

Checklist: 18 jaar

Waar je aan moet denken als je officieel volwassen bent



18 jaar is een bijzondere leeftijd. Je krijgt nieuwe verantwoordelijkheden en uitdagingen, meer vrijheid en meer keuzes om te maken. Je regelt steeds meer zelf, van belangrijke documenten tot praktische zaken. Met onze checklist zie je in één oogopslag wat je moet regelen en welke websites je daarbij kunnen helpen.

Belangrijk om aan te vragen

- DigiD.
- Zorgverzekering.
- ID-kaart of paspoort.
- Toeslagen zoals zorgtoeslag en huurtoeslag.

Ben je student?

- Studiefinanciering.
- Studentenreisproduct.

Waar je ook aan kunt denken

- Zelf je bankrekening beheren.
- Keuze aangeven in het donorregister.
- Stemrecht gebruiken bij verkiezingen.
- Inschrijven voor een woning.

Vaccinatie gemist?

Check of je alle prikken uit het Rijksvaccinatieprogramma hebt gehad via Mijn CJG Rijnmond of MijnRIVM. Tot 18 jaar kun je deze gratis bij ons halen. Kijk op vaccinatiescjgrijnmond.nl/vaccinatiedagen en plan jouw bezoek.

Houd je administratie op orde!

Werk je, wil je toeslagen of een studiefinanciering aanvragen? Dan is het slim om je administratie goed op orde te hebben. Bewaar belangrijke documenten zoals loonstroken, contracten en brieven van de Belastingdienst. Via de Berichtenbox van MijnOverheid ontvang en bewaar je veel officiële post digitaal op één plek. Dat is handig, want zo heb je altijd overzicht, kun je belangrijke gegevens makkelijk terugvinden en voorkom je gedoe als je iets moet aanvragen of moet aantonen.

Websites die jou helpen

- Op zorgkiezer.nl en independ.nl kun je alle zorgverzekeringen met elkaar vergelijken op prijs en inhoud.
- Op thuisarts.nl vind je betrouwbare en duidelijke informatie over gezondheid, met antwoorden op allerlei medische vragen.
- Op scholieren.nibud.nl lees je alles over omgaan met geld, het vinden van een bijbaan en hoe je schulden kunt voorkomen.
- Bij youz.nl kun je terecht voor vragen en advies over alcohol, drugs, gokken en gamen.
- [Mindyoung.nl](https://mindyoung.nl) staat vol met informatie, verhalen, nieuws en tips rondom mentale gezondheid.
- Via sense.info lees je meer over seksualiteit, maar ook over relaties en liefde.
- [Voedingscentrum.nl](https://voedingscentrum.nl) geeft je duidelijke uitleg en tips over gezonde voeding.

We helpen je graag!

Het kan best een klus zijn om alles goed te regelen. Wij helpen je er graag bij.

Kijk op cjgrijnmond.nl/regelen-18-jaar of scan de QR-code voor handige informatie en tips.



088 - 20 10 000



cjgrijnmond.nl



mijn.cjgrijnmond.nl

Volg ons:

@CJG Rijnmond

