen kan ook. www.deluisterlijn.nl / **Tel:** 088-0767 000

Info voor deze pagina? Stuur een mailtje aan: mail@zorgvrijstaat.nl



Actiegroep Oude Westen

1

De Aktiegroep het Oude Westen is een organisatie voor, door en van bewoners. Het pand ligt midden in de wijk, waar bewoners gemakkelijk binnenlopen met een vraag, zorg of idee. Bewoners komen elkaar daar tegen en zetten zich in voor een sociaal duurzame wijk voor iedereen. Denk aan betaalbaar wonen, elkaar helpen bij het invullen van moeilijke formulieren, het vergroenen van straten en daken, hergebruik van spullen, collectieve zonnedaken en energiegebruik. Het succes van de afgelopen 50 jaar én de toekomstplannen maken van de Aktiegroep het Oude Westen een echt Rotterdams 'sociaal monument'. Dagelijks van 9.00 tot 17.00 kun je er binnenlopen voor allerlei vragen. Daarnaast zijn er speciale spreekuren voor energie, wonen en groen. En zoals de naam al zegt: actiebereidheid van bewoners is hier altijd te vinden. Zie: www.aktiegroepoudewesten.nl

010 - 436 17 00
info@aktiegroepoudewesten.nl

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag

Spreekuur Energie



Locatie: Gaffelstraat 1-3

Doelgroep: mensen met vragen over energie, energierekeningen en energiebesparing

Taal: diverse talen

Donderdag 9.30 - 11.00 uur

Er is ook een energiecoach aanwezig

Spreekuur Wonen



Locatie: Gaffelstraat 1-3

Doelgroep: mensen met vragen rondom wonen. Hulp bij contact met instanties. Ook bemiddeling bij burenruzie of conflicten.

Taal: diverse talen

Dinsdag 9.30 - 11.00 uur

Spreekuur Groen



Locatie: Gaffelstraat 1-3

Doelgroep: mensen met vragen over groen en verduurzaming. Groene vingers en tekenaars zijn aanwezig. Ook actiebereidheid is hier te vinden! (denk aan braakliggend terrein)

Taal: diverse talen

De laatste vrijdag van de maand, 10.00 - 11.00 uur.



Azágua

9

Azágua is een Kaapverdiaanse stichting die opkomt voor belangen van wijkbewoners in Delfshaven en Kaapverdianen in het bijzonder. Stichting Azágua is opgericht in 2003 door een groep goede vrienden en richt zich op integratie, onderwijs, sport en participatie. Er werken professionals, stagiaires en andere betrokkenen. Iedereen werkt er vrijwillig, er zijn geen betaalde krachten in dienst. Azágua biedt laagdrempelige, integrale hulpverlening aan mensen die zelf hun problemen niet (meer) kunnen oplossen, bijvoorbeeld psychosociale of praktische problemen. Daarnaast kun je er laagdrempelig terecht voor computer- en taallessen en jaarlijkse sport- en cultuuractiviteiten.

<http://www.azagua.nl>

Spreekuur



Locatie: Post West, Tidemanstraat 80

Taal: Portugees, Nederlands, Engels

Contactpersoon: Roberto Vieira de Carvalho
06-18 84 41 65
azaguanl@azagua.nl

Maandag t/m vrijdag 9.00 – 15.00 uur (binnenlopen)

Met deze zaken kun je hier ook terecht:

- Belastingaangifte
- Problematische schulden
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen
- IND



Roberto Vieira de Carvalho

06-18 84 41 65

azaguanl@azagua.nl

Talen: Portugees, Nederlands, Engels



De Brandaris

21

Elke donderdagochtend is iedereen uit de wijk welkom voor een bakje koffie, creativiteit, een praatje, taallessen en hulp bij het invullen van formulieren, lezen van brieven of advies. In de buurt staat dit inloopspreekuur bekend als 'Papierpunt'. De plek is laagdrempelig, gezellig en ook zonder vragen ben je welkom. Er is voor iedereen iets te doen of je kunt juist binnenlopen om even lekker niets te doen.

<http://debrandaris.nl>

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Belastingaangifte
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Juridisch advies
- IND

Spreekuur



Locatie: De Brandaris, Coloniastraat 25

Taal: Nederlands

Contactpersoon: Adrian Boogaard
adrian@debrandaris.nl en
Hans Stolk Hansstolk@xs4all.nl

Donderdag 9.00 – 12.00 uur



Hans Stolk

06-51 08 82 96

Hansstolk@xs4all.nl

Talen: Nederlands, Engels



Casa Tiberias

7

Casa Tiberias is een Rotterdamse stichting voor en door Kaapverdianen en andere Portugees spreken. Het is een ontmoetingsplek en een plek waar mensen elkaar kunnen ondersteunen, ervaringen delen en zichzelf kunnen ontwikkelen. De vrijwilligers bij Casa Tiberias organiseren naast inloopspreekuren, sociaal-culturele en educatieve activiteiten zoals ontmoetingen, taallessen, conversatielessen, computerles en ondersteuning bij de administratie.

<https://www.casatiberias.nl>

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Problematische schulden (in samenwerking met anderen)
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen
- IND

Spreekuur & Formulierenhulp 7

Locatie: Casa Tiberias, Hugo Molenaarstraat 49b

Taal: Portugees, Nederlands, Engels

Contactpersoon: Ana Borges

06-14 36 20 60

mi_ana17@yahoo.com

Maandag en dinsdag 9.30 – 11.30 uur inloop en
14.00 – 17.00 uur op afspraak



Ana Borges

06-14 36 20 60

mi_ana17@yahoo.com

Taal: Portugees, Nederlands, Engels

Centrum Jeugd en Gezin

Op CJG-locatie aan de Duivenvoordestraat kunnen kinderen van 0 tot 18 jaar, met hun ouders of verzorgers terecht. Bijvoorbeeld tijdens een vast contactmoment waar gekeken wordt naar de ontwikkeling van een kind. Ook ben je hier welkom op afspraak, bij een themabijeenkomst of cursus, of voor antwoord op vragen over gezondheid, opvoeden, opgroeien en verzorging. Jeugdartsen, jeugdverpleegkundigen, (dokters)assistenten, (ortho)pedagogen en andere deskundigen bieden advies en ondersteuning.

Inloop spreekuur 3

Locatie: Duivenvoordestraat 65

10:00 - 11:30 uur

Op afspraak

Spreekuur op afspraak 22

Locatie: Achterhaven 9

Alleen op afspraak



De Fabriek

5

Ben je een jongere en wil je iets veranderen of verbeteren aan jezelf? Dat kan! Change West en Werkgroep jongeren Middelland bieden jongeren een veilige, leuke ruimte in de Fabriek, bij Het Wijkpaleis.

Je kunt er terecht voor ontwikkeling van je talenten, mentale ondersteuning, sport, en hulp bij problemen of schulden. Kom langs en ontdek wat wij voor je kunnen betekenen. Samen staan we sterk!

Voor vragen kun je altijd bellen of appen met Salah.

Jongeren Spreekuur 5

Locatie: De Fabriek, Claes de Vrieselaan 72

Taal: Nederlands

Contactpersoon:

Donderdag 16.00 – 22.00 uur

Vrijdag 16.00 – 22.00 uur



Salah – Change West

06 41778030



Stichting Gezana

8

Gezana zet zich sinds 2017 in voor de Eritrese gemeenschap in Rotterdam en omgeving. Naast koffie, thee en Eritrese maaltijden is er ook een kapper en voor de jongeren een biljart. Als inloopcentrum kent Gezana daarnaast ook ondersteunde activiteiten als een vrouwen-groep, taallessen en sportactiviteiten. De belangrijkste daarvan is het inloopspreekuur waarbij mensen met formulieren, brieven en financiële, juridische en maatschappelijke vragen in hun eigen taal worden geholpen. Gezana richt zich op de doelgroep uit de Hoorn van Afrika (Eritrea, Ethiopië, Somalië, Soedan) en waar kan breder. Ook is Gezana zich meer actief in Rotterdam West aan het nestelen.

Zie stichtinggezana.nl

Spreekuur 8

Locatie: Gerrit van de Lindenstraat 37

Taal: Tigrinya, Nederlands, Engels

Contactpersoon: Henok Gebreselasie, 06–20 36 04 81

stichtinggezana@hotmail.com

Maandag t/m vrijdag 12.00 – 14.30 uur (binnenlopen)



Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Belastingaangifte
- Problematische schulden
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen
- IND



Henok Gebreselasie

06–20 36 04 81



Stichting Nos Direito

Je kunt pas opkomen voor jouw rechten als je weet wat die zijn. Met deze gedachte is stichting Nos Direito (Ons Recht) opgericht. Vijf enthousiaste juristen en advocaten met roots in Kaapverdië namen het initiatief. Zij zetten zich vrijwillig in voor deze stichting en zijn gespecialiseerd in verschillende rechtsgebieden. Hierdoor kunnen zij breed adviseren en geven gratis eerstelijns juridisch advies. Je kunt onder andere terecht voor juridische vragen op het gebied van werk, inkomen, familie, schade, problemen met verhuurder en nog veel meer. Op de website staat een uitgebreid overzicht van de rechtsgebieden.

Zie: <https://www.nosdireito.com>

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Juridisch advies

Spreekuur 14 
Locatie: Pier 80, Rösener Manzstraat 80
Taal: Kaapverdiaans, Nederlands, Engels en Portugees.
info@nosdireito.com
Donderdag 19:00 – 21:00 uur



Mw. E. Robalo
 0624879793
info@nosdireito.com



Oppepper Lokaal

Te veel mensen in Delfshaven hebben te maken met schulden. Met Oppepper Lokaal – een initiatief van Zorgvrijstaat en Rotterdamse Douwers – wordt de keten van schuldhulpverlening doorgetrokken tot in de haarvaten van de wijk. Lig je 's nachts wakker van geldzorgen, of ken je iemand die in de schulden is beland? Ga langs bij Oppepper Lokaal. Zij luisteren naar jouw verhaal, brengen rust in je situatie en werken samen met je aan een oplossing op maat. Mail via info@oppepperlokaal.nl of kijk op oppepperlokaal.nl

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Problematische schulden
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen

Spreekuur 25 
Locatie: CAN, Potgieterstraat 14, Spangen
Taal: Nederlands, Engels, Berbers
Contactpersoon: Jamila Amakran 06-18915874
Dinsdagmiddag 13:00 – 17:00 uur

Spreekuur 19 
Locatie: Studio Delfshaven, Watergeusstraat 53B
Taal: Nederlands, Engels, Berbers
Contactpersoon: Jamila Amakran 06-18915874
Donderdagmiddag 13:00 – 15:00 uur

Spreekuur 26 
Locatie: Infoplein Westervolkshuis
Taal: Nederlands, Engels, Berbers
Contactpersoon: Jamila Amakran 06-18915874
Dinsdagmiddag 13:00 – 15:00 uur



Jamila Amakran
 06-18 91 58 74
info@oppepperlokaal.nl
Taal: Nederlands, Engels, Berbers



Peter Riedijk

Wie kent Peter Riedijk niet? Voormalig wethouder en directeur van Jobscore in Rotterdam is na zijn pensioen drukker dan ooit. Peter heeft diverse inloopspreekuren waar mensen binnen komen met de meest uiteenlopende vragen. Op afspraak bereikbaar voor ondersteuning bij juridische zaken, met in het bijzonder voor vluchtelingen en asielzoekers. Ook: algemeen advies bij uiteenlopende kwesties. Peter is goed bereikbaar. Wel graag eerst even bellen. Bereikbaar onder kantooruren van maandag t/m vrijdag.

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Belastingaangifte
- Problematische schulden
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen
- IND
- Begeleiding van (probleem) jongeren



Peter Riedijk

06-46 39 88 99

010-268 03 08

p.riedijk@chello.nl

Taal: Nederlands, Engels

Juridisch spreekuur



Locatie: Post West, Tidemanstraat 80

Doelgroep: Vluchtelingen en asielzoekers

Taal: Nederlands, Engels

Contactpersoon: Peter Riedijk 06-46 39 88 99

Maandag t/m vrijdag 10.00 – 18.00 uur

Bel voor een afspraak

SPIOR

Vanuit haar islamitische grondslag zet SPIOR zich in voor de medemens door bruggen te bouwen en verbindingen te leggen. Dit doen wij via sociale en maatschappelijke projecten binnen bijvoorbeeld ouderenzorg en vormingsonderwijs en rondom emancipatie, jongeren, eenzaamheid en zingeving. Wij werken hierbij nauw samen met andere maatschappelijke partners, fondsen, lokale overheden en de rijksoverheid. Spior en haar aangesloten (informele) netwerk organiseert/coördineert diverse spreekuren in Rotterdam West

Voor meer informatie: 010-466.69.89

Of Mohamed Laziz: 0612908984

Ouderen spreekuur 2

Locatie: Vereniging Ettaouhid, Kogelvangerstraat 32

Taal: Nederlands, Marokkaans

Contactpersoon: Samir

Dinsdag 13:00 – 17:00

Ouderen spreekuur 12

Locatie: Laurens Delfshaven, Mathenesserlaan 500

Taal: Nederlands, Turks

Contactpersoon: Bilhan Inan

Donderdag 10.00 – 12.00

Ouderen spreekuur 13

Locatie: Ayasofya moskee, Mathenesserdijk 353

Taal: Nederlands, Turks

Contactpersoon: Ahmet

Zondag 13.00 – 15.00

Ouderen spreekuur 20

Locatie: Errahma moskee(ccpr), Albregt Engelmanstr 43

Taal: Nederlands, Marokkaans

Contactpersoon: Mustafa

Vrijdag 14:00 – 16:00

Ouderen spreekuur 9

Locatie: Post West, Tidemanstraat 80

Taal: Nederlands

Contactpersoon: Sita

Maandag 13:00 – 15:00

Ouderen spreekuur 14

Locatie: Pier80, Rosener Manstraat 80

Taal: Nederlands

Contactpersoon: Sita

Vrijdag 13:00 – 15:00



Stichting Je Goed Recht

Hulp nodig bij vragen over jouw rechten? Stichting Je Goed Recht helpt je graag op een gratis spreekuur. Je kunt terecht voor vragen over jouw rechtspositie rondom wonen, werk, omgangsregelingen, familie, telefoon of energiecontract, verzekeringen of elk ander onderwerp waarbij je wilt weten wat jouw rechten zijn. Kom langs bij een van de spreekuren.

Voor een afspraak mail, app of bel je naar:
afspraak@stichtingjegoodrecht.nl of
 +31 6 27 14 02 12

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:
 - Juridisch advies

Juridisch Spreekuur 14 
Locatie: Pier 80, Rösener Manzstraat 80
Taal: Nederlands, Engels
Dinsdag 9.30 – 12.30 uur
Donderdag 9.30 – 12.30 uur

Juridisch Spreekuur 27 
Locatie: Oud Mathenesse/Witte Dorp
Adres: De Inloop, Bulgaarsestraat 4
Woensdag 16.30 – 19.30 uur



Michael Abraha
 06-22 32 28 69



Team Toekomst

Team Toekomst is opgericht door een aantal Delfshavense moeders. Zij weten voor ieder gezin precies welke ondersteuningsmogelijkheden er zijn. Ook weten zij over talentontwikkelingsmogelijkheden zodat een kind lid kan worden van een club en zich naschools ontwikkelt. Team Toekomst werkt actief samen met de basisscholen in de wijk en met de aanbieders van activiteiten en hulpaanbod. Ook organiseert Team Toekomst iedere vakantie toffe activiteiten voor kinderen.

Heb je een vraag over kindregelingen, sportverenigingen, cultuuraanbod in de wijk, jeugdtegoed of zaken als DigiD? Fatma Yilmaz en Chantal Kluivert zijn iedere vrijdag met een spreekuur aanwezig in Pier 80. Ze vragen gezinnen om zich van tevoren aan te melden, want per gezin zijn zij zeker een uur bezig.

Schrijf je in via het formulier:
<https://teamtoekomst.nl/contactformulier>



Fatma Yilmaz
 06-25 09 56 60
Fatmayilmaz@teamtoekomst.nl

Inloopsprekuren op afspraak 15 
Locatie: Stichting AGE/ Cem, Bospolderstraat 39 B
Maandag 9:00 uur tot 13:00 uur

Inloopsprekuren op afspraak 3 
Locatie: CJG, Duivenvoordestraat 65
Dinsdag 9:00 uur tot 13:00 uur

Inloopsprekuren op afspraak 15 
Locatie: Stichting AGE/ Cem, Bospolderstraat 39 B
Donderdag 9:00 uur tot 13:00 uur

Inloopsprekuren op afspraak 15 
Locatie: Stichting AGE/ Cem, Bospolderstraat 39 B
Vrijdag 9:00 uur tot 13:00 uur



Thuis in West / Zijn

6 10

Thuis in West is een levendig buurthuis in Rotterdam-Middelland. Het is een ontmoetingsplek voor jong en oud. Een veilige speelplek voor kinderen, een plek waar je geholpen wordt bij je huiswerk, een huiskamer waar je buurtgenoten treft. Iedereen mag er thuiskomen. Gaandeweg ontstaat een gemeenschap van mensen uit Middelland, die samen meer uit het leven willen halen en samen meer voor de wijk willen betekenen. Thuis in West organiseert veel soorten activiteiten zoals koffieochtenden, vragenuurtjes voor jongeren, Aanschuifmaaltijden en natuurlijk de inloopsprekuren. www.thuisinwest.nl

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Problematische schulden
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen
- IND



Ruth de Gooijer
06-18 96 85 21
ruth@thuisinwest.nl
Taal: Nederlands, Engels

Algemeen & Formulieren 6

Locatie: Thuis in West, Robert Fruinstraat 28
Taal: Nederlands, Engels
Contactpersoon: Ruth de Gooijer, 06-18 96 85 21
06-21 36 61 80 (algemeen nummer)
ruth@thuisinwest.nl / info@thuisinwest.nl

Maandag t/m vrijdag 8.00 – 17.00 uur

Spreekuur ism. wmo radar 6

Locatie: Thuis in West, Robert Fruinstraat 28
Taal: Nederlands, Engels
Maandag 10.00 – 12.00 uur (Budgetcoach aanwezig)

Jongeren vragenuurtje 6

Locatie: Thuis in West, Robert Fruinstraat 28
Taal: Nederlands, Engels
Contactpersoon: Marc de Gooijer, 06-14 87 74 53
marc@thuisinwest.nl

Donderdag 19.30 – 20.30 uur

Spreekuur Zijn 10

Locatie: Thuis in West Zijn, Vierambachtstraat 20a
Taal: Nederlands, Engels
Vrijdag 11.00 – 13.00 uur



Vluchtelingen voor Vluchtelingen

11

'Niemand kiest ervoor om vluchteling te zijn.' Vluchtelingen voor vluchtelingen is een gemeenschapsorganisatie die zich bezighoudt met de financiële, juridische en maatschappelijke problemen van statushouders. Betrokkenen bij het spreekuur worden omschreven als 'zeer deskundige, betrokken, hulpvaardige en ondernemende mensen'. Graag even bellen voor een afspraak.

<https://vluchtelingenvoorvluchtelingen.org>

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Belastingaangifte
- Problematische schulden
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen
- IND

Spreekuur 11

Locatie: Vluchtelingen voor vluchtelingen,
Doelgroep: Vluchtelingen en asielzoekers
Taal: Nederlands, Engels, Arabisch
Contactpersoon: Marco Schiffer 06-33 29 42 39
Maandag t/m vrijdag 10.00 – 16.00 uur

Marco Schiffer

06-33 29 42 39
M.vluchtelingen4vluchtelingen@gmail.com
Taal: Nederlands, Engels



Vraagwijzer Delfshaven

23

Heb je vragen of problemen en kom je er zelf niet uit? Dan kun je terecht bij de Vraagwijzer, een gratis loket van de gemeente Rotterdam. Bijvoorbeeld met administratie, opvoeding, juridische kwesties, vragen over gezondheid of over geld. Medewerkers van de Vraagwijzer zoeken samen met jou naar oplossingen. Is het nodig, dan verwijst de Vraagwijzer door naar andere organisaties in de wijk. Bijvoorbeeld het wijkteam, sociaal raadslieden, de Kredietbank of een hulpverlener van een zorgorganisatie.

Elke werkdag van 9.00 tot 12.00 kun je binnenlopen met een vraag. Heb je liever een afspraak? Bel dan 14010.

www.rotterdam.nl/wonen-leven/vraagwijzer

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:
- Juridisch advies

Spreekuur 23

Locatie: Vraagwijzer Delfshaven, Looiershof 1

Taal: Nederlands, Engels

Contactpersoon: www.rotterdam.nl of bel 14 010
(of +31 10 267 16 25)

Maandag t/m vrijdag 9.00 – 12.00 uur

Sociaal Raadslieden 14 23

Locatie: Pier80, Rösener Manzstraat 80

Vrijdag 9.00 – 12.00 uur

Locatie: Vraagwijzer Delfshaven, Looiershof 1

Maandag t/m vrijdag 9.00 – 12.00 uur

Volhouders

Rotterdam telt 9000 getroffen gezinnen, één op elke tien gezinnen. De effecten van dit onrecht op de gezinnen zijn verwoestend en nog lang niet voorbij. Overheidshulp gaat vaak moeilijk, traag en formeel. Met project Volhouders geven de slachtoffers elkaar steun en wordt hun stem versterkt. De focus ligt bij Volhouders op het emotionele herstel. Heling voor onze gewonde gezinnen. Zodat we eindelijk met ons leven verder kunnen. Er zijn vier speerpunten: bemoediging, steunen, impact-dagen en versterken.

Meer info: <https://volhoudersrotterdam.nl>

Spreekuur Volhouders 16

Locatie: Jong Delfshaven, Rösener Manzstraat 57

Taal: Nederlands, Engels

Vrijdag 09.00-12.00

Bel Chantal voor een afspraak: 06-39251557

Zoom-gesprek Volhouders

Locatie: online

Taal: Nederlands, Engels

Elke eerste maandag van de maand 19.30-21.00 uur

Lotgenoten spreken zonder je huis uit te hoeven!

Meld je aan bij volhoudersrotterdam@gmail.com en je krijgt de link voor de meeting



Het Wijkpaleis, de plek om het te maken

4

Buurtgenoten en creatievelingen uit Rotterdam West ontmoeten elkaar in Het Wijkpaleis. Het is een plek om het maken te leren zoals verstellen en repareren, koken, timmeren, naaien of programmeren. Er zijn verschillende ruimtes en werkplaatsen en ook nog eens een prachtige (paleis)tuin. Bijna elke dag kun je Aanschuiven voor een betaalbare, verse maaltijd. Iedereen is welkom en kan meebouwen aan het Wijkpaleis. Loop eens binnen! Zin in een praatje of heb je hulp nodig met brieven, formulieren of andere bureaucratische zaken? Geen zorgen. Margot is elke vrijdagmiddag speciaal hiervoor van 15.00 - 17.00 uur in het Wijkpaleis. Stap gerust binnen voor een kopje koffie of thee en hulp bij lastige zaken. Margot is niet bang voor een ingewikkeld formulier of spannend telefoontje en helpt je graag verder.

Spreekuur 4



Locatie: Het Wijkpaleis, Claes de Vrieselaan 72

Taal: Nederlands

Contactpersoon: Margo Hogerhuis via
Marieke Hillen: 06 24754086

Vrijdag van 15.00 - 17.00 uur



Margo Hogerhuis

via Marieke Hillen: 06 24754086



Wijkplatform Delfshaven Zuid / HP69

Wijkplatform Delfshaven Zuid beheert een overzicht van organisaties die in de wijken Bospolder, Tussendijken, Delfshaven en Schie-mon-d actief zijn bij ondersteuning van wijkbewoners. Door een nauwe samenwerking met Delfshaven Lokaal deelt het platform kennis over het gehele gebied Delfshaven. Willem Beekhuizen organiseert namens het platform en netwerk op verschillende plekken in de wijk koffietafels. Tijdens de koffie of thee kunnen bewoners alles wat hen bezighoudt delen. Eventuele vragen of problemen worden opgepakt en met behulp van het wijknetwerk wordt gezocht naar oplossingen.

www.facebook.com/wijkkrantdelfshaven
www.delfshavenlokaal.nl

Spreekuur Wijkplatform 17



Locatie: Haringpakerstraat 69

Doelgroep: bewoners met vragen

Taal: diverse talen op aanvraag

Contactpersoon: Willem Beekhuizen

Woensdag 10.00 - 12.00 uur en 14.00 - 16.00 uur

Dinsdag en donderdag op afspraak

Spreekuur stichting Pauw 17



Locatie: Haringpakerstraat 69

Contactpersoon: Houria Tourich 06-84 88 93 77

Doelgroep: bewoners met vragen over energie

Taal: diverse talen **Contactpersoon:** Willem Beekhuizen

Maandag en vrijdag 12.00 - 16.00 uur

Spreekuur Havensteder 17



Locatie: Haringpakerstraat 69

Maandag 13.00 - 15.00 uur



Willem Beekhuizen

06-270 50 921

info@beekhuizenbindt.nl

Taal: Nederlands, Engels



wmo radar

Wmo radar biedt diensten aan ter ondersteuning, activering en participatie van bewoners in opdracht van de gemeente Rotterdam. Het beheer van de huizen in de wijk ligt in hun handen. Veel activiteiten die er plaatsvinden ook. Wmo radar heeft een heel uitgebreid aanbod van begeleiding tot aan hulpverlening, sport en spel, cursussen taal en opvoeding, noem maar op. Op diverse plekken zijn er inloopsprekuren die je professionele ondersteuning bieden en zo nodig doorverwijzen naar meer specialistische hulp zoals hulp bij schulden.

<https://wmoradar.nl>



Valeria Alem

valeria.alem@wmoradar.nl
0622478105
Financiële ondersteuning |
Budgetcoach



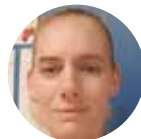
Esther Henderson

esther.henderson@wmoradar.nl
0626258948
Financiële ondersteuning |
Budgetcoach



Daisy Bouwmeester

dbouwmeester@wmoradar.nl
0615393850
Financiële ondersteuning |
Budgetcoach JEUGD



Sophie van der Linden

svdlinden@wmoradar.nl
0636022516
Financiële ondersteuning |
Budgetcoach

wmo radar (vervolg)

Financieel spreekuur 6

Locatie: Thuis In West, Robert Fruinstraat 28

Maandag 10.00 – 12.00 uur

Infoplein / Financieel spreekuur 24

Locatie: Huis van de Wijk Schiedmond, Demopstraat 143

Donderdag 10.00 – 12.00 uur

Financieel spreekuur 26

Azaqua in samenwerking met wmo radar

Locatie: Wester Volkshuis, Spartastraat 1

Maandag 09.00 – 13.00 uur

Infoplein / Financieel spreekuur 27

Locatie: De Inloop, Bulgaarsestraat 4

Donderdag 10.00 – 12.00 uur

Financieel spreekuur 24

Locatie: Huis van de Wijk Schiedmond, Demopstraat 143

Maandag 13.00 – 15.00 uur

Financieel spreekuur 14

Locatie: PIER 80, Rösenermanzstraat 80

Dinsdag 09.00 – 14.45 uur

Infoplein / Financieel spreekuur 26

Locatie: Wester Volkshuis, Spartastraat 1

Dinsdag 12.00 – 14.00 uur

Financieel spreekuur 26

Locatie: Wester Volkshuis, Spartastraat 1

Woensdag 09.00 – 12.00 uur

Financieel spreekuur jeugd 9

Locatie: Post West, Tidemanstraat 80

Woensdag 18.00 – 21.00 uur

Infoplein / Financieel spreekuur 14

Locatie: PIER 80, Rösenermanzstraat 80

Donderdag 09.00 – 14.45 uur



Studio Delfshaven / Zorgvrijstaat

19

Studio Delfshaven is een werk- en ontmoetingsplek. Je kunt altijd even aankloppen! Er zijn inloopsprekken voor en door buurtbewoners en voor vluchtelingen. Geestverwanten van Zorgvrijstaat vinden er een plek voor ontmoeting. Mensen met vragen over hun fysieke of geestelijke gezondheid kunnen er terecht voor doorverwijzing in het wijknetwerk. Er worden in Studio Delfshaven maaltijden met goede gesprekken georganiseerd, exposities en (kleine) concerten. Vooral voor buurtbewoners in Bospolder-Tussendijken. Het is de thuisbasis van Zorgvrijstaat.

www.zorgvrijstaat.nl

www.facebook.com/studiodelfshaven/

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Belastingaangifte
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Uitkering aanvragen

Algemeen spreekuur 19



Locatie: Studio Delfshaven, Watergeusstraat 53b

Taal: Nederlands, Engels

Contactpersoon: Miki Koster, Bert Knaap

Donderdag 10.00 – 12.00 uur (binnenlopen)

Vluchtelingensprekuren 19



Locatie: Studio Delfshaven, Watergeusstraat 53b

Doelgroep: Vluchtelingen en asielzoekers

Taal: Nederlands, Engels, Arabisch

Contactpersoon: Mosab Anzo 06–85 61 68 23

mosab.anzo@gmail.com

Margo Hogerhuis-Eijssen

Dinsdag 15.00 – 17.00 uur (op afspraak)

Spreekuur 19



Locatie: Studio Delfshaven, Watergeusstraat 53B

Taal: Nederlands, Engels, Berbers

Contactpersoon: Jamila Amakran

06–18915874

info@oppepperlokaal.nl

Donderdag 13:00 – 15:00 uur



Mosab Anzo

06–85 61 68 23

mosab.anzo@gmail.com

Taal: Nederlands, Engels, Arabisch



Margo Hogerhuis-Eijssen

Taal: Nederlands, Engels



Miki Koster

Taal: Nederlands, Engels



Dennis Lohuis

06–25 07 71 90

Taal: Nederlands, Engels



Anke Hoffner

Taal: Nederlands, Engels



Bert Knaap

Taal: Nederlands, Engels



Madelon Stoele

06–16 30 69 40

Taal: Nederlands, Engels



Houria Tourich

06–84 88 93 77

Taal: Nederlands, Engels, Duits en Berbers/Marokkaans



Jamila Amakran

Taal: Nederlands en Berbers/Marokkaans



Yess

18

Yess! is een veelzijdig initiatief in Bospolder-Tussendijken. Het is een weggeefwinkel en plek voor ontmoeting en ontwikkeling van wijkbewoners. Je kunt er terecht voor een kop koffie maar ook voor gezonde levensmiddelen, een taalcursus, activiteiten voor kinderen en nog veel meer. Je kunt eigenlijk gewoon altijd even binnenlopen met jouw vraag. Heb je ergens hulp bij nodig? Geef het aan en Yess! kijkt met jou mee.

<https://yess.nu>

Met deze zaken kun je hier (ook) terecht:

- Belastingaangifte
- Problematische schulden
- Reageren op een woning
- Urgentie woningaanvraag
- Juridisch advies
- Uitkering aanvragen
- IND

Vragen rondom werk en vrijwilligerswerk 18

Op afspraak via Klaske: 06 81750879

Talen: Nederlands, Engels, Turks, Spaans, Marokkaans (Berber), Arabisch, Portugees, Papiament

Woensdag en donderdag 9.00 – 17.00

Spreekuur

Contactpersoon: Thirsa Meerkkerk 06-16 07 92 15
thirsa@gelovenindewijk.nl

Maandag 10.00-14.00 uur



Nico van Splunter

06-24 12 14 08

nicovanplunter@gmail.com

Taal: Nederlands, Engels



Thirsa Meerkkerk

06-16 07 92 15



Klaske

06 81750879



PLEKKEN

Oude Westen

- 1 Actiegroep oude westen, Gaffelstraat 1-3
- 2 Vereniging Ettaouhid, Kogelvangerstraat 32

Middelland

- 3 CJG, Duivenvoordestraat 65
- 4 Het Wijkpaleis, Cleas de Vrieselaan 72
- 5 De Fabriek, Cleas de Vrieselaan 72
- 6 Thuis in West, Robert Fruinstraat 28

Nieuwe Westen

- 7 Casa Tiberias, Hugo Molenaarstraat 49b
- 8 Gezana, Gerrit van de Lindenstraat 37
- 9 Post West, Tidemanstraat 80
- 10 Thuis in West Zijn, Vierambachtstraat 20a
- 11 Vluchtelingen voor vluchtelingen, Pupillenstraat 60
- 12 Laurens Delfshaven, Mathenesserlaan 500

Bospolder / Tussendijken

- 13 Ayasofya moskee, Mathenesserdijk 353
- 14 Pier80, Rösener Manzstraat 80
- 15 Stichting AGE/ CemBospolderstraat 39 B
- 16 Jong Delfshaven, Rösener Manzstraat 57
- 17 Haringpakkerstraat 69
- 18 Yess, Rosenveldtstraat 54
- 19 Studio Delfshaven, Watergeusstraat 53b
- 20 Errahma moskee(ccpr), Albregt Engelmanstraat 43

Coolhaven / Delfshaven / Schiemond

- 21 De Brandaris, Coloniastraat 25
- 22 CJG, Achterhaven 9
- 23 Vraagwijzer Delfshaven, Looiershof 1
- 24 Huis van de Wijk Schiemond, Dempoststraat 143

Spangen / Oud-Mathenesse / Witte Dorp

- 25 CAN, Potgieterstraat 14
- 26 Wijkwijzer Westervolkshuis, Spartastraat 1
- 27 INFO plein Huis van de wijk OMWD, Bulgaarsestraat 4

SOORT VRAGEN

- Behoeftte aan een praatje
- Wonen, omgeving en energie
- Hulp bij moeilijke brieven
- Gezondheid: Lichaam & geest
- Juridisch
- Financieel

