Digisterker door doen!



Digisterker

DIGISTERKER

23 NOVEMBER 2026

Let op!

Staat er in dit werkboek informatie die niet klopt? Dan is Stichting Digisterker daar niet verantwoordelijk voor. We hebben de informatie in dit werkboek met zorg samengesteld. En we vernieuwen de informatie als dat nodig is. Maar u kunt er niet van uitgaan dat de informatie overal in dit werkboek helemaal compleet, nieuw en juist is.

U mag de informatie in dit werkboek niet zomaar kopiëren of verspreiden. U moet daarvoor eerst toestemming vragen aan Stichting Digisterker.

© 2014 - 2026 Stichting Digisterker

Eigen bijdrage berekenen en betalen (CAK)

Wanneer u dit hoofdstuk heeft doorlopen, dan

- heeft u kennis gemaakt met de website hetcak.nl;
- heeft u kennis gemaakt met *Mijn CAK* en hoe u uw eigen bijdrage kunt berekenen;
- kunt u met meer zelfvertrouwen uw eigen bijdrage berekenen.



In dit hoofdstuk gaat u de website hetcak.nl gebruiken. Hieronder leest u wat de eigen bijdrage is, hoe u dit kunt berekenen en welke stappen u volgt om *Mijn CAK* te kunnen gebruiken. Dat is de mijn-omgeving van het CAK.

Wat doet het CAK?

Het CAK voert wettelijke regelingen van de overheid uit. Dit gebeurt in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). U kunt met het CAK te maken krijgen als u zorg of ondersteuning krijgt. Bijvoorbeeld een eigen bijdrage moet betalen voor hulp in de huishouding of het verblijf in een zorginstelling.

De website hetcak.nl

Als u naar hetcak.nl gaat, komt u op de startpagina. Op deze pagina staan allerlei onderwerpen die te maken hebben met zorg en ondersteuning. U kunt er bijvoorbeeld informatie vinden over verschillende wetten die over zorg gaan. Verder kunt u er uitzoeken of u een verklaring mee moet nemen naar het buitenland omdat u medicijnen gebruikt. Ook kunt u op de website zaken digitaal regelen. U kunt er bijvoorbeeld uw rekeningnummer doorgeven of wijzigen.

Wat is de eigen bijdrage?

Veel mensen in Nederland hebben te maken met zorg, hulp en ondersteuning. Iemand kan bijvoorbeeld hulp bij het huishouden nodig hebben een hulpmiddel, zoals een scootmobiel of langdurig zorg. Vaak moet u dan een vast deel van deze kosten zelf betalen. Dit is de eigen bijdrage. De eigen bijdrage betaalt u maandelijks aan het CAK. De hoogte van de eigen bijdrage hangt af van uw persoonlijke situatie en de zorg die u ontvangt. De eigen bijdrage is geregeld in verschillende wetten, zoals de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) en de Wlz (Wet langdurige zorg).

Berekenen van de eigen bijdrage op hetcak.nl: wat heeft u nodig?

- Een computer, laptop, tablet of mobiele telefoon met een veilige internetverbinding.
- Inloggegevens van uw DigiD, zoals uw gebruikersnaam en wachtwoord.
- Een mobiele telefoon. Dit om in twee stappen te kunnen inloggen: met sms-controle of met de DigiD app.
- Een jaaroverzicht van uw inkomsten. Bijvoorbeeld een belastingaangifte , definitieve aanslag van de belasting of een jaaropgave.

Hoe berekent u de eigen bijdrage?

Het berekenen van de eigen bijdrage voor zorg die u ontvangt gaat in een aantal stappen. U maakt hierbij gebruik van de website hetcak.nl. Hieronder ziet u een korte uitleg. Daarna leggen we met een voorbeeld uit wat u per stap moet doen.

1 Ga naar hetcak.nl

Ga naar de website hetcak.nl. Bekijk de startpagina: Waar gaat deze website over? Wat kunt u ermee?



2 Bereken uw eigen bijdrage

Bereken de eigen bijdrage. U kunt hiervoor gebruik maken van de rekenhulp die op de website van het CAK staat. Klik op **Eigen bijdrage berekenen**. Vul de gegevens in.



3 Log in bij Mijn CAK met DigiD

Klik op **Mijn CAK** en log in met DigiD. Kies daarbij één van de verschillende manieren om in te loggen met uw DigiD.



Hoe leggen we het berekenen van de eigen bijdrage uit?

Om u uit te leggen hoe u een eigen bijdrage kunt berekenen, volgen we de stappen aan de hand van een voorbeeld. Het voorbeeld gaat over mevrouw Kranenburg.

Voorbeeld: mevrouw Kranenburg wil haar eigen bijdrage berekenen

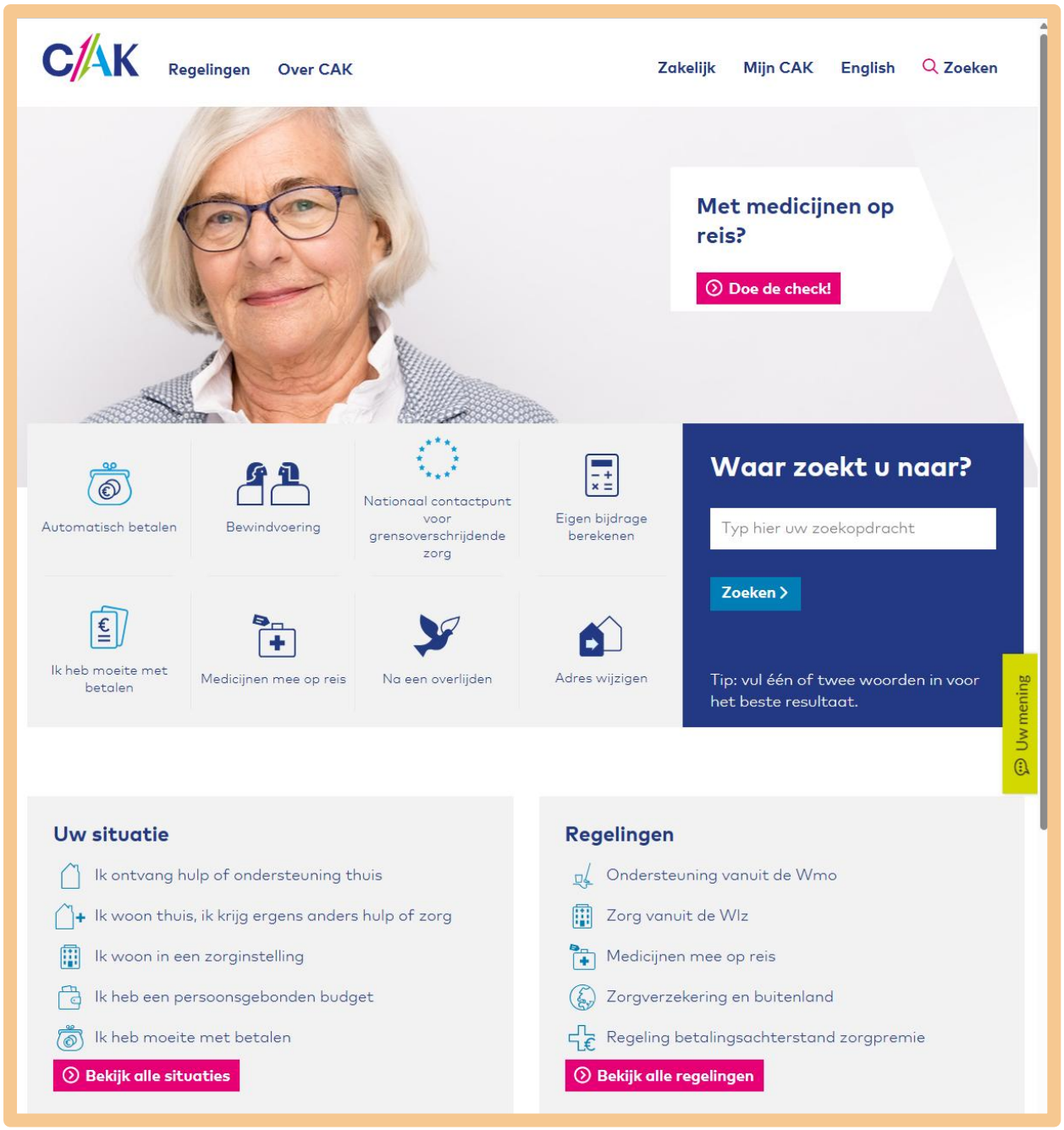
Mevrouw Kranenburg (83) woont nog zelfstandig. Haar man is 4 jaar geleden overleden. Mevrouw Kranenburg heeft erg veel zorg nodig waardoor zelfstandig wonen niet altijd meer goed gaat. Ze moet een aantal dagen per week in het verpleeghuis verblijven. Daarom moet ze een eigen bijdrage betalen. Mevrouw Kranenburg wil weten hoe hoog haar eigen bijdrage is.



Stap 1: Bekijk de website hetcak.nl

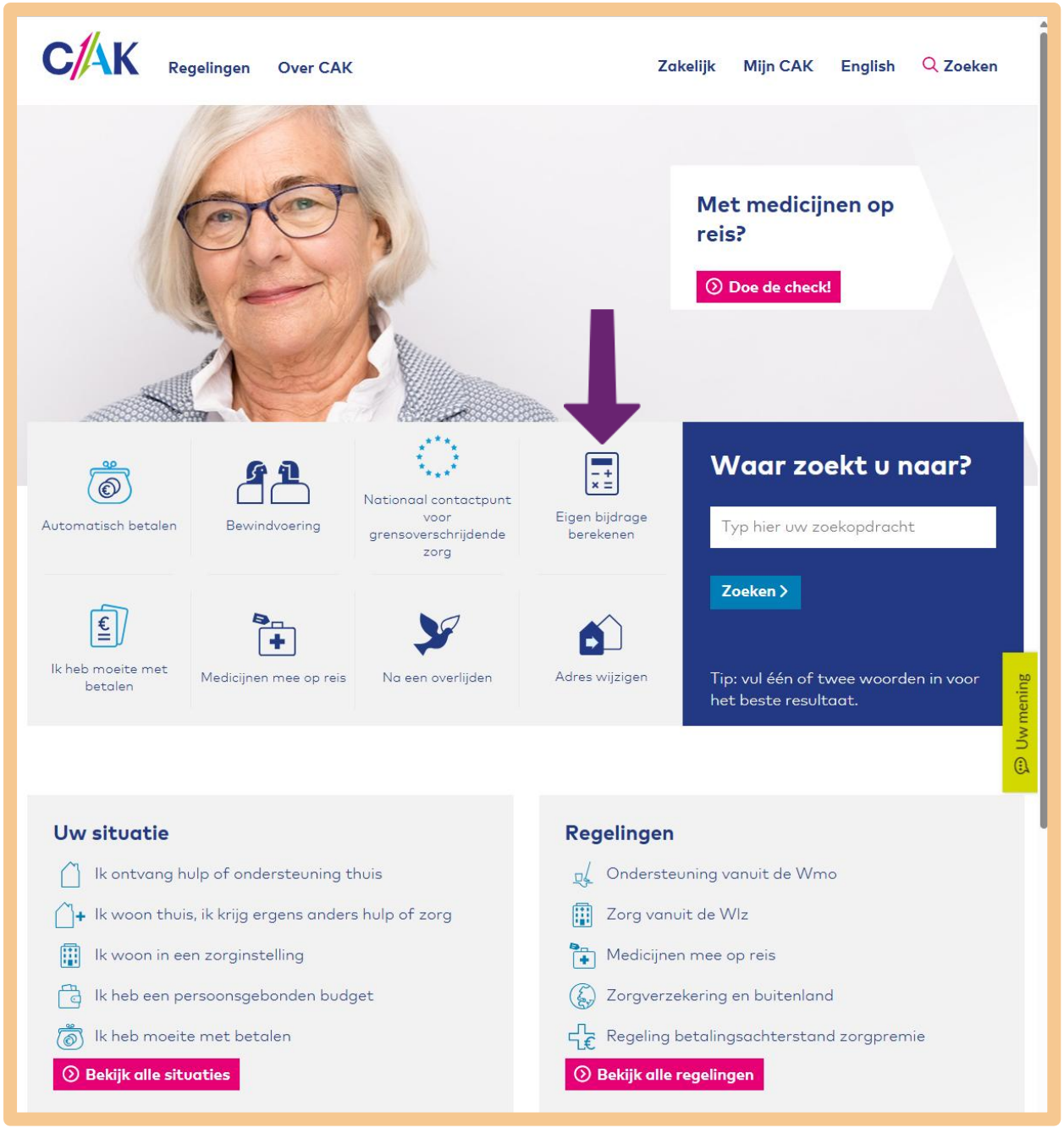
Mevrouw Kranenburg heeft thuis een computer met internet. Ze gaat naar de website hetcak.nl en bekijkt de startpagina. De startpagina ziet er zo uit.

Let op!
Het is verstandig om te controleren of de website inderdaad van het CAK is. Controleer ook of er een veilige verbinding is tussen uw computer en de website. Dit kunt u controleren met het hangslotje (of ander icoon) in de adresbalk van de browser.

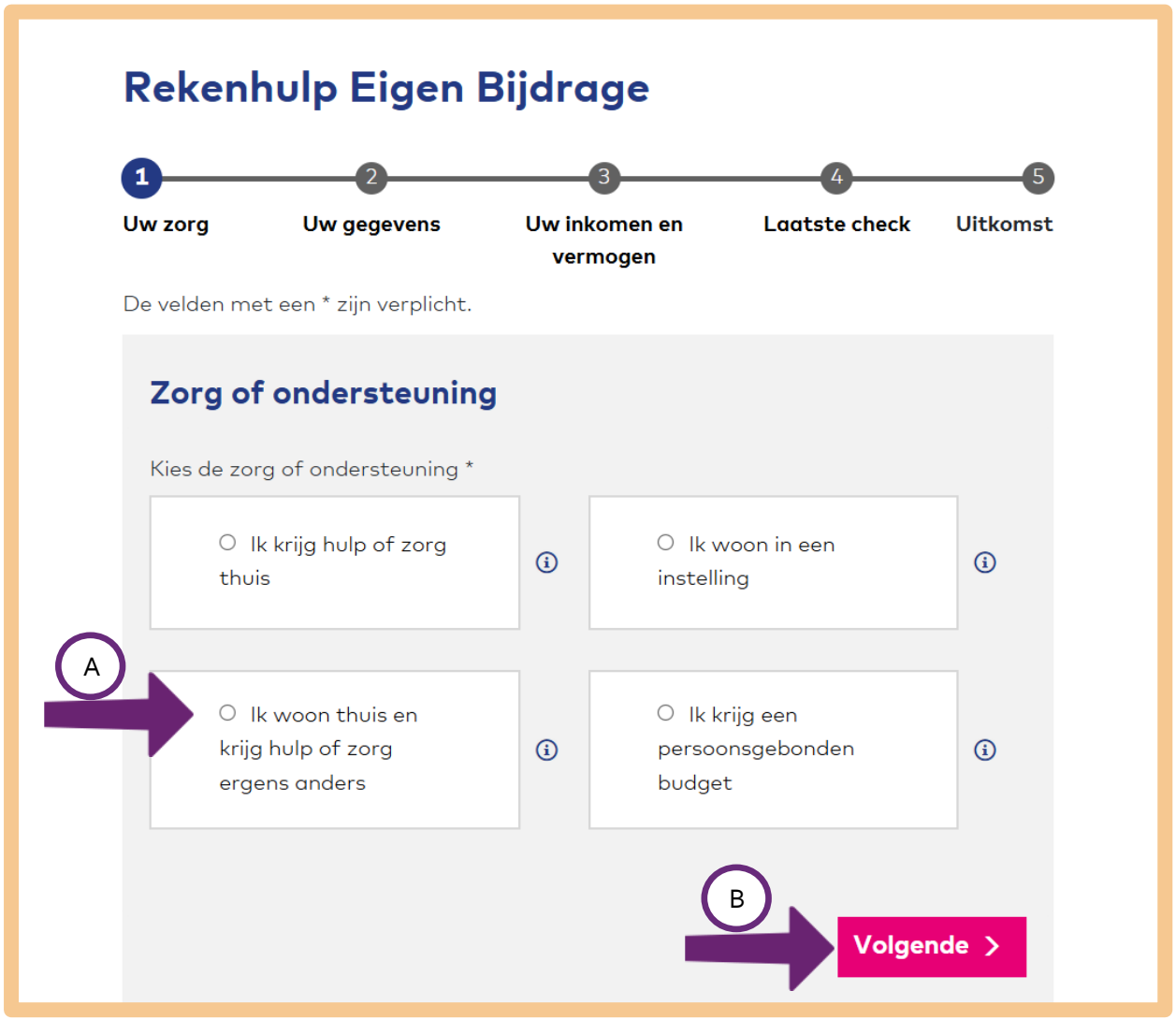


Stap 2: Bereken uw eigen bijdrage

Mevrouw Kranenburg heeft de startpagina bekeken. Ze wil haar eigen bijdrage berekenen. Ze klikt op **Eigen bijdrage berekenen,** zie de pijl in de afbeelding hieronder.



Mevrouw Kranenburg moet nu de zorg kiezen die ze nodig heeft. Ze klikt op **Ik woon thuis en krijg hulp of zorg ergens anders,** zie pijl A. Daarna klikt ze op **Volgende,** bij pijl B.



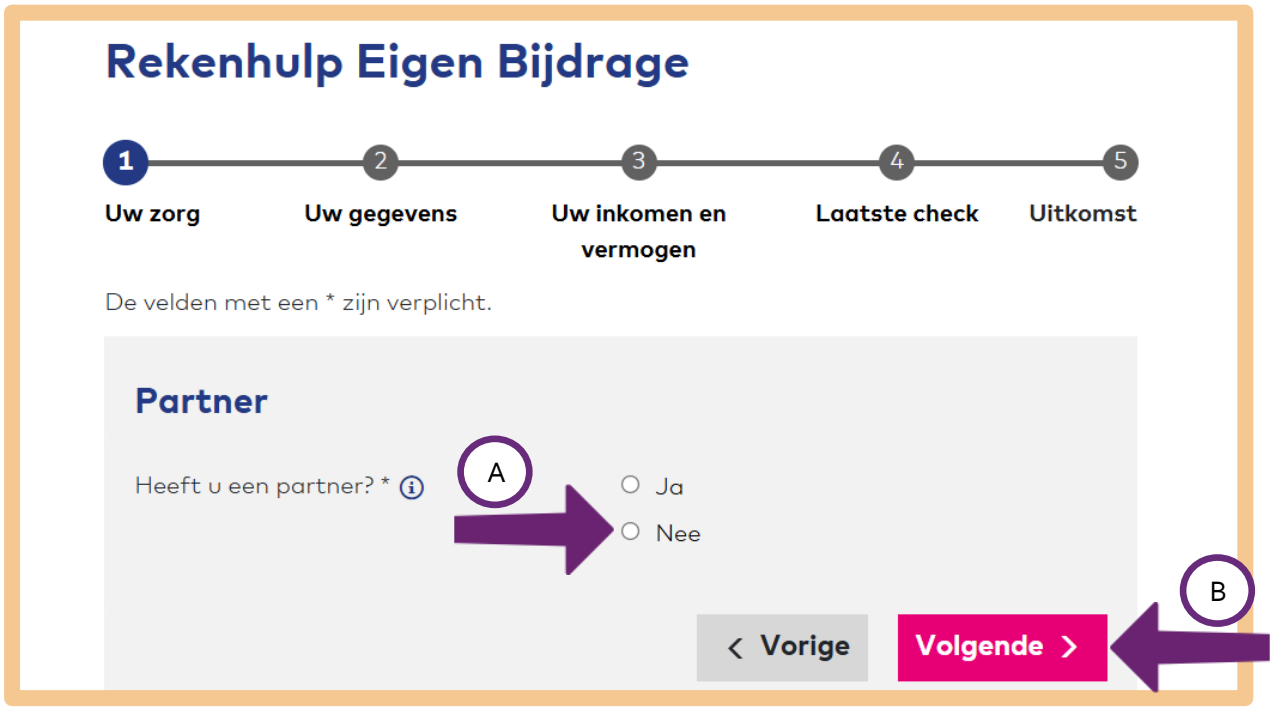
Vervolgens klikt ze op **Ik logeer af en toe in een zorginstelling,** zie pijl A. En klikt op **Volgende,** pijl B.



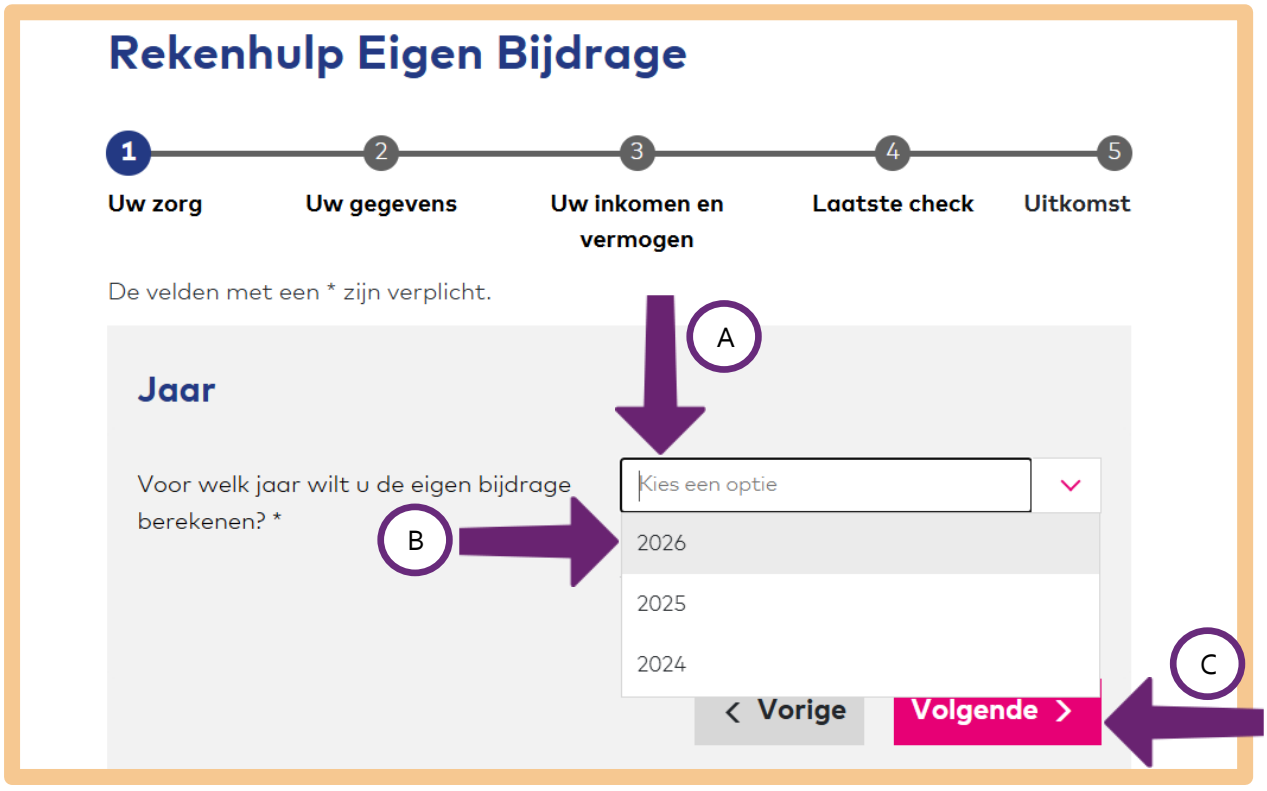
Het zorgkantoor regelt voor haar het logeren. Zie klikt op **Het zorgkantoor regelt het logeren** (pijl A) en klikt op **Volgende** (pijl B).



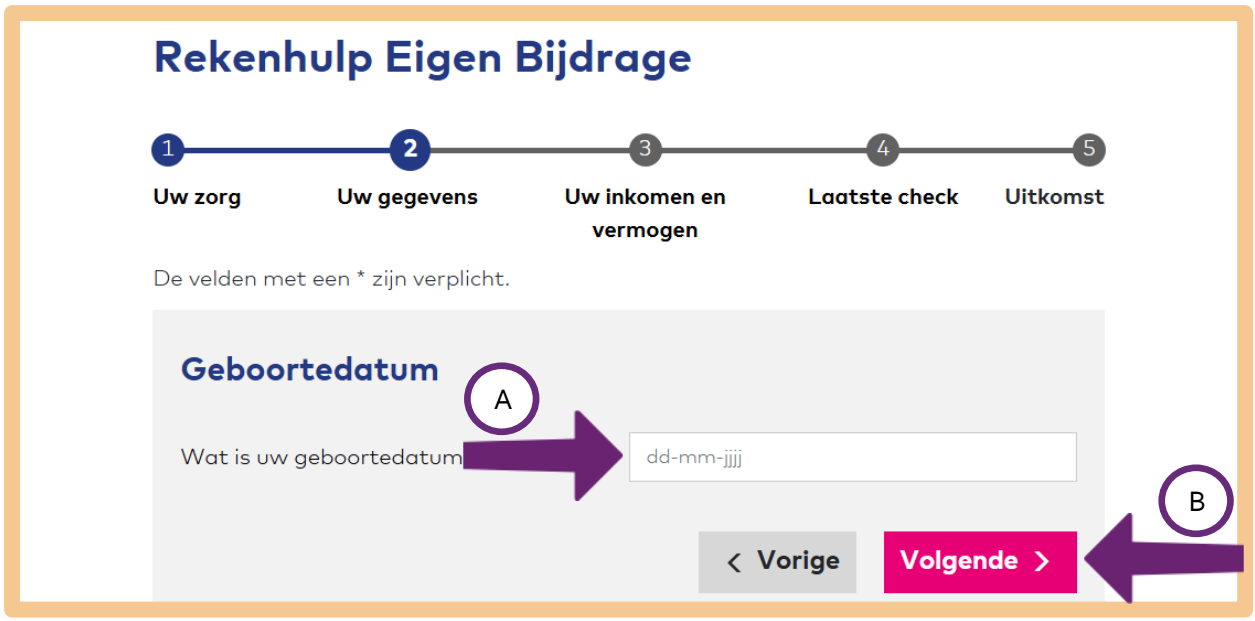
Mevrouw Kranenburg heeft geen partner meer. Zie kiest voor **Nee,** pijl A, en klikt daarna op **Volgende,** pijl B.



Mevrouw Kranenburg moet het jaar kiezen waarvoor ze de eigen bijdrage wil berekenen. Ze klikt bij pijl A op **Kies een optie**. In het keuzemenu dat verschijnt kiest ze voor **2026,** pijl B.
Vervolgens klikt ze bij pijl C op **Volgende** om verder te gaan.



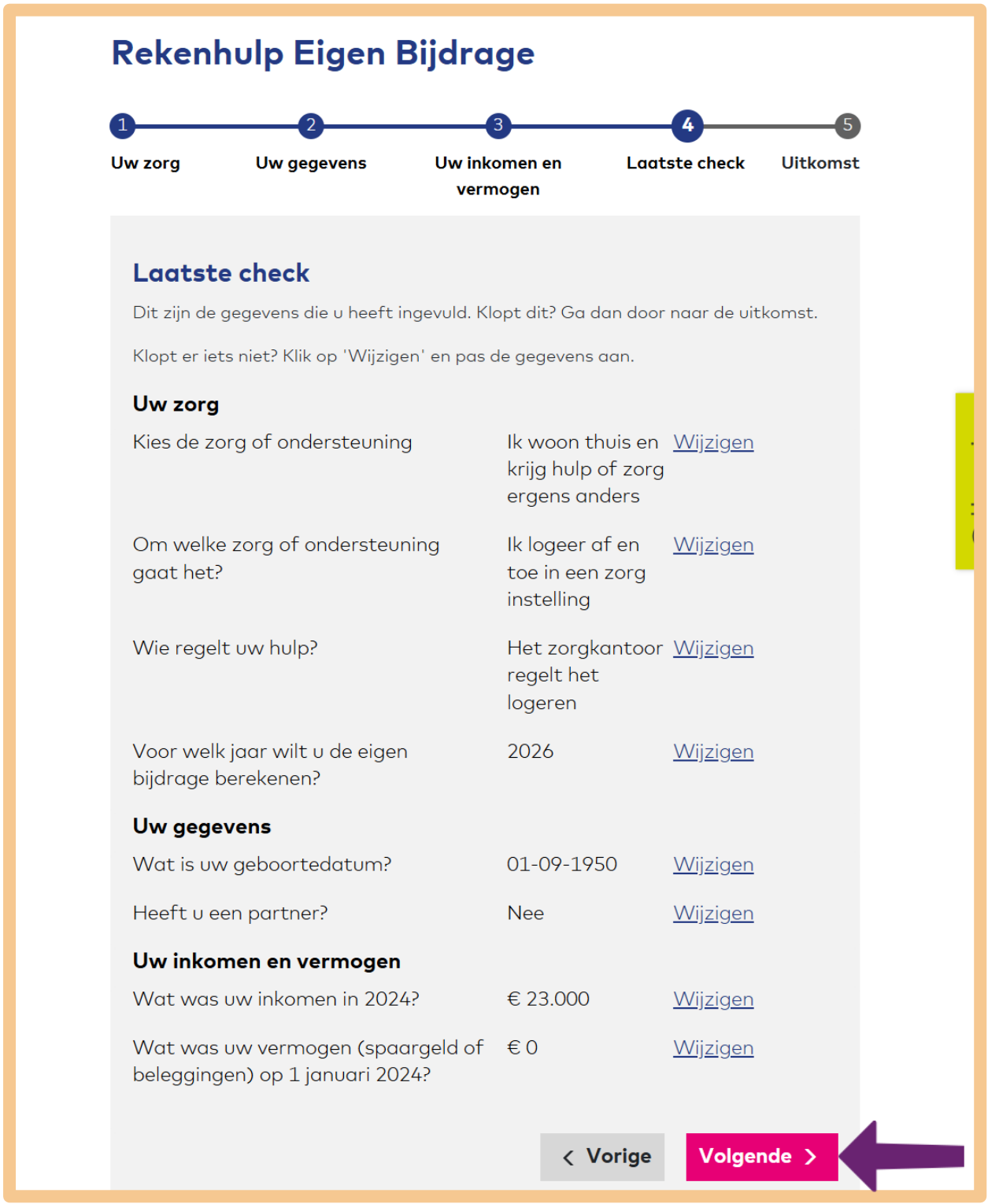
Ze vult haar geboortedatum in bij pijl A en klikt op **Volgende**, pijl B.



Mevrouw Kranenburg moet nu haar financiële gegevens invullen. Hiervoor heeft ze haar belastingaangifte of haar belastingaanslag van 2025 nodig. Haar inkomen in 2025 was € 23.000. Dit vult ze in bij 'Wat was uw inkomen in 2024?', zie pijl A. Mevrouw Kranenburg heeft geen spaargeld, dus daar vult ze **0** in, zie pijl B. Ze klikt op **Volgende**, pijl C, om verder te gaan.

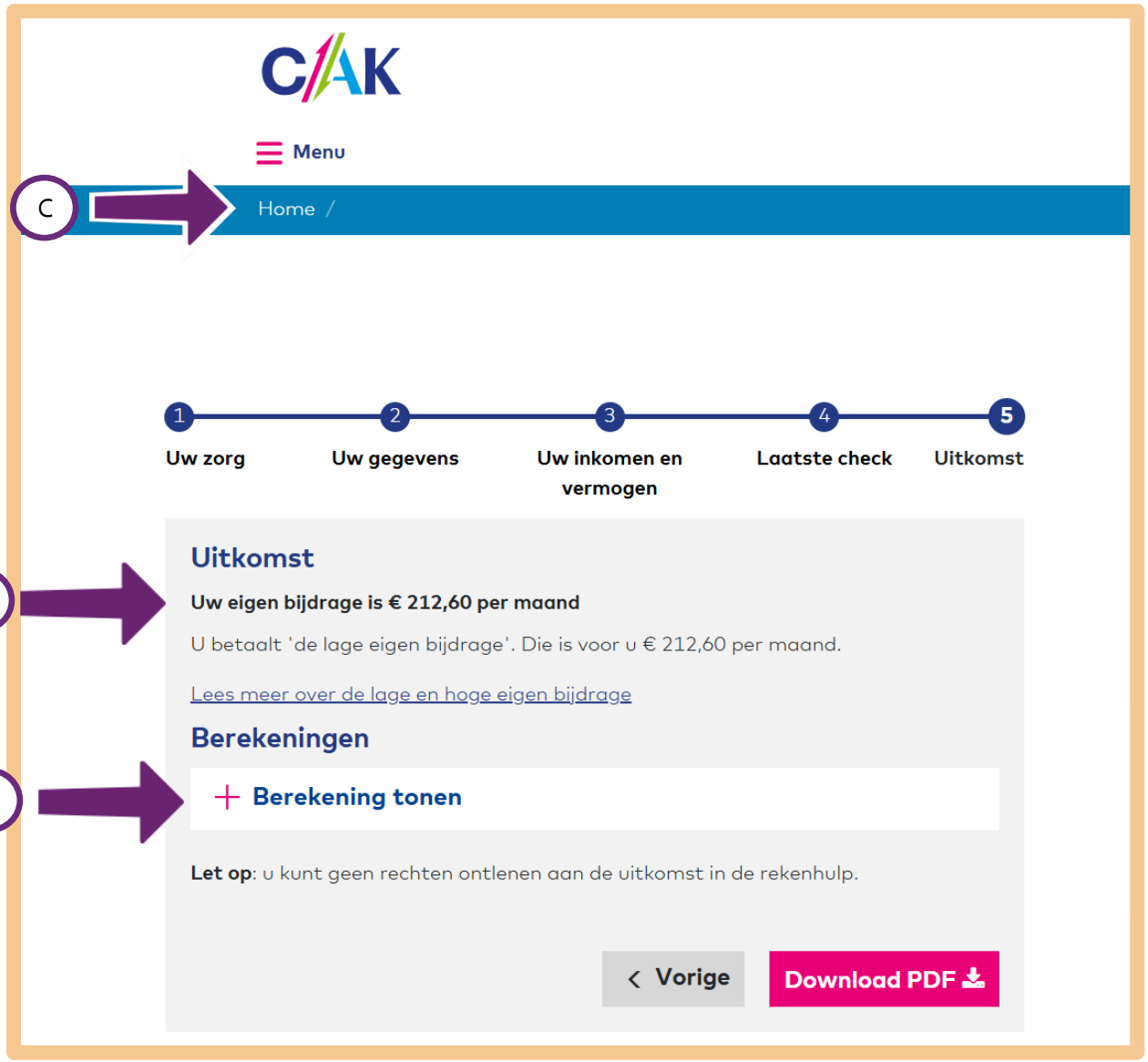


Er verschijnt nu een overzicht van alle ingevulde gegevens. Mevrouw Kranenburg controleert de gegevens. De gegevens zijn juist en ze klikt op **Volgende**.



De berekening is gemaakt. Mevrouw Kranenburg ziet op het scherm staan hoe hoog haar eigen bijdrage per maand is, pijl A. Als ze wil weten hoe de eigen bijdrage is berekend, kan ze op **Berekening tonen** klikken, bij pijl B.

Ze klikt op **Home** om terug te gaan naar de startpagina van het CAK.



Of u een lage of hoge eigen bijdrage moet betalen, hangt af van uw persoonlijke situatie. Wilt u hierover meer informatie, klik dan op **Lees meer over de lage en hoge eigen bijdrage**, zie hierboven.

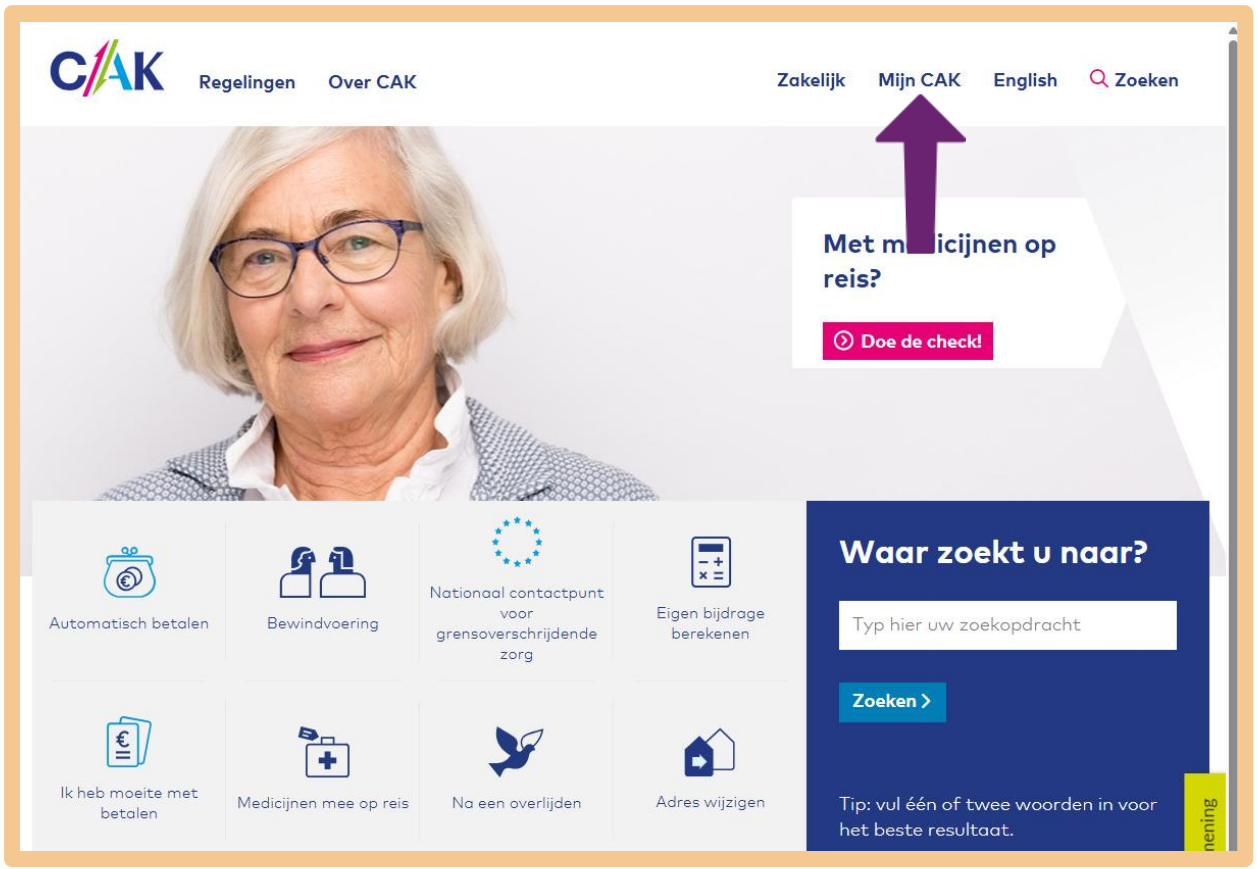
Stap 3: Log in bij Mijn CAK met DigiD

Mevrouw Kranenburg wil nog haar persoonlijke gegevens bekijken. Dit kan op *Mijn CAK*, de mijn omgeving van het CAK. Zie bij de pijl. Hiervoor moet ze inloggen met haar DigiD.

In de mijn omgeving ziet ze onder andere:
- haar persoonlijke gegevens
- de facturen van haar eigen bedragen die ze betaald heeft.

Ook kan ze haar gegevens wijzigen, bijvoorbeeld haar postadres.

Let op!
U kunt alleen inloggen op *Mijn CAK* als u te maken heeft met de regeling Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en/of de Wet langdurige zorg (Wlz).



Oefen nu zelf!

U gaat nu zelf oefenen. U gebruikt hiervoor de website van het CAK: hetcak.nl

Oefening 1: Hoge of lage eigen bijdrage betalen

Situatie

Mevrouw Groen is 81 jaar en is dement. Ze woont al 5 maanden in een zorginstelling waar ze 24 uur per dag zorg krijgt. Ze betaalt hiervoor een eigen bijdrage aan het CAK. Haar man is 79 jaar en regelt haar zaken. Hij woont in een flat in de buurt van de zorginstelling.

Opdracht

Bekijk op de website van het CAK of mevrouw Groen een lage eigen bijdrage óf een hoge eigen bijdrage moet betalen aan het CAK.

Oefening 2: Een medicijn meenemen op reis

Situatie

De heer Pieterse gaat 3 weken op vakantie naar Denemarken. Hij heeft ADHD en gebruikt het medicijn Ritalin. Hij wil graag weten of hij een medicijnverklaring nodig heeft als hij dit medicijn meeneemt op vakantie.

Opdracht

Zoek op de website van het CAK hoe meneer Pieterse kan checken of hij een medicijnverklaring nodig heeft.

Oefening 3: Betalingsregeling aanvragen voor de Wmo

Situatie

Mevrouw Jansen ontvangt al een paar jaar hulp in het huishouden. Ze heeft dit geregeld met haar gemeente die deze hulp biedt vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Sinds kort heeft mevrouw Jansen minder inkomen. Hierdoor heeft ze moeite om haar rekeningen te betalen. Ze vraagt zich af of het mogelijk is om een betalingsregeling aan te vragen.

Opdracht

Bekijk op de website van het CAK wat de voorwaarden zijn om een betalingsregeling aan te vragen en hoe mevrouw Jansen dit bij het CAK kan regelen.

Oefening 4: Afmelden bij het CAK als wanbetaler

Situatie

De heer Pos heeft moeite met het op tijd betalen van zijn rekeningen. Hij heeft al 8 maanden de premie van zijn zorgverzekering niet betaald. Hij is nu door zijn zorgverzekeraar bij het CAK aangemeld voor de regeling wanbetalers. Hierdoor moet hij een hogere zorgpremie betalen aan het CAK.

Opdracht

De heer Pos wil graag bij het CAK worden afgemeld als wanbetaler. Zoek op de website van het CAK hoe hij dit het beste kan regelen en wat hij hiervoor moet doen.

Samenvatting: eigen bijdrage berekenen en betalen (CAK)

In dit hoofdstuk heeft u geoefend met website CAK. U weet nu het volgende:

- Op de website van het CAK vindt u allerlei informatie over o.a. de eigen bijdrage. Het webadres is hetcak.nl.
- Op de website hetcak.nl kunt u inloggen in de mijn-omgeving: *Mijn CAK*. Hier vindt u uw persoonlijke gegevens. En u kunt zelf online zaken regelen, zoals de manier van betalen wijzigen.

Begrippenlijst

In dit hoofdstuk staan misschien woorden en begrippen die nieuw voor u zijn of waar u niet zo vertrouwd mee bent. Woorden en begrippen die niet in het hoofdstuk worden uitgelegd. Zoek het woord of begrip op in de online begrippenlijst voor een uitleg. Scan hiervoor de QR-code hieronder met uw telefoon.

Mist u een woord of begrip in de lijst? Vraag dan aan uw docent wat het woord betekent of wat met het begrip wordt bedoeld.

Colofon

Taaladvies: BureauTaal

Vormgeving: Mevrouw van Mulken

© 2026 Stichting Digisterker

Stichting Digisterker
M.H. Tromplaan 9
7511 JJ Enschede
053 2030 062
info@digisterker.nl
digisterker.nl