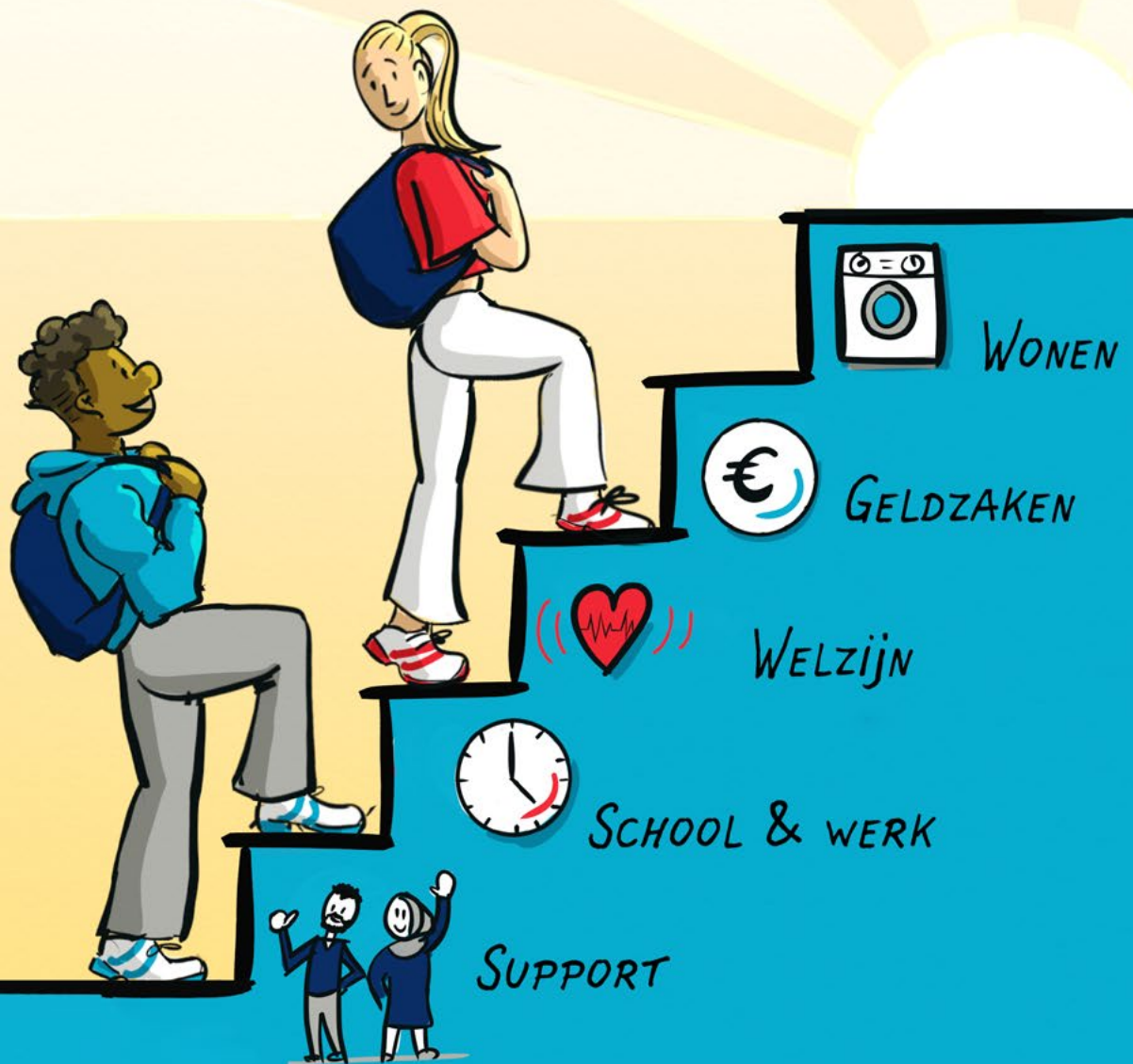


# TOEKOMSTPLAN

OP WEG NAAR ZELFSTANDIGHEID



DIT IS HET TOEKOMSTPLAN VAN:

# INLEIDING TOEKOMSTPLAN

## Wat is het Toekomstplan

Het is belangrijk om je goed voor te bereiden op het volwassen worden. Dit Toekomstplan helpt je daarbij. Jij hebt de controle over dit plan. Samen met professionals, je ouders en je netwerk maak je afspraken die bij jou passen.

We gaan praten over de volgende onderwerpen:

- Support
- School & werk
- Welzijn
- Geldzaken
- Wonen

Het Toekomstplan zorgt ervoor dat je nadenkt en bespreekt wat je wilt en wat mogelijk is als je 18 jaar wordt. Je kunt zelf kiezen hoe je het plan maakt, bijvoorbeeld met tekst, foto's, een vlog of een rap.

De professional die jou begeleidt, begint hiermee op tijd (vanaf 16,5 jaar). Zo heb je genoeg tijd om stappen te zetten en afspraken te maken met anderen. Het is belangrijk dat je je herkent in dit plan en dat je weet dat het *jouw* plan is. Elke zes maanden kijkt de professional met jou hoe het gaat en waar jouw Toekomstplan kan worden bijgewerkt.

Het is belangrijk dat jij en je omgeving weten wat er na de jeugdhulp gebeurt. We werken hier samen stap voor stap naartoe. Het Toekomstplan is klaar als je 17,5 jaar bent.

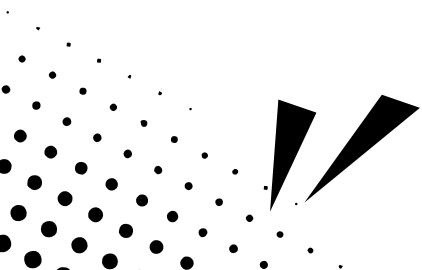
Jouw zorgverlener moet uiterlijk als jij 17,5 bent, vervolghulp aanvragen bij de gemeente. Dit is superbelangrijk, want de gemeente heeft deze info nodig om te beslissen over jouw zorg en ondersteuning vanaf je 18e. Vraag naar het overdrachts-/afstemmingsformulier. Dan weet je welke info van jou gebruikt wordt.

Hierin moet staan:

- Wat je hebt bereikt en hoe je zelfstandig kunt zijn. Dit is de verantwoordelijkheid van je zorgaanbieder(s) en regiehouder.
- Waarom je bepaalde ondersteuning en zorg nodig hebt vanaf 18 jaar.
- Het Toekomstplan is privé en wordt alleen met de gemeente gedeeld als jij dat goed vindt.

## Waar kun je terecht voor informatie & advies?

- Alle informatie voor jongeren tussen de 16 en 27 jaar: [www.kwikstart.nl](http://www.kwikstart.nl)
- Jongerenloket: [www.zaanstad.nl/jongerenloket](http://www.zaanstad.nl/jongerenloket)
- Sociaal wijkteam: [swtzaanstad.nl](http://swtzaanstad.nl)



# WAT IS NODIG OM ZELFSTANDIG TE ZIJN?

Als je 18 bent, wordt er van je verwacht dat je zelfstandiger bent. Wat belangrijk is om zelfstandig te zijn, is verdeeld in 5 onderwerpen. Elk onderwerp wordt apart behandeld.



## SUPPORT

4

Betrouwbare en betrokken mensen in je omgeving die je kunnen helpen of advies geven.



## SCHOOL & WERK

5

Een goede daginvulling (school/werk en vrijetijdsbesteding).



## WELZIJN

6

Lichamelijk en geestelijk gezond zijn.



## GELDZAKEN

7

Voldoende inkomen en geldzaken op orde.

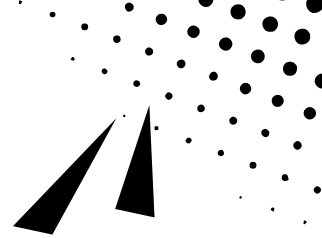


## WONEN

8

Een eigen woonruimte en het zelfstandig voeren van het huishouden.

# SUPPORT



Welke mensen om jou heen kunnen je helpen en steunen (bv familie, vrienden, een docent, of begeleider)? Hierdoor voel je je vaak sterker en sta je er niet alleen voor. En welke rol hebben zij (bv vertrouwenspersoon, mentor of maatje)?

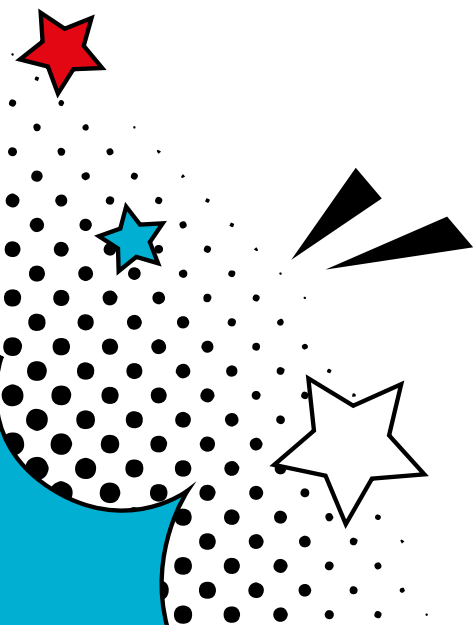
**Denk na over:** Wie zijn belangrijk voor mij? Bij wie kan ik terecht als het goed gaat, maar ook als het moeilijk is? Wanneer heb ik steun nodig en wat voor steun helpt mij dan?

Samen kijken we hoe jouw netwerk nu is en of je het wilt versterken; op een manier die bij jou past.

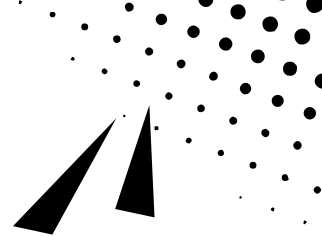
## 1. Wat wil ik bereiken.

## 2. Wat kan ik zelf.

## 3. Wie en wat kan me helpen.



# SCHOOL & WERK



Wat doe je overdag qua dagbesteding (bv een opleiding volgen of werken)? Dit geeft structuur, helpt je om je talenten te ontwikkelen en om te bouwen aan je toekomst.

**Denk na over:** Past mijn huidige opleiding of werk bij mij? Waar ben ik goed in en wat vind ik leuk of belangrijk? Wie kan mij helpen of steunen bij school of werk als het lastig wordt?

Samen kijken we naar jouw talenten en wat bij jou past. We denken na over hoe je school of werk kunt volhouden, hoe je contact maakt met anderen op die plek en wat nodig is als school of werk nu (nog) niet lukt. Zo werken we stap voor stap aan een toekomst die bij jou past.

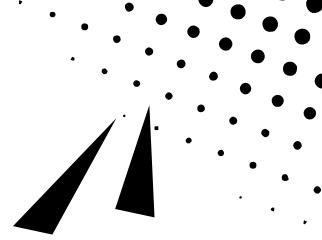
## 1. Wat wil ik bereiken.

## 2. Wat kan ik zelf.

## 3. Wie en wat kan me helpen.



# WELZIJN



Hoe voel jij je, zowel mentaal als fysiek? Wat je hebt meegemaakt en de dingen die spelen in je leven, kunnen invloed hebben op je welzijn. Het is belangrijk dat jij je zo goed mogelijk voelt en weet waar je steun kunt krijgen.

**Denk na over:** Hoe voel ik me nu, mentaal en lichamelijk? Waar krijg ik stress van en waaraan merk ik dat het minder gaat? Wat helpt mij om me beter, rustiger of sterker te voelen?

Samen kijken we hoe het nu met je gaat en wat je nodig hebt om in balans te blijven of te komen. Wie kan je helpen met welke ondersteuning en welke stappen zijn er mogelijk als je extra hulp nodig hebt.

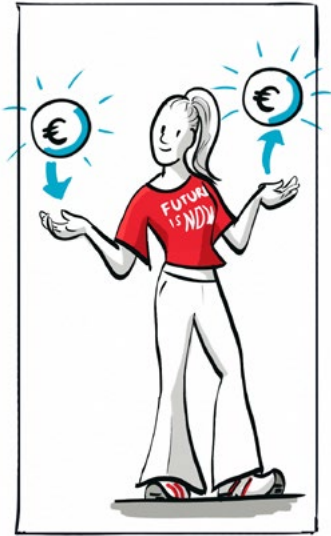
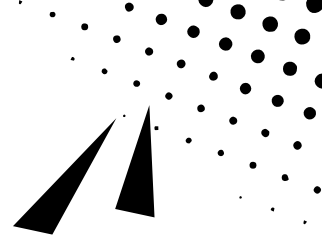
## 1. Wat wil ik bereiken.

## 2. Wat kan ik zelf.

## 3. Wie en wat kan me helpen.



# GELDZAKEN



Wat is jouw inkomen en wat zijn je uitgaven en eventuele schulden? Goed omgaan met geld geeft rust en helpt om zelfstandig te worden. Vanaf je 18e verjaardag verandert er veel; dat kan best ingewikkeld zijn.

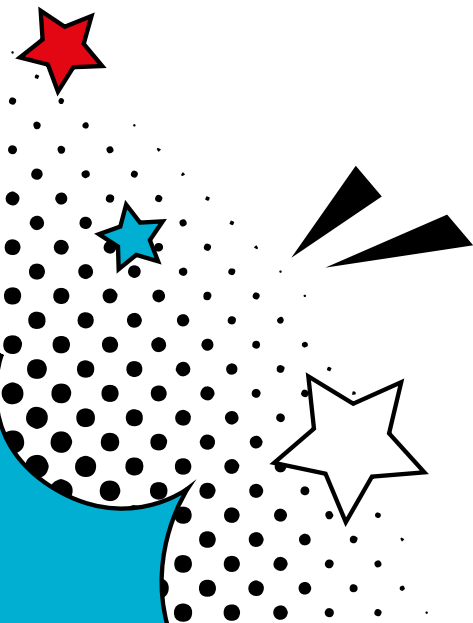
**Denk na over:** Heb ik overzicht over mijn inkomsten en uitgaven? Heb ik schulden of zorgen over geld? Wat heb ik minimaal nodig om rond te komen, nu en later?

Samen kijken we hoe jouw financiële situatie eruitziet en wat jij nodig hebt om grip te krijgen of te houden op je geld. En welke hulp eventueel nodig is, zodat je zo goed mogelijk voorbereid bent op de toekomst.

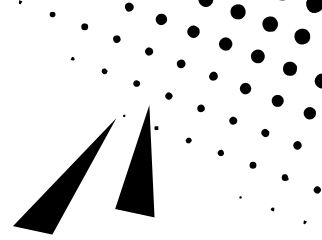
## 1. Wat wil ik bereiken.

## 2. Wat kan ik zelf.

## 3. Wie en wat kan me helpen.



# WONEN



Een stabiele woonplek helpt je om je te ontwikkelen en vooruit te kijken; waar je je veilig voelt en tot rust komt. Dat kan nu nog thuis zijn, in een woonvoorziening of (op termijn) een eigen plek.

**Denk na over:** Waar woon ik nu en hoe voelt dat voor mij? Hoe wil ik in de toekomst wonen (bv zelfstandig, met begeleiding of samen met anderen)? Wat heb ik nodig om van mijn woonplek echt een thuis te maken?

Samen kijken we naar jouw wensen en mogelijkheden en welke stappen er nodig zijn, zodat je goed voorbereid bent op de toekomst.

## 1. Wat wil ik bereiken.

## 2. Wat kan ik zelf.

## 3. Wie en wat kan me helpen.



# CHECKLIST MET REGELZAKEN

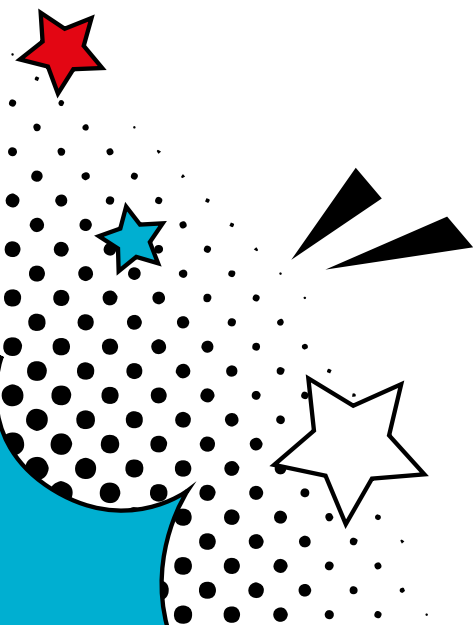
Hieronder kun je invullen wat nog geregeld moet worden. Misschien is niet alles in jouw situatie nodig. Scan de QR-code voor meer informatie van de Rijksoverheid over hoe je alles kan regelen. Voor hulp en ondersteuning kan je ook terecht bij het Jongerenloket: [www.jongerenloket.zaanstad.nl](http://www.jongerenloket.zaanstad.nl)

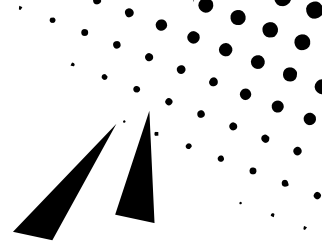


Regelzaken	Dit is geregeld	Dit moet nog	Dit is (nu) niet nodig	Wie helpt mij hierbij?
<b>SUPPORT</b>				
Hulp vragen nu en na mijn 18e				
Aanvragen mentor/bewindvoerder/curator				
<b>SCHOOL &amp; WERK</b>				
Opleiding zoeken				
Inschrijven opleiding				
CV maken en motivatiebrief schrijven				
(Betaald of vrijwilligers-) werk zoeken				
Vrijtijdsbesteding (sport/hobby/activiteit) zoeken				
<u>OV-chipkaart</u> kopen				
Studentenreisproduct bij <u>DUO</u> aanvragen				
Vervoer: fiets/scooter/auto kopen				
<b>WELZIJN</b>				
Zorgverzekering afsluiten				
Tandartsverzekering afsluiten				
Inschrijven bij Tandartspraktijk				
Inschrijven bij Huisartspraktijk				
Inschrijven Apotheek				
Inschrijven <u>Donorregistratie</u>				
Uitvaartverzekering afsluiten				
<b>GELDZAKEN</b>				
<u>DigiD</u> aanvragen				
Overzicht maken inkomsten en uitgaven: budgetplan				
Betaalrekening en pinpas aanvragen en spaarrekening openen				
<u>Studiefinanciering</u> aanvragen				
<u>Zorgtoeslag</u> aanvragen				

\* checklist gaat verder op de volgende pagina

Regelzaken	Dit is geregeld	Dit moet nog	Dit is (nu) niet nodig	Wie helpt mij hierbij?
Huurtoeslag aanvragen				
Aangifte inkomstenbelasting				
Bijstandsuitkering aanvragen				
Regelingen aanvragen: bijzondere bijstand/inkomens- en studietoeslag				
Kwijtschelding aanvragen (o.a. gemeentelijke belastingen/ waterschap)				
Voedselbank aanmelden				
Rechtsbijstandverzekering afsluiten				
Inboedelverzekering afsluiten				
Aansprakelijkheidsverzekering afsluiten				
<b>WONEN</b>				
ID-bewijs aanvragen				
Woonruimte zoeken				
Maandelijks reageren op Woningnet				
Inschrijven woningcorporatie				
Inschrijven gemeente bij verhuizing				
Sturen adreswijzigingen naar instanties				
Postadres aanvragen bij dakloosheid				
Woninginrichting/uitzet kopen				
Gas/water/licht contract afsluiten				
Telefoon/internet/televisie abonnement afsluiten				
Aanvragen Aansprakelijkheidsverzekering				





## Colofon

Dit toekomstplan is gemaakt in opdracht van de gemeente Zaanstad vanuit het project 'Integrale aanpak 18-/18+'.

De projectgroep bestaat uit de gemeente Zaanstad, de jeugdteams in Zaanstad, het Jongerenloket, Straathoekwerk, de Sociale Wijkteams en de regionale zorgaanbieders.

Versie 2 - januari 2026

*Illustraties:* Mathijs Tuynman, [www.thijstoons.com](http://www.thijstoons.com)

*Layout:* LassooyDesign BNO

